Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ

МАТОНИНА АЛЕКСАНДРА МИХАЙЛОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ СНИЖЕНИЯ АГРЕССИИ ПОДРОСТКОВ

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы

Юридическая психология

Обучающийся _____ А.М. Матонина
(подпись) (инициалы, фамилия)

Руководитель профессор, д.п.н., профессор _____ Н.Т. Селезнева
(должность, ученая степень, ученое звание) (подпись) (инициалы, фамилия)

Нормоконтролер _____ Т.С. Нурисламова
(подпись) (инициалы, фамилия)

Допускается к защите

Зав. кафедрой психологии

канд. психол. наук
(ученая степень, ученое звание, инициалы,фамилия)

Е.В. Наконечная

«30» 06 2021 г.

Красноярск 2021

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Факультет психологии
Направление подготовки 37.03.01 Психология
Направленность (профиль) образовательной программы: Юридическая психология
Выпускающая кафедра психологии

ЗАДАНИЕ
на выпускную квалификационную работу

Студенту(ке) Матониной Александре Михайловне группы 256-юп
(Ф.И.О. полностью)

1. Тема выпускной квалификационной работы Психологические условия снижения агрессии подростков
(полное наименование темы согласно приказу)

утверждена приказом по институту от «01» 03 2021 г. № 29/1
на основании решения заседания выпускающей кафедры психологии
Протокол от «01» 03 2021 г., № 4

2. Срок сдачи выпускной квалификационной работы «30» 06 2021 г.

3. Содержание выпускной квалификационной работы Введение; Глава I Теоретический анализ проблемы агрессии подростков; Глава II Эмпирическое исследование психологических условий снижения агрессии подростков; Заключение.

4. Консультанты по разделам выпускной квалификационной работы нет

5. График выполнения выпускной квалификационной работы: март-апрель – анализ теоретических источников; апрель-май – проведение эмпирического исследования, анализ результатов исследования, формулирование выводов по работе.

Дата выдачи задания «01» 03 2021 г.

Руководитель выпускной квалификационной работы _____ Н.Т. Сердюкова
(подпись) (инициалы, фамилия)

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа 80 с., таблиц 13, источников 45, приложений 6.

Психологические условия, агрессия, саморегуляция, самооценка моделирование, вербальная агрессия, раздражение, рефлексия, социальный стресс.

Цель работы – определить психологические условия снижения агрессии подростков.

Объект исследования – агрессивное поведение подростков.

Предмет исследования – психологические условия снижения агрессии подростков

Достоверность полученных в исследовании данных оценена с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 5
I ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ 9
1.1 Понятие агрессивности в науке 9
1.2 Возрастные особенности проявления подростковой агрессии 17
1.3 Организация психологических условий профилактики агрессивности у подростков 24
II ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ 33
2.1 Методическая подготовка и организация проведения исследования 33
2.2 Анализ результатов эмпирического исследования 35
2.3 Программа снижения агрессивности подростков 65
ЗАКЛЮЧЕНИЕ 74
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ 77
Приложения

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность такой проблемы как агрессивное поведение у подростков трудно подвергнуть сомнению – ведь это самое деструктивное качество человека, которое может только проявиться в человеческом обществе. У каждого из нас в характере присутствует агрессивность. У кого-то она имеет оборонительные, доброкачественные формы, у кого-то, возможно, уже перешла и в деструктивную, злокачественную область. Но как бы это не было, человеку предоставляется возможность как существу разумному предотвращать появление агрессии и контролировать её. В обществе внимание этой проблеме уделяется, но не настолько, насколько эта проблема актуальна, и не настолько, насколько велика потребность в ее изучении.

Тем не менее, начиная с середины 60х годов XX века, тема насилия и агрессии постепенно становится одной из актуальных на Западе, ее даже называют «интригующей»; а сам XX век был назван «веком беспокойства и насилия».

Анализ психологической и социально-философской литературы, посвященной проблеме агрессивности человека, свидетельствует о том, что вопросы, связанные с человеческой агрессией выдвигаются на передний план многих исследований в настоящее время. И все же, до сих пор изучение этой проблемы часто порождает больше вопросов, чем ответов. Тем не менее, в настоящее время в науке налицо явный прогресс, и сегодня есть множество сведений об истоках и природе человеческой агрессии. Количество данных об агрессии так велико, что было бы невозможно рассмотреть весь имеющийся материал в настоящей работе.

Собственно говоря, именно проблема разрозненности, а также противоречивости и множественности данных по проблеме агрессивного поведения (и не только подросткового поведения), является сдерживающим фактором изучения. Иногда проявляющаяся противоречивость этих сведений

является существенным препятствием и для эмпирического изучения проблемы агрессивности. Это может проявиться как в трудности теоретического объяснения эмпирических данных, так и в трудности подбора адекватных средств изучения агрессивного поведения детей в условиях конкретных ситуаций. Это представляет большую трудность также и в связи с тем, что подростковый возраст всегда является возрастом большого количества изменений, как личностных, психических, так и изменений в физическом развитии, в социальном положении, и многом другом. Это также усложняет изучение проблемы подросткового агрессивного поведения.

Многие исследователи в нашей стране и за рубежом занимались проблемами агрессии, но к одному знаменателю не пришли, так как она сложна и многогранна и, следовательно, одного решения быть не может. В центре внимания исследователей оказались такие проблемы: биологические и социальные детерминанты агрессии, механизмы ее усвоения и закрепления, условия, определяющие проявления агрессии, индивидуальные и половозрастные особенности агрессивного поведения, способы предотвращения агрессии.

Актуальность, недостаточная теоретическая разработанность проблемы агрессивного поведения, а также её высокая практическая значимость обусловили выбор темы исследования.

Проблемами подростковой агрессивности и агрессивного поведения занимались такие ученые как А. Бандура, Р. Уолтерс, Л. Берковиц, Р. Бэрон, Д. Ричардсон, Г. Паренс, Е.О. Смирнова, Г.Р. Хузеева, Т.П. Смирнова, Л.М. Семенюк , а также многие другие ученые [2, 4, 7, 25, 38, 39].

Исходя из обозначенной важности проблемы агрессивного поведения подростков, в этой работе в качестве главной цели мы обозначаем следующее направление исследования.

Цель данной работы – определить психологические условия снижения агрессии подростков.

Объект исследования – агрессивное поведение подростков.

Предмет исследования – психологические условия снижения агрессии подростков.

Гипотеза: психологическими условиями снижения агрессии подростков в процессе профилактики являются взаимосвязи вербальной агрессии и саморегуляции, самооценки, моделирования; физической агрессии и раздражения, рефлексии. Для решения поставленной цели в работе ставятся следующие задачи:

1. Анализ психологической литературы по проблеме агрессивного поведения подростков;
2. Определить методический инструментарий эмпирического исследования агрессивности подростков;
3. Провести анализ и интерпретацию результатов эмпирического исследования;
4. Разработать программу по снижению агрессивности подростков.

Методы исследования определялись в соответствии с поставленной целью, гипотезой и задачами работы.

Задачи решались с помощью следующих методик исследования:

В эмпирическом исследовании были использованы методы и методики:

1. Диагностика состояния агрессии» (Опросник Басса – Дарки).
2. Методика определения интегральных форм коммуникативной агрессивности, В.В. Бойко.
3. Опросник на изучение общей самооценки (Казанцевой Г.Н.).
4. Методика Карпова А.В. «Диагностика рефлексии».
5. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филипса («Тест школьной тревожности Филипса»).
6. Для исследования индивидуального стиля саморегуляции поведения использовали опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И. Моросановой (ССПМ).

Также в работе для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования.

Методы теоретического анализа (проблемно-ориентированный анализ, понятийно-терминологический анализ психологической и педагогической литературы, системный подход, послуживший основой целостного рассмотрения проблемы)

Методы эмпирического исследования (тесты,опросники)

Достоверность и надежность полученных результатов и основанных на них выводов исследования обеспечивалась методологической обоснованностью исходных положений, использованием адекватных методов исследования; репрезентативностью выборки, применением количественного и качественного анализа.

Теоретическая значимость исследования в том, что получено новое знание об особенностях агрессивного поведения подростков.

Практическая значимость исследования в том, что существует возможность использования его результатов при организации работы с подростками в условиях школьного учреждения для снижения подростковой агрессивности, в частности, с помощью разработанной тренинговой программы.

База исследования: исследование проводилось на базе МО МВД России «Емельяновский» – Управление организации деятельности участковых уполномоченных полиции и подразделений по делам несовершеннолетних. Всего в исследовании участвовало 40 подростков – из них 20 подростков, проходивших мероприятия по профилактике агрессивности, и 20 подростков, не проходивших мероприятия по профилактике агрессивности.

I ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ

1.1 Понятие агрессивности в науке

Понятие «агрессия» происходит от латинского «aggredi», что означает «нападать». Оно издавна бытует в европейских языках, однако, значение ему придавалось не всегда одинаковое. До начала XIX века агрессивным считалось любое активное поведение, как доброжелательное, так и враждебное. Позднее, значение этого слова изменилось, стало более узким. Под агрессией стали понимать враждебное поведение в отношении окружающих людей [3, С. 124].

Агрессия – это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности) [17, С. 7].

Существует множество теорий возникновения агрессии, ее природы и факторов, влияющих на ее проявление. Все они подпадают под следующие четыре категории. Агрессия относится к: врожденным побуждениям и задаткам; потребностям, активизируемым внешними стимулами; познавательным и эмоциональным процессам; актуальным социальным условиям в сочетании с предшествующим научением [37, С. 103].

Обозначим некоторые из подходов к определению агрессии.

В рамках психоаналитической теории – это врожденное, инстинктивное свойство индивида и агрессия в той или иной форме всегда будет сопровождать человека (К. Юнг, З. Фрейд, Г.Гартман, Е. Крис, К. Лоренц, Ардри, Моррис).

При этом представители психоанализа связывают агрессию с проявлением «инстинкта смерти» у человека (танатос, тень).

В этологическом (эволюционном) подходе – это спонтанный выплеск внутреннего нереализованного, обусловленного биологически напряжения, и единственный способ управления агрессией – это направление ее по нужному руслу [26, С. 122].

Фрустрационная теория (гомеостатическая модель) – описывает агрессию как поведенческую реакцию на фрустрацию, и агрессия представляет собой инструмент психической саморегуляции.

Теория социального научения (бихевиоральная модель А. Бандуры) – усвоенное специфическое поведение, его модель, в процессе социализации через наблюдение соответствующего образа действий и социальное подкрепление. Т.е. идет изучение человеческого поведения, ориентированного на образец [1, С. 21]. В настоящее время теория социального научения является наиболее эффективной в предсказании агрессивного поведения, особенно если есть сведения об агрессоре и ситуации социального развития

Социобиологический подход рассматривает агрессивное поведение как влияние генетики, т.к. она обеспечивает адаптивное поведение.

Целевые подходы заключают в себе определения агрессивного поведения с точки зрения её функциональности, как инструмент успешной эволюции, самоутверждения, доминирования, адаптации или присвоения жизненноважных ресурсов.

Эмоциональные подходы уделяют особое внимание чувственной составляющей акта агрессии. Поэтому, агрессия понимается как проявление в чувствах и действиях индивида (социальной группы) враждебности – антагонизма, недружелюбия, неприязненного отношения, ненависти.

В последнее время формируется теоретическая модель агрессивного поведения, еще не получившая конкретного названия, но основная суть ее в том, что в ней рассматриваются последствия воздействия специфических раздражителей – но не алкоголя, наркотиков, и подобного им. В этой теории за

основу берутся процессы, происходящие с человеком в состоянии измененного сознания, сохраняющего достаточно долгий и устойчивый эффект, но все же контролируемый в некоторой степени. Этот подход изучает феномен так называемой «аллертности» – (готовности к отражению агрессии на физическом неосознаваемом уровне). В этом подходе считается, что основной причиной агрессии является деятельность, меняющие восприятие действительности и повышающая уровень личностной активности.

Сегодня на первый план в изучении агрессивного поведения по мнению Румянцевой Т.Р., выдвигается нормативный подход [19, С. 25].

Согласно ему, в определении поведения как агрессивного решающее место должно принадлежать понятию нормы. Нормы формируют механизм контроля с помощью обозначения тех, или иных, действий. Понятие нормы формируется в процессе социализации, и поэтому поведение называется агрессивным при наличии двух обязательных условий: имеют место губительные для жертвы агрессии последствия; нарушены нормы поведения.

Агрессивное поведение в нормативном подходе рассматривается как:

1. Целенаправленное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе.

2. Поведение, нацеленное на умышленное причинение физического и морального вреда другому живому существу, в силу чего действия агрессора вступают в противоречие с нормами уголовного права, хотя сам он не всегда становится объектом уголовно-правового воздействия.

3. Поведение при наличии двух условий: губительных для жертвы последствия; когда нарушены нормы поведения [3].

Агрессивное поведение имеет свою структуру, которая состоит из 5 фаз:

1. Побуждения к действию.

2. Уточнения субъектом ситуаций действия.

3. Само агрессивное действие.

4. Свертывание действий.

5. Анализ результатов воздействия [5].

Естественно, как и всякая деятельность, агрессивное поведение обладает планом: внутренний план (мотив, цель, способ) и внешний (объект, средство, условие, результат). Все это – потребность, мотив, цель, ценность и притязание личности военнослужащего и составляет в совокупности побудительный психологический механизм агрессивного поведения

В структуре агрессивного поведения выделяют несколько взаимосвязанных уровней:

1. Поведенческий (агрессивные жесты, высказывания, действия).
2. Аффективный (негативные эмоциональные состояния и чувства – гнев, злость, ярость).
3. Когнитивный (неадекватные представления, негативные ожидания и установки).
4. Мотивационный (сознательные цели или бессознательные агрессивные стремления [12].

Агрессивное поведение конкретной личности может дифференцироваться:

1. По степени личностной вовлеченности: ситуативные агрессивные реакции (краткосрочная реакция на конкретную ситуацию); агрессивное состояние (в структуре посттравматического расстройства, на фоне стресса, возрастного кризиса, дезадаптации); устойчивое агрессивное поведение личности.

2. По степени активности: пассивное агрессивное поведение (в форме бездействия или отказа); активное агрессивное поведение (в форме разрушительных или насильственных действий).

3. По эффективности: конструктивное агрессивное поведение (способствующее адаптации, успеху и совладанию со стрессовыми ситуациями); деструктивное агрессивное поведение (наносящее ощутимый ущерб личности или окружающим людям).

4. По выраженности психопатологической составляющей: нормальное агрессивное поведение; агрессивное поведение в рамках патологических реакций; агрессивное поведение в рамках поведенческих расстройств

(зависимое поведение); агрессивное поведение в рамках личностных расстройств (пограничное расстройство личности); агрессивное поведение в рамках психических заболеваний и психопатологических синдромов (эксплозивный, психоорганический, дементный, параноидальный, психический автоматизм, сумеречное расстройство сознания и др.).

В содержательном плане ведущими признаками агрессивного поведения можно считать выраженное стремление к доминированию над людьми и использованию их в своих целях, тенденцию к разрушению, направленность на причинение вреда окружающим людям, склонность к насилию (причинению боли) [6].

Проявления агрессии разнообразны, и в этом кроется сложность классификации и типологизации агрессивных проявлений, и все же можно разделить проявления агрессии [9].

Свое видение структуры агрессивного проявления предложили в своих работах Й. Заградова, А.К. Осинский, Н.Д. Левитов:

1. По направленности агрессия разделяется на: агрессию, направленная вовне; аутоагрессию - направленную на себя.

2. По цели разделяется на: интеллектуальную; враждебную.

3. По методу выражения разделяется на: физическую, вербальную.

4. По степени выраженности разделяется на: прямую, косвенную.

5. По наличию инициативы разделяется на: инициативную, оборонительную.

Басс А. считал, что агрессивные действия можно описать на основании трех параметров – взаимозависимостей: физическая – вербальная, активная – пассивная и прямая – непрямая. Их комбинация дает восемь возможных категорий, под которые подпадает большинство агрессивных действий. А. Басс и А. Дарки выделили несколько видов реакций на раздражитель:

1. Физическая агрессия.

2. Косвенная агрессия.

3. Раздражение.

4. Негативизм.

5. Обида.

6. Подозрительность.

7. Вербальная агрессия.

8. Чувство вины [26 С. 122].

Специалисты разделяют три типа агрессии на рабочем месте.

1. Враждебная агрессия, которая в свою очередь подразделяется:

– враждебность – злонамеренные действия вербального и символического характера;

– обструкция – действия с намерением помешать выполнению работы сотрудника или руководителя;

– открытая агрессия – насильственные действия.

2. Экспрессивная агрессия, представляющая собой непроизвольный и быстро прекращающийся взрыв гнева и ярости, которая позволяет быстро снизить напряжение в сложной ситуации.

3. Инструментальная агрессия, которая связана с активными действиями руководства, направленными на достижение цели. Ее цель – активизация, побуждение сотрудников к более ответственному выполнению работы.

Последние два типа представляют собой конструктивные типы агрессии, которые дают организации возможность достигнуть значимых целей и снизить напряжение в коллективе, «выпустить пар».

Тем не менее, при использовании приемов инструментальной агрессии руководителям следует различать «плохой» и «хороший» стресс. Если последний задает разумное соотношение поставленных задач и мотивации сотрудников, то первый характеризуется неоправданно сжатыми сроками и неприемлемыми условиями работы, что может привести к снижению производительности в коллективе. Более того, и экспрессивная, и инструментальная агрессия могут перерасти во враждебную, а она представляет серьезную опасность, поскольку несет в себе деструктивное начало [6].

Различают несколько других типов агрессивных проявлений:

1. Целевая агрессия – выступает как осуществление агрессии в качестве заранее спланированного акта, цель которого – нанесение вреда или ущерба объекту.

2. Агрессия реактивная – возникает как реакции субъекта на фрустрацию и сопровождается эмоциональными состояниями гнева, враждебности, ненависти и пр. и здесь также выделяются: агрессия аффективная; агрессия импульсивная; агрессия экспрессивная.

3. Агрессия проактивная – инициируется зачинщиком для удовлетворения собственных потребностей. Проактивная агрессия часто направлена на более слабое, беззащитное существо. Проактивная агрессия может быть враждебной (месть за неудачи случайно встретившемуся человеку) и инструментальной (преследование для достижения власти в группе; наемное убийство) [17, С. 27].

Эрих Фромм выделял следующие формы агрессии [8]:

1. Игровая агрессия – для демонстрации своей ловкости, умения, не мотивирована ненавистью или деструктивностью.

2. Реактивная агрессия – защита жизни, свободы, достоинства, а также собственного или чужого имущества:

– фрустрация потребностей и желаний;

– зависть и ревность;

– месть;

– потрясение веры (в жизнь, любовь; разочарование).

3. Архаическая жажда крови.

4. Компенсаторная (злокачественная-патологическая) агрессия - жестокость и деструктивность, насилие, служащее «импотентному» человеку в качестве замены продуктивной жизни:

– садизм (стремление подчинить живое своей власти, сделать его беспомощным объектом своей воли);

– некрофилия (любовь к неживому);

– хроническая депрессия и скука.

Можгинский Ю. Б. выделяет два вида патологической агрессии – психотическую и трансформированную. Психотическая агрессия совершается под действием галлюцинаций и бреда и характеризуется нелепостью разрушительных поступков. Жестокое поведение при трансформированной агрессии первоначально адекватно сложившейся ситуации, но в какой-то момент трансформируется в агрессивно-патологические действия с признаками немотивированного садистского насилия [14].

Кроме того, агрессия может быть сознательно контролируемой и импульсивной, направленной на внешние объекты или на себя. И.А. Фурманов (2004) в соответствии со способом выражения выделяет произвольный и непроизвольный виды агрессии. Произвольная агрессия возникает из желания, намерения воспрепятствовать, повредить кому-либо, обойтись с кем-то несправедливо, кого-нибудь оскорбить. Непроизвольная агрессия представляет собой нецеленаправленный и быстро прекращающийся взрыв гнева или ярости, во время которого действие неподконтрольно субъекту.

Личностные особенности, которые влияют на развитие агрессивности:

1. Склонность к импульсивным повадкам.

2. Эмоциональная восприимчивость – склонность испытывать чувство неудовлетворенности, ранимость, дискомфорт.

3. Вдумчивость (инструментальная агрессия) и рассеянность (эмоциональная агрессия).

4. Враждебная атрибуция – интерпретация любых неоднозначных стимулов как враждебности [24].

По своему типу агрессивные действия могут быть как произвольными, так и непреднамеренными. Неприемлемое, непреднамеренное агрессивное поведение также может быть, как случайным, так и слабо осознаваемым.

За основу в этой работе будет взято определение агрессивного поведения как мотивированного деструктивного, противоречащего нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящего вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящего физический ущерб людям

или вызывающего у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности). В структуре агрессивного поведения есть несколько взаимосвязанных уровней: поведенческий; аффективный; когнитивный; мотивационный. Мы выбираем в рамках исследования классификацию проявлений агрессии А. Басса и А. Дарки: физическая агрессия, косвенная агрессия, раздражение, негативизм, обида, подозрительность, вербальная агрессия, чувство вины. Также мы рассматриваем три типа агрессии на рабочем месте:

1. Враждебная агрессия (враждебность, обструкция, открытая агрессия).
2. Экспрессивная агрессия.
3. Инструментальная агрессия.

1.2 Возрастные особенности проявления подростковой агрессии

Подростковый возраст – это граница между детством и взрослой жизнью, связанная с возрастом обязательного участия человека в общественной жизни.

Особое положение подросткового периода в развитии ребенка отражено в его названиях: «переходный», «переломный», «трудный», «критический». В них зафиксирована сложность и важность происходящих в этом возрасте процессов развития, связанных с переходом от одной эпохи жизни к другой. Переход от детства к взрослости составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период – физического, умственного, нравственного, социального. По всем направлениям происходит становление качественно новых образований, появляются элементы взрослости в результате перестройки организма, самосознания, отношений с взрослыми и товарищами, способов социального взаимодействия с ними, содержания морально – этических норм, опосредствующих поведение, деятельность и отношения. В повседневной жизни, в семье и школе часто можно слышать

такие разговоры: был послушным мальчиком, а теперь стал своенравным, даже грыбым; был спокойным – стал неуравновешеным; был робким, излишне застенчивым – стал самостоятельным и решительным.

По словам Д. Б. Эльконина, «в подростковом возрасте возникает новая смена ведущей деятельности – появляется стремление к построению системы социальных отношений с другими людьми, получению высокого статуса, положительных оценок от других людей.

Именно в этом возрасте взрослые (семья, учителя и т.п.) начинают терять безусловный авторитет, и становятся оцениваемыми с точки зрения личности самого несовершеннолетнего. При этом, для несовершеннолетних характерны реакции активного протеста; а также реакции имитации – подражания определенному образцу, модель которого диктуется, как правило, компанией сверстников и которое нередко является причиной криминального поведения».

Первая общая закономерность и острая проблема подросткового возраста – это перестройка отношений с родителями, переход от детской зависимости к отношениям, основанным на взаимном уважении и равенстве.

Психологическое состояние подросткового возраста связано с двумя «переломными» моментами этого возраста: психофизиологическим – половым созреванием, и все, что с ним связано, и социальным – конец детства, вступление в мир взрослых.

Первый из этих моментов связан с внутренними гармональными и физиологическими изменениями, влекущие за собой телесные изменения, неосознанное половое влечение, а также эмоциональном – чувствительные изменения.

Второй момент – окончание детства и переход в мир взрослых связан с развитием в сознание подростка критического рефлектирующего мышления в рассудочной форме.

Периоды выраженной агрессивности ребенка, нарушающие его гармоничные отношения с окружающими и наблюдаемые в процессе нормального аффективного развития, в основном совпадают с переживаниями

возрастных аффективных и личностных кризисов, связанных также с общим физическим созреванием, которое очень резко ускоряется именно в подростковом возрасте, что само по себе уже является фрустрирующим фактором для подростка.

Это связано со многими причинами, ведь появление агрессивного поведения у подростков – это сложный процесс, в котором учавствуют многие факторы.

Механизмами формирования агрессии выступают:

1. Подкрепление агрессивного поведения со стороны других людей.

2. Научение посредством наблюдения.

3. Самоподкрепление.

Агрессивные подростки, при всём различии их личностных характеристик и особенностей поведения, отличаются некоторыми общими чертами. Им присуща эмоциональная грубость, озлобленность, как против сверстников, так и против окружающих взрослых. У таких подростков наблюдается неадекватная самооценка (либо максимально положительная, либо максимально отрицательная), повышенная тревожность, страх перед широкими социальными контактами, эгоцентризм, неумение находить выход из трудных ситуаций, преобладание защитных механизмов над другими механизмами, регулирующими поведение.

В работе Н.Г. Самсоновой, показано, что для подростков агрессия – почти возрастная норма, которая носит демонстративный характер.

Специфической особенностью агрессивного поведения в подростковом возрасте является его зависимость от группы сверстников на фоне крушения авторитета взрослых. В данном возрасте быть агрессивным часто означает «казаться или быть сильным». 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. Агрессивность, жестокость, повышенная

тревожность принимают устойчивый характер обычно в процессе стихийно-группового общения, складывающегося в компаниях.

Если у подростка присутствует такая личностная черта как агрессивность, то его стратегии поведения можно дать следующую характеристику (Л.А. Регуш):

1. Такие подростки активно стремятся защищать свои позиции и интересы, проявляют эмоциональность и агрессивность в общении, ведут себя импульсивно.

2. Для них характерно эмоциональное принятие себя, недостаточная самокритичность и некоторое самодовольство при оценке собственных поступков, отсутствие тенденции к переосмыслению собственных качеств, невыраженность установки на само изменение.

3. Характерна целостность и установленность образа «Я», удовлетворенность им, что определяет эгоизм, стремление к самодостаточности, лидерству, без боязни вызвать чувство отчуждения.

4. Агрессивность, свойственная им при защите своих интересов, провоцирует эскалацию конфликта и мешает конструктивному решению проблемы.

Типичная для несовершеннолетних потребность в «эмансипации» проявляется у лиц отбывающих наказание в стремлении освободиться от опеки, контроля и покровительства, как старших, так и администрации колонии, но при этом часто выбираются неприемлемые средства и действия. «Также у несовершеннолетних осужденных наблюдается регрессивная реакция группирования – филогенический стадный инстинкт. В итоге отношение осужденных несовершеннолетних воспитанников колонии к своим недостаткам зависит в основном от норм и ценностей, преобладающих в данной группе».

В среде несовершеннолетних правонарушителей, прежде всего, ценятся смелость, решительность и настойчивость при совершении преступления, агрессивность по отношению к «чужим» и честность по отношению к друзьям.

Пытаясь стать популярными, они открыто высказываются о своей приверженности криминальным ценностям, которые осуждаются обществом, но при этом поддерживаются референтной для них группой.

Выготский Л. С. отмечал, что в подростковом возрасте развитие рефлексии и на ее основе самосознания, как никакая другая сторона душевной жизни, зависит от культурного содержания среды – в данном случае – окружающей осужденного группы таких же правонарушителей.

Несовершеннолетним осужденным свойственна неадекватная самооценка, выражающаяся в стремлении любыми средствами обратить на себя внимание, демонстрацией своего превосходства над другими. «Неспособность критически оценивать себя приводит к тому, что они не видят необходимости преодолевать свои отрицательные качества и привычки, бравируют преступлением, перекладывают вину на других».

Нередко у несовершеннолетних осужденных, из-за неадекватности их самооценки, некритичности мышления, появляется установка жить одним днем - они рассчитывают на то, что в дальнейшем все само собой образуется. Эта проблема связана с тем, что восприятие временной перспективы у несовершеннолетних воспитанников колонии остается еще дискретным и ограниченно непосредственно прошлым и настоящим, а будущее кажется почти буквальным продолжением настоящего. Изменение временной перспективы может быть в этом возрастном периоде связано только с переориентацией сознания с внешнего контроля на самоконтроль и ростом потребности в достижении конкретных результатов.

В этом возрасте, согласно Ж. Пиаже, окончательно формируется личность, строится программа жизни [40].

Большую роль в установке жить сегодняшним днем играют понятийные ориентации несовершеннолетних осужденных – для них характерно отсутствие содержательной ориентации на будущее. Они фактически совершенно не представляют, как будут строить свою жизнь, оказавшись на свободе. Собственной жизненной программы у них нет, а к предлагаемой извне

программе – выраженное негативное отношение. Будущее выступает у них как отрицание настоящего (жизнь в колонии), а у некоторых – и прошлого (жизнь до колонии, когда был во многом слабым и зависимым от других), однако оно не имеет собственного позитивного содержания.

Установки и ценности, несовершеннолетних в воспитательных колониях, чаще всего определяются референтной группой-семьей («братухой»). Именно она диктует нормы, строго очерчивая правила поведения каждого из своих членов, границы дозволенного и недозволенного. Воспитанник, соблюдающий групповой кодекс, получает физическую защиту и психологическую поддержку в этой группе.

В связи с возникающей в этом возрасте диспропорцией между половым созреванием и социальной зрелостью, несовершеннолетним осужденным становится трудно контролировать свои возникающие половые инстинкты, из-за чего возможны различные отклонения в поведении.

У многих несовершеннолетних осужденных отмечается моральное иждивенчество, отставание в формировании чувства долга и гражданской зрелости, инфантилизм, несоответствие внешних форм поведения и внутренних глубинных процессов. Желая ничем не отличаться от авторитетных для них взрослых по поведению, они курят, стараются употреблять спиртное и наркотики [11, 38].

Многие несовершеннолетние осужденные имеют психологическую предрасположенность к агрессивному поведению, часто чтобы отстоять свой статус, избежать репутации «слабака».

Познавательные интересы у несовершеннолетних осужденных чаще всего либо не развиты, либо утрачены, либо приобрели криминальную направленность. В большинстве случаев они независимо от своих умственных способностей, до осуждения значительно хуже своих сверстников успевали в школе. Среди них гораздо больший процент некритично мыслящих, инфантильных и неспособных найти правильное решение своих проблем (психопатические личности). В одинаковой степени у такого контингента

возможны дисгармония социально-нравственного и физического созревания, повышенная возбудимость нервной системы, ее неуравновешенность, преобладание в ней процессов возбуждения над торможением. Эти особенности типа нервной системы могут обусловливать нарушения дисциплины, общественного порядка, норм уголовного закона, и как следствие - помещение в воспитательные колонии.

С учетом особенностей возрастного и индивидуального развития в условиях воспитательной колонии выделяют типологию групп несовершеннолетних осужденных:

1. Незрелые подростки, которые обычно погружены в свои мысли, молчаливые, пассивные, невнимательные, ведущие себя по-детски, безответственно, в отношениях с взрослыми они очень чувствительны или крайне зависимы от них и всегда боятся, что их обидят сверстники и поэтому требуют к себе постоянного внимания и поддержки.

2. Невротически конфликтные личности, которым свойственны страх, депрессивное состояние, чувство собственной неполноценности и вины, из-за чего они с готовностью рассказывают о своих трудностях и обнаруживают понимание последствий своего поведения, сожалеют о том, что натворили.

3. Недостаточно социализированные и агрессивные подростки – это, как правило, личности, не заслуживающие доверия, но способные эффективно влиять на других, из-за большой потребности побуждать к действиям и возбуждаться, отвергать авторитеты и содействовать беспорядкам в местах заключения.

4. Подростки, обладающие отрицательными социальными установками, сильным типом личности с объективными задатками лидера. Для них характерными чертами являются: озабоченность проблемой собственного авторитета; крайний эгоизм; устойчивая склонность к нарушению существующих социальных норм, преступности; повышенная возбудимость, импульсивность; низкая социальная отзывчивость. К криминогенным чертам их характера относятся: стремление к немедленному удовлетворению своих

желаний, неспособность переносить разочарования, неумение находить решения в конфликтах. Агрессивность, чрезмерная развитость механизмов защиты, недоверчивость, нетерпимость к эмоциональной близости, и др

1.3 Организация психологических условий профилактики агрессивности у подростков

Согласно теории саморазвивающихся систем, утверждающей, что слабые, но резонансные воздействия более эффективны, чем сильные, но нерезонансные, эффективность профилактики обусловлена именно тем, что она может вступать в резонанс с актуальным состоянием подростка, решающего, или не могущего решить свою проблему, осознаваемую ил инее осознаваемую. Помощь может быть внешне почти незаметной, порой достаточно присутствия, взгляда, но имен на них откликается подросток.

Работа по профилактике агрессивности среди подростков, должна строится на междисциплинарном подходе и принципе сотрудничества разных специалистов [29].

Профилактика представляет собой целостную систему, и как любая система, она состоит из элементов (или компонентов), которые одновременно являются ее инвариантными этапами.

В профилактике, как в разворачивающемся во времени процессе, можно выделить три основных компонента:

1. Диагностика (отслеживание), служащая основой для постановки целей последующей профилактики.

2. Отбор и применение методических средств.

3. Анализ промежуточных и конечных результатов, дающий возможность корректировать ход профилактической работы.

В качестве основных характеристик профилактики выступают – процессуальность, пролонгированность, недирективность, погруженность в реальную повседневную жизнь подростка, особые отношения между участниками этого процесса.

Все профилактические мероприятия, по классификации ВОЗ, различаются по частным целям, средствам и эффекту воздействия. В то же время профилактику следует рассматривать как единое целое, в неразрывной связи упомянутых трех ее компонентов.

Выделяют первичную, вторичную и третичную профилактическую работу.

Первичная, или преимущественно социальная, профилактика направлена на сохранение и развитие условий, способствующих здоровью, и на предупреждение неблагоприятного воздействия, на него факторов социальной и природной среды. Первичная профилактика является массовой и наиболее эффективной. Она основывается на комплексном системном исследовании влияния условий и факторов социальной и природной среды на здоровье. В рамках первичной профилактики проводятся меры зашиты, которые воздействуют либо на неблагоприятные факторы, либо на повышение устойчивости состояния подростка.

Задача вторичной – социально-медицинской – профилактики состоит в возможно более раннем выявлении негативных изменений в эмоциональном и физическом состоянии организма, поэтому она основывается на результатах медицинских обследований. Затем проводится индивидуальная коррекция систем жизнеобеспечения организма. Вторичная профилактика состоит в выявлении групп риска, которым предоставляется полная комплексная помощь. Проводится оздоровление окружающей подростка микросоциальной среды, применяется вся система мер воспитательного воздействия.

Третичная, или преимущественно медицинская, профилактика направлена на предупреждение перехода агрессивности в заболевание, на предупреждение обострений негативных проявлений агрессивности.

Нас интересует в первую очередь уровень профилактических программ, предназначенных для непосредственной работы с подростками. Прежде всего, важна первичная профилактика, являющаяся массовой и наиболее эффективной.

Недостаточные результаты профилактической работы и серьезность проблемы привели к множеству исследований факторов риска возникновения агрессивности у подростков в школе и их дальнейшем обучении. Все исследования показывали отсутствие одного ведущего фактора и наличие множества различных предпосылок и причин возникновения агрессивности у подростков. Стали развиваться программы профилактики, ориентированные именно на снижение тех или иных факторов риска возникновения агрессивности у подростков.

Во второй половине 70-х годов стали появляться программы, в центре внимания которых находились психологические черты и «жизненные навыки», отличавшие подростков с агрессивностью от подростков без агрессивности. Была выявлена связь между возникновением агрессивности у подростков и такими переменными, как низкая самооценка, недостаточные навыки принятия решений, слабые коммуникативные умения. К этим программам близки тренинги социальных навыков.

В настоящее время все чаще создаются комплексные программы, объединяющие сразу несколько стратегий (обучение навыкам общения, решения проблем, сопротивления давлению, развитие самооценки и т.д.).

Эти программы предлагают системный метод, посредством которого учителя могут помочь детям дошкольного и младшего школьного возраста приобрести навыки и знания, необходимые для того, чтобы самостоятельно справиться с возникающей тревожностью. В них в том или ином объеме практически во всех программах предполагается развитие следующих навыков:

1. Общение.
2. Межличностные контакты.
3. Сопротивление негативным влияниям сверстников.

4. Совладание с эмоциями (саморегуляция).

При разработке и внедрении профилактических программ в отношении профилактики агрессивности подростков можно выделить ряд принципов, на которых должна базироваться подобная работа.

Принцип 1. Рассмотрение первичной профилактики как профилактики начала возникновения агрессивности. Необходимо проведение работы со всеми подростками, не только с одним человеком, чтобы успеть установить, какие именно факторы приводят к возникновению агрессивности в конкретной группе подростков.

Принцип 2. Учет множественности факторов риска. Направленность на снижение внутренних факторов риска и развитие возможностей противостояния внешним факторам риска.

Биологические факторы риска. К ним относятся наследственная предрасположенность и психофизиологические особенности индивида (врожденные и приобретенные нарушения метаболизма, эндокринные нарушения, патологии мозга и др.). Различные психические и соматические заболевания являются факторами риска более быстрого развития зависимости в силу ослабления защитных сил организма. Но косвенно они могут выступать и факторами риска возникновения агрессивности.

Среди психологических, или внутренних, факторов риска возникновения состояния агрессивности у подростков можно выделить следующие: ощущение собственной незначимости и ненужности, низкая или неустойчивая самооценка, неуверенность в себе, низкая стрессоустойчивость, недостаточный самоконтроль, недостаточная самодисциплина, неумение или неспособность выражать свои чувства и реакции на себя самого, на других и на ситуацию, неспособность здраво рассуждать и делать выбор, недостаточное понимание правил, непонимание того, что все решения имеют последствия, непонимание и неприятие социальных норм и ценностей, бедность интересов, слабость мотивации к учебе, девиации поведения (пропуски занятий, плохая дисциплина в школе и т.д.), низкие коммуникативные и эмпатийные способности, неумение

получать удовольствие социально-адаптивными способами, жажда нового, любопытство, эмоциональная восприимчивость.

Среди социальных факторов иногда выделяют микросоциальные факторы применительно к проблеме профилактики возникновения агрессивности.

Микросоциальные факторы риска связаны с непосредственным социальным окружением положением в семье, в школе, в группе сверстников и т.д. Сюда относятся:

1. Отсутствие взаимной эмоциональной привязанности родителей, частые ссоры, отсутствие эмоционально теплых отношений между родителями и подростками.

2. Плохо организованная среда без установленных правил, четкой дисциплины, должных требований и контроля.

3. Несоблюдение семьей или друзьями норм социального поведения.

4. Случаи насилия в семье.

5. Слабые социальные связи (отсутствие ощущения принадлежности к какой-либо социальной группе).

6. Недостаточная связь с институтами социализации (школой, внешкольными учреждениями, детскими или молодежными организациями и т.п.), где могут развиваться социально-адаптивные формы поведения.

Возникновению агрессивности у подростков препятствуют:

1. Социальная компетентность, успешное овладение социально-психологическими навыками, включая коммуникативные умения; умение справляться со стрессом, умение принимать решения, развитие внутреннего самоконтроля и т.д.

2. Адаптация к социокультурному окружению.

3. Ролевое развитие – умение принимать различные роли.

4. Наличие просоциальной референтной группы, деятельность которой признается и одобряется.

5. Хорошие взаимоотношения в ближайшем социальном окружении, возможность активного участия в работе социальной группы.

6. Активный образ жизни и чувство юмора.

7. Умение брать на себя ответственность.

8. Позитивная концепция своего «я».

Принцип 3. Опережающая профилактика по отношению к возрастным особенностям возникновения агрессивности. Поздно начинать первичную профилактику, когда подросток достиг состояния агрессивности. Профилактическая работа требует времени, и в таком случае мы можем не успеть. Профилактическая работа должна начинаться на 1 – 1,5 года раньше того возраста, на который приходится возникновение агрессивности.

Принцип 4. Непрерывность профилактической работы (регулярная систематическая работа в течение нескольких лет). Даже начав вовремя профилактическую работу, нельзя ограничиваться отдельными кратковременными воздействиями. Для того чтобы снизить факторы риска возникновения агрессивности, требуется не меньше времени, чем на то, чтобы возникло состояние агрессивности. Профилактическая работа должна продолжаться в течение нескольких лет, причем занятия должны проводиться не реже двух раз в месяц (а желательно и раз в неделю).

Принцип 5. Проведение основной работы на базе школы или учебно-воспитательного учреждения. Школы и учебно-воспитательные учреждения являются наиболее реальной базой для профилактических программ в силу возможности работы с большим количеством подростков и возможности использовать уже существующую материально-техническую базу и психолого-педагогические ресурсы.

Принцип 6. Вовлечение родителей. По возможности надо привлекать родителей к сотрудничеству, проводить занятия для них, так как они имеют наиболее сильное и продолжительное влияние на своего ребенка, в отличие от множества разных специалистов.

Принцип 7. Позитивная направленность профилактической работы. Навыки, которым учат подростка в программах профилактики, нужны ему в

повседневной жизни. Позитивная профилактика учит подростков самостоятельности и ответственности.

Принцип 8. Учет возрастных особенностей (ориентация на ведущую деятельность). Учитывая возрастную специфику, нужно подбирать ту или иную стратегию воздействия. Именно ориентация на ведущую деятельность, соответствующую тому или иному возрастному периоду, дает возможность выбрать наиболее эффективную стратегию воздействия.

Принцип 9. Сочетание групповой и индивидуальной работы. Основная часть профилактической работы является групповой. На групповых профилактических занятиях традиционно не касаются слишком личных вопросов. Если в групповой работе вдруг «выплывает» та или иная болезненная или очень личная для подростка проблема, она обязательно должна быть обсуждена потом в индивидуальном порядке.

Только соблюдение этих принципов позволит снизить риск возникновения агрессивности у подростков.

В ходе теоретического анализа проблемы агрессивного поведения подростков было установлено, агрессивность изучали представители различных научных школ. В основном эти теории группируются на несколько направлений, таких как «Теория влечения (психоаналитический подход – З. Фрейд, А. Адлер, Э. Фромм и т.д.)», где, в рамках психоаналитической теории агрессия трактуется как врожденное, инстинктивное свойство индивида и агрессия в той или иной форме всегда будет нас сопровождать. Кроме того, выделяются такие подходы как «Этологический подход» (К. Лоренц), а также «Фрустрационная теория» (гомеостатическая модель) – другое название – ситуативная теория агрессии (автор – Дж. Доллард). Кроме этих теорий есть также социобиологический подход, где основной акцент в изучении природы агрессии связывается с влиянием генов, так как они обеспечивают адаптивное поведение. Также существует еще одна крупная теория, – «Теория социального научения» (бихевиоральная модель – А. Бандура), где агрессия рассматривается как специфическое социальное поведение, которое усваивается и

поддерживается в основном так же, как и многие другие формы социального поведения.

В этой работе две теории берутся за основу в объяснении агрессивного поведения – «Теория социального научения» и «Фрустрационная модель».

В рамках этих двух подходов под агрессивным поведением понимается любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения. Под агрессивностью мы понимаем относительно устойчивую черту личности, проявляющуюся в готовности к агрессивному поведению.

Под агрессией понимается мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности).

Кроме вышеупомянутых теоретических подходов и определенных нами понятий, необходимо также отметить, что агрессия подростков также имеет свои возрастные особенности. Для подростков агрессия – почти возрастная норма, которая носит демонстративный характер. Периоды выраженной агрессивности ребенка, нарушающие его гармоничные отношения с окружающими и наблюдаемые в процессе нормального аффективного развития, в основном совпадают с переживаниями возрастных аффективных и личностных кризисов. Структура проявления различных форм агрессии обусловлена одновременно как возрастными, так и половыми особенностями. Внутри подросткового возраста, как у мальчиков, так и у девочек, существуют возрастные периоды с более высоким и более низким уровнем проявления агрессивного поведения.

Для того чтобы помочь подросткам справиться с агрессивностью, существует «профилактика». В профилактике агрессивности можно выделить три основных компонента: диагностика (отслеживание), служащая основой для

постановки целей последующей работы; отбор и применение методических средств; анализ промежуточных и конечных результатов, дающий возможность корректировать ход работы. Первичная профилактика является наиболее эффективной.

Также в процессе профилактики важно учитывать возрастные особенности подростка, его ведущую деятельность и строить профилактику с применением тех форм и средств, которые естественным образом будут включены в общую деятельность ребенка.

II ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ

2.1 Методическая подготовка и организация проведения исследования

Исследование проводилось на базе МО МВД России «Емельяновский» – Управление организации деятельности участковых уполномоченных полиции и подразделений по делам несовершеннолетних. Всего в исследовании участвовало 40 подростков – из них 20 подростков, проходивших мероприятия по профилактике агрессивности, и 20 подростков, не проходивших мероприятия по профилактике агрессивности.

Цель данной работы – изучение психологических условий профилактики агрессивности подростков.

В рамках нашего исследования мы решали следующие эмпирические задачи:

1. Постановка рабочей гипотезы.
2. Выбор методов и подбор методик для проведения эмпирического исследования.
3. Проведение качественного и количественного анализа полученных эмпирических данных.

Рабочая гипотеза исследования: существуют различия в структуре агрессивности подростков, проходящих профилактику агрессивного поведения и не проходящих профилактику агрессивного поведения.

В данной работе при выборе методик учитывалось:

1. Надежность методик по данным отечественных и зарубежных исследований.
2. Доступность методик для подростков.
3. Пригодность методик для группового обследования.

Полученные в ходе исследования диагностические данные, были в дальнейшем занесены в таблицы, и соответствующим образом проанализированы и интерпретированы.

Были в итоге выбраны для исследования следующие методики:

1. «Диагностика состояния агрессии» (Опросник А. Басса – А. Дарки).
2. Методика определения интегральных форм коммуникативной агрессивности – В.В. Бойко.
3. Опросник на изучение общей самооценки (Казанцевой Г.Н.).
4. Методика Карпова А.В. Диагностика рефлексии.
5. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филипса («Тест школьной тревожности Филипса»).
6. Опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И. Моросановой (ССПМ).

После того как был подобран пакет диагностических методик, был установлен контакт с администрацией и психологом учреждения на предмет возможности проведения исследования.

Затем вместе с ним были согласованы подобранные для исследования методики. После того, как было определено, какая группа испытуемых будет участвовать в исследовании, и в какое время это будет происходить, вся исследовательская работа перешла на второй этап.

Второй этап работы – диагностический этап – предполагал проведение диагностики.

Для проведения эмпирического исследования было выбрано время проведения исследования – чтобы испытуемые были в нормальном психологическом и физическом состоянии, не были утомлены или возбуждены. Таким образом, была выбрана середина недели (среда, четверг) и время (9.50 – 10.35).

Для любого исследования (эмпирического в том числе) важен характер отношения испытуемого к исследованию, наличие желания выполнять предлагаемые задания. С этой целью перед началом исследования было

осуществлено знакомство с испытуемыми, установлен контакт, что способствовало созданию положительного настроя и вызвало интерес и желание испытуемых принять участие в выполнении предложенных заданий (тестов).

Инструкции к выполнению составлялись на стадии планирования эмпирического исследования с учетом требований четкости, краткости и однозначности их формулировки. Во время проведения исследования все необходимые данные протоколировались. Впоследствии данные протоколов использовались при оценке результатов проведенного исследования.

После проведенного тестирования работа перешла на третий этап – аналитический, который предполагал проведение анализа и интерпретации полученных данных.

На этом этапе работы данные обрабатывались в соответствии с инструкциями тестов, а затем данные группировались в сводные таблицы. После этого проводился подсчет процентных долей наличия того или иного качества, свойства у испытуемых, а также проводился статистический анализ корреляционных взаимосвязей.

По окончании количественной обработки была проведена качественная обработка данных. Результаты качественной и количественной обработки данных представлены в подразделе 2.2.

2.2 Анализ результатов эмпирического исследования

В таблице 2.1 представлены результаты исследования по опроснику Басса – Дарки.

Таблица 2.1

Результаты диагностики, полученные в ходе изучения агрессивности подростков по опроснику Басса – Дарки

Изучаемые показатели	Подростки, проходящие профилактику агрессивности		Подростки без профилактики агрессивности	
	Количество подростков	%	Количество подростков	%
Физическая агрессия	7	35%	12	60%
Косвенная агрессия	14	70%	5	25%
Раздражение	8	40%	12	60%
Негативизм	11	55%	16	80%
Обида	3	15%	12	60%
Подозрительность	8	40%	18	90%
Вербальная агрессия	12	60%	16	80%
Чувство вины	4	20%	11	55%
Индекс агрессивности	9	45%	16	80%
Уровень агрессивности	7	35%	14	70%

В группе подростков, проходящих профилактику агрессивности, у большинства – 14 человек (70%), выявлено преобладание косвенной агрессии. Также у значительного числа испытуемых – у 12 человек (60%) преобладает вербальная агрессия, и у 11 человек (55%) преобладает негативизм. У менее чем половины испытуемых – у 9 человек (45%), был выявлено наличие высокого индекса агрессивности. У 8 человек (40%) выявлено наличие подозрительности и раздражения. Также у 7 человек (35%) выявлена склонность к физической агрессии и достаточно высокий уровень

агрессивности. Меньше всего было выявлено испытуемых с чувством вины – 4 человека (20%), и с чувством обиды – 3 человека (15%).

В группе подростков, не проходящих профилактику агрессивности, у большинства испытуемых – у 18 человек (90%), выявлен высокий уровень подозрительности. Также у большой доли испытуемых в этой группе у 16 человек (80%) выявлены высокие показатели негативизма, предпочтения вербальной агрессии, а также достаточно высокий индекс агрессивности. Высокий уровень агрессивности был выявлен у 14 человек (70%). У более чем половины детей – у 12 человек (60%) выявлено предпочтение ими физической агрессии, а также наличие у них раздражения и обиды. Также у 11 человек (55%) было выявлено наличие чувства вины, и только у самой малой части испытуемых - у 5 человек (25%) было выявлено предпочтение ими косвенной агрессии.

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

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

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

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

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

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

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

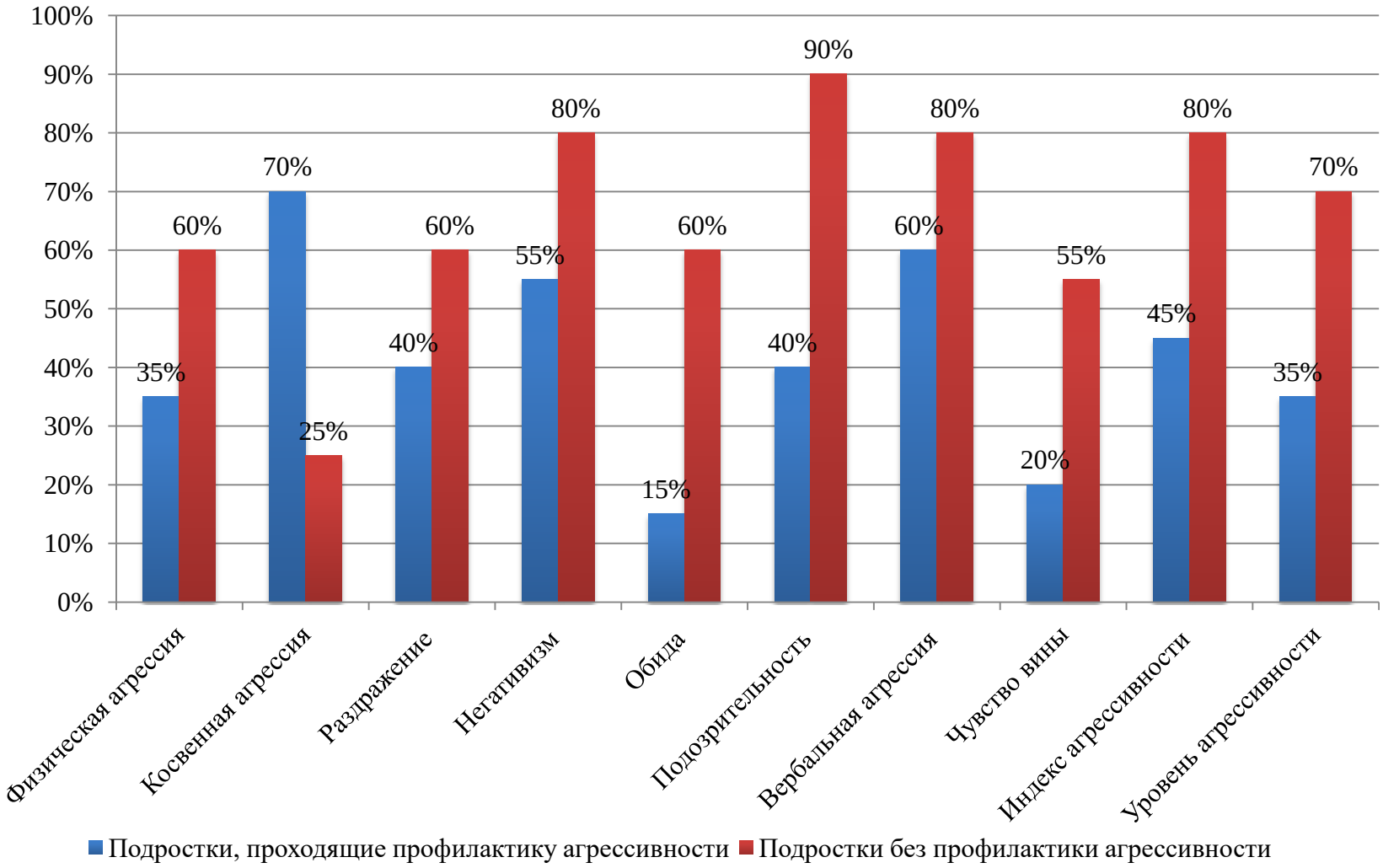

Рис. 2. 1 Результаты диагностики, полученные в ходе изучения агрессивности подростков по опроснику Басса - Дарки

Вывод по результатам проведенного изучения агрессивности подростков по опроснику Басса – Дарки:

1. В группе подростков, проходивших профилактику агрессивности 70% предпочитают косвенную агрессию, 60% предпочитают вербальную агрессию, и у 55% выражено наличие негативизма. 45% имеют высокий индекс агрессивности, 40% подозрительны и раздражены.

2. В группе подростков, не проходивших профилактику агрессивности у 90% имеется высокий уровень подозрительности, у 80% выявлен негативизм, предпочтение вербальной агрессии, высокий индекс агрессивности. Высокий уровень агрессивности выявлен у 70%, а также 60% подростков предпочитают физическую агрессию, и у них имеется раздражение и обида. 55% испытуемых имеет чувство вины.

Далее рассмотрим результаты изучения особенностей агрессивности у подростков по модифицированной методике определения интегральных форм коммуникативной агрессивности - В.В. Бойко. (см. таблицу 2.2, и рисунок 2.2)

Таблица 2.2

Результаты диагностики, полученные в ходе изучения агрессивности подростков по модифицированной методике определения интегральных форм коммуникативной агрессивности – В.В. Бойко

Изучаемые показатели	Подростки, проходящие профилактику агрессивности		Подростки без профилактики агрессивности	
	Количество подростков	%	Количество подростков	%
1	2	3	4	5
Спонтанность агрессии	5	25%	10	50%

Окончание таблицы 2.2

1	2	3	4	5
Неспособность тормозить агрессию	8	40%	12	60%
Неумение переключать агрессию	4	20%	7	35%
Анонимная агрессия	9	45%	15	75%
Провокация агрессии у окружающих	11	55%	7	35%
Склонность к отраженной агрессии	5	25%	12	60%
Аутоагрессия	8	40%	15	75%
Ритуализация агрессии	5	25%	6	30%
Склонность заражаться агрессией толпы	7	35%	9	45%
Удовольствие от агрессии	2	10%	6	30%
Расплата за агрессию	6	30%	9	45%

В группе проходящих профилактику агрессивности подростков у более чем у половины испытуемых – у 11 человек (55%), было выявлено предпочтение провокации агрессии у окружающих. У менее чем половины испытуемых этой группы – у 9 человек (45%), было выявлено предпочтение использования анонимной агрессии. Также у 8 человек (40%) была выявлена неспособность тормозить агрессию и аутоагрессия. У 7 человек (35%) была выявлена склонность заражаться агрессией толпы, и у 6 человек (30%) выявлена расплата за агрессию. У небольшой части испытуемых – у 5 человек (25%), было выявлено наличие спонтанности агрессии, склонность к отраженной агрессии, а также ритуализация агрессии. У 4 человек (20%) было

выявлено неумение переключать агрессию на деятельность или неодушевленные объекты, у самой малой части испытуемых – у 2 человек (10%), было выявлено стремление получать удовольствие от агрессии.

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков – у 15 человек, (75%) выявлено предпочтение анонимной агрессии, и аутоагрессии. Также у большой части испытуемых – у 12 человек (60%), была выявлена неспособность тормозить агрессию и склонность к отраженной агрессии. У половины испытуемых – у 10 человек (50%), выявлена спонтанность агрессии, а также у 9 человек (45%) выявлена тенденция внутренней расплаты за агрессию, и склонность заражаться агрессией толпы. У трети испытуемых группы – у 7 человек (35%), выявлено неумение переключать агрессию на деятельность или неодушевленные объекты, а также стремление провоцировать агрессию у окружающих. Самое малое количество испытуемых – 6 человек (30%), было выявлено со стремлением к ритуализации агрессии и стремлением получать удовольствие от агрессии.

Невысокий уровень агрессии отмечается у большинства опрашиваемых. Он обычно бывает обусловлен спонтанной агрессией и сопряжен с неумением переключать агрессию на деятельность и неодушевленные объекты (в этом, возможно, нет необходимости).

Средний уровень агрессии обычно выражается в спонтанности, некоторой анонимности и слабой способности к торможению.

Повышенный уровень агрессии, к атрибутам, характерным для ее среднего уровня, обычно добавляются показатели расплаты, провокации.

Очень высокий уровень агрессии связан с получением удовольствия от агрессии, перенятием агрессии толпы, провоцированием агрессии у окружающих.

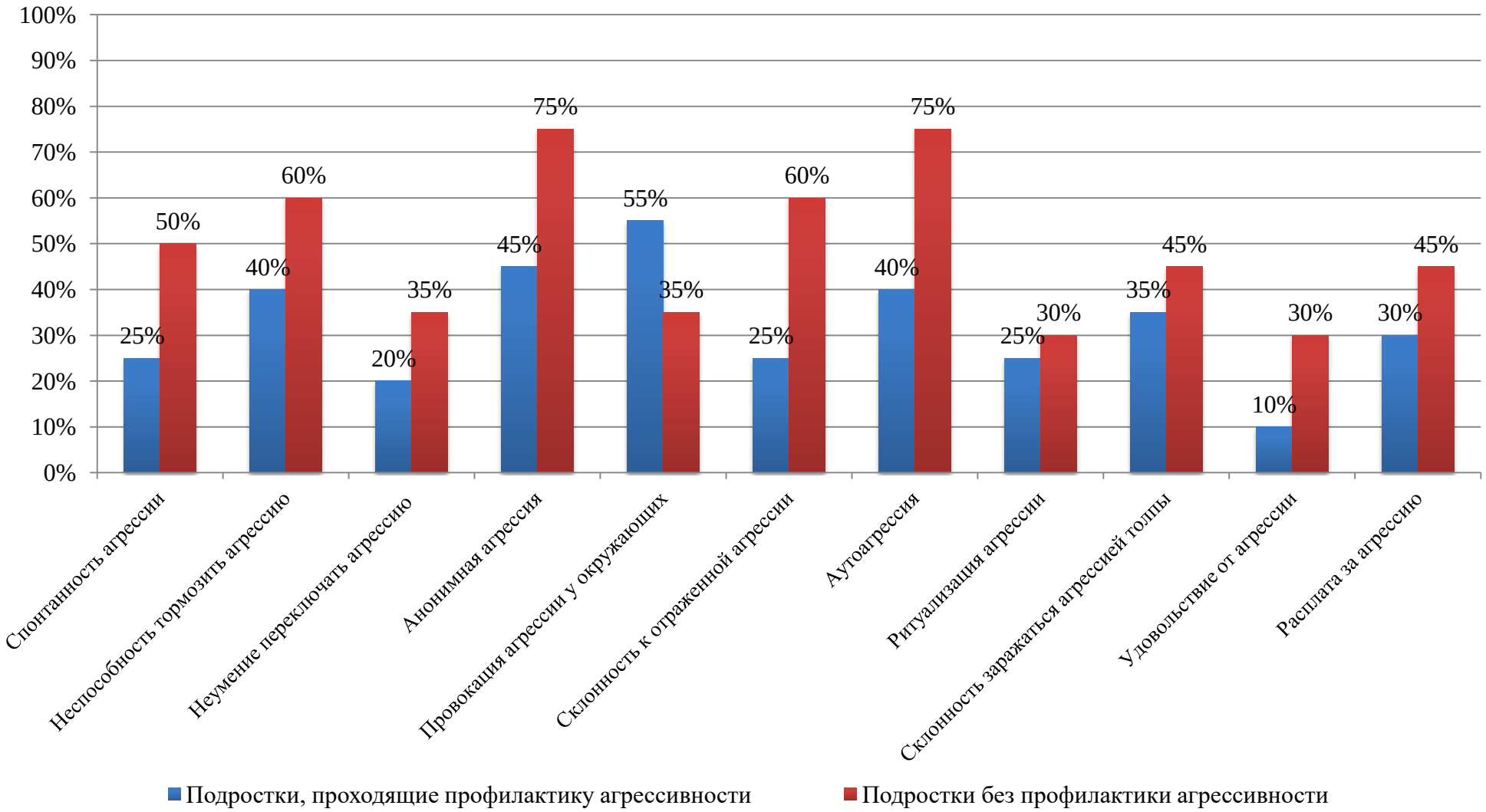

Рис 2.2 Результаты диагностики, полученные в ходе изучения агрессивности подростков по модифицированной методике определения интегральных форм коммуникативной агрессивности – В.В. Бойко

Вывод по результатам проведенного изучения агрессивности подростков по модифицированной методике определения интегральных форм коммуникативной агрессивности – В.В. Бойко:

1. В группе проходящих профилактику агрессивности подростков – 55% испытуемых предпочитают провокация агрессии у окружающих, 45% испытуемых предпочитают использование анонимной агрессии, и 40% испытуемых неспособны тормозить агрессию и аутоагрессию.

2. В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков, 75% предпочитают анонимную агрессию, и аутоагрессию. 60% испытуемых неспособны тормозить агрессию и имеют склонность к отраженной агрессии. 50% обладают спонтанностью проявлений агрессии, и 45% испытуемых имеют тенденцию внутренней расплаты за агрессию, а также имеют склонность заражаться агрессией толпы.

Таблица 2.3

Результаты диагностики, полученные в ходе изучения самооценки по Опроснику на изучение общей самооценки (Казанцевой Г.Н.)

Изучаемые показатели	Подростки, проходящие профилактику агрессивности		Подростки без профилактики агрессивности	
	Количество подростков	%	Количество подростков	%
Высокий уровень самооценки	5	25%	7	35%
Средний уровень	12	60%	11	55%
Низкий уровень самооценки	3	15%	2	10%

В группе проходящих профилактику агрессивности подростков у более чем у половины испытуемых – у 60%, был выявлен средний уровень самооценки. Подростки со средним уровнем самооценки характеризуются тем, что они редко страдают от «комплекса неполноценности» и время от времени стараются подладиться под мнения других. У 25% подростков выявлен высокий уровень самооценки. Подростки с высоким уровнем самооценки не отягощены «комплексом неполноценности», правильно реагируют на замечания других и редко сомневаются в своих действиях. У 15% подростков – низкий уровень самооценки. Подростки с низким уровнем самооценки болезненно переносят критику в свой адрес, стараются всегда считаться с мнениями других и часто страдают от «комплекса неполноценности».

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков – у 55%, был выявлен средний уровень самооценки, у 35% подростков выявлен высокий уровень самооценки, у 10% подростков – низкий уровень самооценки. учащийся редко страдает от «комплекса неполноценности» и время от времени старается подладиться под мнения других.

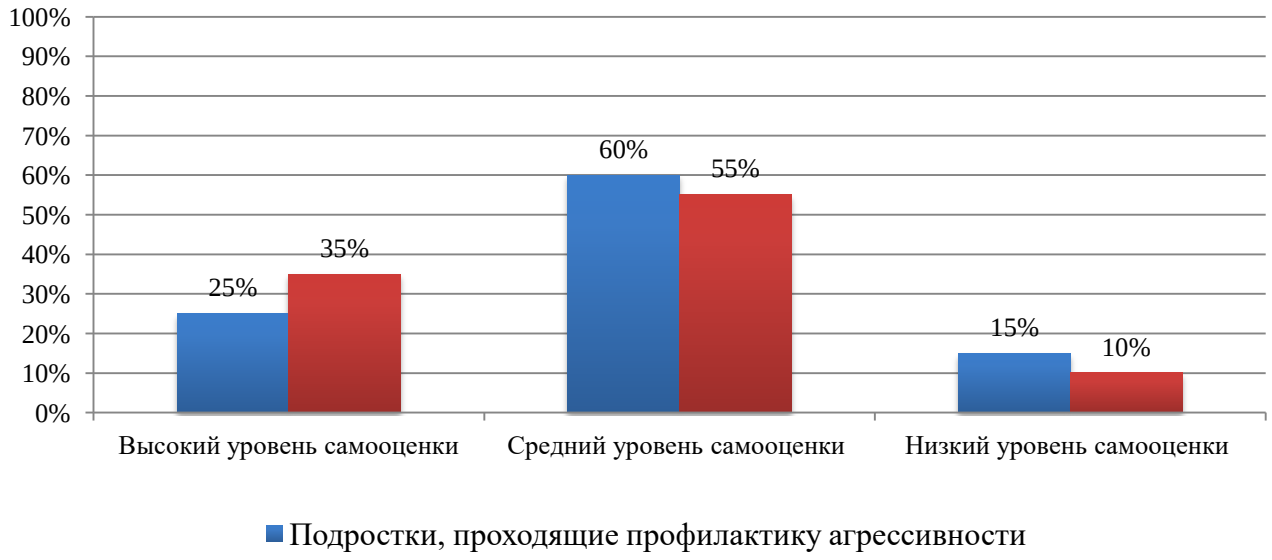

Рис. 2.3 Результаты диагностики, полученные в ходе изучения самооценки по Опроснику на изучение общей самооценки (Казанцевой Г.Н.)

Таблица 2.4

Результаты диагностики, полученные в ходе изучения рефлексии по методике Карпова А.В. «Диагностика рефлексии»

Изучаемые показатели	Подростки, проходящие профилактику агрессивности		Подростки без профилактики агрессивности	
	Количество подростков	%	Количество подростков	%
Высокий уровень рефлексии	2	10%	5	25%
Средний уровень рефлексии	7	35%	10	50%
Низкий уровень рефлексии	11	55%	5	25%

В группе проходящих профилактику агрессивности подростков у более чем у половины испытуемых – у 55%, был выявлен низкий уровень рефлексии. У 10% подростков выявлен высокий уровень рефлексии. У 35% подростков – средний уровень рефлексии.

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков – у 50%, был выявлен средний уровень рефлексии, у 25% подростков выявлен высокий уровень рефлексии, у 25% подростков – низкий уровень рефлексии.

Высокий уровень виктимности: высокая вероятность стать жертвой. Средний уровень виктимности: средняя вероятность стать жертвой. Низкий уровень виктимности: низкая вероятность стать жертвой.

Рис. 2.4 Результаты диагностики, полученные в ходе изучения рефлексии по методике Карпова А.В. «Диагностика рефлексии»

Таблица 2.5

Результаты диагностики, полученные в ходе изучения уровня школьной тревожности с помощью теста Филипса

Изучаемые показатели	Подростки, проходящие профилактику агрессивности		Подростки без профилактики агрессивности	
	Количество подростков	%	Количество подростков	%
1	2	3	4	5
Общая тревожность в школе	8	40%	5	25%
Переживания социального стресса	9	45%	3	15%

Окончание таблицы 2.5

1	2	3	4	5
Фрустрация потребности в достижении успеха	11	55%	7	35%
Страх самовыражения	5	25%	7	35%
Страх ситуации проверки знаний	4	20%	12	60%
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	11	55%	14	70%
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	5	25%	9	45%
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	8	40%	10	50%

В группе проходящих профилактику агрессивности подростков у более чем у половины испытуемых – у 55%, были выявлены фрустрация потребности в достижении успеха – неблагоприятный психический фон, не позволяющий развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата, и был выявлен страх не соответствовать ожиданиям окружающих. Также у 45%установлено переживание социального стресса – эмоциональное состояние,

на фоне которого развиваются социальные контакты, и у 40% подростков выявлена общая тревожность в школе, проблемы и страхи в отношениях с учителями. Кроме того, у 25% подростков выявлен страх самовыражения – негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей, а также была выявлена низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, что снижает приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды. Страх ситуации проверки знаний, достижений, возможностей установлен только у 20% подростков.

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков – у 70%, был установлен страх не соответствовать ожиданиям окружающих. Также у 60% подростков был выявлен страх ситуации проверки знаний – переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей. Кроме того, у 50% подростков были установлены проблемы и страхи в отношениях с учителями, что вероятно в целом снижает успешность обучения подростков.

Кроме того, у 45% подростков выявлена низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – низкая приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

Также у 35% подростков выявлено наличие фрустрации потребности в достижении успеха, страх самовыражения, в форме неблагоприятного психического фона, не позволяющего развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д. Только у 25% подростков имеется общая тревожность в школе, и только у 15% подростков имеются переживания социального стресса 15%.

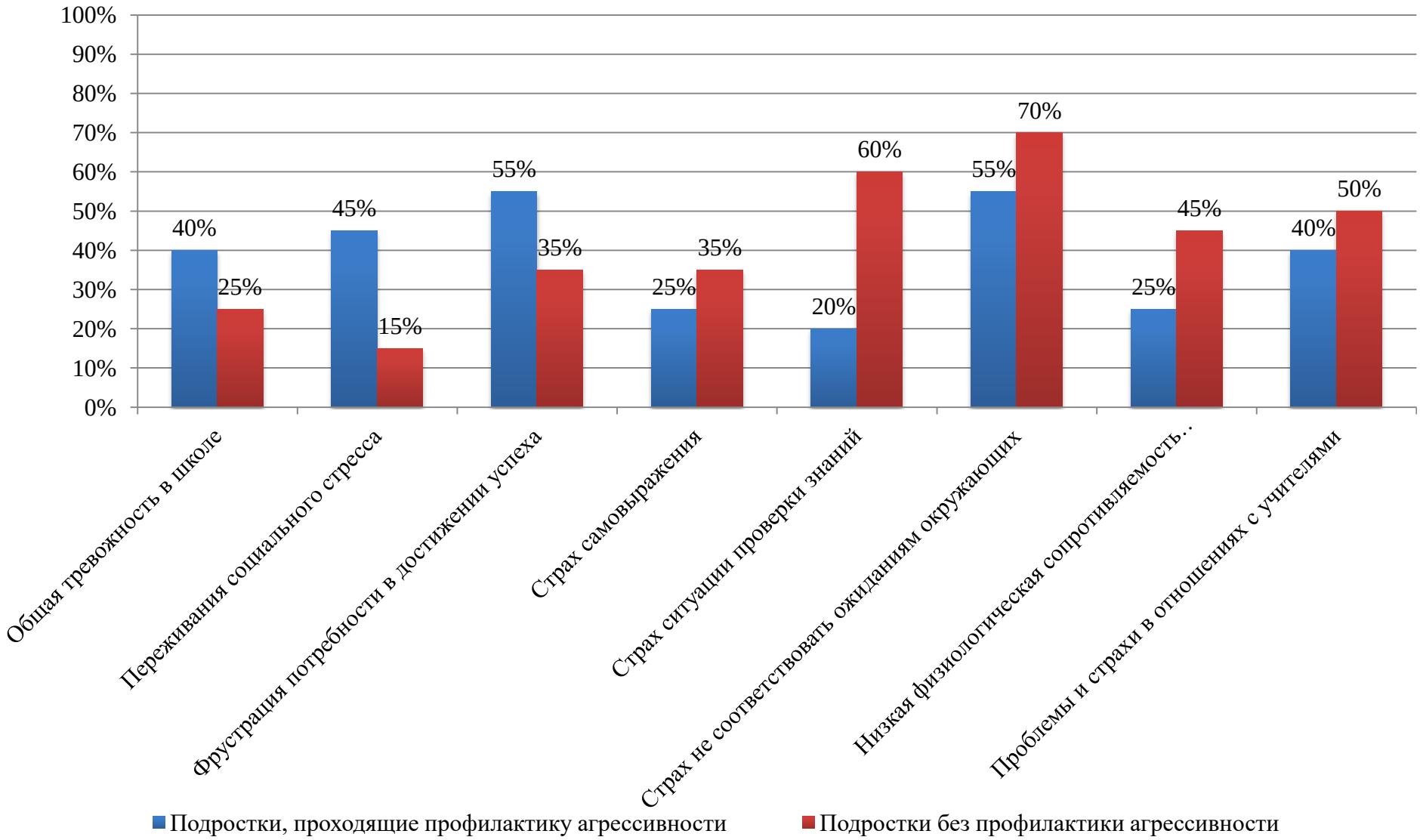

Рис. 2.5 Результаты диагностики, полученные в ходе изучения уровня школьной тревожности с помощью теста Филипса

Таблица 2.6

Результаты диагностики, полученные в ходе изучения индивидуального стиля саморегуляции поведения с помощью опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И.Моросановой (ССПМ)

Изучаемые показатели	Подростки, проходящие профилактику агрессивности		Подростки без профилактики агрессивности	
	Количество подростков	%	Количество подростков	%
Планирование	11	55%	16	80%
Моделирование	6	20%	15	75%
Программирование	8	40%	11	55%
Оценка результатов	13	65%	17	85%
Гибкость	6	30%	12	60%
Самостоятельность	14	70%	16	80%
Общий уровень саморегуляции	16	80%	17	85%

В группе проходящих профилактику агрессивности подростков у 80% испытуемых был выявлен высокий общий уровень саморегуляции, а также у 70% подростков выявлен сформированная самостоятельность. Также установлено, что 65% подростков могут оценивать результаты своей деятельности, 55% подростков способны к ее планированию, 40% подростков имеют развитое программирование своей деятельности. Кроме того, 30% подростков обладают гибкостью в саморегуляции своей деятельности, а также 20% подростков имеют сформированное моделирование своей деятельности.

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков – у 85% испытуемых сформирована оценка результатов своей деятельности, а также

имеется высокий общий уровень саморегуляции. Также 80% подростков самостоятельны и способны к планированию своей деятельности. Кроме того, 75% подростков обладают развитым моделированием, 60% подростки демонстрируют гибкость в деятельности, и 55% подростков способны к ее программированию.

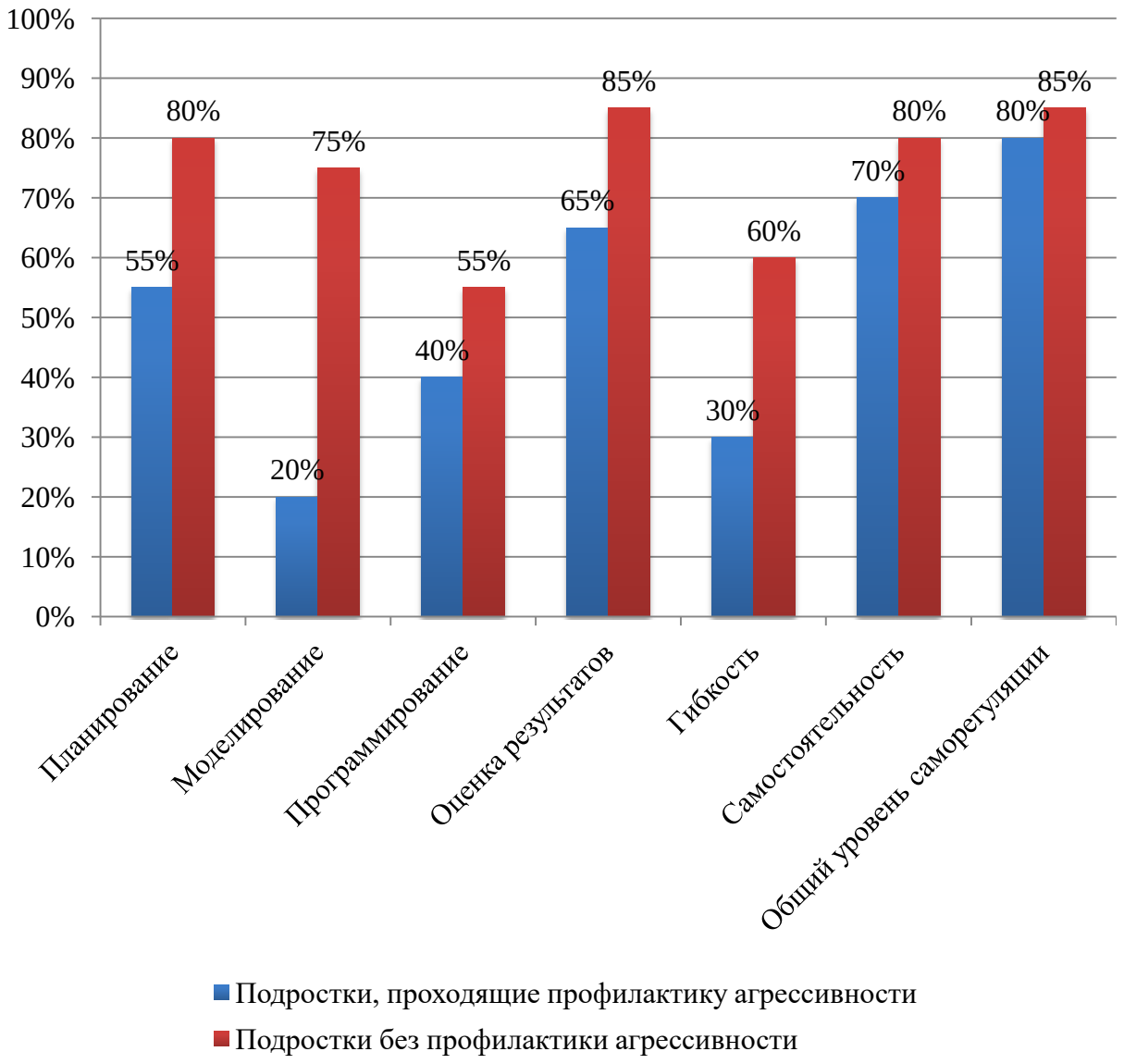

Рис. 2.6 Результаты диагностики, полученные в ходе изучения индивидуального стиля саморегуляции поведения с помощью опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И. Моросановой (ССПМ)

Таблица 2.7

Корреляционные взаимосвязи между показателями методики «Басса – Дарки» и показателями «Теста школьной тревожности Филлипса» в группе не проходивших профилактику агрессивности подростков.

Изучаемые показатели		Тревожность в школе (тест Филлипса)							
		Общая тревожность в школе	Переживания социального стресса	Фрустрация потребности в достижении успеха	Страх самовыражения	Страх ситуации проверки знаний	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	Проблемы и страхи в отношениях с учителями
1		2	3	4	5	6	7	8	9
Басса - Дарки	Физическая агрессия	0,55 xxx							
	Косвенная агрессия								
	Раздражение								
	Негативизм						0,53 xxx		
	Обида								

Окончание таблицы 2.7

1		2	3	4	5	6	7	8	9
	Подозрительность								
	Вербальная агрессия								0,48 xx
	Чувство вины			-0,48 xx					
	Индекс агрессивности								
	Уровень агрессивности	0,48 xx					0,48 xx		

Примечание:

xx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,05 (95%);

xxx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,01 (99%)

В ходе проведенного корреляционного анализа была выявлена взаимосвязь между показателями методики изучения агрессивности «Басса - Дарки» и показателями методики «Тест школьной тревожности Филлипса», и в итоге установлено, что чем выше общая тревожность, тем сильнее стремление к физической агрессии, тем сильнее общий уровень агрессивности. Чем сильнее страх не соответствовать ожиданиям окружающих, тем выше негативизм, и тем выше уровень агрессивности. Чем сильнее проблемы и страхи в отношениях с учителями, тем сильнее вербальная агрессия.

Таблица 2.8

Корреляционные взаимосвязи между показателями методики «Басса – Дарки» и показателями опросника на изучение общей самооценки (Казанцевой Г.Н.), и показателями методики Карпова А.В. «Диагностика рефлексии» в группе не проходивших профилактику агрессивности подростков

Изучаемые показатели		Общая самооценка	Рефлексия
Басса - Дарки	Физическая агрессия		
	Косвенная агрессия		
	Раздражение		
	Негативизм		
	Обида	-0,48 xx	
	Подозрительность		
	Вербальная агрессия		0,44 xx
	Чувство вины		
	Индекс агрессивности	0,48 xx	
	Уровень агрессивности		

Примечание:

xx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,05 (95%)

xxx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,01 (99%)

В ходе проведенного корреляционного анализа была выявлена взаимосвязь между показателями методики изучения агрессивности «Басса – Дарки» и показателями опросника на изучение общей самооценки (Казанцевой Г.Н.), и показателями методики Карпова А.В. «Диагностика рефлексии», и в итоге установлено, что чем сильнее обида, тем ниже самооценка. При этом высокий индекс агрессивности означает также и высокую самооценку. Чем сильнее вербальная агрессия, тем сильнее развита рефлексия.

Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.

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

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

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

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

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

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

Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести. Негативные установки, при которых нам кажется, что совершенные нами поступки, а в некоторых случаях и мы сами.

Таблица 2.9

Корреляционные взаимосвязи между показателями методики «Басса – Дарки» и показателями опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И. Моросановой. (ССПМ) в группе не проходивших профилактику агрессивности подростков

Изучаемые показатели		Стиль саморегуляции поведения						
		Планирование	Моделирование	Программирование	Оценка результатов	Гибкость	Самостоятельность	Общий уровень саморегуляции
1		2	3	4	5	6	7	8
Басса - Дарки -	Физическая агрессия							
	Косвенная агрессия					-0,54 xxx		
	Раздражение							
	Негативизм	0,48 xx						

Окончание таблицы 2.9

1		2	3	4	5	6	7	8
	Обида							
	Подозрительность					-0,63 xxx		
	Вербальная агрессия							
	Чувство вины							-0,54 xxx
	Индекс агрессивности							
	Уровень агрессивности						0,58 xxx	

Примечание:

xx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,05 (95%)

xxx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,01 (99%)

Таблица 2.10

Корреляционные взаимосвязи между показателями методики «Басса – Дарки» и показателями «Теста школьной тревожности Филлипса» в группе проходивших профилактику агрессивности подростков.

Изучаемые показатели		Тревожность в школе (тест Филлипса)							
		Общая тревожность в школе	Переживания социального стресса	Фрустрация потребности в достижении успеха	Страх самовыражения	Страх ситуации проверки знаний	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	Проблемы и страхи в отношениях с учителями
1		2	3	4	5	6	7	8	9
Басса - Дарки -	Физическая агрессия		0,48 xx					0,48 xx	
	Косвенная агрессия								
	Раздражение								
	Негативизм			0,65 xxx					0,55 xxx

Окончание таблицы 2.10

1		2	3	4	5	6	7	8	9
	Обида								
	Подозрительность					0,46 xx			
	Вербальная агрессия								
	Чувство вины								
	Индекс агрессивности								
	Уровень агрессивности			0,43 xx					0,48 xx

Примечание:

xx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,05 (95%)

xxx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,01 (99%)

В ходе проведенного корреляционного анализа (Таблица 2.9) была выявлена взаимосвязь между показателями методики изучения агрессивности «Басса – Дарки» и показателями опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И. Моросановой (ССПМ), установлено, что чем сильнее негативизм, тем сильнее склонность к планированию. Чем сильнее гибкость в саморегуляции, тем менее развита косвенная агрессия, и подозрительность. Чем сильнее самостоятельность – тем сильнее уровень агрессивности. Чем выше общий уровень саморегуляции, тем ниже чувство вины.

В ходе проведенного корреляционного анализа (Таблица 2.10) была выявлена взаимосвязь между показателями методики изучения агрессивности «Басса - Дарки» и показателями методики «Тест школьной тревожности Филлипса», и в итоге установлено, что чем выше переживание стресса, тем сильнее склонность к физической агрессии. Чем сильнее фрустрация потребности в достижении успеха, тем сильнее склонность к негативизму, и тем выше уровень агрессивности. Чем сильнее страх ситуации проверки знаний, тем сильнее подозрительность. Также, чем ниже физиологическая сопротивляемость стрессу, тем выше склонность к физической агрессии. Чем сильнее проблемы и страхи в отношениях с учителями, тем сильнее негативизм, и уровень агрессивности.

Таблица 2.11

Корреляционные взаимосвязи между показателями методики «Басса – Дарки» и показателями опросника на изучение общей самооценки (Казанцевой Г.Н.), и методике Карпова А.В. «Диагностика рефлексии» в группе проходивших профилактику агрессивности подростков

Изучаемые показатели		Общая самооценка	Рефлексия
	Физическая агрессия		

Окончание таблицы 2.11

	Косвенная агрессия		
	Раздражение		0,58 xxx
	Негативизм		
	Обида		
	Подозрительность		
	Вербальная агрессия	0,44 xx	
	Чувство вины		0,48 xx
	Индекс агрессивности		
	Уровень агрессивности		

Примечание:

xx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,05 (95%)

xxx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,01 (99%)

В ходе проведенного корреляционного анализа была выявлена взаимосвязь между показателями методики изучения агрессивности «Басса – Дарки» и показателями опросника на изучение общей самооценки (Казанцевой Г.Н.), и показателями методики Карпова А.В. «Диагностика рефлексии», и в итоге установлено, что чем сильнее развита рефлексия, тем сильнее раздражительность, и чувство вины. Чем выше самооценка – тем сильнее предпочтение вербальной агрессии.

Таблица 2.12

Корреляционные взаимосвязи между показателями методики «Басса - Дарки» и показателями опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И. Моросановой (ССПМ) в группе проходивших профилактику агрессивности подростков

Изучаемые показатели		Стиль саморегуляции поведения						
		Планирование	Моделирование	Программирование	Оценка результатов	Гибкость	Самостоятельность	Общий уровень саморегуляции
1		2	3	4	5	6	7	8
Басса - Дарки -	Физическая агрессия				0,52 xxx			
	Косвенная агрессия			-0,43 xx				
	Раздражение							
	Негативизм							
	Обида							

Окончание таблицы 2.12

1		2	3	4	5	6	7	8
	Подозрительность							
	Вербальная агрессия		0,55 xxx					
	Чувство вины							
	Индекс агрессивности							
	Уровень агрессивности				0,46 xx			

Примечание:

xx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,05 (95%)

xxx -достоверность выявленной взаимозависимости p=0,01 (99%)

В ходе проведенного корреляционного анализа была выявлена взаимосвязь между показателями методики изучения агрессивности «Басса – Дарки» и показателями опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И. Моросановой (ССПМ), установлено, что чем сильнее склонность к моделированию, тем сильнее развита вербальная агрессия. Также, чем сильнее склонность к программированию, тем ниже косвенная агрессия. Чем более развита способность к оцениванию результатов, тем больше склонность к физической агрессии, и тем более высокий уровень агрессивности.

Таким образом, в группе подростков, не проходивших профилактику агрессивности, чем больше спонтанность агрессии, тем больше раздражение и чувство обиды у подростков. Было установлено, что чем больше развита аутоагрессия, тем больше развита подозрительность у подростков. Чем больше агрессия у подростков, тем больше их раздражение. Чем выше общая тревожность, тем сильнее стремление к физической агрессии, тем сильнее общий уровень агрессивности. Чем сильнее фрустрация потребности в достижении успеха, тем ниже чувство вины. Чем сильнее страх не соответствовать ожиданиям окружающих, тем выше негативизм, и тем выше уровень агрессивности. Чем сильнее проблемы и страхи в отношениях с учителями, тем сильнее вербальная агрессия. Чем сильнее обида, тем ниже самооценка. При этом высокий индекс агрессивности означает также и высокую самооценку. Чем сильнее вербальная агрессия, тем сильнее развита рефлексия. Чем сильнее негативизм, тем сильнее склонность к планированию. Чем сильнее гибкость в саморегуляции, тем менее развита косвенная агрессия, и подозрительность. Чем сильнее самостоятельность – тем сильнее уровень агрессивности. Чем выше общий уровень саморегуляции, тем ниже чувство вины.

В группе подростков, проходивших профилактику агрессивности, чем больше спонтанность агрессии, тем больше чувство вины у подростков. Было также выявлено, что чем больше анонимность агрессии, тем больше чувство вины у подростков. Чем больше получают подростки удовольствие от агрессии,

тем выше у них индекс агрессивности. Чем больше агрессия, тем меньше чувство вины у подростков, тем больше их раздражение. Было выявлено, что чем больше анонимность агрессии у подростков, тем меньше агрессия у подростков. Чем выше переживание стресса, тем сильнее склонность к физической агрессии. Чем сильнее фрустрация потребности в достижении успеха, тем сильнее склонность к негативизму, и тем выше уровень агрессивности. Чем сильнее страх ситуации проверки знаний, тем сильнее подозрительность. Также, чем ниже физиологическая сопротивляемость стрессу, тем выше склонность к физической агрессии. Чем сильнее проблемы и страхи в отношениях с учителями, тем сильнее негативизм, и уровень агрессивности. Чем сильнее развита рефлексия, тем сильнее раздражительность, и чувство вины. Чем выше самооценка – тем сильнее предпочтение вербальной агрессии. Чем сильнее склонность к моделированию, тем сильнее развита вербальная агрессия. Также, чем сильнее склонность к программированию, тем ниже косвенная агрессия. Чем более развита способность к оцениванию результатов, тем больше склонность к физической агрессии, и тем более высокий уровень агрессивности.

2.3 Программа снижения агрессивности подростков

Работа по снижению агрессивного поведения у подростков имеет свои особенности.

Цель разработанной программы: провести тренинговую работу по снижению агрессивности подростков.

Задачи тренинга:

1. Научиться конструктивному взаимодействию.
2. Отработка навыков поведения и саморегуляции поведения.

3. Всесторонний анализ сильных и слабых сторон личности участника, направленный на формирование чувства внутренней устойчивости и доверия к самому себе.

При составлении тренинговой программы мы опирались на следующие принципы:

1. Принцип единства коррекционных, профилактических и развивающих задач, или принцип единства коррекции и развития. Данный принцип задает необходимость учета взаимосвязи всех задач коррекционно-развивающей деятельности, а также включает в себя понимание системной организации личности и ориентацию на зону ближайшего развития ребенка (Л. С. Выготский).

2. Принцип единства диагностики и коррекции. Данный принцип требует систематического контроля и фиксации изменений в психике и личности ребенка не только итоговой, но и текущей, что позволяет анализировать происходящие изменения и вести мониторинг эффективности осуществляемых воздействий.

3. Принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей, основанный на периодизациях психического развития.

4. Деятельностный принцип коррекции. Определяет тактику проведения, способы и средства реализации поставленных коррекционных задач. Означает опору на собственную активную деятельность ребенка.

5. Принцип комплексного использования методов и приемов коррекции. Задает необходимость учета особенностей социальной ситуации развития, возможностей группы в сочетании с индивидуальными формами работы.

Тренинговая программа, во-первых, основана на понимании уникальности каждого периода возрастного развития, во-вторых, построена с учетом основных возможностей и потребностей каждой возрастной стадии развития.

В работе с подростками мы отдаем предпочтение групповой форме проведения психологических занятий. Подростковый возраст является очень благоприятным временем для начала проведения подобной работы. На наших

занятиях мы развиваем у них навыки адекватных отношений со сверстниками и взрослыми. Программа призвана способствовать гармонизации отношений подростков с окружающей средой, их социализации, с целью снижения агрессивности.

Ведущий является одним из образцов поведения, которое он демонстрирует ученикам.

Структура занятий традиционна и состоит из вступления, основной части и заключения. Во вступлении ведущий может либо просто сообщить тему занятия, либо задать учащимся вопросы по обсуждаемой теме. Основная часть, как правило, содержит обсуждение и проигрывание ситуаций по предложенной теме, а заключительная направлена на анализ занятия, самопроверку и рефлексию.

В соответствии со сказанным основными задачами тренинговой работы являлись:

1. Создание благоприятного эмоционального климата в группе.
2. Развитие основных новообразований, способствующих успешности в школе, прежде всего развитие произвольностей.
3. Воспитание правильного отношения к результатам своей деятельности (умение правильно оценить их, опосредованно относиться к собственным успехам, неудачам) и деятельности других.
4. Расширение и обогащение навыков межличностных отношений со взрослыми и сверстниками, развитие адекватного отношения к оценкам и мнениям со стороны других людей.
5. Способствовать развитию мотива компетентности – стремления быть не хуже других, не мириться с собственной «неполноценностью», которая ведет к отказу от каких-либо попыток улучшить, изменить положение.

Тактика ведущего на протяжении занятий, его активность и поведение изменялись в течение всего срока развивающих занятий в зависимости от достигаемых целей развивающего процесса. При проведении тренинговых занятий учитывались кроме индивидуального темпа развития личностные

особенности подростков, еще и особенности строения их деятельности, исходный уровень развития ведущей мотивации и многие другие факторы.

На занятиях большое внимание уделялось сохранению тесной взаимосвязи знания, чувства, поведения в раскрытии и осмыслении решаемых проблем подростками, так как эта взаимосвязь трех сторон развития является необходимым для синергического эффекта занятий.

В заключении занятия можно использовать приемы, позволяющие выявить самооценку успешности подростков на разных этапах занятия и оценку со стороны сверстников

После проведенной тренинговой работы была снова проведена повторная диагностика – контрольный этап эксперимента.

Таблица 2.13

План проведения тренинга на снижение агрессивности

	Упражнения
1	2
День 1	1. Разминка
	2. «Эмоциональная диагностика»
	3. «Интервью»
	4. «Знакомство с эмоциональными состояниями»
	5. Процедура «Работа с негативными состояниями»
	6. «Мои отрицательные эмоции»
	7. «Спасибо за приятное занятие»
День 2	3. «Мои положительные эмоции»
	4. «Положительные эмоции на заказ»
	5. «Хорошее настроение»
	6. Ролевая игра «Сглаживание агрессии»
	7. Игра «Перетягивание каната»

Окончание таблицы 2.13

1	2
	8. «Спасибо за приятное занятие»
День 3	1. «Приветствие на сегодняшний день»
	2. «Эмоциональная диагностика»
	3. Игра «Да и нет»
	4. Обучение выходу из состояния агрессии
	5. «Влияние эмоциональных состояний на взаимоотношения»
	6. «Барьеры общения»
	7. «Пойми меня»
	8. «Спасибо за приятное занятие»
День 4	1. «Приветствие на сегодняшний день»
	2. «Эмоциональная диагностика»
	3. «Путешествие к центру своего Я»
	4. Игра-шутка «Пойми меня - 2»
	5. Игра с мячом «Что звучит обидно?»
	6. Упражнение на «Я – сообщение»
	7. «Спасибо за приятное занятие»
Подведение итогов работы группы	

В ходе проведенного изучения особенностей агрессивного поведения подростков были получены следующие результаты.

1. По опроснику Басса – Дарки выявлено, что в группе проходящих профилактику агрессивности подростков 70% предпочитают косвенную агрессию, 60% подростков предпочитают вербальную агрессию, и у 55% выражено наличие негативизма. 45% подростков имеют высокий индекс агрессивности, 40% подозрительны и раздражены.

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков, у 90% испытуемых имеется высокий уровень подозрительности, у 80% испытуемых

выявлен негативизм, предпочтение вербальной агрессии, высокий индекс агрессивности. Высокий уровень агрессивности выявлен у 70%, а также 60% подростков предпочитают физическую агрессию, и у них имеется раздражение и обида. 55% испытуемых имеет чувство вины.

2. По модифицированной методике определения интегральных форм коммуникативной агрессивности – В.В. Бойко было выявлено, что в группе проходящих профилактику агрессивности подростков 55% испытуемых предпочитают провокация агрессии у окружающих, 45% испытуемых предпочитают использование анонимной агрессии, и 40% испытуемых неспособны тормозить агрессию и аутоагрессию.

Также выявлено, что в группе не проходящих профилактику агрессивности подростков, 75% предпочитают анонимную агрессию, и аутоагрессию. 60% испытуемых неспособны тормозить агрессию и имеют склонность к отраженной агрессии. 50% обладают спонтанностью проявлений агрессии, и 45% испытуемых имеют тенденцию внутренней расплаты за агрессию, а также имеют склонность заражаться агрессией толпы.

3. По Опроснику на изучение общей самооценки (Казанцевой Г.Н.) было выявлено, что в группе проходящих профилактику агрессивности подростков у 60%, был средний уровень самооценки. У 25% подростков выявлен высокий уровень самооценки. У 15% подростков – низкий уровень самооценки.

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков – у 55%, был выявлен средний уровень самооценки, у 35% подростков выявлен высокий уровень самооценки, у 10% подростков – низкий уровень самооценки.

4. По методике Карпова А.В. «Диагностика рефлексии» в группе проходящих профилактику агрессивности подростков у 55%, был выявлен низкий уровень рефлексии. У 10% подростков выявлен высокий уровень рефлексии. У 35% подростков – средний уровень рефлексии.

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков – у 50%, был выявлен средний уровень рефлексии, у 25% подростков выявлен высокий уровень рефлексии, у 25% подростков – низкий уровень рефлексии.

5. По методике изучения уровня школьной тревожности с помощью теста Филипса, в группе проходящих профилактику агрессивности подростков у 55%, были выявлены фрустрация потребности в достижении успеха. У 45%установлено переживание социального стресса. У 40% подростков выявлена общая тревожность в школе, проблемы и страхи в отношениях с учителями. У 25% подростков выявлен страх самовыражения, и низкая физиологическая сопротивляемость стрессу. Страх ситуации проверки знаний, достижений, возможностей установлен у 20% подростков.

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков – у 70%, был установлен страх не соответствовать ожиданиям окружающих. Также у 60% подростков был выявлен страх ситуации проверки знаний, у 50% были установлены проблемы и страхи в отношениях с учителями. У 45% подростков выявлена низкая физиологическая сопротивляемость стрессу. Также у 35% подростков выявлено наличие фрустрации потребности в достижении успеха, страх самовыражения. Только у 25% подростков имеется общая тревожность в школе, и только у 15% подростков имеются переживания социального стресса 15%.

6. По опроснику «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И. Моросановой (ССПМ), в группе проходящих профилактику агрессивности подростков у 80% испытуемых выявлен высокий общий уровень саморегуляции, у 70% подростков выявлена сформированная самостоятельность. Также 65% подростков могут оценивать результаты своей деятельности, 55% подростков способны к ее планированию, 40% подростков имеют развитое программирование своей деятельности. Кроме того, 30% подростков обладают гибкостью в саморегуляции своей деятельности, а также 20% подростков имеют сформированное моделирование своей деятельности.

В группе не проходящих профилактику агрессивности подростков – у 85% испытуемых сформирована оценка результатов своей деятельности, а также имеется высокий общий уровень саморегуляции. Также 80% подростков самостоятельны и способны к планированию своей деятельности. Кроме того,

75% подростков обладают развитым моделированием, 60% подростки демонстрируют гибкость в деятельности, и 55% подростков способны к ее программированию.

В группе подростков, не проходивших профилактику агрессивности, чем больше спонтанность агрессии, тем больше раздражение и чувство обиды у подростков. Было установлено, что чем больше развита аутоагрессия, тем больше развита подозрительность у подростков. Чем больше агрессия у подростков, тем больше их раздражение. Чем выше общая тревожность, тем сильнее стремление к физической агрессии, тем сильнее общий уровень агрессивности. Чем сильнее фрустрация потребности в достижении успеха, тем ниже чувство вины. Чем сильнее страх не соответствовать ожиданиям окружающих, тем выше негативизм, и тем выше уровень агрессивности. Чем сильнее проблемы и страхи в отношениях с учителями, тем сильнее вербальная агрессия. Чем сильнее обида, тем ниже самооценка. При этом высокий индекс агрессивности означает также и высокую самооценку. Чем сильнее вербальная агрессия, тем сильнее развита рефлексия. Чем сильнее негативизм, тем сильнее склонность к планированию. Чем сильнее гибкость в саморегуляции, тем менее развита косвенная агрессия, и подозрительность. Чем сильнее самостоятельность – тем сильнее уровень агрессивности. Чем выше общий уровень саморегуляции, тем ниже чувство вины.

В группе подростков, проходивших профилактику агрессивности, чем больше спонтанность агрессии, тем больше чувство вины у подростков. Было также выявлено, что чем больше анонимность агрессии, тем больше чувство вины у подростков. Чем больше получают подростки удовольствие от агрессии, тем выше у них индекс агрессивности. Чем больше агрессия, тем меньше чувство вины у подростков, тем больше их раздражение. Было выявлено, что чем больше анонимность агрессии у подростков, тем меньше агрессия у подростков. Чем выше переживание стресса, тем сильнее склонность к физической агрессии. Чем сильнее фрустрация потребности в достижении успеха, тем сильнее склонность к негативизму, и тем выше уровень

агрессивности. Чем сильнее страх ситуации проверки знаний, тем сильнее подозрительность. Также, чем ниже физиологическая сопротивляемость стрессу, тем выше склонность к физической агрессии. Чем сильнее проблемы и страхи в отношениях с учителями, тем сильнее негативизм, и уровень агрессивности. Чем сильнее развита рефлексия, тем сильнее раздражительность, и чувство вины. Чем выше самооценка – тем сильнее предпочтение вербальной агрессии. Чем сильнее склонность к моделированию, тем сильнее развита вербальная агрессия. Также, чем сильнее склонность к программированию, тем ниже косвенная агрессия. Чем более развита способность к оцениванию результатов, тем больше склонность к физической агрессии, и тем более высокий уровень агрессивности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе теоретического анализа проблемы агрессивного поведения подростков было установлено, что под агрессивным поведением понимается любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения. Под агрессивностью мы понимаем относительно устойчивую черту личности, проявляющуюся в готовности к агрессивному поведению.

В ходе проведенного изучения особенностей агрессивного поведения подростков были получены следующие результаты.

Проходящие профилактику агрессивности подростки склонны к переживанию событий прошлого, агрессивно относятся к себе, относятся подозрительно к окружающим их людям, предпочитают косвенную и вербальную агрессию, у большинства из них имеется негативизм. Они также предпочитают провокацию агрессии у окружающих, в том числе и использование анонимной агрессии. В группе обычных подростков чем больше спонтанность агрессии, тем больше чувство вины у подростков. Было также выявлено, что чем больше спонтанность агрессии, тем больше чувство вины у подростков. Было также выявлено, что чем больше анонимность агрессии, тем больше чувство вины у подростков. Чем больше получают подростки удовольствие от агрессии, тем выше у них индекс агрессивности. Чем больше агрессия, тем меньше чувство вины у подростков, тем больше их раздражение. Было выявлено, что чем больше анонимность агрессии у подростков, тем меньше агрессия у подростков. Чем выше переживание стресса, тем сильнее склонность к физической агрессии. Чем сильнее фрустрация потребности в достижении успеха, тем сильнее склонность к негативизму, и тем выше уровень агрессивности. Чем сильнее страх ситуации проверки знаний, тем сильнее подозрительность. Также, чем ниже физиологическая сопротивляемость стрессу, тем выше склонность к физической агрессии. Чем сильнее проблемы и

страхи в отношениях с учителями, тем сильнее негативизм, и уровень агрессивности. Чем сильнее развита рефлексия, тем сильнее раздражительность, и чувство вины. Чем выше самооценка – тем сильнее предпочтение вербальной агрессии. Чем сильнее склонность к моделированию, тем сильнее развита вербальная агрессия. Также, чем сильнее склонность к программированию, тем ниже косвенная агрессия. Чем более развита способность к оцениванию результатов, тем больше склонность к физической агрессии, и тем более высокий уровень агрессивности.

Не проходящие профилактику агрессивности подростки, обладают высоким уровнем подозрительности, негативизмом, предпочтением вербальной агрессии, высоким индексом агрессивности. Также они предпочитают физическую агрессию, и обладают высоким показателями раздражения и обиды, имеют чувство вины. При этом большинство подростков предпочитают анонимную агрессию, и аутоагрессию, у них имеется неспособность тормозить свою агрессию и имеют склонность к отраженной агрессии. Большинство подростков, не проходящих профилактику агрессивности агрессивно относятся к окружающим, и постоянно переживают события своего прошлого, имеют потребность в защите от внешних угроз, имеют высокие показатели тревожности, относятся подозрительно к окружающим, и имеют внутренние страхи. У таких подростков, чем больше спонтанность агрессии, тем больше раздражение и чувство обиды у подростков. Было установлено, что чем больше развита аутоагрессия, тем больше развита подозрительность у подростков. Чем больше агрессия у подростков, тем больше их раздражение. Чем выше общая тревожность, тем сильнее стремление к физической агрессии, тем сильнее общий уровень агрессивности. Чем сильнее фрустрация потребности в достижении успеха, тем ниже чувство вины. Чем сильнее страх не соответствовать ожиданиям окружающих, тем выше негативизм, и тем выше уровень агрессивности. Чем сильнее проблемы и страхи в отношениях с учителями, тем сильнее вербальная агрессия. Чем сильнее обида, тем ниже самооценка. При этом высокий индекс агрессивности означает также и

высокую самооценку. Чем сильнее вербальная агрессия, тем сильнее развита рефлексия. Чем сильнее негативизм, тем сильнее склонность к планированию. Чем сильнее гибкость в саморегуляции, тем менее развита косвенная агрессия, и подозрительность. Чем сильнее самостоятельность – тем сильнее уровень агрессивности. Чем выше общий уровень саморегуляции, тем ниже чувство вины.

Для того чтобы помочь подросткам справиться с агрессивностью, существует такое направление психологической работы как «профилактика». В профилактике агрессивности можно выделить три основных компонента: диагностика (отслеживание), служащая основой для постановки целей последующей работы; отбор и применение методических средств; анализ промежуточных и конечных результатов, дающий возможность корректировать ход работы. Первичная профилактика является наиболее эффективной.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Агрессия и психическое здоровье / Под ред. Т. Б. Дмитриевой, Б. В. Шостаковича. – Санкт-Петербург : Речь, 2012. – 464 с.
2. Аболин, Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л. М. Аболин. – Казань : Казанск. ун-т, 1987. – 123 с.
3. Алфимова, М. В. Психогенетика агрессивности / М.В. Алфимова, В.И. Трубников // Вопросы психологии. – 2011. – № 6. – С. 115 – 121.
4. Батаринов, А. В. Диагностика темперамента и характера / А. В. Батаринов. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 420с.
5. Берковиц, Л. Агрессия. Причины, последствия и контроль / Л.Берковиц, А. Бандура. – Санкт-Петербург : Олма-Пресс, 2013 – 512 с.
6. Бандура, А. М. Подростковая агрессия / А. М. Бандура, Р. Уолтерс. – Москва : 2019 – 512 с.
7. Бэрон, Р. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. – Санкт-Петербург : Питер, 2020. – 336 с.
8. Возрастные и гендерные особенности предрасположенности человека к рискованному поведению / М. Л. Борискин, И. В. Улесикова, Ю. А. Шатыр [и др.] // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. – 2018. – Т.6, № 4 (23). – С. 20 – 28.
9. Большой психологический словарь / Сост. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 811 с.
10. Ильин, Е. П. Психология агрессивного поведения / Е. П. Ильин. Санкт-Петербург : Питер, 2014. – 308 с.
11. Карпов, А. В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики / А. В. Карпов // Психологический журнал, 2003. – Т.24. – №5. – С. 39 – 44.
12. Клее, М. Психология подростка / М. Клее. – Москва : Просвещение, 2010. – 314 с.

13. Ковалева, А. И. Социализация личности: норма и отклонения / А. И. Ковалева. – Москва : Просвещение , 2006. – 346 с.

14. Кон, И.С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – Москва : Наука, 2009. – 366 с.

15. Корнилова, Т. И. Факторы социального и психологического неблагополучия подростков / Т. И. Корнилова // Вопросы психологии. – 2010. – № 1. – С. 107 – 122.

16. Кудрявцев, И. А. Криминальная агрессия / И. А. Кудрявцев, Н. А. Ратинова. – Москва : Академия, 2000. – 274 с.

17. Корытченкова, Н. И. Интегральные характеристики агрессивности личности / Н. И. Корытченкова, О. А. Ахвердова, С. С. Смагина // Вестник Кемеровского государственного университета. 2016. – № 4 (68). – С. 152 – 156.

18. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 512 с.

19. Круподер, Н. А. Понятие агрессивности и подходы к ее изучению / Н. А. Круподер // В мире научных открытий : материалы международной студенческой научной конференции. – 2017. – С. 90 – 92.

20. Леонгард, К. Акцентуированные личности / К. Леонгард. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2000. – 544с.

21. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев. – Москва : Наука, 2010. – 318 с.

22. Лоренц, К. Агрессия / К. Лоренц. – Москва : Просвещение., 1994. – 269 с.

23. Личко, А.Е. Акцентуации характера у подростков / А. Е. Личко. – Москва : Академия , 2003. – 424 с.

24. Личко, А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков Психология индивидуальных различий / А. Е. Личко. – Москва : МГУ, 1982. – 318с.

25. Марасанов, Г. И. Методы моделирования и анализа ситуаций в социально-психологическом тренинге / Г. И. Марасанов. – Киров, 2005. – 226 с.

26. Метод беседы в психологии : Учебное пособие для студентов факультетов психологии высших учебных заведений / Ред.-сост. А.М. Айламазян. – Москва : Смысл, 2009. – 222 с.

27. Михайлова, О.Б. Агрессивность личности: основные подходы и перспективы в изучении / О.Б. Михайлова, С. М. Сафи, А. В. Шептура // Мир науки. – 2017. – Т. 5. – № 6. – С. 83.

28. Можгинский, Ю. Б. Агрессивность детей и подростков: распознание, лечение, профилактика / Ю. Б. Можгинский. – Москва : Когито - Центр, 2008. – 184 с.

29. Моросанова, В. И. Индивидуальные особенности и саморегуляция агрессивного поведения / В. И. Моросанова // Вопросы психологии. – 2009. – №3. – С. 451.

30. Мухина, В. С. Возрастная психология / В. С. Мухина. – Москва : Академия, 1999. – 608 с.

31. Психологический словарь / Под общей науч. ред. П. С. Гуревича. – Москва : ОЛМА Медиа Групп, ОЛМА ПРЕСС Образование, 2014. – 800 с.

32. Психологический словарь / Под ред. В.В. Юрчук. – Москва : Академия, 2011. – 704 с.

33. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. – 3-е изд. – Москва : Прайм-Еврознак, 2012. – 633 с.

34. Паренс, Г. Агрессия наших детей / Г. Паренс. – Москва : Форум, 1997. – 160 с.

35. Понамарева, М. А. Психодиагностика личности: пособие для студентов вузов / М. А. Понамарева. – Минск : Тесей, 2008. – 316 с.

36. Расулова, Ф.Ф. Агрессивное поведение и агрессивность личности / Ф.Ф. Расулова // Путь науки. – 2016. – № 7 (29). – С. 84 – 85.

37. Реан, А. А. Гендерные различия структуры агрессивности у подростков / А. А. Реан, Н. Б. Трофимова // Актуальные проблемы деятельности практических психологов. – 1999. – №3. – С. 6 – 7.

38. Реан, А. А. Психология подростка. Полное руководство / А. А. Реан. –

Санкт-Петербург : Прайм - Еврознак, 2008. – 213с.

39. Ремшмидт, Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности / Х. Ремшмидт. – Москва : АСТ, 2004. – 262 с.

40. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : ПитерКом, 2019. – 712 с.

41. Румянцева, Т. Г. Агрессия: проблемы и поиски в западной философии и науки / Т. Г. Румянцева. – Москва : Академия, 2010. – 150 с.

42. Румянцева, Т. Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии / Т. Г. Румянцева // Вопросы психологии. – 1991. – №1. – С. 81 – 87.

43. Рязанцева, Е. Агрессивный подросток / Е. Рязанцева // Будь здоров! – 2009. – №11. – С. 47.

44. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – Санкт-Петербург : Речь, 2003. – 350 с.

45. Хьелл Л., Теории личности. / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – Санкт-Петербург: Питер, 2017.

Приложение 1

«Диагностика состояния агрессии» (Опросник Басса - Дарки)

Текст опросника:

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбы.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я знаю, что люди обычно говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружественно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, иногда я хлопаю дверями.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется окружающим.
20. Если кто-то воображает из себя начальника, то я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, увиливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмехаются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.

30. Я требую, чтобы люди уважали мои права.
31. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
32. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их «щелкнули по носу».
33. От злости я иногда бываю мрачен.
34. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
35. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на него внимания.
36. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть.
37. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
38. Даже если я злюсь, я не прибегаю к «сильным» выражениям.
39. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.
40. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
41. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
42. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
43. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
44. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
45. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать все, что я о нем думаю.
46. Я делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
47. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
48. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.
49. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
50. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать.
51. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
52. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
53. Неудачи огорчают меня.
54. Я дерусь не реже и не чаще, чем другие.
55. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее.
56. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
57. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
58. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю.

59. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее.
60. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
61. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
62. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить.
63. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.
64. Я часто думаю, что жил неправильно.
65. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
66. Я не раздражаюсь из-за мелочей.
67. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
68. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
69. В последнее время я стал занудой.
70. В споре я часто повышаю голос.
71. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям.
72. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

Ключ:

- физическая агрессия: один балл за каждый «да» по вопросам: 1,25,33,48,55,62,68 один балл за каждый «нет» по вопросам: 9, 17, 41;

- косвенная агрессия: один балл за каждый «да» по вопросам: 2, 18, 34, 42, 56, 63 один балл за каждый «нет» по вопросам: 10, 26, 49;

- раздражение: один балл за каждый «да» по вопросам: 3,19,27,43,50,57,64,72 один балл за каждый «нет» по вопросам: 11, 35, 69;

- негативизм: один балл за каждый «да» по вопросам: 4, 12, 20, 28 один балл за каждый «нет» по вопросам: 36;

- обида: один балл за каждый «да» по вопросам: 5,13,21,29,37,51,58. один балл за каждый «нет» по вопросам: 44;

- подозрительность: один балл за каждый «да» по вопросам: 6,14,22,30,38,45,52,59 один балл за каждый «нет» по вопросам: 65, 70;

- вербальная агрессия: один балл за каждый «да» по вопросам: 7,15,23,31,46,53,60,71,73 один балл за каждый «нет» по вопросам: 39,66, 74, 75;

- чувство вины: один балл за каждый «да» по вопросам: 8,16,24,32,40,47,54,61,67.

Содержательная характеристика шкал:

1. Косвенная агрессия — понимается как агрессия, которая окольным путем направлена

на другое лицо (сплетни, злобные шутки) или как агрессия, которая ни на кого не направлена (взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топаний ногами и т.п.).

2. Раздражение — готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

3. Негативизм — оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Это поведение может проявляться в формах от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

4. Обида — зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи гнева на весь мир за действительные или вымышленные (мнимые) страдания.

5. Подозрительность — недоверие и осторожность по отношению к людям, основанная на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

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

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

Приложение 2

Уровень агрессивности (модификация для подросткового возраста)

Проверьте себя: Попробуйте выявить у себя агрессивные тенденции, отвечая «да» или «нет» на предлагаемые ниже суждения и ситуации.

1. Если я вижу, что мое раздражение или злость передается другим, то обычно тут же беру себя в руки.
2. Чтобы избавляться от накопившейся злости, я придумал себе особый ритуал: периодически колочу подушку, боксирую в стенку, бегаю вокруг дома и т. п.
3. На учебе обычно сдерживаюсь, а дома бываю невыдержанным.
4. Иногда я понимаю, что вызываю у кого-либо злость, раздражение, но мне трудно изменить свое поведение или не хочу это делать.
5. Если мне хамят, я, как правило, сдерживаю себя от резкости.
6. Иногда я честно признаюсь себе: я плохой человек.
7. Стоит мне разозлиться, как я добиваюсь своего от окружающих.
8. Нередко я оказываюсь вовлеченным в какую-нибудь противоборствующую группировку.
9. Время от времени меня словно тянет поругаться с кем-нибудь.
10. Я часто расплачиваюсь за свою резкость или грубость.
11. Часто какой-нибудь пустяк выводит меня из себя.
12. Разозлившись, я могу ударить кого-либо (ребенка, партнера и т. п.)
13. Чувствуя прилив злости, я могу разрядиться на неодушевленных предметах (бью кулаком о стол, что-нибудь ломаю, бью посуду).
14. Я позволяю себе злость или гнев там, где меня никто не знает.
15. Я знаю, что мой характер - не подарок.
16. Если кто-нибудь из знакомых плохо отзовется по моему адресу, я выскажу ему все, что думаю о нем.
17. Бывают минуты, когда я ненавижу или презираю себя.
18. Чтобы заставить себя сделать что-либо трудное или сложное, мне иногда надо себя хорошенько разозлить.
19. Бывало так, что я оказывался членом нехорошей компании (группировки).
20. Обычно, когда я поругаюсь с кем-нибудь, мне становиться легче.
21. Некоторые люди обижены на меня за мою резкость или злобу.
22. Когда я очень устаю, легко могу разозлиться, выйти из себя.

23. Моя злость обычно быстро проходит, если тот, кто ее вызвал, извиняется или признает свою неправоту.

24. Мне удается гасить раздражение и прочие напряженные состояния в активном отдыхе - в спорте, туризме, культурных мероприятиях.

25. Бывает, я выясняю отношения с продавцом или служащим на повышенных тонах.

26. У меня острый язык: палец мне в рот не клади.

27. Я обычно легко «завожусь», когда сталкиваюсь с грубостью, агрессивностью или злостью окружающих.

28. Многое из того плохого, что случилось со мной в жизни, я наверняка заслужил.

29. Злость чаще всего помогает мне в жизни.

30. Я часто ругаюсь в очередях.

31. Иногда мне говорят, что злюсь, но я этого не замечаю.

32. Переживание злости или гнева явно вредит моему здоровью.

33. Иногда я начинаю злиться ни с того ни с сего.

34. Если я разозлюсь, то чаще всего отхожу почти мгновенно.

35. Чтобы успокоить нервную систему, я часто специально начинаю заниматься каким-либо делом (чтение, телевизор, хозяйственные заботы, учеба).

36. В транспорте или в магазине я бываю более агрессивен, чем на работе.

37. Я человек резкий или очень категоричный.

38. Если кто-либо будет зло шутить по моему адресу, я скорее всего поставлю его на место.

39. Я часто злюсь на себя по какому-либо поводу.

40. В общении дома я часто специально придаю своему лицу суровое выражение.

41. Если бы понадобилось пойти на баррикады, я бы пошел.

42. Обычно моя злость дает мне импульс активности.

43. Бывает, я по несколько дней переживаю последствия того, что не смог сдержаться от злости.

44. Бывают моменты, когда мне кажется, что я всех ненавижу.

45. Когда я чувствую прилив злобы или агрессии, то часто ухожу куда-нибудь, чтобы никого не видеть и не слышать.

46. Я часто успокаиваю себя тем, что сгоняю зло на вещах обидчика.

47. Иногда в транспортной толчее или в очереди я бываю столь агрессивен, что потом переживаю неловкость за себя.

48. Я легко лажу с людьми, которые провоцируют грубость, или злость.

49. Если бог когда-нибудь накажет меня за мои грехи, то это будет заслуженно.

50. Чтобы повлиять на окружающих, я часто лишь изображаю гнев или злость, но глубоко не переживаю, не испытываю этих состояний.

51. Я бы принял участие в стихийном митинге протеста, чтобы отстаивать вместе со всеми свои насущные интересы.

52. После вспышки раздражения, злобы я обычно хорошо чувствую себя некоторое время.

53. Моя раздражительность отрицательным образом сказывалась на отношениях с близкими или друзьями.

Обработка данных. Опросник позволяет вывести «индекс агрессии» с учетом 11 параметров, каждый из которых оценивается отдельно в интервале от нуля до 5 баллов. За каждый ответ, соответствующий «ключу» начисляется один балл; чем выше оценка, тем больше проявляется измеряемый показатель агрессивности.

1. Спонтанность агрессии: +1, +12, +23, +34, +45;

2. Неспособность тормозить агрессию: -2, +13, -24, -35, -46;

3. Неумение переключать агрессию на деятельность или неодушевленные объекты: -3, -14, -25, -36, -47;

4. Анонимная агрессия: +4, +15, +26, +37, +48;

5. Провокация агрессии у окружающих: +5, +16, +27, +38, +49;

6. Склонность к отраженной агрессии: -6, +17, +28, +39, -50;

7. Аутоагрессия: +7, +18, +29, +40, +51;

8. Ритуализация агрессии: +8, +19, +30, +41, +52;

9. Склонность заражаться агрессией толпы' +9,+20,+31,+42, +53;

10. Удовольствие от агрессии- +10, +21,+32, +43, +54;

11. Расплата за агрессию- +11, +22, +33, +44, +55

Интерпретация данных. Отсутствие или очень низкий уровень агрессии (от 0 до 8 баллов) - обычно свидетельствует о неискренности ответов респондента, о его стремлении соответствовать социальной норме.

Средний уровень агрессии - 21-30 баллов обычно выражается в спонтанности, некоторой анонимности и слабой способности к торможению. Повышенный уровень агрессии - в пределах от 31 до 40 баллов. К атрибутам, характерным для ее среднего уровня, обычно добавляются показатели расплаты, провокации.

Очень высокий уровень агрессии (41 и более баллов) связан с получением удовольствия от агрессии, перенятием агрессии толпы, провокацией агрессии у окружающих

Приложение 3

Табл. 1, п. 3

Сводная таблица данных в группе проходящих профилактику агрессивности подростков. Данные получены по методике Баса – Дарки

номера испытуемых	Физическая агрессия	Косвенная агрессия	Раздражение	Негативизм	Обида	Подозрительность	Вербальная агрессия	Чувство вины	Индекс агрессивности	Уровень агрессивности
1	7	6	9	2	5	5	10	6	1	27
2	10	5	10	3	7	6	12	8	3	34
3	8	7	10	5	8	7	10	9	2	33
4	9	9	11	6	6	5	11	7	3	28
5	7	8	8	2	6	6	11	5	4	29
6	6	6	9	3	5	10	13	6	2	32
7	9	5	10	5	8	9	10	8	3	31
8	10	7	9	4	7	8	9	7	4	30
9	8	4	8	6	5	7	10	9	2	28
1	9	5	8	5	9	5	11	8	3	29
11	7	6	9	2	5	6	10	9	4	32
12	5	7	10	5	6	9	13	7	3	27
13	6	8	11	4	5	8	13	6	4	28
14	6	9	11	3	8	5	9	5	2	32
15	7	9	10	2	7	6	10	6	1	33
16	9	8	9	2	5	9	12	9	3	31
17	8	7	7	3	7	10	12	8	2	30
18	10	6	8	4	5	10	9	6	4	32
19	8	8	9	5	6	9	13	9	3	35
20	10	6	8	5	8	8	10	7	2	34
Средний показатель	7,95	6,8	9,2	3,8	6,4	7,4	10,9	7,25	2,75	30,75

Приложение 4

Табл. 1, п. 4

Сводная таблица данных в группе проходящих профилактику агрессивности подростков. Данные получены по методике Баса – Дарки

№	Физическая агрессия	Косвенная агрессия	Раздражение	Негативизм	Обида	Подозрительность	Вербальная агрессия	Чувство вины	Индекс агрессивности	Уровень агрессивности
1	5	4	8	4	3	10	12	6	1	20
2	6	5	6	1	4	3	8	5	3	25
3	7	7	9	3	6	4	7	6	2	24
4	5	6	10	4	7	8	9	4	3	25
5	6	5	7	4	3	5	10	5	1	30
6	8	4	8	1	4	3	8	7	3	25
7	5	7	9	3	5	4	8	8	4	26
8	6	5	9	2	6	5	7	5	1	20
9	7	6	6	3	3	3	9	6	2	21
1	5	5	8	2	3	6	10	4	3	25
11	8	6	7	1	4	3	8	9	2	24
12	8	5	9	1	6	5	9	4	3	20
13	7	4	8	2	4	9	7	5	2	26
14	6	4	7	3	3	5	6	6	3	30
15	5	7	10	2	5	3	8	7	1	24
16	8	4	6	3	3	6	9	5	2	22
17	6	5	9	1	6	4	11	6	1	21
18	5	6	8	2	3	5	8	4	2	20
19	7	3	7	4	3	6	9	5	1	25
20	5	5	7	1	4	3	8	9	2	26
Средний показатель	6,25	5,15	7,9	2,35	4,25	5	8,55	5,8	2,1	23,95

Приложение 5

Табл. 1, п. 5

Сводная таблица данных в группе проходящих профилактику агрессивности подростков. Данные получены по методике «Уровень агрессии»

№	Спонтанность агрессии	Неспособность тормозить агрессию	Перенесение агрессии на деятельность или неодушевленные	Анонимная агрессия	Провокация агрессии у окружающих	Склонность к отраженной агрессии	Аутоагрессия	Ритуализация агрессии	Склонность заражаться агрессией толпы	Удовольствие от агрессии	Расплата за агрессию
1	2	4	5	2	3	5	4	3	2	2	2
2	3	5	3	3	3	1	2	3	2	2	3
3	5	5	3	5	2	1	3	2	1	3	2
4	2	5	2	2	3	3	2	3	1	4	3
5	3	4	2	2	2	2	1	3	2	5	5
6	2	4	1	1	5	4	4	2	5	4	2
7	2	5	1	4	3	2	2	5	2	3	2
8	4	4	2	5	3	1	2	5	3	3	2
9	5	3	2	4	2	1	3	4	5	2	3
1	5	3	3	5	5	2	5	4	5	5	5
11	2	2	2	2	2	3	5	2	4	2	1
12	3	5	4	2	3	5	2	3	3	3	5
13	3	1	2	3	2	1	3	3	3	5	3
14	2	1	3	2	5	1	3	2	3	1	3
15	2	2	2	2	2	4	2	2	2	1	2
16	5	2	2	3	5	5	2	3	5	2	2
17	5	3	1	3	3	5	1	2	2	3	3
18	2	5	4	2	3	2	4	2	2	4	2
19	3	1	5	2	2	2	5	1	5	2	4
20	3	5	2	1	2	3	2	3	4	3	4
Средний показатель	3,15	3,45	2,55	2,75	3	2,65	2,85	2,85	3,05	2,95	2,9

Окончание приложения 5

Табл. 2, п. 5

Сводная таблица данных в группе не проходящих профилактику агрессивности подростков. Данные получены по методике «Уровень агрессии»

№	Спонтанность агрессии	Неспособность тормозить агрессию	Неумение перенести свою агрессию на деятельность или неодушевленные	Анонимная агрессия	Провокация агрессии у окружающих	Склонность к отраженной агрессии	Аутоагрессия	Ритуализация агрессии	Склонность заражаться агрессией толпы	Удовольствие от агрессии	Расплата за агрессию
1	2	5	1	2	5	1	5	5	3	5	5
2	3	3	5	3	4	4	2	2	2	5	5
3	3	5	5	3	2	1	2	2	5	5	2
4	2	3	2	1	2	1	3	3	5	2	2
5	2	2	2	4	3	2	3	2	5	2	5
6	1	2	3	2	3	3	2	3	2	5	2
7	4	1	3	3	2	2	3	2	1	2	2
8	3	5	2	3	2	2	3	2	4	1	3
9	1	4	2	3	1	2	2	3	3	5	4
10	2	5	5	2	3	1	2	5	1	4	5
11	2	2	4	1	2	2	1	3	2	5	2
12	3	2	4	5	3	5	4	2	2	2	2
13	3	3	1	4	5	5	4	2	4	3	3
14	2	3	1	5	5	5	5	3	2	3	3
15	5	2	2	5	5	5	5	3	3	2	2
16	2	5	3	2	2	2	5	2	3	2	5
17	3	5	3	2	2	3	2	2	3	1	4
18	2	5	2	3	3	5	3	4	5	5	1
19	2	2	5	2	4	2	3	2	4	2	1
20	1	2	4	2	2	2	2	5	1	2	4
Средний показатель	2,4	3,3	2,95	2,85	3	2,75	3,05	2,85	3	3,15	3,1

Приложение 6

Тренинг на снижение агрессивности

Задачи тренинга:

- научиться конструктивному взаимодействию;
- отработка навыков поведения и саморегуляции поведения;
- всесторонний анализ сильных и слабых сторон личности участника, направленный на формирование чувства внутренней устойчивости и доверия к самому себе.

Агрессивный человек нарушает права других путем доминирования. Агрессивность не основывается на зрелом самоуважении и представляет собой попытку удовлетворить свои потребности за счет другого человека. Уверенное же поведение увеличивает возможность выбора и контроль над собственной жизнью. Уверенный в себе человек знает, что он имеет определенные права, умеет точно определить и выразить свои желания, потребности и чувства так, чтобы это не затронуло окружающих. Он умеет строить отношения с другими людьми, что называется «на равных», вне зависимости от положения, которое те занимают. Можно, таким образом, сказать, что уверенный в себе человек убежден в праве на реализацию потребностей своего «Я» и владеет способами и формами такой реализации, уважает позиции и статус других людей.

Существует целый ряд характеристик уверенного поведения:

- эмоциональность речи, открытость в выражении чувств;
- прямое и честное выражение собственного мнения, без оглядки на окружающих;
- использование местоимения Я, отсутствие попыток спрятаться за неопределенными формулировками;
- принятие похвалы, отказа без самоуничижения и недооценки своих сил и качеств;
- импровизация как спонтанное выражение чувств и потребностей.

Отработкой навыков уверенного поведения и должны послужить занятия тренинга.

День 1

Цель:

- предоставление возможности участникам тренинга получить опыт конструктивного решения конфликтных ситуаций путем неагрессивного поведения (конструктивного).

Задачи тренинга:

- обучение методам нахождения решения в ситуациях агрессии;
- помочь участникам научиться непредвзято оценивать ситуацию агрессии;

- помочь участникам скорректировать свое поведение в сторону снижения его агрессивности (снять агрессию в личностно-эмоциональной сфере);

Место проведения:

Зал для проведения тренингов.

Тренинг рассчитан на занятия по 4 часа.

Правила тренинга

Знакомство, принятие правил тренинга:

Умейте слушать друг друга

Это означает необходимость смотреть на говорящего и не перебивать его. Когда кто-то заканчивает говорить, следующий берущий слово может коротко повторить то, что было сказано предыдущим, прежде чем приступит к изложению своих мыслей. Для привлечения внимания к выступающему может быть использован какой-либо предмет (например, ручной мячик), который по ходу дискуссии переходит из рук в руки. Когда кто-то выступает, все остальные хранят молчание.

Говорите по существу

Иногда учащиеся отклоняются от обсуждаемой темы. Вместо того, чтобы одергивать участника, руководитель дискуссии в этом случае может сказать: «Я не совсем понимаю, как это связано с нашей темой. Не мог бы ты пояснить, что имеется в виду?»

Проявляйте уважение

Открытость в высказываниях появится лишь тогда, когда ученики усвоят, что можно не соглашаться с чьим-то мнением, но недопустимо высказывать оценки в отношении других людей лишь на основании высказанных ими мыслей.

Закон «ноль-ноль» (о пунктуальности)

Все участники должны собираться до установленного времени.

Конфиденциальность

То, что происходит на занятии, остается между участниками.

Правило «стоп»

Если обсуждение какого-то личного опыта участников становится неприятным или небезопасным, тот, чей опыт обсуждается, может закрыть тему, сказав «стоп».

Каждый говорит за себя, от своего имени

Стоит говорить не «Все считают, что...», а «Я считаю, что...» и т.п.

Цель: формирование первого впечатления друг о друге;

- создание климата психологической безопасности;

1. Разминка

Цель: снятие напряжения, усталости; сплочение группы; создание доброжелательной атмосферы.

1. Игра "Молекулы". Все игроки — "атомы", которые беспорядочно движутся, а по сигналу ведущего объединяются в "молекулы" определенной ведущим величины (по 2,3,4,5 атомов). "Молекулы" большей или меньшей, по сравнению с заданной, величины должны в течение 10 секунд перестроиться. "Атомы", не вошедшие в состав "молекул", выбывают из игры.

2. Игра "Заросли", Один из членов группы пытается проникнуть в центр круга, образованного тесно прижавшимися друг к другу остальными участниками — "густыми зарослями".

2. «Эмоциональная диагностика»

Цель: диагностика состояния членов группы. Проследить динамику изменений эмоционального состояния членов группы.

Инструкция: Мы знаем, что каждый цвет несет в себе какое-то состояние, настроение, закройте глаза, почувствуйте свои цвета, какого цвета сейчас ваша голова, тело, руки , ноги, запомните эти цвета. Сейчас я раздам вам нарисованных чело в еч к ов и набор карандашей, а вы раскрасите этого человечка, в соответствии с теми цветами, которые вы почувствовали в себе.

Необходимый материал: заготовка рисунка человечка, наборы карандашей или фломастеров соответствующие люшеровским цветам.

Возможны и другие варианты: Назовите цвет вашего настроения. Попробуйте им порисовать.

3. «Интервью»

Участники разбиваются на пары и в течение 10 минут беседуют со своим партнером, пытаясь узнать о нем как можно больше. Затем каждый готовит краткое представление своего собеседника. Главная задача - подчеркнуть его индивидуальность, непохожесть на других. После чего участники по очереди представляют друг друга.

- развитие умения слушать партнера и совершенствовать коммуникативные навыки,
- сокращение коммуникативной дистанции между участниками тренинга.

А теперь давайте поговорим о агрессии, о том, как вы ведете себя во время агрессии, как реагируете на агрессию, поучимся правильно вести себя во время агрессии.

4. «Знакомство с эмоциональными состояниями»

Цель: Познание особенностей эмоциональных состояний, причин их возникновения, расширение диапазона их использования

Материалы Карточки, на которых написаны эмоциональные состояния, например радость, гнев, страх, страдание, презрение и т д, листы бумаги или ватмана, фломастеры, маркеры или карандаши

Все участники делятся на мини-группы по 3-4 человека. Каждой группе дается задание описать одну из эмоций, то есть описать особенности ее проявления, причины возникновения, возможные последствия

Возможны варианты проведения данного упражнения

Вариант А Каждая мини-группа «вытягивает» карточки, на которых написаны эмоциональные состояния

Вариант Б Каждая группа сама выбирает эмоцию, которую будет описывать В этом случае в заключение можно проанализировать, какие эмоции мини-группы выбирали для описания чаще, почему они хотели описывать именно эти эмоции

Выступают представители каждой мини-группы, проводится обсуждение в круге подводятся итоги упражнения, например, это может быть сравнение причин, вызывающих те или иные эмоции (более общий случай — сравнение причин, вызывающих положительные и отрицательные эмоции, или частный случай — сравнение причин, вызывающих гнев и страх, радость и страдание и т д), анализируются следующие вопросы какие эмоции было легче описать и почему, какие эмоции хорошо знают, могут описать, объяснить, какие хуже; что нового для участников было в этом упражнении.

Если упражнение 1 направлено на познание особенностей тех или иных эмоциональных состояний, то упражнения 2-12 направлены на осознание особенностей эмоциональных состояний. Эти упражнения можно объединить в две группы.

1. Упражнения, направленные на работу с отрицательными эмоциями: осознание их особенностей, познание причин их возникновения, создание стратегий «борьбы».

2. 2.Упражнения, направленные на работу с положительными эмоциями: осознание их особенностей, познание причин их возникновения, выработку навыкав создания «хорошего» настроения, выявление влияния позитивных эмоций на собеседников. Этой группе упражнений дается условное название — положительные (позитивные) эмоции.

Цель упражнений 2—12. Осознание особенностей своих эмоциональных состояний, выявление преобладающих эмоций (положительных или отрицательных), познание причин

их возникновения, влияния эмоциональных состояний на состояния собеседников, расширение диапазона позитивных эмоциональных состояний.

5. Процедура «Работа с негативными состояниями»

Цель Познание эмоциональных состояний, осознание особенностей своих эмоциональных состояний, причин, их вызывающих, развитие навыков рефлексии эмоциональных состояний, расширение диапазона их использования

Какие именно люди или события вызвали в Вас негативное состояние (вспомните момент до деталей)?

В каких конкретных действиях это выражалось: слова, действия?

Что Вы конкретно почувствовали в то время?

Что больше всего задело лично: тон, смысл, манера поведения? Другими словами, где у Вас «кнопка» запуска эмоциональной реакции?

Было ли это неожиданностью? Если да, то почему вы это упустили из виду при планировании переговорного процесса?

Что мешало видеть предвещавшие событие мелкие эпизоды поведения партнеров по переговорам? Можно ли было остановить агрессию на предшествующей стадии?

Как Вы относитесь к данным людям?

Имеют ли данные люди основания относится к Вам плохо? Было ли что – нибудь провоцирующее в Вашем поведении? Если имеются основания для негативной оценки Вашего поведения, то какие?

Если не имеют, то почему они все – таки враждебно повели себя по отношению к Вам? Чего они хотели этим достичь?

Можете ли Вы ее (агрессии) чем либо заменить в будущем

6. «Мои отрицательные эмоции»

Цель. Познание особенностей отрицательных эмоций.

Вариант А. Обсуждение особенностей своих отрицательных эмоций участниками тренинговой группы происходит в парах или мини-группах по 3-4 человека — каждый участник рассказывает об отрицательных эмоциональных состояниях, которые он испытывает, о причинах их возникновения, как часто это случается и т. д. После выполнения этого этапа упражнения происходит обсуждение в круге: участники делятся своими впечатлениями от упражнения, выводами, сделанными в ходе его выполнения.

Вариант Б. Каждый участник группы в круге рассказывает о своих отрицательных эмоциях, например, в связи с чем они возникают, как часто это происходит и т. д. Группа помогает ему осознать их особенности, задавая вопросы, предлагая свои варианты объяснения причин возникновения негативных эмоций.

Вариант В. Участники тренинговой группы делятся на пары, в которых происходит обсуждение особенностей отрицательных эмоциональных состояний, которые испытывают собеседники. Результатом этого обсуждения является создание «портрета отрицательных эмоций» собеседника. Созданные портреты обсуждаются в парах, а уже впечатления от выполнения задания — в круге.

Вариант Г. Каждый участник группы по кругу описывает отрицательные эмоции конкретного человека — «пишет» его «отрицательный эмоциональный портрет». Такой вариант выполнения упражнения позволяет каждому участнику узнать о впечатлении, которое он производит на окружающих в те моменты, когда испытывает те или иные отрицательные эмоции. Данное упражнение проводится только по желанию — участник, чей «отрицательный эмоциональный портрет» пишет группа, вызывается сам.

Примечание к варианту Г: данное упражнение можно проводить только в группе, которая готова к такому обсуждению (когда высказывания участников воспринимаются конструктивно).

Примечание: упражнение 2 позволяет каждому участнику тренинговой группы увидеть себя со стороны, осознать особенности отрицательных эмоциональных состояний, которые он чаще всего испытывает, осознать то, как он воспринимается окружающими в те моменты, когда испытывает негативные эмоции, хочет ли он, чтобы его воспринимали именно так, и что необходимо сделать, чтобы изменить эту ситуацию.

Варианты выполнения данного упражнения отличаются друг от друга. Использование того или иного варианта зависит от степени готовности группы к такого рода работе, от степени доверия и искренности в группе.

7. «Спасибо за приятное занятие»»

Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное

занятие!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

День 2

1. «Приветствие на сегодняшний день»

Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Вы бросаете мяч тому, кому адресуете пожелание и одновременно говорите его. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь бросает его следующему, высказывая ему пожелания на сегодняшний день. Будем внимательно следить за тем, чтобы мяч побывал у всех, и постараемся никого не пропустить.

2. «Эмоциональная диагностика»

Цель: диагностика состояния членов группы. Проследить динамику изменений эмоционального состояния членов группы.

Инструкция: Мы знаем, что каждый цвет несет в себе какое-то состояние, настроение, закройте глаза, почувствуйте свои цвета, какого цвета сейчас ваша голова, тело, руки, ноги, запомните эти цвета. Сейчас я раздам вам нарисованных человечков и набор карандашей, а вы раскрасите этого человечка, в соответствии с теми цветами, которые вы почувствовали в себе.

Необходимый материал: заготовка рисунка человечка, наборы карандашей или фломастеров соответствующие люшеровским цветам.

Возможны и другие варианты: Назовите цвет вашего настроения. Попробуйте им порисовать.

3. «Причины моих отрицательных эмоций»

Цель. Осознание причин возникновения отрицательных эмоциональных состояний.

Вариант А. В круге проводится обсуждение на тему: причины возникновения отрицательных эмоций, например, таких как гнев, раздражение, страх, злость, неуверенность и т. д. Каждый участник рассказывает о причине одной из эмоций, которую он выбирает сам, иллюстрируя свой рассказ ситуацией из своего опыта.

Примечание: в заключение можно обсудить в круге, какие эмоции чаще упоминались и с чем это может быть связано.

Вариант Б. Обсуждение причин возникновения отрицательных эмоций проводится в мини-группах. Каждая мини-группа рассматривает одну из отрицательных эмоций, результат

обсуждения озвучивается в круге.

Примечание: в заключение подводится итог в форме сравнительного анализа между отрицательными эмоциями: есть ли различия между отрицательными эмоциями, причинами их возникновения, действительно ли эти причины «заслуживают» того, чтобы возникали отрицательные эмоции.

Вариант В. В круге проводится обсуждение ситуаций из личного опыта участников, связанных с возникновением отрицательных эмоций. Любой участник может предложить ситуацию для анализа в группе. Каждый член группы предлагает свою версию того, что послужило причинами возникновения отрицательных эмоций, адекватна ли была реакция.

Примечание: упражнение можно выполнять до тех пор, пока участники предлагают ситуации для обсуждения. Если время выполнения упражнения ограничено, то анализируется 3-4 ситуации. На случай, если группа затрудняется и не может предложить ситуации для анализа, у ведущего должны быть приготовлены 3-4 ситуации для работы.

4. «Гнев и раздражение»

Цель. Осознание роли таких отрицательных эмоциональных состояний, как гнев и раздражение, во взаимоотношениях с окружающими, выработка навыков анализа ситуации с позиции окружения.

Варианты проведения упражнения

Вариант А. Все участники делятся на две группы. Первая группа обсуждает и подготавливает доводы в пользу того, что такие отрицательные эмоции, как гнев и раздражение, не надо сдерживать, независимо от силы, «яркости» их проявления. А вторая группа — доводы в пользу того, что отрицательные эмоции необходимо сдерживать всегда. Например, основная идея может быть такой: показывать свое плохое настроение — это «дурной тон»!

Результаты обсуждения в группах озвучиваются в круге следующим образом: участники первой и второй подгрупп по очереди приводят доводы «за» или «против» сдерживания отрицательных эмоций. Упражнение заканчивается подведением итогов в круге: участники делятся впечатлениями от выполненного упражнения, изменилось ли мнение участников по данному вопросу после выполнения этого упражнения, или, наоборот, упражнение позволило убедиться в своей правоте.

Примечание: можно использовать следующие способы объединения участников в две подгруппы:

- участники могут объединиться в две подгруппы «по убеждению», то есть они

объединяются с теми, кто придерживается той же точки зрения по поводу сдерживания или проявления отрицательных эмоций;

- вариант 1: ведущий предлагает каждой группе обсудить и подготовить аргументы, доказывающие правоту их убеждения;

- вариант 2: ведущий предлагает группе обсудить и подготовить аргументы, доказывающие правоту точки зрения, противоположной их убеждению.

2) деление на подгруппы осуществляется без учета позиции участников по данному вопросу (например, расчет на первый-второй).

Вариант Б. В круге проводится обсуждение: каждый участник высказывает свое мнение — «за» или «против» — по поводу проявления таких отрицательных эмоций, как гнев или раздражение. Каждый участник должен привести аргументы, подтверждающие его точку зрения; это могут быть ситуации из личного опыта, которые иллюстрируют высказываемое мнение.

После того как выскажут свою точку зрения все участники, подводятся итоги упражнения: сравнивается количество голосов «за» и «против» демонстрации гнева и раздражения, анализируются причины такого соотношения голосов.

Вариант В. Из группы выбирается два участника по желанию, один из которых высказывается за проявление, а второй, наоборот, за сокрытие отрицательных эмоций; после того как оба участника выскажут свою точку зрения, ведущий предлагает проиграть ситуации, которые эти участники приводили в качестве аргумента. В проигрываемой ситуации выбранные участники являются наблюдателями со стороны: для них эту ситуацию проигрывает группа, а они только наблюдают. Возможен и другой вариант — в проигрываемой ситуации этим участникам отводится роль собеседника, на которого. участники, чьи ситуации проигрывались, а потом — все остальные) делятся своими впечатлениями о выполненном упражнении.

Примечание: упражнение дает возможность посмотреть на ситуацию с позиции собеседника, задуматься над тем, что в такой ситуации чувствует собеседник, например близкий человек, коллега и т. д., и как такие отрицательные эмоциональные состояния, как гнев и раздражение, влияют на взаимоотношения с другими людьми.

5. «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы»

Каждому члену группы предлагается продемонстрировать в заданной ситуации неуверенный, уверенный и агрессивный типы ответов. Ситуации можно предложить следующие:

- друг разговаривает с вами, а вы хотите уйти;

- ваш товарищ устроил вам встречу с незнакомым человеком, не предупредив вас;

- люди, сидящие сзади вас в кинотеатре, мешают вам громким разговором;

- ваш сосед отвлекает вас от интересного выступления, задавая глупые, на ваш взгляд, вопросы;

- учитель говорит, что ваша прическа не соответствует внешнему виду ученика;

- друг просит вас одолжить ему вашу какую-либо дорогостоящую вещь, а вы считаете его человеком не аккуратным, не совсем ответственным.

Для каждого участника используется только одна ситуация. Можно разыграть данные ситуации в парах. Группа должна обсудить ответ каждого участника. На упражнение отводится 40-50 минут.

Цель упражнения:

- формирование адекватных реакций в различных ситуациях;

- «трансактный анализ» ответов и формирование необходимых «ролевых» пристроек.

6. «Изменение состояния гнева»

Цель. Осознание причин и выработка собственных стратегий «борьбы» с негативными эмоциями и изменения отрицательных эмоций на позитивные.

Группа в круге обсуждает следующий вопрос: «Как часто я испытываю гнев и можно ли это состояние изменить?» Далее участники тренинга объединяются в мини-группы по 3-4 человека, каждая группа вырабатывает свой способ «борьбы» с гневом, который потом обсуждается и демонстрируется в круге.

Примечание: упражнение акцентирует внимание на том, что отрицательное эмоциональное состояние можно изменить, позволяет выработать навыки управления такими отрицательными эмоциями, как гнев и раздражение, и навыки адекватного их предъявления окружающим

Участники вырабатывают приемлемые для себя способы изменения нежелательных негативных эмоциональных состояний.

7. «Спасибо за приятное занятие»

Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба

остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

День 3

1. «Приветствие на сегодняшний день»

Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Вы бросаете мяч тому, кому адресуете пожелание и одновременно говорите его. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь бросает его следующему, высказывая ему пожелания на сегодняшний день. Будем внимательно следить за тем, чтобы мяч побывал у всех, и постараемся никого не пропустить.

2. «Эмоциональная диагностика»

Цель: диагностика состояния членов группы. Проследить динамику изменений эмоционального состояния членов группы.

Инструкция: мы знаем, что каждый цвет несет в себе какое-то состояние, настроение, закройте глаза, почувствуйте свои цвета, какого цвета сейчас ваша голова, тело, руки, ноги.

Необходимый материал: заготовка рисунка человечка, наборы карандашей или фломастеров соответствующие люшеровским цветам.

Возможны и другие варианты: назовите цвет вашего настроения. Попробуйте им порисовать.

3. «Мои положительные эмоции»

Цель Познание особенностей положительных эмоций, которые испытывают участники тренинговой группы, выработка навыков вызывать у себя позитивные эмоции — радость, счастье, спокойствие, уверенность

Варианты проведения упражнения

Вариант А Каждый участник группы в круге рассказывает о положительных эмоциях, которые у него возникают что является причиной их возникновения, как часто они возникают, какой я в момент, когда, например, испытываю радость Выполняя это задание, участники иллюстрируют свой рассказ примерами из личного опыта

Примечание данное упражнение направлено на развитие навыков самопознания, самоанализа. Кроме того, оно помогает понять причины возникновения положительных

эмоций, что в дальнейшем способствует чаще находиться в «хорошем» настроении, повышает уровень самопринятия и аутосимпатии.

Вариант Б. По кругу каждый член группы описывает положительные эмоции конкретного участника — «пишет» его «позитивный эмоциональный портрет», то есть какие позитивные эмоции возникают у этого человека, как часто, как это влияет на окружающих и т д. Это упражнение дает возможность каждому члену группы узнать из «позитивных эмоциональных портретов», написанных группой о том впечатлении, которое он производит на окружающих в моменты своего радостного настроения, о том, как это настроение влияет на взаимоотношения с другими людьми.

Примечание данное упражнение позволяет увидеть себя со стороны, осознать свои особенности, то, как он воспринимается окружающими в те моменты, когда испытывает позитивные эмоции, как это влияет на взаимоотношения с окружающими, соответствует ли это собственным представлениям.

4. «Положительные эмоции на заказ»

Цель. Выработка навыков создания «хорошего» настроения, умения вызывать у себя позитивные эмоции.

В круге проводится обсуждение — каждый член тренинговой группы высказывает свое мнение по вопросу: можно ли целенаправленно вызвать у себя радостное настроение. После чего ведущий тренинга подводит итоги обсуждения. Далее участники тренинга объединяются в мини-группы по 3-4 человека. Каждая мини-группа создает свои способы создания «хорошего» настроения, которые потом обсуждаются и демонстрируются в круге.

Примечание: упражнение позволяет выработать приемлемые для каждого участника способы улучшения своего настроения, расширить их арсенал.

5. «Хорошее настроение»

Цель. Знакомство с приемом, с помощью которого можно изменить настроение, создать позитивное эмоциональное состояние.

Материалы. Бумага, краски, мелки или карандаши.

Варианты проведения упражнения.

Вариант А. Участникам тренинговой группы предлагается с помощью цветных карандашей, мелков или красок (кому что больше нравится) и листа бумаги передать свое эмоциональное состояние. Это может быть абстрактный сюжет — линии, цветовые пятна, фигуры и т. д., главное — чтобы он соответствовал настроению. Далее участникам

предлагается на другом листе передать с помощью графического изображения эмоциональное состояние, которое бы они хотели испытывать в данный момент, и описать это состояние с помощью слов. Выполнение этого упражнения заканчивается обсуждением в круге: участники делятся своими ощущениями и впечатлениями по поводу выполненного упражнению.

Примечание: упражнение является иллюстрацией идеи о том, что существует много способов улучшить свое эмоциональное состояние, что можно взглянуть на проблему с разных сторон, можно принимать «нестандартные» решения.

6. Ролевая игра «Сглаживание агрессии»

Ведущий рассказывает о важности такого умения как умение быстро и эффективно сглаживать агрессию; объявляет о том, что сейчас опытным путем стоит попытаться выяснить основные методы урегулирования агрессии.

Участники разбиваются на тройки. На протяжении 5 минут каждая тройка придумывает сценарий, по которому двое участников представляют конфликтующие стороны (например, ссорящихся супругов), а третий - играет миротворца, арбитра.

На обсуждение ведущий выносит следующие вопросы:

- Какие методы сглаживания агрессии были продемонстрированы?
- Какие, на ваш взгляд, интересные находки использовали участники во время игры?
- Как стоило повести себя тем участникам, кому не удалось сгладить агрессию?

Цель упражнения: отработка умений и навыков сглаживания агрессии

7. Игра «Перетягивание каната»

Игра проводится в парах. Играющие перетягивают воображаемый канат, пока один не перетянет.

Отработка навыков предотвращения агрессивного поведения

Ведущий предлагает каждому самостоятельно подобрать свои варианты выхода из проблемных ситуации и написав их в тетрадях. Предлагаются следующие ситуации:

Тебя публично обвинили в том, чего ты не делал.

Мама, придя с работы, начинает отчитывать тебя за беспорядок а квартире.

Учитель поставил тебе несправедливо - заниженную оценку.

Одноклассник, не разобравшись в ситуации, начинает тебя оскорблять.

Па улице тебя обрызгал грязью проезжающий автомобиль.

Тетради с ответами сдаются психологу.

8. «Спасибо за приятное занятие»

Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

День 4

1. «Приветствие на сегодняшний день»

Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Вы бросаете мяч тому, кому адресуете пожелание и одновременно говорите его. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь бросает следующему, высказывая ему пожелания на сегодняшний день. Будем внимательно следить за тем, чтобы мяч побывал у всех, и постараемся никого не пропустить.

2. «Эмоциональная диагностика»

Цель: диагностика состояния членов группы. Проследить динамику изменений эмоционального состояния членов группы.

Инструкция: Мы знаем, что каждый цвет несет в себе какое-то состояние, настроение, закройте глаза, почувствуйте свои цвета, какого цвета сейчас ваша голова, тело, руки, ноги, запомните эти цвета. Сейчас я раздам вам нарисованных человечков и набор карандашей, а вы раскрасите этого человечка, в соответствии с теми цветами, которые вы почувствовали в себе.

Необходимый материал: заготовка рисунка человечка, наборы карандашей или фломастеров соответствующие люшеровским цветам.

Возможны и другие варианты: Назовите цвет вашего настроения. Попробуйте им порисовать.

3. Игра «Да и нет»

Сегодня мы с вами посмотрим, как можно попытаться снизить барьеры непонимания,

приводящие к агрессивному поведению (реакциям).

Ведущий. Все участники разбиваются на пары. Каждый выбирает себе позицию «да» или «нет». В слух произносить молено только это слово. Необходимо убедить партнера поменять позицию на противоположную.

После всех игр проводится обмен мнениями:

1. Какие вы испытывали эмоции?
2. Было ли ощущение напряжения и раздражения?
3. Ощущали ли вы предагресивную ситуацию?
4. Что помогло избежать агрессивных реакций?

4. Обучение выходу из состояния агрессии

Прежде чем обучать участников способам выхода из ситуаций агрессии, желательно предоставить им возможность поделиться собственным опытом и рассказать, как они выходят из таких ситуаций.

Проводится обсуждение возможных способов решения ситуаций агрессии. Выводы записываются в тетрадь.

Выслушать спокойно все претензии партнера.

На агрессивность партнера не реагировать: сдерживать свои эмоции и постараться переключить разговор на другую тему. Молено сказать что-то доброе, неожиданное, веселое.

Попытаться заставить партнера говорить конкретно (называть только факты) и без отрицательных эмоций.

Всегда держать уверенную и равную позицию, но не переходить на критику.

Извиниться, если в чем-то действительно не прав.

Анализ занятия

Ведущий задает следующие вопросы для обсуждения:

1. Можно ли постоянно контролировать свое состояние?
2. Как вы думаете, сможете вы достойно выходить из конфликтных ситуаций?
3. Что для вас было самым трудным на занятии?

5. «Влияние эмоциональных состояний на взаимоотношения»

Цель. Осознание влияния эмоциональных состояний на взаимоотношения с окружающими, на их эмоциональные состояния.

Варианты проведения упражнения.

Вариант А. В круге проводится обсуждение на тему: влияние эмоциональных состояний окружающих на меня. Каждый участник отвечает на вопрос: есть ли это влияние, в чем оно проявляется, какие эмоции он сам при этом испытывает.

Вариант Б. Участники тренинговой группы делятся на мини-группы по 3-4 человека. Каждая мини-группа готовит демонстрацию ситуации, которая показывает влияние эмоционального состояния одного или нескольких человек на собеседников. Далее эти ситуации разыгрываются и обсуждаются в круге. В заключение участники делятся своими впечатлениями о выполненном задании.

Примечание: упражнение позволяет осознать и в дальнейшем учитывать влияние эмоциональных состояний на окружающих, выработать навыки рефлексии, что помогает оптимизировать общение с окружающими.

6. «Барьеры общения»

Цели

Дать учащимся представление о вербальных барьерах общения.

Обучить альтернативным вариантам поведения.

Обучить анализу различных состояний, в том числе и агрессии.

Материалы

Тетради для записи.

Ведущий напоминает участникам значение контроля над своими эмоциями, поступками и словами во время общения с другими людьми.

Затем идет обсуждение вербальных барьеров общения.

Ведущий. Агрессия часто возникает в ситуациях, когда кто-то из партнеров начинает общение со слов (вербальных барьеров), препятствующих позитивному общению. Давайте попробуем разыграть ситуацию «В классе». Выбираются дна участника.

Ведущий. Один из вас входит в класс после болезни, а его парта занята новым учеником. Он начинает выяснять отношения с приказа: «Сейчас же освободи мою парту!»

Затем обсуждается поведение и реакция обоих партнеров:

Можно ли было не доводить дело до ситуации агресии?

Какие правила из предыдущего занятия могли быть использованы?

Данная сцена разыгрывается несколько раз в разных вариантах.

Нужно начинать выяснение отношений:

- с угрозы;

- с указаний и поучений (надо было сначала убедиться, что эта парта свободна, а только потом ее занимать);

- с критики (если бы ты был умным, то знал бы, что нельзя занимать чужую парту);

- с обобщения (ты такой же бестолковый, как все новенькие);

- не обращать внимания (он не достоин моего внимания).

Обсуждаются все варианты и отмечается, кто смог достойно выйти из ситуации агрессии.

Ведущий. Какова цель решения любой агрессивной ситуации? (Найти достойное решение, приемлемое для обоих.)

Если такое решение не найдено, то начинается противостояние. Кому-то необходимо идти на уступки. Если оба идут на уступки, то это компромисс. Самый лучший выход - сотруднечество.

Все понятия обсуждаются и поясняются с помощью примеров.

Анализ занятия

Ведущий. - Можете ли вы сказать, почему ситуации агрессии называются барьерами в общении?

Давайте оценим наше занятие. Поставьте свою оценку: выкиньте на счет «три» нужное количество пальцев одной руки.

7. «Пойми меня»

Цель

Формировать у учащихся умение понимать друг друга.

Материалы

Бланки с пословицами для каждого учащегося.

Ведущий. Чаще всего мы раздражаемся и нервничаем, когда нас не понимают. Сейчас мы проверим, достаточно ли хорошо мы знаем друг друга. Я сейчас вам раздам бланки с пословицами. Каждый выберет ту, которая ему ближе других по смыслу.

Нет такого человека, чтобы век без греха

Всякая неправда — грех

От судьбы не уйдешь

Риск— благородное дело

Денег наживешь — без нужды проживешь

Когда деньги говорят — правда молчит

И с умом воровать — беды не избежать

Раз украл - навек вором стал

Кто сильнее — тот и прав

С кем поведешься — от того и наберешься

Умная ложь лучше глупой правды

Убежал — прав, а попался — виноват

Ведущий просит участников объяснить своп выбор и смысл пословицы. Всем предлагается догадаться, кто какую выбрал пословицу.

8. «Спасибо за приятное занятие»

Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

День 5

1. «Приветствие на сегодняшний день»

Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Вы бросаете мяч тому, кому адресуете пожелание и одновременно говорите его. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь бросает следующему, высказывая ему пожелания на сегодняшний день. Будем внимательно следить за тем, чтобы мяч побывал у всех, и постараемся никого не пропустить.

2. «Эмоциональная диагностика»

Цель: диагностика состояния членов группы. Проследить динамику изменений эмоционального состояния членов группы.

Инструкция: Мы знаем, что каждый цвет несет в себе какое-то состояние, настроение, закройте глаза, почувствуйте свои цвета, какого цвета сейчас ваша голова, тело, руки, ноги, запомните эти цвета. Сейчас я раздам вам нарисованных человечков и набор карандашей, а вы раскрасите этого человечка, в соответствии с теми цветами, которые вы почувствовали в себе.

Необходимый материал: заготовка рисунка человечка, наборы карандашей или фломастеров соответствующие люшеровским цветам.

Возможны и другие варианты: Назовите цвет вашего настроения. Попробуйте им порисовать.

3. «Путешествие к центру своего Я»

Целью упражнения является создание условий для включения личности в процесс самопознания, осознания участниками своего реального и идеального Я, отношения к себе, своих сильных и слабых сторон, формирование установки на взаимопонимание, развитие навыков рефлексии и обратной связи.

«Принятие себя»

Целью данного упражнения является возможность участникам осознать себя как уникального человека со своими индивидуальными особенностями и принять себя.

Участнику дается задание найти все свои недостатки и достоинства, а затем недостатки «перевернуть в достоинства», соединить с другими достоинствами и получить полный непротиворечивый образ себя – принять себя.

«Я глазами других»

Цели упражнения:

- Снятие напряжения.
- Умение войти в контакт с другими.
- Отработка навыков познания и своего поведения, поведения окружающих людей, возникающих ситуаций и осознание своего психологического состояния.
- Умение видеть, чувствовать и адекватно воспринимать других людей.

Проективный рисунок – участники рисуют друг друга, а затем обсуждают результаты.

4. Игра-шутка «Пойми меня - 2»

Участники объединяются в группы но три человека, изображая «глухого и немого», «глухого и неподвижного», «слепого и немого». Им дается задание договориться о подарке другу.

Анализ занятия

- Ведущий задает вопросы для обсуждения:
- Хорошо ли мы знаем друг друга?
- Важно ли учиться понимать друг друга?
- Кто лучше всех сегодня понимал других?

5. Игра с мячом «Что звучит обидно?»

Цели

Познакомить учащихся с понятием «критика».

Отработать навыки правильного реагирования на критику.

Материалы

Карточки с фразами, мяч.

Ведущий бросает мяч по очереди каждому участнику и произносит по одной фразе, а все стараются запомнить, что при этом чувствовали.

Фразы психолога:

1. Ты всегда плохо работаешь.
2. Ты никогда не делаешь домашнего задания.
3. Ты каждый раз перебиваешь.
4. Ты—лентяй.
5. Ты никогда не здороваешься.
6. Ты — глупый.

При обсуждении психолог задает вопросы:

1. Было ли обидно?
2. Какие вы испытывали эмоции?
3. Какие слова особенно обижают?
4. Что заставляет людей критиковать других?
5. Нужна ли критика?
6. Всегда ли критика бывает услышана? Почему?

6. Упражнение на «Я – сообщение»

Ведущий. Попробуйте сообщить о своем недовольстве, не обижая партнера. Скажите предыдущие фразы так, чтобы не обидеть партнера, например: «Я недоволен вашей работой»; «Я огорчаюсь, когда не выполняется домашнее задание»; «Я переживаю, когда меня перебивают» и т.д.

Делается вывод о том, что Я-сообщение позволяет другому слушать вас и спокойно реагировать. Я-сообщение предполагает ответственность. говорящего за свои мысли и чувства, а Ты-сообщение нацелено на обвинение другого человека.

Анализ занятия

Ведущий. Часто ли вы используете Я-сообщение, давая возможность другим людям узнать о ваших чувствах? Умеете ли вы контролировать свои высказывания?

7. «Спасибо за приятное занятие»

Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Подведение итогов работы

В конце тренинга подводятся общие итоги всех этапов. Началу дискуссии предшествует обмен вопросами-ответами, список вопросов составляется группой. Примерный список вопросов:

1. Что дал мне тренинг?
2. Какие слова или словосочетания я говорю себе при этом?
3. Что я при этом испытываю?

Предлагается избегать повторений и чрезмерно обобщенных, мало дифференцирующих вопросов-ответов, речевых штампов, стереотипных высказываний. При ответах возможны встречные проясняющие вопросы:

1. Что именно ты имеешь в виду?

2. Какие проявления ты подразумеваешь? По окончании дискуссии целесообразно провести творческую заключительную комплексную письменную (или устную) аналитическую работу (10-15 минут), с ответами на две группы вопросов:

1. Что мне удалось (не удалось) достичь в ходе тренинга.

2. Что понравилось (не понравилось) в ходе тренинга при взаимной (с тренером) рефлексии полученных ответов.

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Факультет психологии
Направление подготовки (код) 37.03.01 Психология
Направленность (профиль) образовательной программы: Юридическая психология
Выпускающая кафедра психологии

РЕЦЕНЗИЯ
на выпускную квалификационную работу

Студента(ки) Матониной Александры Михайловны группы 256-ЮП
(Ф.И.О. полностью)

на тему Психологические условия снижения агрессии подростков
(полное наименование темы согласно приказу)

Выпускная квалификационная работа бакалавра выполнена на 112 страницах, содержит приложение(ия) на 32 страницах.

1. Актуальность и значимость темы: значимость исследования заключается в том, что разработанная программа может быть использована в организации работы с подростками в условиях данного учреждения для снижения подростковой физической и вербальной агрессии.

2. Логическая последовательность: в выпускной квалификационной работе Матониной А. М. определены цель исследования, предмет, объект, задачи исследования. В первой главе она раскрывает, что такое агрессивность, психологические условия снижения агрессии подростков в процессе профилактики. Вторая глава – это эмпирическое изучение психологических условий профилактики агрессивности подростков.

3. Положительные стороны работы: работа имеет практическую значимость в МО МВД России «Емельяновский» - Управление организации деятельности участковых уполномоченных полиции и подразделений по делам несовершеннолетних.

4. Аргументированность и конкретность выводов и предложений: полностью соответствует теме.

5. Полнота проработки литературных источников: в работе источники используемой литературы, которые раскрывают понятия «агрессивность» «профилактика агрессивности у подростков», список литературы включает в себя 45 источников.

6. Качество общего оформления работы, таблиц, иллюстраций, приложений,

графиков: оформление работы представлено хорошо, иллюстрационные материалы читаемы, все ясно и понятно.

7. Недостатки работы: в работе выявлены незначительные орфографические и стилистические ошибки. Не в полном объеме дан качественный анализ результатов с точки зрения психологических особенностей возраста. А так же, не совсем понятно, что именно повлияло на изменение проявления агрессивности после формирующего эксперимента.

8. Оценка сформированности компетенций ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9, ОПК-1, ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12, ПК-13, ПК-14, отработанных обучающимся при работе над темой выпускной квалификационной работы: Все компетенции отработаны в полном объеме.

9. Какие предложения целесообразно внедрить в практику: целесообразно внести в деятельности работы психолога учреждения данные тренинги для для снижения подростковой физической и вербальной агрессии.

10. Выпускная квалификационная работа соответствует (не соответствует) всем установленным требованиям к выпускным квалификационным работам и может быть (не может быть) рекомендована к защите на заседании Государственной экзаменационной комиссии.

Работа заслуживает оценки отлично, а ее автор заслуживает
(оценка прописью)

присвоения квалификации[1] бакалавр

Рецензент выпускной квалификационной работы Мосина Наталия Анатольевна, к.психол.наук, доцент, доцент кафедры педагогики и психологии начального образования КГПУ им. В.П.Астафьева

-

«28» 06 2021 г.

(подпись рецензента)

С рецензией ознакомлена Мосина Н.А.

28.06.21

Предприятие
МО МВД России «Емельяновский» Управление организации деятельности участковых уполномоченных полиции и подразделений по делам несовершеннолетних
Юридический адрес: 663020, Красноярский край, Емельяновский район, п. Емельяново, Почтовый переулок, 2Б
Тел/факс: 8(39133) 2-59-01

Ректору АНО ВО СИБУП
Забуге В.Ф.

ЗАЯВКА

Учреждение просит направить студентку группы 256-юп Матонину Александру Михайловну для проведения исследования на тему «Психологические условия снижения агрессии подростков».

подпись
МП

Савельев К.С.
Начальник
Майор полиции

Предприятие
МО МВД России «Емельяновский» Управление организации деятельности участковых уполномоченных полиции и подразделений по делам несовершеннолетних
Юридический адрес: 663020, Красноярский край, Емельяновский район, п. Емельяново, Почтовый переулок, 2Б
Тел/факс: 8(39133) 2-59-01

Ректору АНО ВО СИБУП
Забуге В.Ф.

АКТ о внедрении

Результаты исследования Матониной Александры Михайловны, студентки группы 256-юп по теме «Психологические условия снижения агрессии подростков» внедрены в деятельность учреждения. Материалы будут использоваться психологом в рамках тренинговых программ для работы с подростками.

подпись
МП

Савельев К.С.
Начальник
Майор полиции

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Факультет психологии
Направление подготовки (код) 37.03.01 Психология
Направленность (профиль) образовательной программы: Юридическая психология
Выпускающая кафедра психологии

ОТЗЫВ

на выпускную квалификационную работу

Студента(ки) Матониной Александры Михайловны группы 256-юп
(Ф.И.О. полностью)

на тему Психологические условия снижения агрессии подростков
(наименование темы согласно приказу)

Выпускная квалификационная работа бакалавра выполнена на 112 страницах, содержит приложение (ия) на 32 страницах.

1. Актуальность и значимость темы: значимость исследования заключается в том, что разработанная программа может быть использована в организации работы с подростками в условиях данного учреждения для снижения подростковой физической и вербальной агрессии.

2. Логическая последовательность: в выпускной квалификационной работе Матониной А. М. определены цель исследования, предмет, объект, задачи исследования. В первой главе она раскрывает, что такое агрессивность, психологические условия снижения агрессии подростков в процессе профилактики. Вторая глава – это эмпирическое изучение психологических условий профилактики агрессивности подростков.

3. Положительные стороны работы: работа имеет практическую значимость в МО МВД России «Емельяновский» - Управление организации деятельности участковых уполномоченных полиции и подразделений по делам несовершеннолетних.

4. Аргументированность и конкретность выводов и предложений: полностью соответствует теме.

5. Полнота проработки литературных источников: в работе источники используемой литературы, которые раскрывают понятия «агрессивность» «профилактика агрессивности у подростков», список литературы включает в себя 45 источников.

6. Качество общего оформления работы, таблиц, иллюстраций, приложений,

графиков: оформление работы представлено хорошо, иллюстрационные материалы читаемы, все ясно и понятно.

7. Уровень самостоятельности при работе над темой выпускной квалификационной работы: выпускная квалификационная работа выполнялась в целом самостоятельно при активном консультировании с научным руководителем.

8. Недостатки работы в работе выявлены незначительные орфографические и стилистические ошибки.

9. Оценка сформированности компетенций ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9, ОПК-1, ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12, ПК-13, ПК-14, отработанных обучающимся при работе над темой выпускной квалификационной работы: все компетенции отработаны в полном объеме

10. Выпускная квалификационная работа соответствует (не соответствует) установленным требованиям к выпускным квалификационным работам и может быть (не может быть) рекомендована к защите на заседании Государственной экзаменационной комиссии. Работа заслуживает оценки отлично .
(оценка прописью)

Руководитель выпускной квалификационной работы
Н.Т. Селезнева д.пе.н, проф.
(Ф.И.О. должность, ученая степень, ученое звание)

«28» 06 2021 г.

(подпись руководителя)

С отзывом ознакомлена Матошина А.М.

28.06.21.

Файл Правка Вид Журнал Закладки Инструменты Справка

Интеллектуальный поиск и ...

Обработан файл:Матонина А.М. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ СНИЖЕНИЯ АГРЕССИИ ПОДРОСТКОВ.docx.

Год публикации: 2021.

Оценка оригинальности документа - 80.08%

Просмотр заимствований в документе

Время выполнения: 69 секунд

Источники заимствования		Заимствования
1. Практическая девиантология http://znanium.com/catalog/document?id=360601 Показать заимствования(75)	Информация о документе	5.4%
2. Практическая девиантология http://znanium.com/catalog/document?id=147465 Показать заимствования(75)	Информация о документе	5.4%
3. Психология агрессивного поведения	Информация о документе	4.6%

пуск Интеллектуальный ...

Матонина А.М. 30.06.21

Заявление о согласии выпускника на размещение выпускной квалификационной работы в электронно-библиотечной системе АНО ВО СИБУП

1 Я, Матошина Александра Михайловна

фамилия, имя, отчество полностью

студент (ка) группы 256-101 факультета психологии Автономной некоммерческой организации высшего образования «Сибирский институт бизнеса, управления и психологии» (далее – АНО ВО СИБУП), разрешаю АНО ВО СИБУП безвозмездно воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме написанную мною в рамках выполнения образовательной программы выпускную квалификационную работу бакалавра

на тему: психологические условия снижения агрессии подростков

название работы

в открытом доступе в электронно-библиотечной системе, таким образом, чтобы любой пользователь данного портала мог получить доступ к выпускной квалификационной работе из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на выпускную квалификационную работу.

2 Я подтверждаю, что выпускная квалификационная работа написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает авторских прав иных лиц.

«30» июня 2021 г.

подпись