

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
Факультет психології та соціальної роботи
кафедра практичної та клінічної психології

Д и п л о м н а р о б о т а

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему: **«Гендерні особливості агресивної поведінки в контексті
психічного здоров'я старших школярів»**

**«Gender features of aggressive behavior in the context of the mental health of
older students»**

Виконала: студентка заочної форми навчання

Напрямок підготовки __053__ Психологія

Архипова Тетяна Миколаївна

Керівник доцент Уханова А. І. _____

Рецензент к.мед.н., доцент кафедри психіатрії,
наркології та психології ОНМедУ Чернова Т. М.

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
№ 4 від 24 листопада 2020 р.

Завідувач кафедри Псядло Е. М.

Захищено на засіданні ЕК № ____
протокол № ____ від _____ 2020р.
Оцінка _____/_____/_____
(за національною шкалою, ECTS, бали)
Голова ЕК Псядло Е. М.

(підпис)

(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ В КОНТЕКСТІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ..	7
1.1.Поняття агресивності і агресії, основні теоретичні підходи	7
1.2. Гендерні відмінності у психічному розвитку підлітків.....	12
1.3. Характеристика кризи підліткового періоду розвитку.....	21
1.4. Види і основні причини проявів агресивної поведінки старших школярів.....	29
Висновки по 1 розділу.....	35
РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	38
2.1. Методологічні основи дослідження агресивної поведінки підлітків.....	38
2.2. Соціально-демографічна структура	40
2.3. Психодіагностичний інструментарій	42
Висновки по 2 розділу.....	47
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ.....	49
3.1. Програма емпіричного дослідження.....	49
3.2. Аналіз і інтерпретація результатів дослідження.....	51
3.3.Методи психологічної допомоги підліткам з агресивною поведінкою.....	61
Висновки по 3 розділу.....	75
ВИСНОВКИ.....	78
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	82
ДОДАТКИ.....	90

ВСТУП

Проблема агресивної поведінки докладно розглядається як вітчизняними, так і зарубіжними психологами. Роботи Р. Бэрона, Д. Річардсона, присвячені проблемі психічного розвитку підлітків. Класичні та сучасні уявлення про природу і механізми агресії представлені в роботах К. Лоренца, Р. Ардрі, які у своїх дослідженнях визначають агресивність і агресію, як вроджену реакцію людини, яка стає на захист своєї території. Еріх Фромм вважає, що вона є реакцією на ворожу для людини навколишню дійсність. Велике значення для вивчення цієї проблеми мають теорії Р. Маллера, Д. Долларда, що пов'язують агресію і фрустрацію, а також дослідження Л. Берковіца, С. Розенцвейга, А. Бандури, А. Басса, Семенюка Л. М, Захарова А. І, Алфімова М. Б. та інших. Велика кількість робіт в даний час присвячена розгляду особливостей агресивної поведінки в підлітковому віці такими вченими, як В.Маліков, Ю. Б. Можгинский, А. В. Нікітіна, Ольшанська Е. В., А. Осницький, Г. Парренс, А. М. Прихожан, С. Л. Соловйова, І. А. Фурманов, Л. М. Чепелєв, Ю. В. Щербініна та ін., так як саме цей віковий етап зараховується вченими психологами до розряду найбільш проблемних.

Дослідження проблеми агресивності людей в сучасному суспільстві є одним з пріоритетних напрямків психологічної науки. Суперечливі вимоги, що пред'являються суспільством людині, лише погіршують становище. З одного боку, в сучасному світі цінуються такі якості, як упертість, наполегливість, ініціативність, активність. З іншого боку - при надмірному розвитку цих якостей виникає ймовірність появи агресивної поведінки. У відповідності з цим велике занепокоєння викликає не тільки збільшення тривожності і відчуженості дітей, але і їх зростаючий цинізм, жорстокість, агресивність.

Актуальність теми. Проблема агресії є однією з найактуальніших на сучасному етапі розвитку суспільства. Майже кожен день в газетах і

журналах, по радіо і телебаченню повідомляється про агресивні прояви. На загальному тлі зростання агресії спостерігається сплеск дитячої агресивності, яка, як показують лонгітюдні дослідження, проведені за кордоном, досить стабільна в часі, і проявляє сильну тенденцію (в 40 - 50%) переростати в юнацькому і дорослому віці в стійку правопорушну поведінку [26].

З іншого боку, агресія, позбавлена особистісної ворожості, може бути і продуктивним фактором соціальної адаптації, сприяючи розвитку особистості і конструктивного «оновлення середовища». При правильному вихованні конструктивна агресивність підсилюється, стимулюючи особистість до творчого і гармонійного вдосконалення, а при помилках виховання - трансформується в делінквентну поведінку. Виходячи зі сказаного, очевидно, що вивчення особливостей агресивних проявів в підлітковому віці є важливою частиною вкладу психології в розвиток особистості [30]. Оскільки прояви агресивної поведінки посилюються в підлітковому віці для дослідження вибрано групу старшого шкільного віку.

Мета дослідження: дослідити проблему гендерних особливостей агресивної поведінки у старших школярів.

Для написання дипломної роботи перед нами постали такі **завдання:**

1. провести аналіз теоретичних аспектів проблеми агресії та агресивної поведінки у підлітків;
2. навести характеристику дітей підліткового віку, вказати основні причини появлів агресії в цьому віці;
3. провести дослідження гендерних відмінностей проявів агресивної поведінки підлітків;
4. запропонувати програму корекції у дітей старшого шкільного віку;

Об'єкт дослідження: агресивна поведінка підлітків.

Предметом дослідження є гендерно-специфічні прояви агресії у дітей старшого шкільного віку.

Методи дослідження:

- Теоретичні методи (теоретичний аналіз предмета і проблеми дослідження, поєднання історичного і логічного методів вивчення теорії питання, порівняння, моделювання, узагальнення психолого-педагогічного досвіду.)

- Емпіричні методи (спостереження, психодіагностичні методики самооцінки психічних станів по Г. Айзенку, показників і форм агресії А. Баса і А. Дарки, та тест агресивності - опитувальник Л. Г. Почебут).

- Математико-статистичні методи: обробка результатів дослідження за допомогою t-критерія Стюдента для порівняння двох залежних вибірок, кореляційний параметричний аналіз (критерій r Пірсона). Аналіз емпіричних даних здійснювався за допомогою статистичного програмного пакету IBM SPSS Statistics 22.0.0.

Організація і база проведення емпіричної роботи. Подільська загальноосвітня школа №9, м. Подільськ. Для участі в дослідженні взято групу підлітків 10-11 класів даної школи, яка складається з 80 осіб: 40 дівчат та 40 юнаків.

Практична значущість роботи: результати роботи можна використовувати, як джерело розширення фактологічної бази у вивченні феномена агресивної поведінки, матеріали дослідження можуть бути використані для навчання майбутніх педагогів і психологів, а також для написання інших наукових робіт, які стосуються даної проблеми. Розроблений методичний матеріал корекційної роботи може бути використаний при роботі з агресивними дітьми будь-якого віку, а особливо дітьми-підлітками.

Апробації та публікації.

Статті у фахових наукових виданнях України:

Уханова А. І., Архипова Т. М. Гендерні особливості агресивної поведінки в контексті психічного здоров'я старших школярів // Збірник наукових праць: Теоретичні і прикладні проблеми психології. Сєверодонецьк, 2020. № 2. С. 179-192.

Тези в матеріалах наукових заходів:

Архипова Т. М., Уханова А. І. Гендерні особливості прояву агресивності особистості підлітків // Матеріали до 76-ї студентської наукової конференції : Підсекція «Психологія». (Одеса 22-25 квітня 2020) С. 124.

Архипова Т. М. Феномен агресивної поведінки сучасної молоді крізь гендерний аспект // Національна безпека України: Актуальні проблеми та шляхи їх вирішення. Матеріали Шостої Всеукраїнської курсантсько-студентської науково-практичної конференції 21 травня 2020 року. Секція № 8. Проблеми становлення професіонала очима студента. С. 243-244.

Архипова Т. М. Гендерні особливості агресивної поведінки в контексті психічного здоров'я старших школярів// Міжнародна науково-практична конференція «Гендерна конструкція соціуму: історія і сучасність» (Одеса, 20.05 – 21.05. 2020).

Структура дипломної роботи. Дана робота складається зі вступу, трьох розділів (2-х теоретичних і 1-го емпіричного), висновків, списку використаних джерел (85 найменування), додатків, а також розміщує 5 таблиць і 5 рисунків. Загальний обсяг роботи склав 89 сторінок.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ В КОНТЕКСТІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ

1.1.Поняття агресивності і агресії, основні теоретичні підходи

Агресивність – це стійка риса характеру, яка проявляється в рішучості до агресії або сприймання іншої поведінки як вороже настроєну відповідно «до мене». Агресія - зазвичай визначається як акт агресивної поведінки (Короткий Оксфордський словник англійської мови, 2002). У цій роботі терміни «агресія» і «агресивна поведінка» використовуються як взаємозамінні. Агресивні форми поведінки можуть характеризуватися словесною або фізичною атакою. Агресія може бути доречною (наприклад, самозахисною), або, альтернативно, вона може бути руйнівною для себе та інших [5, 165].

Коли агресія у дорослих не є відповіддю на явну загрозу, її іноді вважають ознакою психічного розладу. Л. Берковіц вважає, що насправді, між агресією і психічними захворюваннями існує супутня патологія, при цьому багато психічних розладів, такі як шизофренія і алкоголізм, також проявляють агресивну поведінку [3, 56]. Агресія може бути спрямована назовні проти інших, завдаючи шкоду, як у випадку вибухових розладів особистості. В якості альтернативи, вона може бути направлена всередину проти себе, приводячи до самовбивчих дій, таких як самогубство.

Історично, деякі дослідники поведінки людей і тварин, такі як Зигмунд Фрейд і Конрад Лоренц, стверджували, що агресивна поведінка є вродженою, але, в якості альтернативи, інші припускають, що це поведінка научення. По всій імовірності, є і генетичний, і екологічний внесок в агресивну поведінку, а деякі з біологічних і екологічних причин агресії розглядаються нижче. В даний час дослідження причин агресії зосереджені на соціальному навчанні, моделюванні, сімейному насильстві, жорсткому поводженні з дітьми, відсутності турботи, телевізійному насильстві, структурних і функціональних

порушеннях мозку, гормонів (наприклад, тестостерон) і нейротрансмітерів (наприклад, серотонін).

Поняття агресії використовується в багатьох різних контекстах. Важливо відзначити, що воно було застосоване до поведінки тварин, а також до поведінки людей. Воно використовується для опису особистості і відносин, а також для характеристики поведінки як дітей, так і дорослих. Коли агресія використовується в медичній сфері, вона часто пов'язана з психічним розладом, таким як епілепсія [29, 139]. Вона також використовується у військових контекстах для характеристики дій нації (а не окремої особистості) проти іншої і в спорті для позначення сильної змагальної поведінки. Іноді агресія використовується в повсякденному контексті для позначення насильницьких, але законних дій інших у бізнесі (наприклад, «агресивного» продавця).

Як вже згадувалося вище, існують різні типи агресії. Теоретичні погляди на агресію припускають, що існують типологічно і функціонально відмінні підтипи агресії. За твердженням Батуева С.В важливо враховувати багатовимірний характер агресії, оскільки різні стимули поєднуються з різними типами фізіологічних і психічних процесів, створюючи різні форми агресії [23].

Хоча були запропоновані різні системи класифікації для агресії, як показано нижче, ці типології мають тенденцію дещо перекриватися, причому кожна система має різний акцент. Розглянуті форми типів агресії включають клінічну класифікацію, класифікацію на основі стимулів, класифікацію інструментальних і ворожих методів і класифікацію позитивних і негативних ефектів.

Клінічна класифікація. Дослідження клінічної літератури, які знаходяться під сильним впливом робіт С. Фешбаха (1970), часто посиляються на дві форми агресії. Перша форма називається «афективна», «реактивна», «оборонна», «імпульсивна» або «гаряча» агресія [7].

Цей тип агресії визначається як насильницька відповідь на фізичну або словесну агресію, ініційовану іншими, які є відносно неконтрольованими і емоційно зарядженими. Навпаки, друга форма агресії згадується як «хижа», «інструментальна», «активна» або «холоднокрровна» агресія. Цей тип агресії характеризується як контрольована, цілеспрямована агресія, позбавлена емоцій, яка використовується для досягнення бажаної мети, включаючи домінування і контроль над іншими.

Мавис Е. (1986) розглядає агресію у людей переважно афективну або хижу [13, 239]. Так само, М. Додж (1991) класифікує дитячу агресію як проактивну або реактивну, визнаючи, що дуже небагато агресивних актів носять чисто реактивний або проактивний характер. У Посібнику з діагностики і статистики - IV (Американська психіатрична асоціація, 1994) робиться посилання на переривчастий вибуховий розлад, форму клінічної агресії, схожу з реактивною агресією, при якій індивідуум протягом нетривалого короткого періоду часу втрачає контроль і стає надмірно агресивним.

Стимульна класифікація. Внутрішні стимули і зовнішні стимули є важливими попередниками агресії. К. Мойер (1968) представив всебічний огляд різних форм агресії і їх нервової і ендокринної регуляції [15]. Він класифікував агресивну поведінку у відповідності з сімома стимулюючими ситуаціями, які викликала поведінка. Ці попередні стимули наступні:

- Хижацька агресія, стимулюється присутністю природного об'єкта видобутку;
- Між-чоловіча агресія, стимулюється присутністю нового чоловічого родича на нейтральній арені;
- Викликана страхом агресія стимулюється погрозами і завжди передуює спроб втечі;
- Дратівлива агресія, стимулюється наявністю будь-якого прикріпленого об'єкта. Тенденція до прояву дратівливою агресії

посилюється будь-яким стресором, таким як ізоляція, ураження електричним струмом і позбавлення їжі [15].

- Територіальна агресія, стимулюється присутністю зловмисника в будинку або на території резидента;

- Материнська агресія, стимулюється загрозливим стимулом у безпосередній близькості від матері;

- Інструментальна агресія, стимулюється будь-яким з вже описаних ситуацій, але посилюється наученням [20].

Вищезгадана система класифікації підкреслює контекст-залежний характер агресії і різноманітність ситуацій, які викликають агресію.

Інструментальна проти ворожої агресії. С. Фешбах (1970) спочатку розробив цю типологію, і більш поглиблено вона була вивчена зовсім недавно у 1993. Ця впливова модель поділяє агресію на інструментальні та ворожі функції. Інструментальна агресія виробляє певну позитивну винагороду або перевагу (вплив) на агресора, не пов'язану з дискомфортом жертви. Метою ворожої агресії є спричинення травми або болю (негативний вплив) на жертву [7]. У цьому випадку агресору мало або немає ніяких переваг. Ця модель була широко вивчена у вибірках дітей і дорослих в співтоваристві з різними результатами. Однак проблема з цієї класифікації полягає в тому, що конструкції вимагають ретельного розмежування, тому що багато агресивних епізодів будуть мати компоненти як інструментальної, так і ворожої агресії.

Позитивна або негативна агресія. Взагалі кажучи, вважається, що агресія має негативну функцію, яка не тільки викликає несхвалення з боку інших, але і оцінюється як руйнівна за своїми наслідками. Тим не менш, Дж. Блюстеин (1996) стверджує, що термін «агресивна» поведінка є неоднозначним, позначаючи як позитивну, так і негативну поведінку. Точно так само це можна назвати «надмірною» або «недоречною» агресією. А. Елліс (1976) вважав позитивну агресію здоровою [41], продуктивною

поведінкою, якщо вона сприяє поширенню основних цінностей виживання, захисту, щастя, громадського визнання, збереження і інтимних стосунків.

У контексті позитивної агресії вважається, що певна ступінь агресії є необхідною і адаптивною протягом усього дитинства і юності, оскільки вона допомагає будувати автономію та ідентичність. Крім того, певна ступінь агресії або домінування допомагає полегшити участь у спільній та конкурентній діяльності з однолітками. Спрямована в правильному напрямку, людська агресія - це сила, яка дозволяє людині бути впевненим у собі, домінувати і бути незалежним і досягти майстерності як у навколишньому середовищі, так і в собі. Тому Самойлов А. М. вважає, що позитивна агресія приймає різні форми, в тому числі самозахист, протистояння заперечення, прагнення до нових можливостей і захист від шкоди [60].

Що стосується негативної агресії, цю поведінку було визначено як дії, що призводять до травм або знищення майна (А. Бандура, 1973) [1]. Альтернативно, це також було визначено як атакуюча поведінка, яка завдає шкоду іншому того ж виду. Негативна агресія також визначається як насильницька дія, спрямована на те, щоб заподіяти шкоду або поранити іншу живу істоту (К. Мойер, 1968) [15, 135].

Посягання на будинок або територію жителя і заподіяння іншим матеріальної, фізичної та емоційної шкоди також входить в негативну агресію. Негативна агресія вважається нездоровою, оскільки вона викликає підвищені емоції, які в довгостроковій перспективі можуть завдати шкоди людині.

Чоловіча та жіноча агресія. Визнано, що чоловіки більш агресивні, ніж жінки. Хоча чоловіки часто беруть участь у фізичній агресії або «прямих» формах агресії, жінки з більшою ймовірністю демонструють те, що називають «реляційною агресією» або «непрямими» формами агресії, такими як винятки інших з їх соціальної групи та наклепи [27].

Насправді, у сучасних українських підлітків дуже багато причин для втрати здоров'я. Це емоційний дискомфорт, спричинений труднощами навчального процесу (перевантаження програмним матеріалом), складнощами стосунків у системі учні – вчителі – батьки, інтенсивний негативний вплив середовища тощо. В результаті наростає емоційна напруга, підсилена некомфортними стосунками, подальшою втратою інтересу до знань. У восьмому класі цього інтересу не мають уже 40-50 % учнів. Загострюються почуття невпевненості, заниженої самооцінки, з'являється агресія, невдоволення собою і світом. Негативні емоції «приглушуються» тютюном, алкоголем, іншими наркотичними речовинами [60].

Багато підлітків усвідомлюють, що не можуть ефективно адаптуватися (приспособуватися) до соціальних вимог, але не пов'язують це зі способом життя, нерегульованим режимом дня, нерегулярним харчуванням, вживанням шкідливих для здоров'я речовин. Причини своїх життєвих проблем в першу чергу шукають в собі (низька самооцінка), в сфері спілкування (прагнення самоствердитися), часто – в матеріальній сфері, але не в способі життя і не в сфері діяльності [58]. Масштабне дослідження психічного здоров'я підлітків проводилося під керівництвом В. А. Розанова, дослідження стосувалося різних сфер, таких як спосіб життя, ступінь вираженості депресії і тривоги, суїцидальні думки і спроби, рівень об'єктивного і суб'єктивно відчуття стресу, ризикова та адиктивна поведінка. В результаті дослідження стало відомо, що статус сімей та умови життя безпосередньо впливають на структуру вільного часу дітей, незважаючи на його недостатню тривалість через навантаження навчального характеру [58].

1.2. Гендерні відмінності у психічному розвитку підлітків

Перша серйозна і порівняно достовірна робота узагальнює результати досліджень гендерних відмінностей — це книга Елеанор Маккобі і Керол

Джеклін «Психологія статевих відмінностей», видана в 1974 році [14]. Е. Маккобі і К. Джеклін зібрали і систематизували понад 2000 наукових праць, які були опубліковані до моменту їх написання книги. Вони виявили відсутність гендерних відмінностей по більшості проаналізованих параметрів, включаючи сприйняття різними органами почуттів, процеси навчання і запам'ятовування, емоційні реакції, сугестивність, самооцінку і багато інших. Таким чином, основний результат їх узагальнюючого дослідження у тому, що гендерні подібності набагато більш значущі, ніж гендерні відмінності. Але, хоча книга Е. Маккобі і К. Джеклін вважається класичною і широко цитується найчастіше згадується не їхній головний висновок, а виявлені ними виключення[14] - деякі гендерні відмінності: в мовних і математичні здібності, здібності до просторового сприйняття і агресивності

Незабаром після появи книги Е. Маккобі і К. Джеклін був розроблений статистичний метод мета-аналізу, призначений для ретельного і надійного узагальнення результатів великих корпусів досліджень однієї тематики. Цей метод вважається ідеальним для систематизації досліджень з гендерних відмінностей, оскільки в цій області проводяться десятки і навіть сотні досліджень з окремих питань [14]. Результати мета-аналізів уточнили висновки Е. Маккобі і К. Джеклін. Зокрема, завдяки більш точному статистичному аналізу і використанню більш великого і оновленого корпусу досліджень, вони показали відсутність гендерних відмінностей в мовних здібностях [14].

Існування відмінностей у мовних здібностях хлопчиків і дівчаток тривалий час уявлялося в психологічній літературі як один з безперечних психологічних фактів. Зазвичай передбачається, що за мовними здібностями жінки перевершують чоловіків. Однак, як показують найбільші огляди емпіричних досліджень у цій області, це припущення не знаходить переконливих підтверджень. Як відзначають Е. Маккобі і К. Джеклін, найбільш широко цитовані дослідження, які виявляли відмінності в розвитку

мовних здібностей у хлопчиків і дівчаток у перші роки життя, були засновані на вкрай малих вибірках, так що виявлені ними відмінності при збільшенні вибірки не могли досягти статистичної значущості. Узагальнивши результати опублікованих до того часу досліджень мовних здібностей у дітей, вони уклали, що постійних значних гендерних відмінностей в мовних здібностях не виявляється ні в дошкільному, ні в молодшому шкільному віці, але невеликі відмінності з перевагою на користь дівчаток виявляються починаючи з підліткового віку [14].

У 1988 році Дженет Хайд і Марсія Лінн провели мета-аналіз досліджень гендерних відмінностей в мовних здібностях, включивши корпус досліджень, які проаналізували Е. Маккоби і К. Джеклин, і доповнивши його великою вибіркою більше нових досліджень дітей і дорослих. Аналізуючи окремо дослідження у відповідності з використанням методом тестування мовних здібностей, вони виявили, що для п'яти з восьми тестових методик величина різниці дорівнює або близька до нуля. В цілому, узагальнюючи результати досліджень з різними методиками тестування, вони прийшли до висновку, що навіть невеликих відмінностей в мовних здібностях між чоловіками і жінками немає [12].

Згідно поширеній гендерному стереотипу, хлопчики і чоловіки більш здатні до математики, ніж дівчата і жінки. Наукові дослідження спростовують це подання. Так, мета-аналіз 1990 року, узагальнив дослідження із загальною чисельністю учасників у більш ніж три мільйони, показав, що в цілому істотних відмінностей в успішності виконання математичних завдань між хлопчиками і дівчатками немає. Незначні відмінності в користь дівчаток були виявлені в навичках рахунку у молодшій і середній школі, на користь хлопчиків — у вирішенні завдань у старшій школі, але в той же час було встановлено, що виявлені невеликі гендерні відмінності скорочуються з віком, при цьому хлопчики і дівчатка однаково добре опановують математичними поняттями [18]. Більш нове мета-аналітичне дослідження 2005 року встановив, що немовлята-дівчатка та

хлопчики у віці шести місяців однаково добре справляються з завданнями, що лежать в основі формування математичних здібностей [20].

Ще один популярний стереотип говорить про те, що хлопчики частіше демонструють видатні здібності до математики, тоді як здібності дівчаток швидше за середні. Цей стереотип підтримали автори лонгитюдного дослідження математично обдарованих дітей, проведеного в США на початку 1980-х років [16]. Математичні здібності хлопчиків і дівчаток у цьому дослідженні оцінювалися за результатами стандартизованого тесту SAT-M. При цьому інші дані, зібрані в ході дослідження, спростовують висновок про видатних здібностях хлопчиків порівняно з дівчатками. Дівчатка - учасниці дослідження краще, ніж хлопчики, справлялися з математичними завданнями в школі. Відмінностей між хлопчиками і дівчатками не було виявлено і в подальшому житті: в університетах вони вибирали математичні курси однакової складності і отримували за них однакові оцінки, а по закінченні вищої освіти однакову кількість учасників програми отримували наукові ступені. Ці результати показують, що, незважаючи на відмінності по тесту SAT-M, дівчатка і хлопчики, які брали участь в дослідженні, освоювали вищу математику в рівних кількостях і з однаковою успішністю [16].

Порівняння результатів математичних тестів в різних країнах показують, що в більшості країн світу дівчатка і хлопчики справляються з математичними завданнями однаково добре. Хлопчики показують більш високі результати всього в половині країн ОЕСР, а в Ісландії дівчинки показують значно вищі результати, ніж хлопчики [16]. Деякі автори пов'язують такі дані з поширеністю гендерних стереотипів і рівнем гендерної нерівності. Зокрема, дослідники виявили, що в країнах з високими показниками гендерної рівності гендерні відмінності в математичних результатах між хлопчиками і дівчатками зникають. Багато досліджень також показують, що успішність жінок в математиці і вибір професій, пов'язаних з математикою, визначається впливом батьків і вчителів і тим, наскільки вони

заохочують інтерес дівчаток до математики; багато жінок вважають заняття математикою не відповідають їх гендерної ролі і відмовляються від них навіть тоді, коли виявляють прекрасні здібності в цій області [19].

Здібності до просторового сприйняття. У дослідженнях здібностей до просторового сприйняття використовуються різноманітні методики тестування. Багато хто з них представляють собою, наприклад, завдання, пов'язані з внутрішнім обертанням двох - або тривимірних об'єктів. Мета-аналізи досліджень в цій області показують наявність гендерних відмінностей з перевагою на користь чоловіків, які коливаються в діапазоні від дуже незначних до помірно виражених [16]. При цьому мета-аналіз досліджень просторового сприйняття у дітей у віці від восьми місяців до півтора років показує, що гендерних відмінностей за здібностями до просторового сприйняття у цьому віці немає [21].

Деякі дослідники вважають, що в тих випадках, коли гендерні відмінності в здібностях до просторового сприйняття присутні, вони пояснюються культурним контекстом і відмінностями в гендерних ролях. На користь цього пояснення говорить, зокрема, порівняльне дослідження, проведене з 1300 представниками двох народів на північному сході Індії з загальним генетичним походженням і різною соціальною організацією. Серед представників народу, в якому жінки займають виражено підлегле становище, гендерні відмінності в просторовому сприйнятті були істотно більше, ніж серед представників народу, в якому жінки користуються більшою автономією [16]. Автори цього дослідження зазначають, що одним з факторів, що впливають на більш низькі просторові здібності жінок, може бути ефект загрози стереотипу: якщо в суспільстві існує стереотип про те, що жінки нездатні до певного типу завдань, то, коли жінці пропонують завдання такого типу, в результаті стресу вона дійсно справляється з нею гірше [16]. Вплив загрози стереотипу на різні стигматизовані групи при тестуванні різних здібностей також підтверджується безліччю інших досліджень [9].

Відмінності в агресивній поведінці належать до тих небагатьох гендерних відмінностей, існування яких підтверджується науковими даними, хоча, як і інші гендерні відмінності, вони не настільки великі, як припускають гендерні стереотипи. Як і у випадку гендерних відмінностей у математичних здібностях, мета-аналітичні огляди показують, що відмінності в агресивній поведінці коливаються від незначних до помірно виражених з перевагою на користь чоловіків. Зокрема, мета-аналіз, проведений Дженет Хайд у 1984 році, показав, що обумовлено гендерними відмінностями лише 5% варіацій в агресивній поведінці, причому з віком ці відмінності скорочуються [10].

Всупереч поширеним стереотипам, наукові дані не підтверджують зв'язки агресивної поведінки з рівнем тестостерону в крові [24]. Також, хоча стереотипи припускають, що жінки частіше вдаються до непрямих способів вираження агресії, дослідження показують, що насправді чоловіки користуються ними не менше, ніж жінки [32].

Існують дослідження, які показують вплив гендерних ролей і соціального контексту на відмінності у вираженні агресії. Наприклад, у 1994 році був проведений експеримент, в якому за рахунок збереження анонімності учасників були створені умови для того, щоб вони не відчували себе зобов'язаними вести себе у відповідності з гендерними нормами. Учасників розділили на дві групи: в одній з них учасники в підготовчій фазі повинні були сидіти близько до експериментатору і назвати своє ім'я, експериментатор ставив їм особисті питання; у другій групі учасники залишалися анонімними, перебували далеко від експериментатора і не розмовляли з ним, крім того, їм було сказано, що вони - контрольна група, і їх поведінка в ході самого експерименту не буде оцінюватися. В цьому експерименті рівень агресії вимірювався за допомогою інтерактивної відеоігри, в якій випробовувані спочатку захищалися, а потім атакували, скидаючи бомби. Учасники з першої групи продемонстрували такі ж гендерні відмінності в агресії (кількості бомб, скинутих в атаці), які

виявлялися в інших дослідженнях. У другій групі значущих гендерних відмінностей в агресивній поведінці не було виявлено [3].

Феномен гендеру включає в себе складну систему інтерпретацій - це концептуальна конструкція заснована на досвіді, індивідуальна і суспільна, крос-культурна і специфічно культурна, фізична і духовна, а також політична, тобто вона є віддзеркаленням життя у світі, який створив людей не просто організмами, але завжди жінкою або чоловіком [39]. Те, що сьогодні розглядають гендер як цілий комплекс трактувань і він не має остаточного та однозначного визначення, - не недолік або проблема, а радше особливість самого поняття.

В монографії Говоруна Т.В., Кравець В. П., Кікінежді О. М. звертають увагу на те, що «гендер» був запозичений і введений в науку про поведінку в 1955 році вченим Джоном Мані. Саме він вважається першим, хто вводить дане поняття «гендерна ідентичність». «Стать» з точки зору відчуття себе чоловіком або жінкою [34]. Одним з підходів до опису розвитку гендерної ідентичності в підлітковому віці є гіпотеза про інтенсифікацію гендерної ідентичності «gender intensification hypothesis». Цей термін введений американськими психологами Дж. П. Хілл і М. Е. Лінч на основі узагальнення досліджень 60-70-х р. ХХ ст. Відповідно до цієї точки зору, молодші підлітки починають використовувати більш очікувані та прийняті в суспільстві гендерні ролі в зв'язку з посиленням тиску на них оточуючих[9]. Грунтуючись на думці І. Х. Блока, вони стверджують, що ранній підлітковий вік є періодом, що вимагає адаптації до статевої зрілості, засвоєння нових рівнів і видів обробки інформації, нових навичок, необхідних для входження в більш великі і менш закриті групи, наприклад класи середньої школи. Таким чином, посилення процесу вивчення гендеру необхідно, щоб впоратися зі складним перехідним етапом дітей.

Процес збільшення прийняття стереотипних чоловічих і жіночих ролей відбувається в першу чергу за рахунок взаємодії з однолітками, але також підкріплюється батьками. Основну увагу у своїй роботі Дж. П. Хілл і М. Е.

Лінч приділили опису гендерних відмінностей, що підтверджують інтенсифікацію гендерної ідентичності в підлітковому віці. По-перше, це відмінності в рівнях тривожності і використовуваних копінг-стратегіях. Дослідження виявили, що дівчата більш схильні до стану тривоги і невпевненості [9]. Найбільш сильно це проявляється при оцінці свого соціометричного статусу: дівчата занижують його, в той час як хлопчики більш точні при оцінці свого становища в групі. Дівчатка використовують характерні для їх статі стратегії виходу зі складних ситуацій, намагаються уникати негативних та конфліктних моментів, використовуючи поступливу поведінку. Б. С. Розен і С. С. Анешензель назвали таку поведінку «синдром хамелеона» — адаптивна реакція на навколишні обставини, при якій використовуються тільки гендерно-типові моделі поведінки. Компонентами цього синдрому є статево-рольові стереотипи і заохочення гендерно-типової поведінки протилежною статтю. Як показало дослідження вчених, дівчатка 12-15 років активно виявляють синдром хамелеона, особливо у взаєминах з однолітками та батьками, намагаючись бути більш соціально-бажаними.

Друга група відмінностей стосується успішності в тій чи іншій діяльності. Результати досліджень А. Х. Штейн і І. Смітеллс, показують, що дівчатка і хлопчики досягають успіху в різних областях. Вони розуміють необхідність захоплюватися тими предметами, які є більш схвалюваними для їх статі: хлопчики - технічними та точними науками, дівчатка - гуманітарними науками [17]. Крім того, хлопчики більшою мірою, ніж дівчатка, схильні до швидкого і ризикованого прийняття рішень. Найбільш сильно відмінності за даним показником проявляються в 11-14 років. Подібне розмежування активно підкріплюється батьками. У проведенному Дж. П. Хілл дослідженні батькам було необхідно відповісти на питання: що вони знаходять привабливим у своїй дитині, чому б вони хотіли навчити свою дитину, які «гарні» моделі поведінки знадобляться дитині та якою би вони хотіли бачити свою дитину, коли сама виросте. Батьки хлопчиків частіше давали відповіді, пов'язані з досягненням успіху, індивідуалізмом,

упевненістю в собі, ніж батьки дівчаток. Батьки дівчаток були більшою мірою орієнтовані на безпеку та емоційне благополуччя своїх дочок [9].

Третя група факторів, на які звернули увагу дослідники, це відмінності в самооцінці і особливості Я-концепції. В цілому, дані показують, що в ранньому підлітковому віці у дівчаток починає активно розвиватися самосвідомість, при цьому знижується самооцінка, насамперед обумовлена питаннями міжособистісних відносин і зовнішності. І. Дусек і І. Флагерті проаналізували чотири складових Я-концепції: пристосованість, досягнення/лідерство, близькість/комунікабельність, мужність/жіночність. Було визначено, що дівчата-підлітки отримують більш високі середні бали по фактору близькості/товариськості, юнаки досягають успіху в досягненнях-лідерство і мужності [6].

Наступний ряд досліджень, на аналізі яких Дж. П. Хілл і М. Е. Лінч вивели гіпотезу інтенсифікації гендеру, стосується соціальних відносин. Численні дані підтверджують той факт, що в молодшому підлітковому віці значимість побудови сприятливих міжособистісних відносин для дівчаток набагато сильніше, ніж для хлопчиків. При цьому відрізняється характер дружніх відносини: для хлопчиків головним зближуючим чинником є спільна діяльність (інструментальний компонент), а для дівчаток - емоційна симпатія, здатність до обміну почуттями, більш інтимні стосунки з подругами. Подібні гендерні відмінності зберігаються протягом всього навчання в середній школі. Крім того, у дівчаток спостерігаються такі гендерні патерни поведінки, як любов до дітей, активна взаємодія з ними [9]. Окремо автори виділяють поодинокі дослідження, присвячені гендерним відмінностям в рівні активності і агресії. Однак прямого підтвердження посилення гендерно-типізованих форм поведінки в рамках цих характеристик не було знайдено.

Авторами були надані також рекомендації щодо розмежування термінів «стать» і «гендер». Гендер включений в систему соціальних відносин, структура яких більш складна, ніж показано в більшості

проведених раніше досліджень. Термін «роль» пов'язаний з особливостями конкретної соціальної системи зі своїми формальними і неформальними вимогами [9].

Таким чином, необхідно розділяти статеві ролі (тобто ролі, виконання яких приписано статевою детермінацією) і гендерні ролі (ті, що пов'язані з вимогами конкретної групи). Наприклад, можливо, що для шкільного класу, в якому вчиться підліток, більш значущим буде така якість в хлопчиках, як схильність до ризику, а в дівчаток - емоційна теплота, ніж для їх батьків (сім'ї).

Запропонована Дж. П. Хілл і М. Е. Лінч гіпотеза стала в наступні роки основним принципом в дослідженнях гендерних характеристик в підлітковому віці. Перед дослідниками постало питання про емпіричне підкріплення інтенсифікації гендеру, про виявлення чинників, що впливають на прояв даного феномена, а також про актуальність даної гіпотези в умовах сучасного суспільства [9].

1.3. Характеристика кризи підліткового періоду розвитку

Причини кризи підліткового віку пояснюються психологами по-різному. На думку Стенлі Холла, Зигмунда Фрейда, криза підліткового віку біологічно зумовлена і тому є неминучою, виявляючись обов'язково в усіх підлітків. Ці психологи аргументують свою позицію тим, що в організмі підлітка неминуче відбуваються глибокі перетворення, які впливають на його переживання і психічний розвиток [8]. Л. С. Виготський наголошував на тому, що причина кризи підліткового віку полягає в неузгодженості процесів статевого дозрівання, загальноорганічного розвитку та соціального формування. Нині ця суперечність, зумовлена випередженням статевого дозрівання, має особливо гострий характер [30].

Л. С. Виготський підкреслював, що за всяким негативним симптомом кризи "ховається позитивний зміст, що складається зазвичай у переході до нової і вищої форми"[30]. Криза підліткового віку проходить три фази:

1. Негативну, або передкризову, - фазу ломки старих звичок, стереотипів, розпаду сформованих раніше структур;
2. Кульмінаційну точку кризи (це, як правило, 13 років);
3. Посткризову фазу, тобто період формування нових структур, побудови нових відносин і т.д.

Кризова симптоматика властива першій і частково другій фазам.

У літературі описані два основні шляхи перебігу вікових криз:

1. Криза незалежності (її симптоми - норовистість, упертість, негативізм, свавілля, знецінення дорослих, негативне ставлення до їхніх вимог, які раніше виконувалися, протест-бунт, ревності до власності).
2. Криза залежності (надмірна слухняність, залежність від старших або сильніших, регрес до старих інтересів, смаків, форм поведінки).

З точки зору розвитку найбільш сприятливим виявляється перший шлях [30].

Підліткова криза, це явище - не обов'язкова ознака настання підліткового періоду. Межі підліткового віку не встановлюються чітко, у кожного підлітка вони індивідуальні. Нарівні з поняттям «підлітковий вік» використовується поняття «перехідний вік». У цей період підліток проходить великий шлях у своєму розвитку: через внутрішні конфлікти з самим собою і з іншими, через зовнішні зриви і сходження він може знайти почуття особистості. В даному віковому періоді у дитини закладаються основи свідомої поведінки, вимальовується загальна спрямованість у формуванні моральних уявлень і соціальних установок [24]. В деяких випадках криза проходить непомітно. Однак, незважаючи на відсутність явних ознак, зміни відбуваються, що слід розуміти при побудові відносин батьків з дітьми в цьому віці [42].

І для того, щоб привернути увагу до важливості і вивчення підліткового віку не випадково використовується слово «криза», інколи цей період нарікають тривалою кризою, нерідко можливі труднощі з роботою серця, легенів, головний мозок погано функціонує, емоції не стабільні, саме тому дитина проявляє агресивність, стає дратівливою, енергійний стан різко змінюється знесиленням.

Підліткова перебудова організму дитини супроводжується появою нових смаків та інтересів. Це може бути все що завгодно: від музичних уподобань до кола спілкування і їжі. При цьому нововведення не завжди можуть носити кардинальний характер, і бувають малопомітними. Особливості розвитку пізнавальних здібностей підлітка часто служать причиною труднощів у шкільному навчанні: неуспішність, неадекватна поведінка. Успішність навчання багато в чому залежить від мотивації навчання, від того особистісного сенсу, який має цей процес для дитини. Основна умова будь-якого навчання – наявність прагнення до придбання знань і вимірювання себе і того, хто навчається. Але в реальному шкільному житті доводиться стикатися з ситуацією, коли підліток не має потреби в навчанні і навіть активно протидіє навчанню.

Важливою особливістю підліткового віку являється криза ідентичності. Психоаналітик Е. Еріксон виявив, що криза підліткового періоду є природним та звичайним явищем у розвитку дитини [39]. Кожна людина так чи інакше переживає кризу відносно самовизначення і якщо підлітку не вдається впоратися з цим завданням, то можливе формування неадекватної ідентичності: розмита чи дифузна – стан, при якому підліток не знайшов свій відповідальний вибір відносно своєї професії, що характеризує його «Я» невизначеним та розмитим. Неоплачена ідентичність – позиція при якій підліток зробив вибір, пройшовши болячий період самоаналізу, але вибір цей за стандартом чи під впливом авторитетних людей. Стан, при якому людина знаходиться в процесі самовизначення, але чомусь відкладає остаточне

рішення на майбутнє – це відстрочена ідентичність. Та нарешті якщо людина знайшла себе і йде процес самореалізації – це досягнута ідентичність [39].

Також одним із кардинальних ознак підліткової кризи є переживання відносно свого «Я» до світу – деперсоналізація, це розлад сприйняття себе, коли свої дії сприймаються ззовні та супроводжуються відчуттям неможливістю керувати ними. Деперсоналізація може супроводжуватися разом з дереалізацією - коли навколишній світ сприймається як нереальний і позбавлений своїх красок, при цьому може бути порушення пам'яті.

Для кризи підліткового віку характерно набуття свого унікального, неповторного «Я» з його багатогранним внутрішнім світом. Підліткове «Я» завжди співвідноситься з певним колективним «Ми», яке об'єднує підлітків за інтересами, віком, належністю до певної соціальної групи [73]. Формування загального, масового «Ми» продиктоване, перш за все, бажанням створити щось своє, відмінне від дорослих, властиве тільки певній соціальній групі - групі підлітків. Ще один приклад проблем підліткового віку - копіювання звичок, жестів, поведінкових реакцій дорослих. Це зумовлено бажанням тінейджерів продемонструвати перед іншими свою значимість і унікальність. Якщо сказати простіше, це просто бажання самоствердитися, висловитися. Адже багато молодих хлопців і дівчат курять, вживають алкоголь і нецензурно виражаються не тому, що цього хочуть, а тому, що так прийнято серед їх однолітків. І не просто прийнято, а навіть у ряді випадків модно [45]. Змістом психічного розвитку школярів стає розвиток їх самосвідомості. Однією з найважливіших рис, що характеризують особистість підлітка, є поява стійкості самооцінки і образу «Я». Важливим змістом самосвідомості є образ фізичного «Я» – уявлення про свій тілесний вигляд, порівняння і оцінка себе з точки зору еталонів «мужності» і «жіночності». Особливості фізичного розвитку можуть бути причиною зниження у підлітків самооцінки і самоповаги, приводити до страху поганої оцінки оточуючими. Вади зовнішності (реальні чи уявні)

можуть переживатися дуже болісно аж до повного неприйняття себе, стійкого почуття неповноцінності [51].

Школярам властива сильна потреба у спілкуванні з однолітками. Провідним мотивом поведінки дитини є прагнення знайти своє місце серед однолітків. Відсутність такої можливості дуже часто призводить до соціальної неадаптованості і правопорушень. Оцінки товаришів починають набувати більшого значення, ніж оцінки вчителів і дорослих. Дитина максимально підтверджена впливу групи, її цінностей; у нього виникає велике занепокоєння, якщо наражається на небезпеку його популярність серед однолітків. Намагаючись утвердитися в новій соціальній позиції, підліток намагається вийти за рамки учнівських справ в іншу сферу, що має соціальну значущість. Школярі частіше починають спиратися на думку своїх однолітків. Якщо у молодших школярів підвищена тривожність виникає при контактах з незнайомими дорослими, то у підлітків напруженість і тривога вище у стосунках з батьками й однолітками. Прагнення жити за своїми ідеалами, вироблення цих зразків поведінки може призводити до зіткнень поглядів на життя підлітків та їхніх батьків, створювати конфліктні ситуації. У зв'язку з бурхливим біологічним розвитком і прагненням до самостійності у підлітків виникають труднощі і у взаєминах з однолітками [68].

Упертість, негативізм, образливість і агресивність дітей є найчастіше емоційними реакціями на невпевненість в собі. Основна причина проблем, що виникають у підлітковому періоді життя дітей, полягає в їх статевому дозріванні. В цей час відбувається не тільки перебудова організму, але і зміна світогляду та поглядів на осіб протилежної статі. У зв'язку з цим виникає статевий потяг, народжуються таємні бажання і еротичні фантазії, що не може не залишити певного відбитку у поведінці дитини [32].

Зміни, що відбуваються у підлітка, стосуються і способу його мислення. Різні дитячі забави та інтереси відходять на другий план, і йому стають цікаві різні дорослі речі [18]. У цьому віці дитина робить перші кроки в дорослому житті або, точніше, наближається до нього. У підлітковому

періоді з'являється сильне прагнення до незалежності, яка поєднується з максималізмом. Молоді люди впевнені, що їм по силам згорнути гори, а справ, у яких не можна досягти успіху, не існує. Для того, щоб підлітковий максималізм пройшов, потрібен час. Деякі втрачають його з віком і придбанням мудрості, а іншим потрібен певний досвід, як правило, гіркий.

Основна причина конфліктів між дорослими і підлітками полягає у взаємному нерозумінні, і посилюється внутрішнім конфліктом дитини. У підлітка створюється помилкове враження, що увесь світ озброївся проти нього і ніхто, навіть батьки його не розуміють. Батьки не менш гостро переживають страждання свого чада, намагаються йому допомогти, бажаючи лише добра, але, як не дивно, це може стати причиною нерозуміння їх дитиною [25]. Перша любов, особливо нерозділена, нерідко стає для підлітків проблемою. Досить часто об'єктом юнацьких зітхань стають люди старші за віком, що зводить до нуля шанси на вдалий розвиток подібних відносин. В результаті такого любовного досвіду серце підлітка розбивається і настає депресія [31]. У цей момент дитині потрібна допомога і підтримка, але дуже тактовна.

У цей момент підліток набуває нових друзів, і у нього з'являються свої компанії. На цьому ґрунті можуть виникнути розбіжності дітей з батьками, бо дорослим не завжди подобається оточення підлітка. У цьому випадку батькам варто згадати себе в молодості, коли їх компанії були також не до душі представникам старшого покоління [49]. Револьюційні погляди на речі і прагнення до конфлікту притаманні підліткам всіх поколінь. Максималізм і нетерпимість - обов'язкові атрибути юності, з якими потрібно боротися шляхом переконання. Уникнути конфліктів і скандалів в сім'ї можна, зробивши спробу навіювання, що конфлікт не вирішує проблем, а тільки їх посилює, тому спір можна вирішити мирним шляхом, висловлюючи свою думку іншим способом [53].

Нерідко, дитина замикається в собі і віддаляється від рідних. При розвитку замкнутості слід зробити рішучі кроки, спрямовані на руйнування

зростаючої стіни ізоляції від суспільства. Поява депресивного стану у дитини - тривожна ознака підліткового кризи. Часті депресії без видимої причини ще не говорять про їх відсутність - просто батьки її не знають. Такі явища вважаються нормальними для підліткового віку, але важливо, щоб вони не мали серйозних наслідків [65].

В період розвитку кризи підліткового віку тінейджер впевнений, що в очах оточуючих він виглядає дорослим, здається самостійним, але забуває про те, що таким насправді не є. Хоча відносно одягу і зовнішнього вигляду підлітки, навпаки, намагаються різко відрізнитися від дорослих. Це, мабуть, основна причина різних фантастичних стрижок, фарбування волосся в самі немислимі кольори, носіння рваних джинсів, довгих металевих ланцюгів, що звисають нижче колін, та інших атрибутів сучасного стилю, який являє собою узагальнення і змішування різних стилів і напрямків. Дана концепція стилю і поведінки в період кризи підліткового віку дозволяє «своїм» впізнавати один одного, відрізнити від «чужих» членів їх маленького світу. Трет'якова М. В. [62].

Прагнення підлітків до формування власних міні-товариств пояснюється особливостями їх психоемоційного розвитку. Причиною проблем в підлітковому віці можуть бути завищена, гіпертрофована самооцінка, свідомість власної геніальності, неповторності і несхожості на інших [78]. Здавалося б, наявність такої зарозумілості передбачає іншу поведінкову стратегію — виділитися із загальної маси і продемонструвати всім свої переваги. На практиці ж все трохи інакше.

Криза підліткового і юнацького віку часто виявляється заниженою або завищеною самооцінкою тінейджера. Занижена самооцінка зустрічається серед людей 12-17 років частіше. Проблема невідповідності власної зовнішності вигаданому ідеалу в цьому віці глобальна. У цьому випадку криза підліткового віку характеризується всілякими хитрощами, до яких вдається тінейджер, щоб хоч трішки наблизитися до ідеального образу: голодування, дієти, виснажливі тренування до сьомого поту в тренажерних

залах, макіяж [61]. І все одно залишається щось, що віддаляє підлітка від досконалості. Якщо тільки подивитися на «ідеальну людину», відразу стане все ясно. Хто стає кумиром сучасного покоління? Фантастичні герої трилерів, безжальні суперагенти або модні красуні, які підкорили всі подіуми світу. Якщо вдуматися, то ні один з них або навіть схожий персонаж не може вважатися героєм. Адже суть кризи підліткового віку полягає не в ступені вираженості м'язів, а у внутрішньому змісті, у тому, що він несе в собі, яку мету переслідує, здійснюючи те або інше діяння.

Важливо пояснити підліткові, що справжня цінність і значимість людини полягають у його внутрішньому змісті, а не в зовнішній епатажності, тим більше, що сучасне суспільство поступово приходить до такої моделі відносин. Ніхто не заперечує значення зовнішніх даних, тому всіляко необхідно заохочувати підлітка справлятися з косметичними проблемами, підказувати методи боротьби з недоліками, намагатися всіляко підтримати в ньому почуття власної гідності. Тільки не перетворювати турботу про власну зовнішність у культ або основне заняття. Адекватна оцінка складеться після подолання критичного періоду дорослішання [67].

Інша ситуація виникає, коли у дитини в процесі розвитку складається необґрунтовано завищена самооцінка. В даній ситуації переважає переконаність у власній унікальності і неповторності, характерно повне протиставлення себе оточуючим. Такі діти переконані, що все найкраще і унікальне зосереджено в їх персоні. Часто причиною формування у підлітка такої позиції є неправильна поведінка самих батьків. Це ситуації, коли всі події обертаються навколо улюбленого чада. Завищена зарозумілість — результат нескінченного заохочення і улесливої похвали батьків [34]. Ніхто не сперечається, що для кожного батька його дитина — сама розумна, талановита, унікальна, геніальна. Але пам'ятаючи про причини і проявах кризи підліткового віку, дуже важливо не перехвалити, щоб не спровокувати розвиток необґрунтовано завищеної самооцінки, яка зможе лише зашкодити в майбутньому.

1.4. Види і основні причини проявів агресивної поведінки старших школярів

Найбільш розгорнуту класифікацію агресивної поведінки дав А. Басса. Він виділяє три основних параметри, за якими характеризує форми агресивної поведінки: фізична - вербальна агресія; активна - пасивна агресія; пряма - непряма агресія [5].

Шляхом комбінування цих форм А.Басса виділяє 8 видів агресивної поведінки: Активна агресія - фізична: пряма (нанесення тілесних ушкоджень) та непряма (нанесення тілесних ушкоджень заступнику жертви); вербальна - пряма (нанесення образ) і непряма (лихослів'я). Пасивна агресія - фізична: пряма (протидія) і непряма (негативізм); вербальна - пряма (відмова говорити) і непряма (незгода) [5].

Ще одна класифікація була дана С. Фешбахом, який ввів одну важливу змінну, пов'язану з мотивуванням поведінки, в свою класифікацію [7]. На підставі цього критерію він виділяє три види агресивної поведінки:

Ворожа агресія - має на меті завдати іншому суб'єкту неприємні фізичні або психологічні відчуття.

Інструментальна агресія - метою такої поведінки є не саме заподіяння шкоди, а рішення певної проблеми.

Експресивна агресія - є формою вираження себе за допомогою застосування насильства [7].

Третя цікава класифікація - Д. Зіллмана [18]. Основний критерій її побудови - позиція агресора по відношенню до жертви і їх взаємовідносини за схемою «стимул-реакція». Він виділяє 8 типів агресивної поведінки:

- наступальна агресія - нанесення фізичних або психічних ушкоджень іншому, який не застосовував до нього насильства;
- захисна агресія - нанесення ушкоджень іншому об'єкту у відповідь на застосування ним насильства;

- відповідна - нанесення ушкоджень іншому суб'єкту з метою помсти за нанесення йому цим суб'єктом пошкодження;
- спровокована агресія - завідоме підбурення атакуючого нападати, яке спричинило за собою його відповідні агресивні дії;
- неспровокована агресія - агресивні дії нападника по відношенню до жертви, не викликані ніякими вчинками жертви, які могли б підштовхнути нападника на такі дії,
- агресія, викликана роздратуванням — агресивні дії, первинна функція яких - редукування або зняття стану роздратування;
- спонукальна агресія - агресивні дії, первинна причина яких - отримання зовнішньої стимуляції;
- санкціонована агресія - агресивні дії, які слугують соціальним і не виходять за їх рамки [18].

Зважаючи на те, що прояви агресії у людей нескінченні і різноманітні, слід ретельно розібратися в запропонованих дослідниками видах агресії. У нашій країні прийнято виділяти наступні види агресії (аутоагресія у цій класифікації виділяється як підвид агресії):

- фізична (напад) агресія з використанням фізичної сили проти іншої особи або об'єкта;
- вербальна агресія — вираження негативних почуттів як через форму вербальних реакцій (сварка, крик, вереск), так і через їх зміст (загрози, прокляття, лайка);
- пряма агресія безпосередньо спрямована проти будь-якого суб'єкта або об'єкта;
- непряма агресія – обхідним шляхом спрямована на іншу особу (плітки, злісні жарти);
- аутоагресія — агресія спрямована на самого себе;
- інструментальна агресія – є засобом досягнення якої-небудь мети;
- ворожа агресія - виражається в діях, метою яких є заподіяння шкоди об'єкту агресії [18].

Агресивна поведінка в ранньому дитинстві вважається частиною нормального процесу розвитку. Акти агресії змінюються протягом життя людини. Коли маленьким дітям не вистачає вербальних навичок, агресія переважно фізична. Коли словесні навички розвиваються, вони можуть бути використані як для мирного спілкування, так і для агресивних цілей. Спалахи гніву зазвичай досягають піку у віці від 18 до 24 місяців і поступово зменшуються до п'яти років [67]. К. Тремблей і інші дослідники у 1999 році виявили, що більшість дітей відчули фізичну агресію до кінця другого року. Рання агресивна поведінка складається з плачу, крику, істерики гніву, укусів, ударів ногами, метання і розбивання об'єктів. На даному етапі намір відіграє важливу роль. У ранньому дитинстві агресивна поведінка може бути у відповідь на батьківський авторитет і нереалістичні очікування з боку батьків по відношенню до своєї дитини. Пізніше, по мірі посилення соціальних взаємодій, агресія може бути спрямована на однолітків. Пізніше відбувається така поведінка, як насмішка, знущання, бійки, дратівливість, жорстоке поводження з тваринами і розпалювання вогню. В ранньому підлітковому віці розвивається більш серйозне насильство, в тому числі бандитські бої і використання ножів, в той час як в пізньому підлітковому віці використання зброї зростає.

Соціальна агресія підлітків зазвичай включає в себе бандитську діяльність, кооперативні крадіжки, прогули і інші прояви участі в злочинній субкультурі. У зрілому віці агресія загострюється і включає напади, грабунки, зґвалтування і вбивства. У випадках дитячої, підліткової та дорослої агресії однією з характерних рис агресивного епізоду є вегетативне порушення [29]. Ця стимуляція вегетативної нервової системи є частиною синдрому боротьби з втечею, яка готує організм до фізичних дій. Крім того, встановлено, що проактивна агресія відображає психопатичні характеристики прояву, тоді як реактивна агресія може бути результатом спотворення реальності і характеристик спектру шизофренії.

Одна з причин виникнення агресії - це бажання підлітка спілкуватися з однолітками, а не з батьками. Підліток прагне зайняти певну соціальну позицію в класі, щоб задовольнити потребу отримання авторитету для залучення уваги. Але клас швидко змінюється групою «крутіший». Для цього дитина повинна відповідати новій групі, яка часто є неформальною і її члени характеризуються девіантною поведінкою. Для підтримки нового статусу підліток поводить себе агресивно, доводячи свою приналежність до неформального об'єднання інших юнаків. Спрацьовує «стадне почуття» і бажання виділитися завдяки новому соціальному становищу, яке засноване на девіантності [37].

Внутрішньосімейна взаємодія та соціально-економічні можливості сім'ї - одна з головних причин виникнення агресії. Саме в підлітковому віці дитина оцінює матеріальне становище родини, усвідомлює неможливість задоволення потреб, викликаних, наприклад, появою нових моделей телефонів у однокласників. Із-за цього народжується агресія, почуття відсталості, відокремленості від класу, друзів, що порушує спілкування між дітьми і батьками [41]. Глузування, знущання однолітків з приводу бідності остаточно приводять дитину до депресії, сильної агресії і навіть таких тяжких наслідків, як суїцид.

Детальніше зупинимося на причині, що виникла відносно недавно - комп'ютерні ігри. Кожен знає, що часто комп'ютер купують не для практичної користі, а для відеоігор, але мало хто замислюється про їхню користь. Американські вчені з Мічиганського державного університету спільно з німецькими колегами провели дослідження, результати якого дозволяють стверджувати, що відеоігри можуть впливати на роботу головного мозку людини, викликаючи у неї агресивні спонукання (з коментарів одного з розробників дослідження Рене Вебера) [4]. Також вважається, що варто з особливою увагою ставитися до вибору дитячих комп'ютерних ігор: ігри типу «лякалки» і «стрілялки» - провокатори агресивної поведінки підлітка. Але часто батьки не помічають вікові

обмеження на відеоіграх і самі дарують їх дітям, не підозрюючи про заборонений зміст. Комп'ютер звужує поле інтересів дитини, спілкування скорочується, виникає власний світ, відгороджуючий дітей від реальності.

А постійні сцени насильства в комп'ютерних іграх тренують реакцію молодого покоління на певні життєві ситуації, не виявляючи при цьому емоцій. У віртуальних іграх підліток відчуває дозволеність, здійснює дії, яких би він не вчинив в реальності, відчуває причетність до інших гравців. Але все це - лише віртуальний світ, здатний в одну мить зникнути [58].

Таким чином основні причини агресивної поведінки підлітків можна відкласифікувати наступним чином:

1. Агресія при гіперактивності. Проявляється у вигляді докучань до інших дітей, безглузвих бійок, неадекватних реакцій, запальності, збудливості, вторгнення на чужу територію, псування майна і т. д. Пов'язана така поведінка, як правило, із труднощами адаптації дитини до середовища, яке пред'являє до неї занадто високі для її рівня зрілості вимоги. Дитина не може структурувати свою діяльність, бачити в ній сенс, ставити цілі. Для неї світ — це хаос і він безладно відгукується на «що попало» [71]. У цьому випадку необхідна співпраця вчителя, психолога, батьків, а також психоневролога.

2. Агресія лідерства. Цей тип агресії характеризується егоцентричним прагненням дитини до лідерства і влади (та незгодою з роллю «другого плану»), суперництвом, спробами придушити суперника дитина росте в неблагополучній сім'ї, де відчуває себе знедоленою. Діти, схильні до агресії, помсти, як правило, не вірять в доброту, але при цьому потребують її. Тому дорослий може спробувати знайти «ключик» до такої дитини, виявляючи до неї увагу і турботу без всяких умов [71].

3. Агресія страху. Наприклад, боячись комах, людина розчавить павука, навіть якщо той абсолютно нешкідливий. Зазвичай у цих дітей підвищена агресивність поєднується з боязливістю, тому корекція поведінки неможлива без роботи зі страхами. У цьому випадку теж необхідна допомога

психолога. Дорослі допомагають дитині відрефлексувати страхи «як нормальне Явище» і потім скласти «арсенал» можливих реагувань на них.

4. Агресія тривоги. Діти, як правило, не усвідомлюють, у чому джерело тривоги, вони відчують, що їх «щось гнітить», «що погано», щось «не так». Наприклад, в переїданні, надмірному вживанні солодощів, жувальних гумок і т. п., а також в порожній витраті часу біля телевізора, комп'ютера. Іноді агресія спрямовується назовні у вигляді подразнення, бурчання, пліток, пере дачі чуток, «страшної» інформації, невдоволення «всім і вся». Зусилля дорослих повинні бути спрямовані на те, щоб позбавити дитину від стану тривожності. Цьому сприяють довірчі бесіди на теми, що стосуються її відносин з однокласниками, успішності, ставлення до себе і тому подібне [71].

5. Агресія провини. Почуття провини завжди викликає душевне страждання, і людина, бажаючи позбутися від нього, або намагається спокутувати провину вчинком, або направляє агресію на джерело страждань (якщо немає сил, можливостей, бажання щось змінити). Якщо це мати або батько і дитина не може собі дозволити агресію по відношенню до батьків, вона спрямовує її на молодшого брата, на кішку або на інший, як правило, беззахисний об'єкт. Покарання приймає форму самобичування, самозвинувачення або руйнівної поведінки. Такого роду агресію можна попередити, якщо дорослі будуть пам'ятати про свою відповідальність при використанні звинувачень у якості виховних заходів.

6. Агресія викликана (включаючи часом вчителів і батьків), порушенням дисципліни. Іноді — це реакція дитини на авторитарний стиль, процвітаючий в сім'ї. Владна поведінка може бути також компенсацією нереалізованої потреби в любові і визнання. Виховні впливи дорослих при подібній агресії повинні бути спрямовані в першу чергу на розвиток емпатії (тобто здатності до співпереживання) [71].

7. Агресія демонстративності. Дитина постійно робить спроби привернути до себе увагу, причому будь-якою ціною, включаючи агресивні

витівки. Зухвала поведінка явно розрахована на глядача. Підліток може приймати роль клоуна, «супермена», розумника та ін. Коли батьки не помічають дитину, вона привертає їх увагу якою-небудь витівкою, і якщо це відбувається часто, така поведінка закріплюється. Агресія демонстративності найчастіше є наслідком того, що в дитинстві дитина відчувала дефіцит любові та уваги. Дорослим у цьому випадку слід заохочувати позитивну поведінку дитини, а виклики по можливості ігнорувати.

8. Агресія помсти. Проявляється у ворожості, мстивості, підозрілості, недовірі. Це — спосіб відновлення справедливості, бажання захистити себе від «ворогів». Така поведінка може бути наслідком того, що

9. Агресія низької самооцінки. Часто проявляється у вигляді підвищеної уразливості, запальності, ранимості. Агресія низької самооцінки часто формується в атмосфері надмірної критичності, причіпок, насмішок, глузувань по відношенню до дитини. Такі діти потребують чуйного і тактовного до себе відношення. Допомогти дитині усвідомити свої сильні сторони, повірити в себе, в силу свого духу, а також побачити інших можуть дорослі — вчителі та батьки [71].

Висновки по 1 розділу

Вивчивши теоретичні аспекти агресивної поведінки можна зробити висновок, що перш за все нам необхідно розрізняти такі поняття, як «агресія» та «агресивність». Агресія - мотивована деструктивна поведінка, що суперечить нормам і правилам співіснування людей у суспільстві, що завдає шкоди об'єктам нападу (живим і неживим), приносить фізичний збиток людям або викликає у них психологічний дискомфорт (негативні переживання, стан напруженості, страху, пригніченості і т.п.).

Агресивна поведінка в даному випадку визначається як одна з форм реагування на різні несприятливі в фізичному і психічному відношенні життєві ситуації, що викликають стрес, фрустрацію і т.п. Агресивна

поведінка виступає одним з основних способів вирішення проблем, пов'язаних зі збереженням індивідуальності і тотожності, з захистом і зростанням почуття власної цінності, самооцінки, рівня домагань, а також збереженням і посиленням контролю над суттєвим для суб'єкта оточенням. Агресивні дії при агресивній поведінці виступають як спосіб досягнення якої-небудь значущої мети, спосіб психологічної розрядки, спосіб задоволення потреби в самореалізації і самоствердженні.

Нові можливості для вивчення і корекції агресивної поведінки відкриває гендерний підхід, що передбачає такий спосіб пізнання дійсності, в якому відсутній «безстатевий погляд» на психічні явища і в той же час немає поляризації і ієрархії «чоловічого» і «жіночого». На відміну від статево-вікового аналізу, який відштовхується від біологічної різниці чоловіків і жінок, гендерний аналіз дозволяє, не обмежуючись традиційними уявленнями про гормональні відмінності і різне фізіологічне призначення, побачити витoki відмінностей в агресивності між хлопчиками і дівчатками-підлітками в специфіці їх соціалізації та прийнятті на себе певних гендерних ролей.

Феномен гендеру включає в себе складну систему інтерпретацій - це конструкція концептуальна і заснована на досвіді, індивідуальна і суспільна, крос-культурна і специфічно культурна, фізична і духовна, а також політична, тобто вона є відображенням життя в світі, який створив людей не просто організмами, але завжди жінкою або чоловіком. Те, що сьогодні гендер розглядають як цілий комплекс трактувань і він не має остаточного і однозначного визначення, - не недолік або проблема, а швидше, особливість самого поняття.

Підлітковий вік, який коливається в межах від 10-11 до 15 років часто називають важким, підкреслюючи складний процес анатомо – фізіологічної перебудови організму, яка впливає на психічний розвиток. Цей вік по-іншому називається період пубертата, тобто період статевого дозрівання, коли формуються вторинні статеві ознаки. У хлопчиків ламається голос,

з'являється волосяний покрив на обличчі, у дівчаток розвиток молочних залоз і специфічний розподіл жирової тканини. Через сплеск гормонів можуть бути проблеми зі станом шкіри, ваги, багато починають комплексувати з – за цього, вважають себе некрасивими. Все це змушує підлітка звернути увагу на своє тілесне – Я. Вони зосереджуються на пізнанні свого тіла, розуміють, що вони змінюються, що вже не ті, якими були в дитинстві і їм потрібно по – новому будувати свої взаємовідносини з оточуючими.

Саме в цьому віці спостерігається протиріччя соціальної ситуації. З одного боку, дорослі продовжують застосовувати до підлітка «дитячу мораль», а з іншого використовують «мораль дорослих», для того щоб дитина могла планувати своє життя і брати на себе відповідальність. Часто права не пов'язані з обов'язками: зростання обов'язків не тягне за собою зростання прав. Наприклад, батьки залишають на дитину молодших братів і сестер, але не відпускають з ночівлею до подруги. Підлітком опановує почуття дорослості, він прагне до автономії через різні атрибути дорослості – дівчатка починають фарбуватися, хлопчики вперше пробують покурити. Підліток вимагає свободи та своїх прав, в силу соціальної незрілості не розуміючи, що всяка свобода пов'язана з відповідальністю.

Існують і психологічні протиріччя, які гостро переживаються підлітком. Непослідовність і суперечливість вчинків його колишніх авторитетних людей, наприклад, батьків, призводить до відомого юнацького максималізму: «хороша» людина не може здійснювати жодного поганого вчинку, інакше її не можна вважати «хорошою». Пошук нових еталонів здійснюється вже поза сім'єю, і якусь опору підліток шукає в собі сам, намагається розібратися в собі, знайти своє справжнє я. Виходячи з усього перерахованого, вважаю підлітковий вік є дійсно важким і складним, але в цьому і є його принадність, оскільки в цей період відбувається напружена внутрішня робота з самопізнання, самооцінки, самовизначення і самодослідження. Адже без цієї роботи не буде самовиховання і самовдосконалення, оскільки як ми знаємо протиріччя породжують розвиток.

РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методологічні основи дослідження агресивної поведінки підлітків

У даній роботі розглядається феномен підліткової агресії, існуючий в сучасному соціумі. У дослідженні використаний порівняльний підхід до проблеми і представлені різні теорії прояву агресії у підлітків. Основний зміст дослідження складають різні погляди на заявлену проблему. Значна увага приділяється виявленню та обґрунтуванню причин девіантної поведінки підлітків. Робота має міждисциплінарний характер і написана на стику педагогіки, екзистенціальної і гуманістичної психології [53].

Виділяють кілька теорій виникнення агресії: теорія інстинкту Зигмунда Фрейда і Конрада Лоренца, соціально-когнітивна теорія Альберта Бандури, фрустраційна теорія Джона Долларда.

Теорія інстинкту. Ця теорія розглядає агресію як вроджену і органічну реакцію, засновану на фрустрації. Фрустрація – це стан, який виникає при неможливості задоволення якої-небудь потреби, коли людина не може отримати того, чого хоче. У підлітків всі інстинктивні реакції стають яскравіше, і контролювати їх складно із-за стресу і гормонального сплеску. І це виражається деструктивною поведінкою, спалахами [45].

Фрейд говорить, що агресія з'являється із «спору» потягу до життя, творення, і ваблення до руйнування, які закладені в людині з самого народження. Агресивною поведінкою проявляється захист. Вона не дає руйнувати самого себе, руйнуючи натомість світ навколо. В перехідному періоді життя тема протиріч і внутрішніх суперечок вкрай загострена і актуальна. Підліток підсвідомо вчиться використовувати захисні механізми, хоч і не завжди вдало і безпечно [8].

Фрустраційна теорія. Визначення фрустрації ми дали вище. Теорія фрустрації говорить про агресію як про продукт переживань, пов'язаних з

непереборними труднощами [45]. У разі тінейджерів більшою перешкодою для реалізації ідей і бажань часто стає пригнічення, або просто придушення всіх прагнень з боку батьків, вчителів і однолітків. Фрустрація, що викликає аутоагресію може бути спровокована і сумнівами в своїх силах, що характерно для багатьох підлітків. Сумнів може переростати в самоприниження і відчуття повної неможливості робити що-небудь. Що особливо властиво людям, схильним до депресивних станів. За таких обставин внутрішня агресія сильніше зовнішньої. Фрустрація виявляється не тільки через невдачі в самореалізації. Причиною агресивної поведінки може бути і банальне незадоволення потреб. Крім потреби в любові і схвалення з боку родини, у тінейджерів з'являються нові потреби. Це прийняття важливим спільнотою, повага, можливість відкрито висловлюватися і інші. Ці нові потреби часто не помічають і ігнорують, що призводить до фрустрації. Довгий період фрустрації викликає або стрес, який теж веде до агресії через виснаження, або озлобленість на тих людей, які повинні були враховувати потреби молодшої людини. У спілкуванні з підлітками та їх вихованні потрібно дуже багато уваги. Але важливо не порушувати особистий простір [45]. Адже потреба в його повазі теж дуже важлива.

Теорія соціального навчання. Відповідно до цієї теорії, люди «вчаться» агресивної поведінки, спостерігаючи за постійним оточенням. Якщо дитина протягом свого свідомого життя бачить, як батьки кричать один на одного і на оточуючих, вона з великою ймовірністю виросте жорстоким підлітком.

Ворожість стає умовним рефлексом. Здається, що боротися з такою поведінкою неможливо. Але це не так. Її можна гальмувати, просто не даючи підкріплення [55]. По-перше, підліток повинен бачити приклад не агресивної поведінки в оточенні. По-друге, він не повинен отримувати відповідної агресії у відповідь на свої нападки. Копіювання поведінки старших характерно для тінейджерів. У них виникає потреба в рольовій моделі.

Теоретичною основою дослідження стали такі фундаментальні теорії та концепції, як культурно-історична теорія розвитку вищих психічних функцій

Л. С. Виготського; теорія психології суб'єкта і його діяльності С.Л. Рубінштейна; динамічний підхід до психологічного аналізу особистості і діяльності А.Н. Леонтьєва; концепції персоналізації особистості в соціогенезі А.В. Петровського і періодизації індивідуального розвитку людини Д. Б. Ельконіна; роботи про механізми ідентифікації і формування ідентичності (А. Г. Асмолов, В. С. Мухіна, Е. Еріксон та ін.); ідеї про біологічних і соціальних детермінант соціалізації (А. Бандура, Л. Кольберг, І. С. Кон, Д. Роттер і ін.); психоаналітична теорія З. Фрейда; теорія екзистенціальних потреб Е. Фромма; теорія фрустрації - агресії Д. Долларда і її модифікації (Н. Міллер); теорія посилів до агресії Л. Берковіца; гуманістична теорія особистості А. Маслоу; теорія переносу збудження Д. Зільманна; теорія поля К. Левіна; феноменологічна теорія особистості К. Роджерса; теорія соціального впливу Дж. Тедеш.

2.2. Соціально-демографічна структура вибірки

Соціально-економічне й духовне відродження України неможливе без концентрації уваги та зусиль на вирішенні проблем молоді як майбутнього країни, гаранта суспільно-економічного прогресу, адже непорушною істиною є те, що подальший розвиток суспільства чи не найбільшою мірою залежить від забезпечення гідних стартових умов для життєдіяльності молодих поколінь. Попри деклароване усвідомлення цієї істини, у нове тисячоліття більшість країн світу вступила зі значним тягарем невирішених молодіжних проблем, низка яких, якот проблеми нерівності молоді, безробіття й маргіналізації молодих людей, поширення неправових соціальних практик та асоціальних проявів у молодіжному середовищі, проблеми зі станом здоров'я молоді й деякі шлюбно-сімейні проблеми та ін. наразі демонструють тенденцію до загострення. В умовах глибокої економічної та демографічної кризи, кризи культури й ідеології, в якій перебувають країни пострадянського простору, включаючи й Україну, молодіжні проблеми у

різних сферах набувають певних специфічних рис, відзначаються важкими та довготривалими наслідками, а відтак, потребують поглибленого аналізу й регулювання, розробки реалістичної, збалансованої, виваженої політики стосовно молодих поколінь.

Для виявлення гендерних відмінностей прояву агресії у дітей старшого шкільного віку було проведено дослідження на базі Подільської загальноосвітньої школи №9. В дослідженні взяли участь 80 учнів: 40 дівчаток та 40 хлопчиків з 10-А; 10-В; 10-С; 10-Д класів, зазначеної школи. Вік респондентів: для вибірки взято учнів віком 15-16 років.

Склад сім'ї: у 98% респондентів з повноцінних сімей (є обоє батьків); 2% - діти-напівсироти. Кількість дітей в складі сім'ї: більшість дітей (78%) з сімей, де є лише одна дитина; 3% респондентів з багатодітних сімей (3 і більше дитини в родині), 19% - в сім'ї двоє дітей.

Соціальний статус батьків: у 16% дітей батьки державнослужбові; у 8% - приватні підприємці; у 18 дітей (22,5%) батьки працюють в дитячому садочку та школі; у 2,5% дітей не працюючі мами, працює тільки тато. В решти дітей батьки різноробочі.

Серед респондентів 30% дітей із сімей з високим доходом, 13% малозабезпечених та 57% із середнім рівнем забезпечення.

Серед відібраних респондентів більшість дітей займаються в різноманітних гуртках, а саме: 11 дівчаток відвідують заняття з бальних танців, 5 з них займаються танцями вже 8 років; 4 дівчаток відвідують гуртки з декоративного мистецтва; 21 хлопчики відвідують гуртки бойового мистецтва (5 з них ходять на карате, 4 на дзюдо і 12 на кунг-фу); 8 хлопчиків та 7 дівчаток ходять на заняття з волейболу і входять до складу шкільної волейбольної команди; 6 дівчаток та 12 хлопчиків відвідують заняття з програмування. Всі діти були позитивно налаштовані на проведення дослідження та не відмовлялись давати відповіді на різні запитання, в тому числі організаційні.

2.3. Психодіагностичний інструментарій

Для визначення психічних станів у респондентів в роботі було використано такі методики:

1) Самооцінка психічних станів по Г. Айзенку (ДОДАТОК А). За допомогою тесту можна в першому наближенні визначити рівні таких психічних станів, як тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність.

Методика призначена для обстеження випробовуваних у віці від 14 років і старше.

Згідно даного методу коефіцієнти надійності ретестовий ЕРІ для фактору екстра становлять 0,82-0,85, а для фактору нейротизму – 0,81-0,84, коефіцієнти надійності методом розщеплення становлять 0,74-0,91. Аналіз зарубіжних досліджень показав, що коефіцієнти ЕРІ мають досить високу валідність.

Опис: тест включає чотири блоки, кожен з яких надає 10 питань про різні психічні стани людини. Підсумок балів по першому блоку діагностує стан тривожності, другий блок - стан фрустрації; третій - стан агресивності; четвертий - стан ригідності. Методика призначена для діагностики агресивності особистості по відношенню до оточуючих, дозволяє визначити рівень коректності при соціальних контактах.

Тривожність – індивідуальна психологічна особливість, що виявляється в схильності людини до частих і інтенсивних переживань стану тривоги, а також в низькому порозі її виникнення. Тут тривога виступає як переживання емоційного дискомфорту, пов'язаного з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям небезпеки чи уяви такої небезпеки

Фрустрація – психічний стан, викликаний неуспіхом у задоволенні потреби, бажання. Проявляється в негативних переживаннях: розчарування, роздратування, тривога, відчай і т. п. [45].

Агресивність – не викликана об'єктивними обставинами неспровокована ворожість людини по відношенню до людей і

навколишнього світу. Проявляється в тенденції нападати, завдавати неприємності, наносити шкоду людям, тваринам, навколишньому світу. Іноді виявляється у формі демонстрації переваги в силі по відношенню до іншої людини або іншого соціального об'єкту.

Ригідність – затрудненість (аж до повної нездатності) змінити намічену суб'єктом програму діяльності в умовах, які об'єктивно вимагають її перебудови [44]. Протилежне за значенням властивість особистості – пластичність.

Дітям пропонується характеристика різних психічних станів. Якщо стан часто притаманний респонденту, ставиться 2 бали, якщо цей стан буває, але зрідка - 1 бал, якщо зовсім не буває – 0 балів.

Обробка результатів тесту. Підраховується сума балів за кожну групу питань:

- I. запитання №1-10 – тривожність;
- II. запитання №11-20 – фрустрація;
- III. запитання №21-30 – агресивність;
- IV. запитання №31-40 – ригідність.

Інтерпретація результатів тесту:

I. Тривожність:

- 0-7 балів – відсутність тривожності;
- 8-14 балів – допустимий рівень тривожності;
- 15-20 балів – висока тривожність.

II. Фрустрація:

- 0-7 балів – респондент має високу самооцінку, стійкий до невдач, не боїться труднощів;
- 8-14 балів – фрустрація на середньому рівні;
- 15-20 балів – у респондента низька самооцінка, він уникає труднощів, боїться невдач, фрустрований.

III. Агресивність:

- 0-7 балів – агресивність відсутня;

- 8-14 балів – середній рівень агресивності;
- 15-20 балів – рівень агресії досить високий.

IV. Ригідність:

- 0-7 балів – відсутність ригідності, людина легко переключається;
- 8-14 балів – середній рівень ригідності;
- 15-20 балів – сильно виражена ригідність, незмінність поведінки, переконань, поглядів, навіть якщо вони розходяться, не відповідають реальній обстановці, життю [67].

2) Методика Басса-Дарки (ДОДАТОК Б).

А. Басс, вивчивши ряд положень своїх попередників, розділив поняття агресії і ворожості і визначив останню як: «...реакцію, розвиваючу негативні почуття та негативні оцінки людей і подій» [5].

На думку вченого, агресивні дії можна описати, використовуючи три шкали: фізичні — вербальні, прямі — непрямі і активні — пасивні. Комбінації цих параметрів дають вісім можливих категорій, під які потрапляє більшість агресивних дій. Наприклад, такі дії, як стрільба, нанесення ударів холодною зброєю, побиття, коли одна людина здійснює фізичне насильство над іншою, можуть бути класифіковані як фізичні, активні і прямі. А, скажімо, поширення чуток або зневажливі висловлювання «за очі» можна охарактеризувати як вербальні, активні і непрямі [5].

А. Басс і А. Дарки виділили наступні види агресивних реакцій:

- фізичний вид агресії — людина використовує фізичну силу проти іншої особи;
- непряма агресія — дії людини неявно направлені на іншу особу або на неживі предмети;
- роздратування — підвищена нервовість, збудженість, готовність до прояву негативних реакцій на незначні подразники;
- негативізм — опозиційна манера в поведінці, що виявляється в діапазоні від пасивного сприйняття до активного опору й боротьби;

- образа — негативне почуття, в основі якого лежать переживання людини з приводу допущеної по відношенню до неї несправедливості (дійсної або уявної), нерозуміння з боку оточуючих, ущемлення інтересів, враженого почуття власної гідності [5];

- підозрілість — складний комплекс почуттів, що виявляється в широкому діапазоні: від недовіри і обережності по відношенню до людей до переконання в тому, що вони шкодять;

- вербальна агресія — вираження негативних почуттів за допомогою словесних реакцій (прокльони, загрози, сарказм);

- почуття провини — негативно забарвлені переживання, пов'язані з допущеною помилкою, заподіяною шкодою, з почуттям невиконаного обов'язку, які часто призводять до зниження самооцінки.

Кожній людині в якійсь мірі повинна бути властива агресивність: її відсутність призводить до пасивності, відомості, конформності тощо, а надмірний розвиток — до конфліктності, здатності до свідомої кооперації, і, отже, неефективності людини як працівника. Практиків, як правило, цікавить агресивність як особистісна риса. Знаючи рівень агресивності можна з певним ступенем імовірності прогнозувати можливість прояву агресивних і ворожих реакцій [64].

Методика була запропонована в 1957 році для вимірювання ступеня прояву різних форм агресивної поведінки, все більш широко застосовується в нашій країні (як і за кордоном). Додаткова редакція, уніфікація розрахунку показників, перевірка валідності і надійності здійснені канд.пс.наук А. К.Осніцкім (Психологічний інститут РАВ). Ця методика була адаптована А. А. Хваном, Ю. А. Зайцевим і Ю. А. Кузнєцовою в 2005 році. Для вибірки стандартизації було відібрано 646 підлітків 16 - 17 років з міста Новокузнецьк. Шкала тесту допускає індивідуальне і групове застосування. Методика призначена для обстеження респондентів віком від 14 років і старше.

3) Тест агресивності (Опитувальник Л. Г. Почебут). Дана методика стандартизована Платоновим Ю.П. у 2003 році. Вибірка становила 483 респонденти. Коефіцієнти кореляції всередині кожної шкали перевищують 0,35 і є значимими на 5%-відсотковому рівні.

Агресивна поведінка за формою прояву поділяється на 5 шкал:

-Вербальна агресія (ВА) -людина вербально висловлює своє агресивне ставлення до іншої людини, використовуючи словесні образи [41].

-Фізична агресія (ФА) -людина висловлює свою агресію по відношенню до іншої людини із застосуванням фізичної сили.

-Предметна агресія (ПА) -людина зриває свою агресію на оточуючих її предметах.

-Емоціональна агресія (ЕА) -у людини виникає емоційне відчуження при спілкуванні з іншою людиною, яке супроводжується підозрілістю, ворожістю, неприязню або недоброзичливістю по відношенню до неї [30].

-Самоагресія (СА) - людина не перебуває в мирі та злагоді з собою; у неї відсутні або ослаблені механізми психологічного захисту; вона виявляється беззахисною в агресивному середовищі [40].

Інструкція до тесту «Передбачуваний опитувальник виявляє ваш звичайний стиль поведінки в стресових ситуаціях і особливості пристосування в соціальному середовищі. Вам необхідно однозначно («так» або «ні») оцінити 40 наведених нижче тверджень » (ДОДАТОК В).

Таблиця 2.1

Ключ для обробки даних тестування:

Тип агресії	Номер твердження	Так/ні
ВА	1, 2, 9, 10, 25, 26, 33	17
ФА	3, 4, 11, 18, 19, 28, 34	27
ПА	5, 12, 13, 21, 29, 35, 36	20
ЕА	6, 14, 15, 22, 30, 37, 38	23
СА	7, 18, 16, 24, 32, 39, 40	31

Спочатку підсумовуються бали по кожній з п'яти шкал.

Якщо сума балів вище 5, це означає високу ступінь агресивності і низький ступінь адаптивності по шкалі.

Сума балів від 3 до 4 відповідає середньому ступеню агресії і адаптованості.

Сума балів від 0 до 2 означає низький ступінь агресивності і високу ступінь адаптованості за даним типом поведінки.

Потім підсумовуються бали за всіма шкалами.

Якщо сума перевищує 25 балів, це означає високу ступінь агресивності людини, її низькі адаптаційні можливості.

Сума балів від 11 до 24 відповідає середньому рівню агресивності і адаптованості.

Сума балів від 0 до 10 означає низький ступінь агресивності і високий ступінь адаптованості.

Висновки по 2 розділу

На базі Подільської загальноосвітньої школи серед юнаків десятих класів було проведене дослідження гендерних відмінностей прояву агресії. Для аналізу була зроблена вибірка з 80 учнів: по 40 хлопчиків і дівчаток різних соціально-демографічних статусів.

За допомогою дослідження було проаналізовано і вивчено декілька різних теорій які відрізняються своїм походженням і суттю агресивної поведінки: теорія інстинкту - К. З. Лоренц вважав, що агресивна поведінка бере свій початок з інстинкту боротьби за виживання, який присутній у людей так само, як і інших істот. І не зважаючи на те, що як і З. Фрейд вважав агресію неминучою, в значимій мірі яка є наслідком вроджених сил – він більш оптимістично дивився на можливість послаблення агресії. К. З. Лоренц стверджував, що любов і дружні відношення можуть блокувати прояви агресивності; фрустраційна теорія - у 1939 р Дж. Доллардом була

запропонована, в якій стверджується, що фрустрація завжди призводить до агресії у будь-якій формі, що це не автоматичний потяг, а наслідок фрустрації, тобто перешкоди, що виникає на шляху цілеспрямованих дій суб'єкта. Ця теорія стверджує, що, по-перше, агресія завжди є наслідком фрустрації – то є емоційний стан, який з'являється у разі появи проблем та перешкод на шляху до бажаної мрії, коли неможливо задовольнити потреби і, по-друге, фрустрація завжди тягне за собою агресію. Та теорія соціального навчання - Теорія соціального навчання була запропонована канадським психологом Альбертом Бандурою в 1969 році. Він критикував різні теоретичні підходи в психології, за те, що вони пояснювали поведінку людини через вплив окремих факторів всередині особистості або з боку зовнішнього середовища, але не враховували всі існуючі детермінанти поведінки людини і їх взаємодія. Відповідно до теорії соціального навчання поведінка людини обумовлюється постійним взаємним впливом поведінкових, когнітивних факторів і факторів середовища. Це означає, що не тільки середовище і особистісні фактори впливають на поведінку людини, а й сама людина відіграє активну роль у створенні умов навколишнього середовища. Для цього ми використали три різні методики: Самооцінка психічних станів по Г. Айзенку, методика Басса-Дарки і тест агресивності (Опитувальник Л.Г. Почебут).

РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

3.1. Програма емпіричного дослідження

Мета дослідження: дослідити проблему гендерних особливостей агресивної поведінки у старших школярів.

Для написання дипломної роботи перед нами постали такі **завдання:**

1. провести аналіз теоретичних аспектів проблеми агресії та агресивної поведінки у підлітків;
2. навести характеристику дітей підліткового віку, вказати основні причини появі агресії в цьому віці;
3. провести дослідження гендерних відмінностей проявів агресивної поведінки підлітків;
4. запропонувати програму корекції у дітей старшого шкільного віку;

Об'єкт дослідження: агресивна поведінка підлітків.

Предметом дослідження є гендерно-специфічні прояви агресії у дітей старшого шкільного віку.

Методи дослідження:

- Теоретичні методи (аналіз літератури по даній проблемі; узагальнення, порівняння, моделювання, узагальнення психолого-педагогічного досвіду.)
- Емпіричні методи (спостереження, психодіагностичні методики самооцінки психічних станів по Г. Айзенку, показників і форм агресії А. Баса і А. Дарки, та тест агресивності - опитувальник Л. Г. Почебут).
- Математико-статистичні методи: обробка результатів дослідження за допомогою t-критерія Стюдента для порівняння двох залежних вибірок, кореляційний параметричний аналіз (критерій r Пірсона). Аналіз емпіричних даних здійснювався за допомогою статистичного

програмного пакету IBM SPSS Statistics 22.0.0.

Була розроблена програма емпіричного дослідження (діагностики) особливостей розвитку особистості дітей з агресивною поведінкою підліткового віку, яка включає в себе:

1. Вивчення ступеня вираженості агресії і різних компонентів агресивної поведінки. Так як агресія виступає одним з основних способів вирішення різних проблем, існують різні форми її прояву. І людина, в залежності від віку, статі, властивостей особистості та ін. використовує ту чи іншу форму прояву агресії. Для більш повного її вивчення були використані опитувальна і проективна методики.

2. Дослідження особистості. Особистість є особливою якістю людини, що набувається в соціокультурному середовищі в процесі спільної діяльності і спілкуванні. Від того, як протікає процес розвитку особистості у людини, залежить виникнення, формування і закріплення відповідних особистісних новоутворень (певних властивостей, таких, як характерологічні особливості, поведінкові прояви та ін. Особливо значимий період в розвитку особистості — це підлітковий вік.

3. Вивчення гендерних відмінностей прояву агресії. Теорія гендерної ідентичності виходить з припущення, що поділ соціуму на жінок і чоловіків вкоренилося з моменту народження, коли визначені генітальні відмінності, і відповідно до цього, вибудовується певна програма виховання дитини. Відповідно до теорії соціального навчання все залежить від батьківських моделей, яким дитині властиво наслідувати з дитинства (при цьому дитина себе ототожнює з деяким абстрактним образом жінки і чоловіки, а не з ким-небудь з батьків). У цей час у дитини відбувається формування певних норм поведінки, відображаючи, таким чином, механізм статевої ідентифікації.

Програма емпіричного дослідження складалася з урахуванням результатів попереднього пілотажного дослідження. Ступінь вираженості агресії і різних компонентів агресивної поведінки та особистісні особливості

вивчались у підлітків 15-16 років, учнів 10-х класів Подільської загальноосвітньої школи, вибірка склала 80 осіб.

Діагностику стану агресії у підлітків вивчали за допомогою опитувальника А.Басса-А. Дарки, методики Л. Г. Почебут та тесту Ганса Айзенка на особистісні особливості.

Результати пілотажного дослідження показали, що використання методик добре сприймаються та виконуються підлітками. В результаті роботи було доведено присутність гендерних особливостей проявів агресивної поведінки у підлітків.

3.2. Аналіз і інтерпретація результатів дослідження

Перше дослідження було проведено за допомогою опитувальника Ганса Айзенка. Перед його проведенням з дітьми провели бесіду, розяснили принцип опитування, терміни і поняття, які в ньому використовуються: агресія, агресивність, фрустрація, ригідність та тривожність. Отримані результати опитувальника представлено в таблиці та графічно за допомогою діаграм (ДОДАТОК Г).

Опитувальник Г. Айзенка показав, що більшість показників є в межах норми. Розглянемо їх детальніше. В групі дівчат майже у всіх показники тривожності знаходяться в межах норми і лише в 4 дівчаток індекси тривожності на межі допустимого рівня. У двох дівчат трохи завищені індекси фрустрації та ригідності. Ще в двох усі характеристики знаходяться в межах норми і лише індекс агресивності виявився завищеним. Індекс ригідності також виявлено завищеним у чотирьох дівчат. У досліджуваній групі хлопців виявлено наступні результати: у двох досліджуваних на межі допустимого рівня індекс тривожності; ще в двох завищений рівень фрустрації; у восьми досліджуваних завищені індекси агресивності і в чотирьох – індекси ригідності. Результати проведеного опитування показали, що у 40% дівчаток і 25% хлопчиків рівень агресивності низький; у 55%

дівчаток і хлопчиків показник агресивності середній; і лише у 5% дівчаток і 20% хлопчиків цей показник виявився високим.

Розглянемо отримані дані графічно.

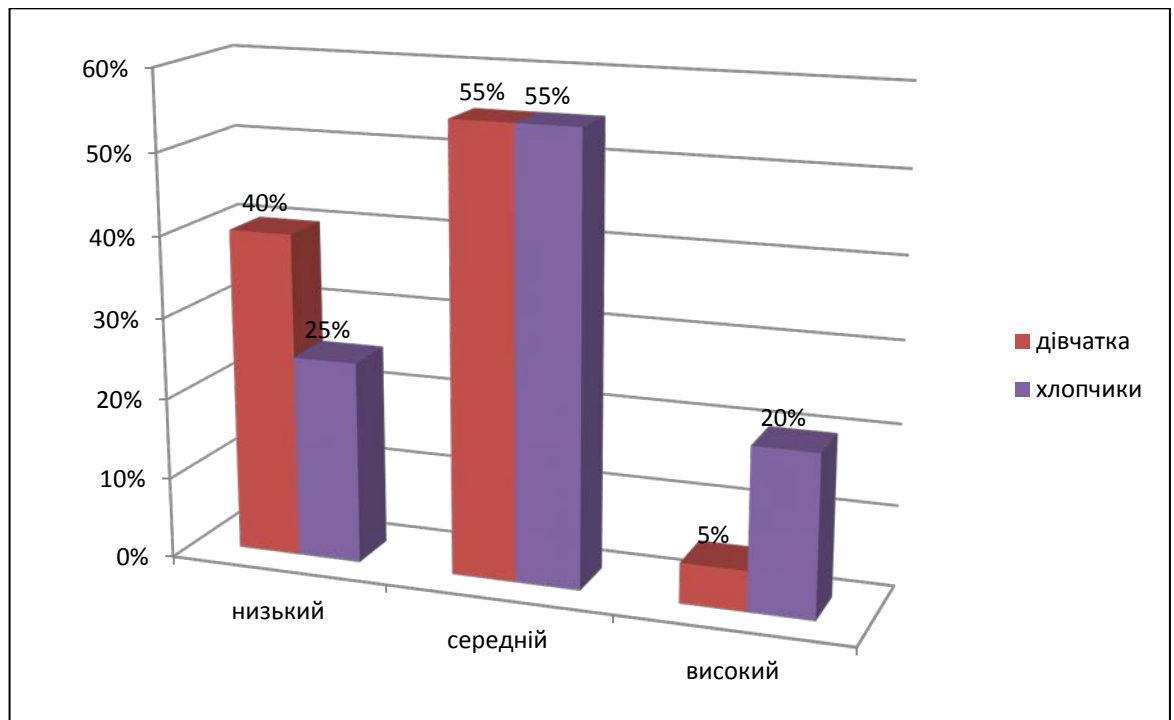


Рисунок 3.1 Результати опитувальника Г. Айзенка

Таблиця 3.2

Середні значення показників за методикою Г. Айзенка

Дослідні	Агресивність	Тривожність	Фрустрація	Ригідність
М-дівчатка	8	9,55	8,55	9,95
М-хлопчики	10,95	8,55	9,2	8,85

Умовні позначення: М - середні значення; t - критерій значимості відмінностей Стьюдента. Для проведення аналізу ми використали метод математичної обробки статистичних даних, застосували t-тест для середніх показників дослідження (критерій Стьюдента). Порівнявши за допомогою даного тесту отримані результати середніх показників індексу агресивності у дівчаток і хлопчиків, які показало дослідження опитувальником Г. Айзенка, отримали наступні результати: середнє значення індексу агресивності у

дівчаток – 8; у хлопчиків – 10.95. Критичним значенням t -критерію Стюдента є 1.99; F -кількість ступенів свободи $80-2=78$. Підрахунки t -критерій Стюдета = 2.06 при рівні значущості $p=0.05$ ($2.06 > 1.99$). В даному випадку дослідження показало значимі відмінності: Тож можна припустити, що хлопчики більш агресивні.

Наступне дослідження проводилося з використанням методики Басса-Дарки. Отримані результати були обраховані з використання відповідного ключа та зведені в таблиці – окремо для дівчаток і для хлопчиків. Індекс агресивності включає в себе наступні шкали 1 - фізична агресія, 2 - вербальна агресія, 5- роздратування. Цей індекс показує ступінь вираженості негативних почуттів вербально або фізично при найменшому порушенні. Індекс ворожості включає в себе шкали 6 – образа і 7 - підозрілість. Це реакція, внаслідок якої розвиваються негативні почуття і негативні оцінки людей і подій. Результати дослідження, отримані за методикою А. Басса-Дарки для дівчаток і хлопчиків (ДОДАТОК Д).

Результати дослідження показників і форм агресії хлопчиків за методикою А. Басса-А. Дарки показали наступні результати: низький рівень фізичної агресії виявився у 30% досліджуваних дівчаток і 15% хлопчиків; середній рівень у 65% дівчаток і 55% хлопчиків; високий рівень у 5% дівчаток, а у хлопчиків значно більше - у 30%. Вербальна агресія у 40% досліджуваних дівчаток середнього рівня і у 60% високого. У хлопчиків вербальна агресія виявилась на таких рівнях: 15% низького рівня, 45% середнього і 40% високих показників. Показники непрямого виду агресії: 25% дівчаток і 20% хлопчиків на низькому рівні, 40% і 50% на середньому рівні відповідно, на високому рівні рівень непрямої агресії у 35% дівчат і у 30% хлопців. Індекс агресивності на високому рівні виявлено у 2 хлопчиків (5% всієї досліджуваної групи), ще в двох цей показник на межі норми. У решти респондентів (і хлопців, і дівчат) індекс агресивності знаходиться в нормі.

Інші результати даного дослідження такі:

- Індекс ворожості вище норми у 65% дівчат і 50% хлопців, у 35% дівчат середні показники, а у 50% хлопців в межах норми;
- У чотирьох дівчаток та шести хлопчиків індекси ворожості виявились дуже низькими, про що свідчить те, що ці діти дуже рідко проявляють негативні емоції;
- Індекс агресивності у двох дівчат та двох хлопців низький;

Дослідження показало, що у дітей старшого шкільного віку агресивність менш виражена, ніж ворожість. Індекс ворожості вище норми у 65% дівчат і 50% хлопців, що свідчить про те що більша частина дітей відчуває гнів, огиду і відразу. При цьому у хлопчиків більш виражена фізична форма агресії, а у дівчаток вербальна.

Представимо отримані дані графічно.

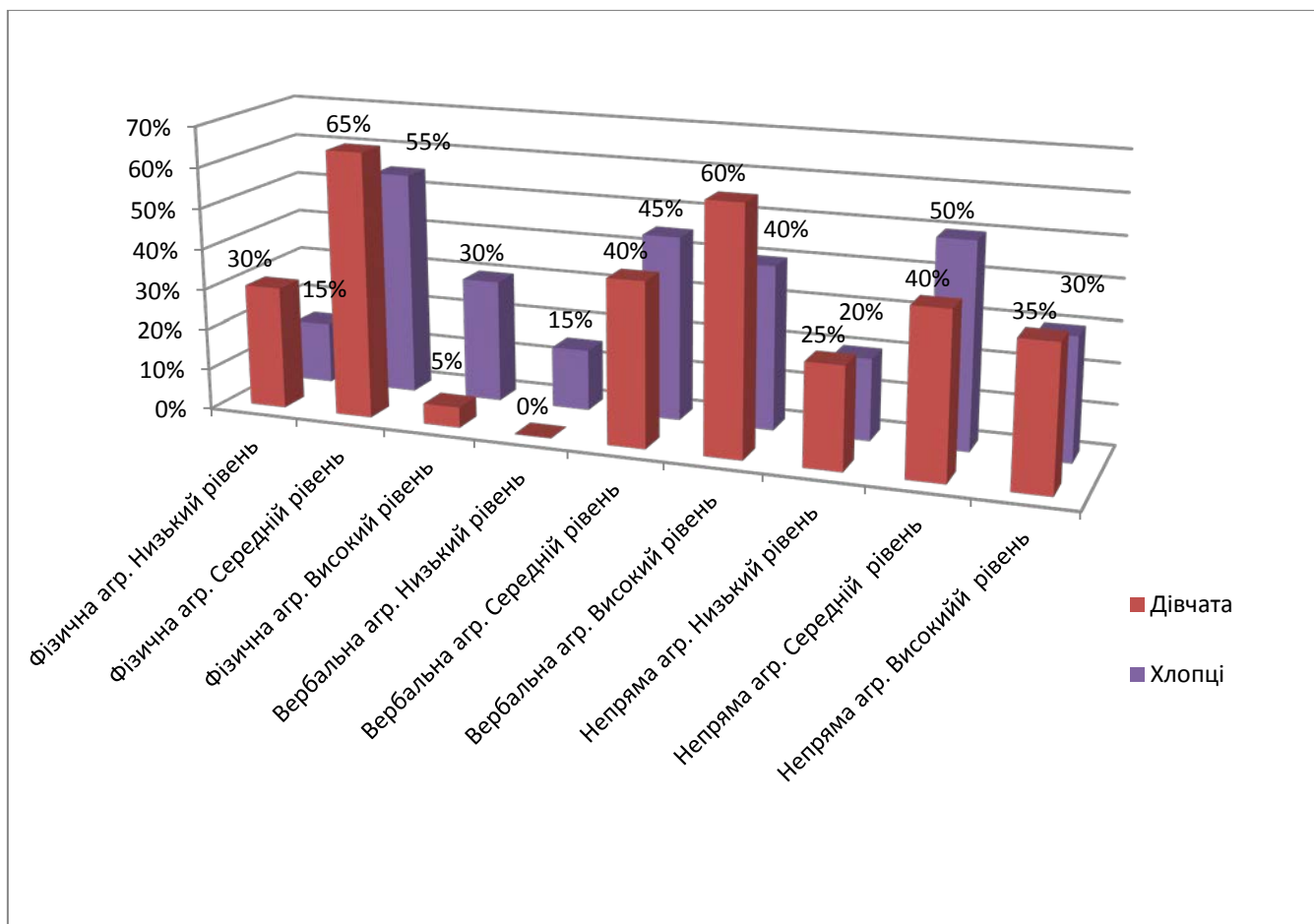


Рисунок 3.2 Результати методики А. Басса-А. Дарки

Порівняємо середні показники даного дослідження за допомогою t-критерію Стюдента.

Таблиця 3.3

Середні значення за шкалами агресії, одержані за методикою А. Басса-А. Дарки для дівчаток і хлопчиків.

Дослідні	Фіз.агр.	Верб.агр.	Підоз.	Обр.	Непр.	Негат.	Драт.	Вина	Інд.агр	Інд.воп
М -дів	4.45	7.1	7.45	4.25	4.8	3	5.35	6.55	16.9	11.7
М-хл.	5.5	6.4	6.45	4.2	4.65	2.4	4.9	6.35	16.75	10.65

Результати порівняння середніх показників дослідження за методикою А. Басса-А. Дарки:

-За показниками фізичної агресії. $t=1.98$ відмінності статистично не значущі $P=0.05$ число ступенів свободи $F=78$ критичне значення t -критерія $=1.99$ при рівні значимості $= 0.05$, але є підстави вважати, що фізична агресія більш виражена у хлопчиків, ніж у дівчаток;

-За показниками вербальної агресії. $t = 0.89$, число ступенів свободи $F = 78$ (80-2) , критичне значення t -критерію $= 1.99$ при рівні значимості $= 0.05$, ($0.89 < 1.99$), відмінності статистично не значущі, але у нас є підстави вважати, що дівчата більш схильні до вербальної агресії;

-За показниками непрямої агресії. $t = 0.28$ відмінності статистично не значущі ,число ступенів свободи $F = 78$, критичне значення t -критерію $= 1.99$ при рівні значимості $= 0.05$;

-За індексом агресивності. $t = 0.14$, відмінності статистично не значущі; число ступенів свободи $F = 78$ критичне значення t -критерію $= 1.99$ при рівні значимості $= 0.05$;

-За індексом ворожості. $t = 1.00$ ($1 < 1.99$) відмінності статистично не значущі, число ступенів свободи $F = 78$ критичне значення t -критерію $= 1.99$ при рівні значимості $= 0.05$.

Третє дослідження було проведено за методикою тестування Почебут Л. Г. Результати дослідження показників і форм агресії хлопчиків і дівчаток за методикою Л. Г. Почебут (ДОДАТОК Є).

Таблиця 3.4

Середні значення за шкалами агресії, отриманні за методикою Л.Г. Почебут для дівчаток і хлопчиків.

М-ср.ар.	Верб.агр	Фіз.агр	Предм.а	Емоц.агр	Самоагр.	Індекс.агр
Дівчатка	3.7	2.1	2.65	3.6	4.2	16.25
Хлопчики	3.6	4.05	2.95	3	4.15	17.75

Порівнявши середні значення індексу агресивності, отримані за даною методикою, із застосуванням t-критерію Стьюдента, отримали наступні результати: в групі дівчаток нами було виявлено індекс агресивності - 16.25. а у хлопчиків – 17.75. F -кількість ступенів свободи $80-2=78$; t-критерію Стьюдета = 0.81 при рівні значущості $p=0.05$; критичне значення = 1.99 ($0.81 < 1.99$). Такі результати показують відсутність значущих відмінностей у рівнях агресії між хлопчиками та дівчатками.

З даних результатів по всіх тестах випливають наступні висновки: вербальна агресія: низького рівня у 30% хлопців і стількох же дівчат; на середньому рівні у 40% респондентів; на високому рівні у 30% дівчат і хлопців. Отримані дані говорять про те, що діти в своєму спілкуванні досить часто використовують словесні образи. Фізична агресія: низький рівень у 60% дівчаток і 25% хлопчиків; середній рівень 30% дівчаток і 35% хлопчиків; високий рівень – 10% дівчаток і 40% хлопчиків. Ці результати свідчать про можливість застосовувати фізичну силу до інших людей. Предметна агресія: низький рівень у 35% дівчаток і 40% хлопчиків; середній рівень у 50% всіх респондентів; високий ступінь – у 15% дівчаток і 10% хлопчиків. Емоційна агресія: низький рівень у 30% всіх респондентів; середній рівень у 50% дівчаток і 60% хлопчиків; високий рівень у 20%

дівчаток і 10% хлопчиків. Високі показники емоційної агресії характеризують даних дітей недоброзичливими, вони відчують емоційне відчуження в спілкуванні з іншими людьми. Самоагресія: низький рівень у 20% і хлопчиків, і дівчаток; середній рівень – 35% всіх респондентів; високий рівень – у 45% дітей. Діти з високим рівнем самоагресії мають ослаблені механізми психологічного захисту.

Представимо отримані дані у вигляді діаграми.

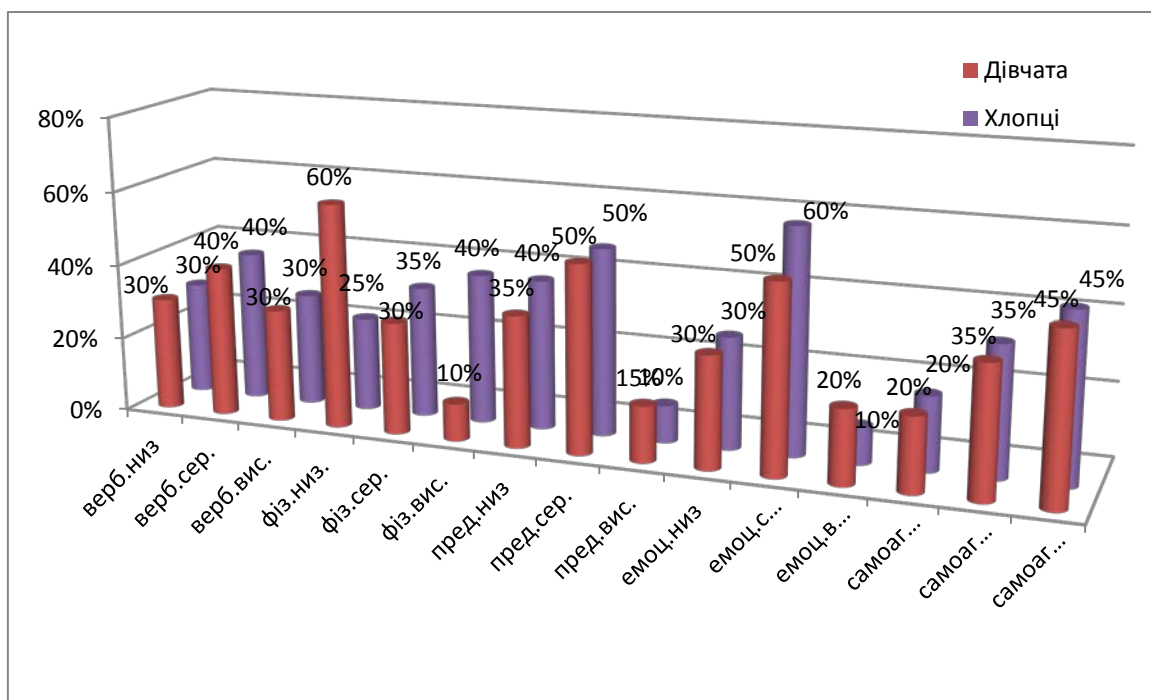


Рисунок 3.3 Агресивність хлопчиків і дівчаток у % співвідношенні по тесту Л. Г. Почебут.

Роблячи висновок з результатів аналізу по всім тестам, ми можемо сказати, що більшість половини підлітків мають середні показники фізичної агресивності. Використовуючи опитувальник А. Баса-А. Дарки для вивчення агресивності групи підлітків, ми отримали результати, які свідчать, що у 55% підлітків (у дівчаток 65%) середній рівень прояву фізичної агресії. Результати опитування Г. Айзенка, які виявили у 55% середній рівень агресивності підтверджують отримані дані по тесту А. Басса-А. Дарки. Аналізуючи отриманий результат, можливо відзначити, що у випробовуваних підлітків за методиками «самооцінки психічних станів по Г. Айзенку» і «Опитувальник Басса-Дарки» існує взаємозв'язок.

Представимо отримані дані у вигляді діаграми.

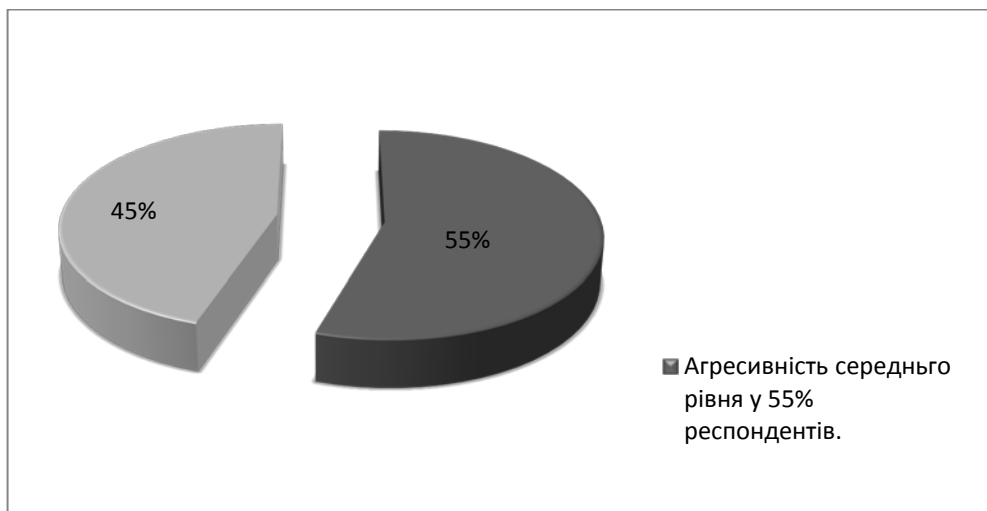


Рисунок 3.4 Середній рівень фізичної агресивності хлопчиків і дівчаток у % співвідношенні за тестами Г. Айзенка і А. Басса- А. Дарки.

А також порівнявши результати за високим рівнем фізичної агресивності по двом тестам, маємо збіг результатів у процентному співвідношенню. У дівчаток 5% по опитувальнику А. Баса-А. Дарки підтвердив тест Г. Айзенка, який виявив теж 5% дівчаток з високим показником фізичної агресивності. У хлопчиків високі показники фізичної агресії мають 30% по опитувальнику А. Баса-А. Дарки, 20% по Г. Айзенку і 40% по опитувальнику Л. Г. Почебут, що свідчить про низькі адаптаційні можливості.

Представимо отримані дані у вигляді діаграми.



Рисунок 3.5 Високий рівень фізичної агресивності дівчаток у % співвідношенні за тестами Г. Айзенка і А. Басса- А. Дарки.

Відносно вербальної агресивності, на підставі результатів по методикам «А.Басса-А.Дарки» і тесту агресивності «Опитувальник Л. Г. Почебут», ми виявили однакові показники по середньому рівню агресивності, який дорівнює 40% - 45% всіх респондентів, це свідчить, що діти в своєму спілкуванні досить часто використовують словесні образи. Таким чином, результати опитувальника Л. Г. Почебут підтверджують отримані дані по тесту А. Басса-А. Дарки.

Для того, щоб переконатися у валідності даних методик і раціональності їх спільного використання, ми провели математичну перевірку їх ступеня кореляції за допомогою критерія r - Пірсона у програмі IBM SPSS Statistics 19. В кореляційній матриці представлені кореляції наступних змінних: фізична і вербальна агресія, дратівливість, образа, підозрілість, негативізм по А. Басса - А. Дарки; тривожність, фрустрація, ригідність по опитувальнику Г. Айзенка та предметна і емоційна агресія Л. Г. Почебут дівчаток і хлопчиків. Для кореляції змінних величин фізичної та предметної агресії: в процесі кореляційного аналізу було виявлено помірний негативний зв'язок середнього ступеня статистичної значимості між рівнем фізичної і предметної агресії у хлопчиків старшого шкільного віку- r -Пірсона = -0,388 при $p = 0.013$ ($p \leq 0,01 > 0,001$). Що свідчить про зворотній зв'язок, якщо виникає перенос агресивності на неживий предмет, фізична агресивність послаблюється, а значить не приносить фізичної шкоди оточуючим. В процесі кореляційного аналізу змінних: вербальна агресія і негативізм хлопчиків, було виявлено помірний позитивний зв'язок середньої сили статистичної значимості – r -Пірсона = 0,429 при $p \leq 0,006$ ($p \leq 0,01 > 0,001$), тобто при посиленні опозиційної манери поведінки, посилюється словесна агресивність. Також ми виявили помірний позитивний зв'язок високого ступеня значимості між рівнем розвитку дратівливості і вербальної агресії хлопчиків – r -Пірсона = 0,55 при $p \leq 0,000$ ($p \leq 0,001$), чим вище дратівливість у хлопчиків старшого шкільного віку, тим вище вербальна агресія і навпаки. Помірний позитивний зв'язок середньої сили статистичної

значимості між рівнем дратівливості і негативізму – r -Пірсона = 0,457 при $p \leq 0,003$ ($p \leq 0,01 > 0,001$), чим більше рівень розвитку негативізму, тим більша дратівливість у хлопчиків. Для кореляція змінних ригідність і агресивність дівчаток: в процесі кореляційного аналізу було виявлено помірний позитивний зв'язок низької сили статистичної значимості – r -Пірсона = 0,359 при $p \leq 0,023$ ($p \leq 0,05 > 0,01$), чим більше в поведінці просліджується впертість, непіддатливість, твердість переконань і відстоювання своєї тактики, тим сильніше агресивність. Також ми виявили помірний позитивний зв'язок середньої сили статистичної значимості між рівнем образи і агресивності дівчаток старшого шкільного віку – r -Пірсона = 0,42 при $p \leq 0,006$ ($p \leq 0,01 > 0,001$), що свідчить про те, що посилення заздрості і ненависті до оточуючих, яка обумовлена відчуттям гіркоти, гніву на весь світ за дійсні або вигадані страждання, посилює агресивність.

Таким чином, на основі наявних даних, ми можемо сказати, що між агресивністю підлітків та іншими психічними станами існує міцний зв'язок, внаслідок цього можливо зробити висновок, що роботу по зниженню агресивності підлітків необхідно проводити з урахуванням особливостей їх психічного здоров'я.

Кореляційний параметричний аналіз даних (критерій r Пірсона) старших школярів, який здійснювався за допомогою статистичного програмного пакету IBM SPSS Statistics 22.0.0. не виявив статистичної значимості по наступним кореляціям: фізична агресія – тривожність і фрустрація; фрустрація і – дратівливість, вербальна агресія, негативізм та предметна агресія; тривожність - вербальна агресія і дратівливість; тривожність і негативізм; тривожність і предметна агресія; фізична агресія і - вербальна, дратівливість, негативізм; фізична і предметна агресія дівчаток; вербальна агресія і дратівливість; вербальна агресія і негативізм дівчаток; дратівливість і негативізм; ригідність – образа, підозра, емоційна агресія; агресивність і підозрілість; агресивність і емоційність; образа і емоційність; емоційність і підозрілість; образа і підозрілість.

Таблиця 3.5

Результати кореляційних даних, в яких $p > 0.05$.

Кореляція змінних ($p > 0.05$)	Хлопчики	Дівчатка
агресивність і тривожність	$r = -0.95, p = 0.5$	$r = -0.05, p = 0.76$
тривожність і фрустрація	$r = 0.3, p = 0.058$	$r = 0.28, p = 0.07$
фрустрація і фізична агресія	$r = -0.69, p = 0.67$	$r = 0.24, p = 0.13$
фрустрація і вербальна агресія	$r = 0.019, p = 0.9$	$r = 0.24, p = 0.13$
фрустрація і дратівливість	$r = -0.87, p = 0.59$	$r = 0.09, p = 0.55$
фрустрація і негативізм	$r = -0.15, p = 0.33$	$r = 0.13, p = 0.4$
фрустрація і предметна агресія	$r = -0.045, p = 0.78$	$r = 0.35, p = 0.8$
тривожність і вербальна агресія	$r = 0.007, p = 0.96$	$r = -0.97, p = 0.55$
тривожність і дратівливість	$r = -0.13, p = 0.4$	$r = -0.16, p = 0.3$
тривожність і негативізм	$r = 0.017, p = 0.91$	$r = 0.02, p = 0.9$
тривожність і предметна агресія	$r = 0.06, p = 0.7$	$r = 0.002, p = 0.9$
фізична і вербальна агресія	$r = 0.016, p = 0.3$	$r = 0.83, p = 0.6$
фізична агресія і дратівливість	$r = 0.08, p = 0.6$	$r = 0.19, p = 0.23$
фізична агресія і негативізм	$r = -0.13, p = 0.4$	$r = -0.16, p = 0.3$
вербальна і предметна агресія	$r = -0.19, p = 0.23$	$r = -0.11, p = 0.3$
дратівливість і тривога	$r = -0.13, p = 0.4$	$r = -0.16, p = 0.48$
дратівливість і предметна агресія	$r = -0.11, p = 0.47$	$r = 0.1, p = 0.9$
негативізм і предметна агресія	$r = 0.04, p = 0.8$	$r = -0.11, p = 0.4$
ригідність і образа	$r = 0.1, p = 0.52$	$r = 0.1, p = 0.4$
образа і підозрілість	$r = 0.008, p = 0.96$	$r = 0.3, p = 0.059$

3.3. Методи психологічної допомоги підліткам з агресивною поведінкою

Головною умовою соціалізації дитини та попередження становлення і закріплення агресивних форм поведінки має бути мотивація прихильності та

любові, при наявності якої дитина потребує бажати уваги до себе і задоволення їм іншими, та в першу чергу своїми батьками [41]. Соціальне навчання не є єдиною умовою для розвитку агресивної поведінки, але й фрустрація, яка виникає у випадку відсутності батьківської любові та при наявності частих покарань одного з членів батьків або двох.

Не зважати на прояви агресивності дитини, викликає невпевненість в такому підході і навіть спантеличує. Досвід багатьох психологів і педагогів, та практика психологічного консультування доводить до відому, що ігнорування агресивної поведінки дитини, загрожує неблагонадійними наслідками і може привести к посиленню агресивності і перетворення її на звичну форму поведінки в подальшому житті. Попередження та запобігання агресивності дітей є важливим не тільки для суспільства, але й являється психологічною необхідністю. Рання профілактика агресивності повинна вирішуватися в наступних напрямках:

- розкрити шкідливі фактори зі сторони безпосереднього оточення, котрі є умовою для відхилення у здоровому розвитку дитини.
- сучасна діагностика відхилень у поведінці підлітків та особливий підхід до методів профілактики та психологічної корекції поведінки.

Своєчасне виявлення асоціальної поведінки, системний підхід до проблеми - дають можливість усунути процес втрати індивідом соціальних цінностей та норм поведінки, в іншому випадку це призведе до швидкого перетворення відхилень в хронічну форму поведінки [48]. Таким чином, для профілактики агресивності дитини, важливим є навчити позитивно мислити і спілкуватися, а також взаємодіяти з іншими представниками соціуму і знаходити мирні варіанти рішення розбіжностей. Найголовніша роль у попередженні агресивності належить батькам, але роль педагогів та психологів теж необхідна. В результаті багатьох досліджень сформувалися умовиводи та пропозиції по виховної та психологічної роботі з агресивністю підлітків:

- Формуванню соціально-адаптивної, зрілої морально особистості, надають труднощі з необхідністю впоратися з невпевненістю, коригувати самооцінку і повагу до себе [67].

- По результатам психодіагностики, індивідуальні бесіди з психологом про те, як долати утруднення, проблеми і використовувати свої сильні сторони – є важливим методом підвищення поваги до себе підлітка. Для реабілітації сприятлива сама увага до особистості учня.

- Для виявлення причин агресивної поведінки необхідна індивідуальна робота педагога-психолога, який встановить контакт і викличе довіру, відмовиться від критики і зауважень. Важливо поважати особистість дитини, вірити в його сили і розуміти внутрішній світ, почуття і переживання. Головний принцип педагога – прийняття дитини в цілому, співробітництво та акцентування уваги на наданні допомоги у вирішенні конфліктних ситуацій та проблем.

- Робота з агресивними підлітками у групі повинна бути націлена на відновлення психічної цілісності особистості за допомогою нормалізації її міжособистісних відношень у групі, сім'ї, в спілкуванні з педагогами [43].

- При виявленні у підлітка агресивної форми поведінки та розуміння причин, які її викликають – психолог та класний керівник повинні працювати спільно і продумати варіанти сублімації агресії в сприятливе русло, це можуть бути спортивні гуртки, такі як футбол, баскетбол та інші, але бокс і карате небажані. Також сублімування агресії у творчість - малювання, заняття музикою, конструювання; або в молодіжні групи гуманітарного призначення – суспільна робота, догляд за хворими і стариками [54].

- Особливим у кореляції поведінки, є робота психолога з батьками, який пояснить цінність ролі відношень у колі сім'ї, та розповість який вплив мають авторитарне виховання та фізичні покарання на агресивну поведінку в подальшому.

- Соціальна і психологічна культура батьків необхідна для підвищення їх спроможності в психологічній та педагогічній праці у вирішенні конфлікту з дитиною.

У світовій психологічній практиці прийнято вважати, що основним і найбільш ефективним методом корекції порушень поведінки у дітей є поведінкова терапія. Багато авторів відзначають ефективність поведінкової терапії саме при роботі з дітьми, виділяючи в якості основної переваги можливості контролю соціального середовища дитини, можливості впливу на механізми непристосованої поведінки дітей, відносно тимчасову стислість терапії. В якості основних переваг поведінкового підходу З. Н. Платоновой виділяє концептуальну чіткість, спрямованість на поведінкові зміни, виражений практичний характер [56]. І. А. Фурманов, визнаючи ефективність поведінкової корекції, виділяє ряд істотних недоліків подібної терапії, відносячи до їх числа відсутність ефекту переносу, неможливість працювати з причинами, наявність лише короточасного ефекту і т. д. [66].

Вважається, що саме холерики мають схильність до прояви агресивності в силу своєї емоційної неврівноваженості, вони дратівливі і миттєво виходять зі стану спокою. Методи роботи з агресивними дітьми повинні діяти безпечно і бути спрямовані на вихід з агресії в емоційний катарсис, на підвищення поваги до себе та головне – це подолання внутрішньої замкнутості та здатність розуміти інших. Агресивність це зовнішній прояв внутрішнього дискомфорту, в своїй більшості такі діти тривожні з заниженою самооцінкою, почувають себе кинутими усіма і зляться на весь навколишній світ. Агресивні спалахи є прийомом для звернення до своїх проблем уваги дорослих та свідчить, що дитина не в спроможності допомогти собі сама. Таким чином, розроблені наступні методи поведінки у випадку агресивності дитини:

- Якщо агресія незначна, спокійно віднести до неї. Це позитивна тактика – повне ігнорування реакції, або зрозуміння його мотиву, наприклад

«так, я розумію, що тобі прикро, можливо ти втомився», або перевести увагу на іншу справу «ти не допоможеш мені приготувати сніданок?»

- Головною метою дорослого повинно бути зниження напруги в ситуації. Але нажаль типовою поведінкою дорослого є прояв влади, загрозливий тон та агресивні жести, саркастичні знущання і зниження самооцінки дитини порівнюючи її з іншими «хорошими, слухняними» дітьми. А ще гірше коли використовується фізична сила та « читається проповідь»

- Важливість зберігання позитивної репутації дитини, бо найстрашніше для неї публічна образа. На публіці треба підтримати і зменшити вину дитини в очах інших, наприклад сказати « ти не хотів нікого образити, так вийшло», або « в тебе погане самопочуття? ». Але вже удома, спокійно, обговорити ситуацію без сторонніх осіб.

- Обговорення поганого вчинку або поведінки необхідно після того, як дитина заспокоїться і на одинці з нею. Важливим є розгляд конкретного випадку, а не згадувати все, що було раніше. Треба обговорити всі наслідки такої поведінки не тільки для оточуючих а й для самої дитини [46].

- Приділити увагу саме вчинку, а не особистості, таку чітку межу провести допомагає техніка об'єктивного опису поведінки. Одним із методів зниження агресії є встановлення зворотного зв'язку, для цього використовуються прийоми констатації факту, наприклад « Твоя поведінка агресивна, ти намагаєшся показати силу? », розкрити мотив такої поведінки, запитавши « ти бажаєш мені зла? », показати свої почуття відносно такої поведінки « мені не подобається, коли на мене хтось підвищує голос » і в цей же час спиратися на правила. У відношеннях з дитиною доросла людина повинна мати такі якості, як доброзичливість, небайдужість та твердість.

- І найголовніше – це контролювання дорослими своїх негативних емоцій. Коли дорослий чоловік справляється зі своїми негативними емоціями, він не підкріплює агресивність дитини, а має можливість зберегти

добрі відношення і таким чином дає приклад, як вести себе з агресивною людиною [63].

По завершенню відзначимо, що всіх агресивних дітей об'єднує небажання і невміння розуміти інших, таке бачення миру формує велику самотність в загрозливому і жорстокому світі, яка посилюється з віком і віддаляє від оточення інших. Важливим питанням для суспільства в цілому є допомога дитині побачити в оточуючих однолітках не конкурента або ворога, а друга, партнера по спільній праці.

Проблема девіантної поведінки на сьогоднішній день полягає в тому числі і в необхідності науково-методичного обґрунтування сучасної моделі реалізації інноваційних педагогічних технологій діагностики, профілактики, корекції та реабілітації агресивної поведінки в системі інтегрованої освіти і виховання. Психолого-педагогічна допомога має два провідних напрвлення. Це превенція (попередження, профілактика) та інтервенція (подолання, корекція, реабілітація) [2]. Профілактика агресивної поведінки передбачає систему загальних і спеціальних заходів на різних рівнях соціальної організації: загальодержавному, правовому, суспільному, економічному, медико-санітарному, педагогічному, соціально-психологічному. Умовами успішної профілактичної роботи вважають її комплексність, послідовність, диференційованість, своєчасність [59]. Остання умова особливо важливо в роботі з активно формуючою особистістю, наприклад підлітками.

Найбільш зручним місцем для превентивної роботи є школа, де здійснюється систематичне цілеспрямоване навчання протягом кількох років. Типові, а іноді створювані спеціально для даної школи профілактичні програми у вигляді курсів обов'язкових регулярних занять включаються в загальний навчальний план. Ефективна профілактика повинна включати в себе комплекс різноспрямованих програм, які, поєднуючись в соціально-педагогічному процесі, дозволять вирішувати найрізноманітніші проблеми в умовах інтегрованої освіти. Однією з найважливіших умов реалізації цих програм повинна бути тонка диференціація дітей в групи для організації

профілактичної роботи, а також наявність в установі служби супроводу, що включає необхідну кількість фахівців. За способом організації роботи виділяють наступні форми профілактики: індивідуальна, сімейна, групова робота [23].

В цілях попередження відмови використовуються різні соціально-психологічні методи. Серед провідних методів психопрофілактичної роботи: інформування, групові дискусії, тренінгові вправи, рольові ігри, моделювання ефективної соціальної поведінки, психотерапевтичні методики. У залежності від використовуваних методів профілактична робота може здійснюватися у формі тренінгів, освітніх програм (наприклад, шкільного спецкурсу), психологічного консультування, кризової допомоги (телефон довіри), а також психотерапії прикордонних станів і нервово-психічних розладів [71].

Поряд із здійсненням діагностичних та профілактичних процедур необхідна реабілітаційна та корекційна робота з підопічними. Процес реабілітації націлений не тільки на відновлення здатності людини до життєдіяльності в соціальному середовищі, а й на певні зміни самого середовища, умов життєдіяльності, порушених чи обмежених по яким-небудь причинам. Основні принципи здійснення реабілітації: диференційованість, комплексність, послідовність, наступність, доступність і переважно безкоштовність для найбільш нужденних (біженців, безробітних, інвалідів та ін). В рамках реабілітаційної діяльності виділяються різні рівні: медичний, соціально-побутовий, соціально-психологічний, соціально-правовий, соціально-рольовий, професійно-трудоий [78].

Під соціально-педагогічною корекцією розуміється діяльність фахівця за виправлення тих особливостей психологічного, педагогічного, соціального плану, які не відповідають прийнятим у суспільстві моделям, нормам. Технології реабілітації та корекції реалізуються у дітей з агресивною поведінкою, як правило, у спеціалізованих закладах, реабілітаційних центрах. Проте в системі інтегрованої освіти ці технології можуть бути досить

ефективні. При виборі методу впливу педагог повинен виходити з мети та актуальності завдань виховання; враховувати вікові, індивідуальні та особистісні особливості вихованців, їх соціальне оточення.

Реалізація кожного методу передбачає використання сукупності прийомів, відповідних соціально-педагогічній ситуації [33]. Прийоми виховання школярів з агресивною поведінкою - це педагогічно оформлені дії, за допомогою яких на поведінку і позиції учня виявляється зовнішнє спонукання, що змінюють його погляди, мотиви і поведінку, в результаті чого включаються механізми самовиховання і корекції відносин і вчинків. В умовах навчального закладу перевага віддається груповій роботі з наступних причин. По-перше, в групі створюються сприятливі умови для обговорення актуальних проблем та наявного у дітей досвіду, можливість організації і проведення дискусій, ігор, у тому числі рольових. По-друге, спілкування з однолітками в групі є саме по собі є привабливим для дітей і підлітків і підвищує мотивацію участі в заняттях. По-третє, групова робота дозволяє охопити більшу кількість учнів. Вибір індивідуальної або групової форми роботи визначається, в першу чергу, структурою порушення поведінки, віком і вираженістю проблем дитини [21].

В нашій роботі ми не проводили кореляцію агресивної поведінки, але існують багато методик групової корекційної програми для роботи з агресивними підлітками. Розглянемо декілька і одна з таких - програма корекції агресивної поведінки підлітків призначена для розширення базових соціальних умінь дітей з агресивною поведінкою. Так як підлітки не знають, як впоратися з негативними емоціями, що виникають у них в складних ситуаціях, тому важливо навчити їх працювати над собою, керувати і володіти своїми негативними емоціями. У програмі використані такі психолого-педагогічні методи, які допомагають знизити загальний рівень агресивності підлітків, і вчать керувати собою в критичних ситуаціях.

Метою програми є корекція агресивної поведінки в підлітковому віці [69]. Завдання:

1. Розширити у підлітків інформацію про свою особистість і проблеми агресивної поведінки;
2. Навчання підлітків прийнятним способам вираження гніву;
3. Розвинути навички ефективної міжособистісної взаємодії;
4. Розвинути почуття емпатії;
5. Навчити конструктивно діяти в конфліктних ситуаціях;
6. Сформувати самоконтроль;
7. Закріпити позитивні моделі поведінки.

Принципи:

1. Принцип єдності діагностики та корекції - на початку здійснення корекційної роботи проводиться етап комплексного діагностичного обстеження, на його підставі складається первинний висновок і формуються цілі і завдання корекційно-розвивальної роботи. Під час проведення корекційного заходу здійснюється контроль динаміки змін особистості, поведінки, діяльності, динаміки емоційних станів клієнта, його почуттів і переживань в процесі корекційної роботи [69].

2. Принцип врахування вікових психологічних та індивідуальних особливостей клієнта – узгоджує вимоги відповідності ходу психологічного і особистісного розвитку клієнта нормативному розвитку, з одного боку, і визнання унікальності і неповторності конкретного шляху особистості – з іншого боку. Облік індивідуальних психологічних особливостей особистості дозволяє намітити в межах вікової норми програму оптимізації розвитку для кожного конкретного клієнта з його індивідуальністю, стверджуючи права клієнта на вибір свого самостійного шляху [69].

3. Принцип системності розвитку психологічної діяльності. Облік в корекційній роботі профілактичних і розвиваючих завдань.

4. Діяльнісний принцип корекції - створення умови для орієнтування в складних, конфліктних ситуаціях, організація необхідних основ для позитивних зрушень у розвитку особистості. Формування узагальнених

способів орієнтування дітей у різних сферах предметної діяльності, міжособистісних взаємодій.

5. Принцип комплексності методів психологічного впливу - необхідність використання усього різноманіття методів, технік і прийомів з арсеналу практичної психології.

6. Принцип опори на позитивне в людині, на сильні сторони її особистості. Цей принцип є важливим, так як, спираючись на позитивні якості, посилюючи і розвиваючи їх, компенсуючи з їх допомогою негативні риси, педагог-психолог впливає на підлітка і таким чином відбувається процес позитивного формування особистості [69].

Організація занять – підлітки 15-16 років, кількість учасників - 7 осіб, кількість занять - 12, тривалість занять – 40 хвилин. Критерії відбору у групу: проводиться діагностичне обстеження, на його підставі відбираються підлітки, що мають агресивну поведінку. Напрямки роботи: робота з підлітками. Критерії ефективності програми: проводиться заключне діагностичне обстеження підлітків, що мають агресивну поведінку. Оцінка ефективності здійснюється на основі порівняння результатів діагностичного обстеження. Перший (установчий) блок включає в себе 1 заняття, що складається із 7 вправ. Дане заняття спрямоване на формування бажання взаємодіяти, створення сприятливого психологічного клімату серед підлітків, розширення інформації про особу підлітка і проблеми агресивної поведінки [69]. Структура заняття інсталяційного блоку:

1. Розминка – засіб впливу на емоційний стан підлітків, їх активність, налаштованість на продуктивну спільну діяльність, зняття психоемоційного напруження.

2. Основна частина складається з сукупності психотехнічних вправ і прийомів, спрямованої на рішення задач даного психокорекційного комплексу. Пріоритет віддається технікам та прийомам, спрямованим на формування соціально важливих навичок, що знижують рівень агресії.

3. Рефлексія – припускає ретроспективну оцінку заняття в двох аспектах: емоційному (сподобалося – не сподобалося, було добре – погано і чому), і смислового (чому це важливо, для чого ми це робили) [48].

Слід зазначити, що в кожному блоці корекційно – розвиваючої програми структура занять однакова. Детальний опис вправ у (ДОДАТОК Ж).

У першому блоку - установчому одне заняття і наступні завдання: формування бажання взаємодіяти; встановлення довірчих відносин; розширення інформації про особу підлітка і проблеми агресивної поведінки. Методи і прийоми: «Таємниці імені»; "Добридень"; «Правила в групі»; Мозковий штурм на тему «Агресивна поведінка це»; «Намалюй свій гнів»; «А я - не гальмо»; Оплески.

Другий блок - корекційний (8 занять) і наступні завдання: підлітків вчать прийнятним способів вираження гніву; розвинути навички ефективної міжособистісної взаємодії; розвинути почуття емпатії; навчити конструктивно діяти в конфліктних ситуаціях; сформувати самоконтроль [69].

Методи і прийоми: «Що робити з агресією і гнівом»; «Згадуємо емоції»; «Світ очима агресивної людини»; «Самоконтроль зовнішнього вираження емоцій»; "Чарівні зарості"; «Задоволений - сердитий»; «Стримай себе»; "Візьми себе в руки"; «Метелик-крижинка»; «Давай посваримось!»; «Ліпимо гнів»; «Я хочу сказати спасибі»; «Ящик з образами»; «Крикніть голосніше»; «Хода»; "Я такий який я є"; «Автомийка»; "Будь ласка"; Негативні образи; «Чарівний магазин»; «Удари по колу»; «Способи ефективного міжособистісного спілкування»; «Катастрофа в пустелі»; «Як вітаються олені»; «Уперта сороконіжка»; «Ланцюжок мови»; "Люстерко" «Чому важливо розуміти почуття і емоції інших людей?»; «Передача почуттів по колу»; «Атоми і молекули»; «Поділися зі мною» «Привітання на сьогоднішній день»; «Люблячий погляд»; "Я тебе розумію"; «Карусель»;

«Скульптура настрою»; «Мої цілі»; "Кіт Леопольд"; «Моя критика»; «Прохання»; «Три об'єкта» [69].

Третій блок (1 заняття) закріплює у підлітків позитивної моделі поведінки за допомогою наступних методів прийому: «Дракон ловить свій хвіст»; «У чому мені пощастило в цьому житті»; «Чого я досяг»; «Чемодан»; «Подарунок людства».

Четвертий блок – контрольний, в якому два заняття і завданнями є простежити динаміку агресивної поведінки у підлітків. Методи і прийоми діагностичні: опитувальник Басса-Дарки; «Тест руки» Е. Вагнера; проектна методика «Неіснуюча тварина»; спостереження.

У штаті Каліфорнія (США) діє профілактична програма «40 кроків до розвитку» для підлітків, які мають агресивну поведінку, перебувають у конфлікті із законом [79]. Вона об'єднана у два блоки, які спрямовані на розширення і зміцнення зовнішніх та внутрішніх ресурсів особистості. Блок, спрямований на активізацію зовнішніх ресурсів, містить чотири компоненти:

1. Підтримка (формування позитивних взаємовідносин з сім'єю, її підтримки для підлітка, визначення різних соціальних ролей дітей і дорослих, участь батьків у шкільному та соціальному житті дитини).

2. Розширення можливостей (визначення загальноприйнятих цінностей молоді, використання ресурсу прикладу однолітків як інструменту до позитивних змін, визначення меж власної безпеки, формування мотивації до волонтерства) [79].

3. Загальноприйняті кордони і власні очікування (визначення меж сім'ї, шкільних та вуличних кордонів, загальноприйнятих правил поведінки, відпрацювання навичок дорослих моделей поведінки, участь у програмах 65 позитивного впливу однолітків, а також формування очікувань від зміни власної поведінки).

4. Конструктивне і корисне використання часу (формування мотивації участі підлітка у творчій діяльності, молодіжних програмах, релігійних об'єднаннях, а також корисного проведення часу вдома).

Блок, спрямований на активізацію внутрішніх ресурсів, так само, як і попередній, містить чотири компоненти [79]:

1. Зобов'язання щодо навчання (формування мотивації та прихильності до навчання, відпрацювання навичок своєчасного та якісного виконання домашніх завдань, а також підготовки до шкільного дня, формування навичок читання для задоволення).

2. Позитивні цінності (формування навичок турботи про інших людей, основи рівності та соціальної справедливості, формування таких якостей як цілісність, справедливість, відповідальність, стриманість).

3. Соціальні компетенції (відпрацювання навичок планування та прийняття рішень, розвиток міжособистісних і культурних компетенцій, формування навичок опору і відмови від небажаних дій, а також навичок вирішення конфліктних ситуацій конструктивним шляхом).

4. Позитивна особистісна ідентичність (формування цілеспрямованості, життєвих планів і цілей, відповідальності за те, що відбувається з особистістю) [79].

Означена програма позитивно впливає на розвиток молодих людей, допомагаючи їм стати турботливими, відповідальними, знижуючи прояви агресивності чи іншої девіантної поведінки, а також формуючи необхідні якості для дорослого життя. Вона довела свою ефективність і стала найбільш широко використовуваним підходом до позитивного розвитку молоді в Сполучених Штатах.

Рекомендації батькам агресивних підлітків [60].

Частий випадок: батьки не можуть впоратися з агресією дитини, а тому намагаються вирішити задачу придушенням. Якщо цей спосіб не дає результатів, в хід йдуть вмовляння, регулярні скандали і найпростіший шантаж: «Заспокойся, або сьогодні ти не будеш грати в приставку!», «Якщо ти ще раз будеш зі мною сперечатися, то про похід на канікулах забудь!».

Така модель боротьби з підлітком ні до чого не призводить, так як прямолінійна дія і спроби «натиснути» на дитину в цьому віці марні.

Пропонуємо кілька способів роботи з агресивними дітьми [59] :

Спосіб 1. Дати вихід агресії. Агресія — це природно. Якщо б людина в момент своєї появи на землі не була агресивною, швидше за все, вона би не вижила. Але в ХХІ столітті у нас немає необхідності боротися за їжу і територію, тому агресія повинна бути контрольованою. Своїми фізичними силами треба вміти управляти. Якщо цього не відбувається, то наноситься шкода не тільки оточуючим, а й собі. Віддайте дитину в спортивну секцію, де їй пояснять, що вирішення суперечки кулаками — не вихід, але навички чесної боротьби і самозахисту їй знадобляться. Нехай це буде футбол чи легка атлетика, можна сміливо спробувати східні єдиноборства — дзю-до, самбо, карате. Вони хороші тим, що вчать дитину не тільки володіти своєю справою, але й емоціями. Раптом у нього не сверблять кулаки, а в душі негаразд?

Спосіб 2. Працювати з самооцінкою дитини. Людина, якій є чим пишатися, завжди відчуває себе спокійно. Якщо ваша дитина впевнена, що в чомусь вона точно «попередку планети всієї», то і агресія з боку однолітків буде сприйматися не так гостро. Самодостатні люди не агресивні, їм немає сенсу боротися за своє місце під сонцем — вони його знайшли.

Спосіб 3. Записати на курси ораторської майстерності або запропонувати літературу. Про важливість вміння вести аргументовану полеміку в цьому матеріалі сказано достатньо. Запишіть свого підлітка на курси або дайте йому почитати хорошу літературу на цю тему. Допоможе не тільки Шопенгауер або книга Поварнина, але і проста класика. Герої Джека Лондона, Марка Твена, Л. Толстого і Артура Конан Дойля висловлюються просто приголомшливо. Бути гострим на язик в наш час — вигідна перевага. Не лаяти, а любити – насправді це дуже-дуже складно [59].

Спосіб 4. Любити підлітка і подавати йому приклад. Так, наприклад, ваш 15-річний син веде себе як незалежний хлопчисько, плюючий на вашу безсумнівно авторитетну думку. Незважаючи на це, поведінка його показова, незалежність швидше захисна реакція або провокація, викликана браком

уваги. Підлітки дуже вразливі, згадайте себе в цьому віці. Так що частіше говоріть йому про свою любов. Подумайте також про те, як прийнято вирішувати конфлікти у вашій родині, якщо ви вчитель — в класі. Так ви сідаєте за стіл і уважно обговорюєте проблему з чоловіком? У класі ви вислуховуєте учня, чия думка відрізняється від загальноприйнятої, або обриваєте словами: «Нісенітниця, Ф. Достоєвський мав на увазі зовсім не це»? Можливо, що ви не даєте собі звіт щодо власних емоцій і реакцій. Всі ми люди, всі ми перегоряємо, як лампочки. Але наші діти помічають все. Вони не стільки слухають нас, скільки дивляться на нас. Якщо агресія підлітка викликала мимовільним копіюванням матриці поведінки всередині сім'ї, то спроба перевиховати дитину не принесе успіху.

Спосіб 5. Стежити за здоров'ям. Крім психологічних існують множинні біологічні причини агресивної поведінки. Наприклад, низька частота серцевих скорочень. Поспостерігайте за підлітком: має місце агресія без причини? Якщо так, дитина часто кричить, невмотивовано злиться — «Мене все взагалі бісить!», а не «Мене бісить фізика, не можу вирішити задачку!», по можливості варто сходити до лікаря, щоб почати програму корекції. Причиною агресії може стати підвищена тривожність. Знижуйте її будь-яким способом, щоб не намагатися позбавитися від наслідків замість причини. Якщо дитина сильно втомлюється в школі, турбується через іспити, зовнішності або низької популярності, його трують або він просто схильний до нервозності, то варто з цим попрацювати. Способи можуть бути простими: арт-терапія (про це є багато в соціальних мережах), кольоротерапія, поїздки на природу і навіть йога. Головне — нехай підліток знає, що він не один, сім'я готова його підтримати, а не насварити [59].

Висновки по 3 розділу

Наше дослідження гендерних відмінностей прояву агресивності у підлітків проводилося в кілька етапів: на першому етапі було сформовано

вибірку респондентів і відібрано необхідні методики, за якими дослідження проводилось. На другому етапі респондентам (по 40 хлопчиків і 40 дівчаток з десятих класів Подільської школи провели бесіду з поясненням термінів і понять всіх методик (агресія, агресивність, тривожність, фрустрація і інші). На третьому етапі дослідження ми підбили підсумки анкетувань і зробили порівняльний аналіз з використанням методів математичної обробки статистичних даних (використовували критерій Ст'юдента).

При написанні дипломної роботи ми ставили перед собою завдання довести, що прояви агресії у дітей підліткового віку обумовлені їх гендерними, індивідуально-психологічними та соціальними особливостями. Дослідження проводилися за допомогою трьох методик: Г. Айзенка, Басса-Дарки і опитувальника Л. Г. Почебут. В результаті роботи агресивну поведінку виявили у різних виразах, але в більшості дітей вона знаходиться у межах норми. При цьому у дівчаток більш виражена вербальна агресія, а у хлопчиків фізична.

Наша гіпотеза про гендерну обумовленість агресивної поведінки підлітків була підтверджена лише частково, про що свідчать результати, описані в цьому розділі. В корекційній роботі з подолання агресивних тенденцій у підлітків необхідно приділяти велику увагу розширенню активно використовуваного інструментарію в їх поведінці і спілкуванні. Безумовно, корекція агресивності не може бути обмежена лише рамками спеціальної психолого-педагого-практичної роботи. Надзвичайно важливо закріплювати отримані на заняттях навички шляхом перенесення їх у звичайне життя. Значну роль у цьому процесі відіграє підтримка зусиль психолога та дитини з боку батьків і педагогів.

Психолого-педагогічна допомога, спрямована на корекцію агресивної поведінки підлітків, насамперед орієнтована на основні фактори, що обумовлюють її виникнення і прояв:

а) корекція наявних порушень в емоційно-вольовій, мотиваційній, моральній сферах;

б) робота з подолання порушень сімейного виховання (корекція батьківських установок, вироблення ефективного стилю взаємодії з дітьми, гармонізація наявних внутрішньосімейних відносин і т. д.);

в) гармонізація міжособистісних відносин в колективі однолітків (створення умов для зміцнення міжособистісних зв'язків, задоволення статусних домагань підлітків і т. д.);

г) корекція педагогічних поглядів і установок по відношенню до агресивних учнів; навчання педагогів ефективним способам взаємодії з ними.

Основними завданнями корекційної роботи з агресивними підлітками з подолання самого порушення являються: навчання їх прийомам регулювання емоційного стану, а також формування і закріплення альтернативних способів поведінки в ситуаціях, що провокують агресію. Найбільш ефективно психолого-педагогічна корекція агресивних тенденцій в поведінці підлітків здійснюється в групових формах роботи.

ВИСНОВКИ

Виходячи з вище розглянутого, напевно є можливість зробити умовивід, що один з найважливіших і складніших періодів життя являється підлітковий вік, тому що саме в цей час формується особистість людини, яка має величезний вплив на розвиток в подальшому. Важкий, критичний, переломний, перехідний - у всіх цих назвах відображено особливе місце в розвитку особистості підліткового періоду. Переступ від одного часу життя до іншого відбувається в цьому віці і є складним і важливим. Це бурхливе зростання організму – інтенсивний ріст тіла, мускулатура розвивається, йде окостеніння кістяка. Основним фактором фізичного дорослішання в цьому періоді є статеве дорослішання, яке значно позначається на роботі різних органів життєдіяльності, починається статевий потяг і у зв'язку з цим переживання, фантазії та потяги.

Підлітковий вік - це фаза дозрівання: це перехідний період фізичного і психологічного розвитку людини між дитинством і дорослим життям, культурна мета якого має на увазі підготовку до дорослого життя. Зазвичай цей період триває з 12 до 19 років. Те, як складуться відносини між дорослими, батьками і підлітком у цей час, обумовлюється істотно стилем виховання, сформованого у родині, а також здатністю родини реорганізуватися та прийняти своєї дитини почуття. Труднощі та конфлікти розпочинаються, коли батьки надмірно контролюють поведінку і навчання своєї дитини, коли йде критика вибору кола оточення і друзів і т.д. Можливо по різному контролювати і найбільш толерантним стилем виховання являється демократичний, коли родина не лімітує інтереси і права дитини і в той же час потребують від неї виконання своїх обов'язків. Відносини в основі яких є теплі почуття, розуміння один одного являються формулою для успішного і здорового розвитку дитини і навпаки авторитарність, байдужість або дозволене все що бажається буде поганою злітною смугою для становлення особистості дитини.

Не слід відноситися батькам до свого нащадка, як до немовля і важливим є послідовність прохань і заяв, бо в такому випадку дитина відчуває себе на роздоріжжі чого прагнуть батьки – чи бути слухняним і не суперечити, чи пора ставати самостійним і дорослим.

Біологічно, юність характеризується початком статевого дозрівання зі змінами в статевих органах. Також змінюється зріст, вага, м'язова маса. Відбуваються серйозні зміни в головному мозку, його «дозрівання». Підлітковий вік також характеризується поліпшеннями в абстрактному мисленні, в пізнанні, в логічних міркуваннях.

В соціальному плані підлітковий вік є періодом підготовки до соціальної ролі дорослого, такої як, наприклад, працівника або романтичного партнера. Це драматичний період, і для його опису часто використовують фрази такі, як "криза ідентичності", "нормально бути ненормальним", "нормальний психоз" і т.д.

Перед нами були поставлені завдання вивчити теоретичні аспекти гендерної відмінності проявів агресії у підлітків та дослідити їх експериментально. В першій частині роботи ми розібрали поняття «агресія», «агресивність», гендерні відмінності психологічного розвитку підлітків (гендерна інтенсифікація). В другому розділі було описано демографічно-соціальну характеристику вибірки дослідження, а також методики, які використовувалися для дослідження.

- В практичній частині роботи нами було проведено аналіз статистичних даних за допомогою t-критерія Ст'юдента для порівняння двох залежних вибірок, а також кореляційний параметричний аналіз (критерій r Пірсона) і результати описано в роботі. Аналіз емпіричних даних здійснювався за допомогою статистичного програмного пакету IBM SPSS Statistics 22.0.0.

Проведене емпіричне дослідження дозволяє зробити висновок про те, що підвищена агресивність часто призводить до соціальної дезадаптації.

Виявилися такі негативні зміни в різних сферах психічного розвитку високоагресивних підлітків:

- в поведінковій сфері при спілкуванні з однолітками: нестабільність відносин з оточуючими, переважно однотипний спосіб реагування на фрустрацію і труднощі (агресивні реакції), схильність до звинувачень, егоцентризм, уникнення самостійного вирішення проблем. При спілкуванні з родиною характерно пояснення батьківської строгості ворожістю;

- в афективній сфері: низька фрустраційна толерантність і швидке виникнення негативних емоцій, сильна дратівливість, нестабільна самооцінка, перебільшення негативних наслідків подій, що відбуваються;

- в мотиваційно-потребній сфері: «протест» проти традиційних стереотипів жіночності/чоловічності і приготувань для них гендерній ролі.

Отримані результати можуть бути використані для складання корекційної та профілактичної програми з метою зниження ймовірності появи агресивної поведінки дітей в підлітковому віці. Приклад корекційної групової роботи з агресивними підлітками із застосуванням наочних матеріалів ми надали в третій частині дипломної роботи.

Проблема агресивної поведінки ще довгі роки буде залишатися актуальною. – все частіше спостерігаємо жорстокі прояви поведінки, такі як розбої, бійки, тяжкі тілесні ушкодження та навіть вбивства. Засвоєння агресивної поведінки відбувається при негативних умовах, таких як авторитарна модель виховання, проблеми з моральним вихованням і спотворення життєвих цінностей. Холодність емоцій і суворість батьків не формує позитивне відношення до оточуючих та призводить до психологічного напруження дитини, останні в свою чергу намагаються його зняти, використовуючи агресивну поведінку. Проблема ускладнюється при спілкуванні з такими ж однолітками. Психологічними аспектами агресивності є – невірне «Я» уявлення, невідповідна і неправильна самооцінка; важливо необхідна потреба в визнанні в іншому випадку - неможливість задоволення певних потреб призводить до фрустрації; та

позбавлення емоційних реакцій – емоційна деривація. Але переважним у вирощуванні агресивності є наслідок неблагополуччя в родині, доросла людина повинна відчувати переживання і тривогу підлітка та допомогти їй. Добра, цільна і любляча сім'я – це головний фундамент для здорового, стабільного стану дитини. Поки люди не зрозуміють, що, перш за все, необхідно займатися профілактикою, а для цього потрібна спільна робота соціально-психологічної служби, школи, сім'ї і держави в цілому - проблема агресивності буде мати потужний характер. Авжеж не потрібно весь підлітковий період оцінювати, як одну велику кризу, але нам необхідні певні знання, для того щоб мати можливість допомогти дитині розкрити всі можливості цього часу, знайти ефективні методи для подолання труднощів, способи які допоможуть у вирішенні важливих задач в розвитку дитини в підлітковий вік.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Bandura A., Walters R. Social Learning and Personality Development. New York: Holt, Rinehart and Winston, inc, INC, 1964. 329 p.
2. Barbara Krahé, Robert Busching / The Contagious Effect of Deviant Behavior in Adolescence: A Longitudinal Multilevel Study / 2017. 543 p.
3. Berkowitz L. Roots of Aggression. A Re-examination of the Frustration Aggression Hypothesis. N. Y. 10011: University of Wisconsin ATHERTON PRESS, 1969. 138. p.
4. Benbow, C.P., & Stanley, J.C. Sex differences in mathematical reasoning ability: More facts // Science. 1983. № 222. С. 1029 - 1030.
5. Buss A.H. The psychology of aggression. N. Y. and London: Associate Professor of Psychology, University of Pittsburgh John Wiley and Sons, Inc., 1961. 307 p.
6. Dusek, J. B., & Flaherty, J. F. (1981). The development of the self-concept during the adolescent years. Monographs of the Society for Research in Child Development, 46(4), 67 p.
7. Feshbach S. The catharsis hypothesis and some consequences of interaction with aggressive and neutral play objects // Journal of Personality. 1956. No. 24. P. 449-462.
8. Freud S. The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (1917/1955). Vol. 21 London: Hogarth Press, 1956.
9. Hill, JP, и Palmquist, WJ. Social cognition and social relationships in early adolescence. International Journal of Behavioral Development 1978. P. 1–36.
10. Hyde, J.S. The Gender Similarities Hypothesis // American Psychologist. 2005. T. 60, № 6. С. 581–592.
11. Johnson N.L., Welch B.L. Applications of the noncentral t-distribution Biometrika, 1939, 31, p. 362–389.
12. Kendall M. A New Measure of Rank Correlation. Biometrika // 1938. V. 30. p. 81-89.

13. Mavis E. Hetherington, Ross D. Parke. Child psychology a contemporary viewpoint. Third edition. USA: Mc GREW-HILL BOOK COMPANY, 1986. p. 760.
14. Maccoby, E., and Jacklin, C. The Psychology of Sex Differences.- Stanford University Press, 1974.
15. Moyer K F. The psychobiology of aggression. New York: Harper & Row, 1976. 402 p
16. Spelke, E. S. Sex differences in intrinsic aptitude for mathematics and science a critical review// American Psychologist. 2005. Т. 60, № 9. С. 950 - 958.
17. Stein, A. H., & Smithells, J. (1969). Age and sex differences in children's sex-role standards about achievement. Developmental Psychology, 1, 252–259
18. Zillmann D. Hostility and Aggression. Hillsdale, New Jersey: Indiana University:Lawrence Erlbaum associates, 1979. p. 422.
19. Бабаев Т., Музаффар О. Психологические особенности агрессивности школьников-подростков и студентов. Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2016. 121 с.
20. Бандура А. Теория социального научения. СПб.: Евразия, 2000. 320 с.
21. Бантишева О. О. /гендерно-вікові особливості схильності осіб юнацького віку до віктимної поведінки. / «Молодий вчений» № 1 (28) • Частина 2 січень, 2016. 37 с.
22. Бартош Т. П., Бартош О. П., Мычко М. В. Гендерные особенности агрессивных и враждебных реакций высокотревожных подростков / Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2016. 234 с.
23. Батуева С. В. Проявление форм агрессивного поведения младших подростков, связанных с половой самоидентификацией . 2017. 169 с.
24. Берковіц Л. Агресія: причини, наслідки і контроль. СПб: Прайм - Єврознак, 2002. С. 38 - 52.
25. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия : монография. СПб.: Питер, 2001. 352 с.

26. Брель Е. Ю. Возможности лонгитюдного исследования развития алекситимии в структуре «практически здоровой личности» / Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2018. 243 с.
27. Борисова И. В., Бирякина В. И. Гендерные особенности агрессивности юношей и девушек. Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2016. 123 с.
28. Буряк В. А., Шувалов Ю. Н. Агрессивность подростков, занимающихся различными видами спорта и способы ее регуляции. / Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2013. 231 с.
29. Воробьева И. В. Психология вандального поведения : монография / И. В. Воробьева, О. В. Кружкова. Екатеринбург, 2014. 322 с.
30. Вигодський Л. С. Психологія мислення. М.: Лабіринт, 2008. 352 с.
31. Гребенюк М. О. Девіантна поведінка як наслідок незадоволеності його потреби в самоактуалізації. Львів. 2015. 182 с.
32. Грошев И. В., Давыдова Ю. А., Ли Чжэньнин. Исследование агрессии российских и китайских студентов с разными типами гендерной идентичности. / Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2016. 165 с.
33. Гудкова Е. В., Разова О. Е. Гендерные особенности агрессивного поведения в подростковом возрасте. Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2019. 287 с.
34. Говорун Т. В., Кравець В. П., Кікінежді О. М. та ін. Гендерні дослідження: монографія. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2013. 448 с.
35. Дмитриева Т. Б., Иммерман К. Л. Криминальная агрессия женщин с психическими расстройствами: монография. М.: Медицина, 2003. 248 с.
36. Дозорцева Е. Г. Аномальное развитие личности у подростков с противоправным поведением: монография. Методология психологического исследования и практики. 2000. С 19-31.

37. Дейс Т. В., Томилова И. Н. Соотношение разных видов агрессии и особенностей межполушарных взаимодействий у младших подростков с разным уровнем агрессивности. 2010. 321 с.
38. Діденко Є. О., Кондратюк С.М. Гендерні особливості емоційного інтелекту особистості / Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна», №12/2016. 256 с.
39. Еріксон Е. Дитинство і суспільство. М.: Лабіринт, 2000. С. 134 - 136.
40. Єгорова О. особливості прояву ворожості у хлопців і дівчат підліткового віку. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. Івана Огієнка. 2013. С.133-145.
41. Эллис А., Макларен К. Рационально-эмоциональная поведенческая терапия. РнД.: Феникс, 2008. 160 с.
42. Зінченко Н. В. Підліткова агресія: захисна реакція або крик про допомогу. Поради психолога / Освіта.ua. Психологія . 2011 р. 193 с.
43. Квітковська Н. В. Психологія девіантної поведінки учнів (умови, причини, особливості виховання, проблемні родини, профілактика та корекція) : навч.-метод. посібник / Н. В. Квітковська. Миколаїв, 2010. 240 с.
44. Кухтова Н. В., Шингаев С.М. и др. Буллинг в условиях образовательной среды: межкультурный аспект: монография. Витебск: Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2018. 172 с.
45. Кузнецова Л.М. Особливості психічного стану фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру / Проблеми сучасної психології. 2010. Випуск 8
46. Лушпай Л. Буллінг як соціально-педагогічна проблема та шляхи її вирішення . Українознавчий альманах. 2010. С. 126-130.
47. Лящук О. С. Особливості профілактичної роботи з дітьми, схильних до проявів девіантної поведінки. Київ. 2011 р.
48. Мардахаев Л. В. Социальная педагогика. Полный курс: учебник для бакалавров / Л. В. Мардахаев. 6-е изд., перераб. и доп. М.: Изд-во Юрайт, 2015. 817 с.

49. Марченко О. Ю. Дисертація Теоретико-методологічні основи гендерного підходу до формування аксіологічної значущості фізичної культури у школярів. Київ. 2019. 214 с.
50. Морозова К. С. Агресивність і особистісна ідентичність у підлітків: монографія. М., 2006. 22 с.
51. Ниссен Г. Агрессивность и аутоагрессивность у детей и подростков: монография. Социальная и клиническая психиатрия. М., 1992. С. 13-19.
52. Налчаджян А. А. Агрессивность человека: монография. СПб.: Питер, 2007. 736 с.
53. Николаева Е. С., Мурадова В. И. Личностные особенности проявления агрессивного поведения у подростков. Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» журнал «Инновационная наука» 2011г. 214 с.
54. Олексієнко С., Герман Л. Ворожість та образ ворога в сучасній психології. Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Психологія». 2017. 156 с.
55. Олійник Лія. Статеве виховання : навчальний посібник з питань здійснення статевого виховання дітей від народження до юнацького віку / Лія Олійник. Миколаїв : ПП «Прінт-Експрес», 2010. 112 с.
56. Платонова З. Н. Проявление агрессии у подростков-спортсменов. Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2017. 98 с.
57. Парфенов А. С., Дусариев М. М. / проявление агрессии у подростков, занимающихся контактными видами единоборства. Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2017. 263 с.
58. Розанов В.А. Как мы понимаем психическое здоровье. В сб.: «Пізнавальний та перетворювальний потенціал історичної психології як науки». Матеріали IV Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції. О.: Видав-во ОНУ імені І.І.Мечникова, 2017. С. 107-108.

59. Старшинова Е.С., Безносова О.А., Боброва Д.В. Психологический квест как способ регуляции агрессии в подростковом возрасте. Текст научной статьи по специальности «Психологические науки» 2018.
60. Самойлов А. М. Профілактика девіантної поведінки підлітків у соціально-виховному середовищі загальноосвітньої школи. Вінниця. 2017 р.
61. Тигунцева Г. Н. Феномен девиантного поведения в психологии: теоретический экскурс / Тигунцева Галина Николаевна // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. № 9 (32) сборник статей по материалам XXXII международной научно-практической конференции. – Новосибирск: СибАК, 2013. С. 80 - 86.
62. Третьякова М. В. Половозрастные особенности акцентуаций характера и агрессивного поведения подростков как компоненты безопасности личности . 2019. 144 с.
63. Токарева Н. М. Сучасний підліток у системі психологопедагогічного супроводу : монографія / Н. М. Токарева, А. В. Шамне, Н. М. Макаренко. Кривий Ріг, 2014. 312 с.
64. Уханова А.І. Детермінанти психічного здоров'я старших школярів : дис. канд. псих. наук : 19.00.04 / Уханова Анастасія Ігорівна – Харків. мед. акад. післядиплом. Освіти. 2018. 263 с.
65. Федорченко Т. Є. Профілактика девіантної поведінки школярів в умовах соціокультурного середовища: соціально-педагогічний аспект : монографія / Тетяна Федорченко. Черкаси : 2011. 492 с.
66. Фурманов И. А. Профилактика нарушений поведения в учреждениях образования / И. А. Фурманов, А. Н. Сизанов, В. А. Хриптович. Минск : РИВШ, 2011. 250 с.
67. Чемерис Н. М. Адиктивна детермінанта у молодих осіб при формуванні повноцінної особистості // Східноєвропейський журнал громадського здоров'я. 2015. С. 148-149.
68. Шалагинова К. С. Агрессия в младшем школьном возрасте: монография.

69. Шуралёва Е. В. Профилактика агрессивного поведения подростков на основе гендерных различий. 2009. 246 с.

70. Щамбура Ю. В. / Особливості ставлення сучасних підлітків до булінгу (з урахуванням гендерного аспекту) / ScienceandEducationaNewDimension. Pedagogy and Psychology, VII (80), Issue: 198, 2019 Maj.

Електронні ресурси:

71. Brent B. Benda & Robert F. C/Adolescent Deviant Behavior / Multiple Contingency Table Analyses of Overlap Between Behaviors/
https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1300/J079v24n01_02?journalCode=wssr20

72. Bluestein J. The Myth of SelfEsteem «Myth», 2001 // Электронная версия:
<http://tcp.sagepub.com/content/25/3/364.abstract>

73. Бахур О. / Психологічна характеристика підлітків з деліквентною поведінкою. Девіантна поведінка підлітків. Режим доступу:
- <http://npnd.ru/articles/detail.php?ID=677>

74. Гачкало Світлана Яківна. Гендерна проблематика та антропологічні горизонти. Матеріали / Дослідження причин і рівня агресивності в підлітків / 2016 р. / електронний доступ:
http://ru.osvita.ua/school/lessons_summary/psychology/33563/

75. Нікітченкова Ю.І. / гендерні відмінності прояву агресії у підлітковому віці. / електронний доступ <http://nauka.zinet.info/19/nikitchenkova.php>

76. Огороднічук. А.В. / Девіантна поведінка підлітків як соціально-психологічна проблема / Національний університет біоресурсів і природокористування України.
http://www.rusnauka.com/10_NPE_2009/Psihologia/44001.doc.htm

77. Самойлов А. М. / Історичний аналіз підходів до профілактики девіантної поведінки молоді / електронний доступ
http://dspu.edu.ua/youngsc/AQGS/2013_6-2/pedagogy/147-155.pdf

78. Чуносков М. О. Класифікація видів делінквентної поведінки як теоретична проблема / М. О. Чуносков //Комп'ютерно-інтегровані технології:

освіта, наука, виробництво. – 2013. – №11. – С. 158-161. – Режим доступу :
http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Kitonv_2013_11_28.pdf

79. Program for adolescents: 40 Development Assets for Adolescents
[Електронний ресурс]. – Режим доступу:
<http://www.searchinstitute.org/content/40-developmental-assets-adolescents-ages-12-18>

ДОДАТОК А.**Тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)**

Опис станів.

I. Шкала тривожності:

Не почуваю впевненості в собі.

Часто через дрібниці червонію.

Мій сон неспокійний.

Легко впадаю в зневіру.

Турбуюся тільки про уявлювані неприємності.

Мене лякають труднощі.

Люблю копатися у своїх недоліках.

Мене легко переконати.

Я недовірливий.

Я важко переношу час очікування.

II. Шкала фрустрації:

Нерідко мені здаються безвихідними ситуації, з яких усе-таки можна знайти вихід.

Неприємності мене сильно розстроюють, я падаю духом.

Під час великих неприємностей я схильний без достатніх підстав звинувачувати себе.

Нещастя і невдачі нічому мене не вчать.

Я часто відмовляюся від боротьби, вважаючи її марною.

Я нерідко почуваюся беззахисним.

Іноді в мене буває стан розпачу.

Я почуваю розгубленість перед труднощами.

У важкі хвилини життя іноді поводжуся по дитячому, хочу, щоб пожаліли.

Вважаю недоліки свого характеру непоправними.

III. Шкала агресивності:

Залишаю за собою останнє слово.
 Нерідко в розмові перебиваю співрозмовника.
 Мене легко розсердити.
 Люблю робити зауваження іншим.
 Хочу бути авторитетом для інших.
 Не задовольняюся малим, хочу найбільшого.
 Коли розгніваюся, погано себе стримую.
 Волю краще керувати, ніж підкорятися.
 У мене різка, грубувата жестикуляція.
 Я мстивий.

IV. Шкала ригідності:

Мені важко змінювати звички.
 Нелегко переключати увагу.
 Дуже насторожено ставлюся до всього нового.
 Мене важко переконати.
 Нерідко в мене не виходить з голови думка, якої слід було б позбутися.
 Нелегко зближуюся з людьми.
 Мене засмучують навіть незначні порушення плану.
 Нерідко я виявляю впертість.
 Неохоче йду на ризик.

Різко переживаю відхилення від прийнятого мною режиму дня.

Підрахуйте суму балів за кожною групою запитань:

- I. З 1 по 10 запитання – шкала тривожності;
- II. З 11 по 20 запитання – шкала фрустрації;
- III. З 21 по 30 запитання – шкала агресивності;
- IV. З 31 по 40 запитання – шкала ригідності.

Інтерпретація результатів:

- 0 – 7 балів – низький рівень;
- 8 – 14 балів – середній рівень;
- 15 – 20 балів – високий рівень.

Опитувальник Г.Айзенка (бланк)

1.	Не чувствую в себе уверенности.			
2.	Часто из-за пустяков краснею.			
3.	Мой сон беспокоен.			
4.	Легко впадаю в уныние.			
5.	Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях.			
6.	Меня пугают трудности.			
7.	Люблю копаться в своих недостатках.			
8.	Меня легко убедить.			
9.	Я мнительный.			
10.	С трудом переношу ожидания.			
11.	Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых можно найти выход.			
12.	Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.			
13.	При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя.			
14.	Несчастья и неудачи ничему меня не учат.			
15.	Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной.			
16.	Я нередко чувствую себя незащищенным.			
17.	Иногда у меня бывает состояние отчаяния.			
18.	Чувствую растерянность перед трудностями.			
19.	В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу чтобы меня пожалели.			
20.	Считаю недостатки своего характера неисправимыми.			
21.	Оставляю за собой последнее слово.			
22.	Нередко в разговоре перебиваю собеседника.			
23.	Меня легко рассердить.			
24.	Люблю делать замечания другим.			
25.	Хочу быть авторитетом для окружающих.			
26.	Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.			
27.	Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.			
28.	Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.			
29.	У меня резкая, грубоватая жестикуляция.			
30.	Я мстителен.			
31.	Мне трудно менять привычки.			
32.	Нелегко переключаю внимание.			
33.	Очень настороженно отношусь ко всему новому.			
34.	Меня трудно переубедить.			
35.	Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться.			
36.	Нелегко сближаюсь с людьми.			
37.	Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.			
38.	Нередко я проявляю упрямство.			
39.	Неохотно иду на риск.			
40.	Резко переживаю отклонения от принятого мною режима.			

ДОДАТОК Б.**Опитувальник діагностики агресивних та ворожих реакцій людини
А.Басса—А.Дарки**

Інструкція. Уважно прочитайте кожне висловлювання. Якщо воно підходить вам, поставте поруч знак “+”, якщо не підходить, то “-”.

1. Часом я не здатен перебороти бажання заподіяти іншим шкоду.
2. Іноді пліткую про людей, яких не люблю.
3. Я легко дратуюсь, але швидко заспокоююсь.
4. Якщо мене ласкаво не попросять, я не виконаю прохання.
5. Я не завжди отримую те, що мені призначено.
6. Я знаю, що люди говорять про мене за мою спиною.
7. Якщо я не схвалюю поведінку друзів, я даю їм це відчутти.
8. Коли мені доводилося обдурювати кого-небудь, я відчував нестерпні докори сумління.
9. Мені здається, що я не здатен вдарити людину.
10. Я ніколи не дратуюся настільки, щоби розкидатися речами.
11. Я завжди поблажливий до чужих недоліків.
12. Якщо мені не подобається встановлене правило, у мене виникає бажання порушити його.
13. Інші вміють майже завжди користуватися сприятливими обставинами.
14. Я тримаюся насторожі з людьми, які ставляться до мене дещо ліпше, ніж я очікував.
15. Я часто не погоджуюся з людьми.
16. Іноді мене обтяжують думки, яких я соромлюсь.
17. Якщо хтось першим ударить мене, я не відповім йому.
18. Коли я дратуюся, грюкаю дверима.
19. Я куди дратівливіший, ніж здається оточуючим.

20. Якщо хтось вдає із себе начальника, я завжди роблю йому наперекір.

21. Мене трохи засмучує моя доля.

22. Я гадаю, що багато людей мене не люблять.

23. Я не зможу втриматися від суперечки, якщо люди не згодні зі мною.

24. Люди, що ухиляються від роботи, мусять почувати провину.

25. Той, хто ображає мене і мою сім'ю, напрошується на бійку.

26. Я не здатний на брутальні жарти.

27. Розлютовуюся, коли з мене насміхаються.

28. Коли люди вдають із себе начальників, я роблю все, щоби вони не зазнавалися.

29. Майже кожен тиждень я бачу когось, хто мені не до вподоби.

30. Досить багато людей заздрять мені.

31. Я вимагаю, щоб люди поважали мене.

32. Мене пригнічує те, що мало роблю для своїх батьків.

33. Люди, які постійно знущаються з нас, варті того, щоб їх поставили на місце.

34. Я ніколи не буваю похмурих від злості.

35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я на те заслуговую, я не засмучуюсь.

36. Якщо хтось дратує мене, я не звертаю уваги.

37. Хоч я ніколи не показую цього, але мене іноді гризе заздрість.

38. Іноді мені здається, що з мене насміхаються.

39. Навіть якщо я гніваюся, то не вдаюся до лайки.

40. Мені хочеться, щоб мої гріхи пробачили.

41. Я рідко даю здачі, навіть якщо хтось і вдарить мене.

42. Коли виходить не по-моєму, я іноді ображаюсь.

43. Іноді люди дратують мене однією своєю присутністю.

44. Немає людей, яких би я по-справжньому ненавидів.

45. Мій принцип: "Ніколи не довіряти чужакам".

46. Якщо хтось дратує мене, я готовий висловити все, що про нього думаю.
47. Я роблю багато такого, про що потім шкодую.
48. Якщо я роздратуюсь, я можу вдарити когось.
49. Із дитинства я ніколи не виявляв спалахів гніву.
50. Часто почуваю себе, мов діжка з порохом, що ось-ось вибухне.
51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене б вважали людиною, з якою нелегко ладнати.
52. Я завжди розмірковую про те, які потаємні причини змушують людей робити приємне мені.
53. Коли на мене кричать, відповідаю тим самим.
54. Невдачі засмучують мене.
55. Я відчуваю страх не рідше й не частіше за інших.
56. Я можу пригадати випадки, коли я був настільки злий, що хапав першу-ліпшу річ.
57. Іноді я відчуваю, що готовий першим кинутись у бійку.
58. Іноді я відчуваю, що життя поводить мене зі мною несправедливо.
59. Раніше я думав, що більшість людей говорить правду, але зараз я не вірю в це.
60. Я лаюся тільки через злість.
61. Коли я роблю щось неправильно, то відчуваю докори сумління.
62. Якщо для захисту своїх прав мені слід використати фізичну силу, я вдаюся до неї.
63. Іноді я виражаю свій гнів тим, що грюкаю кулаком по столу.
64. Я буваю грубий з людьми, які мені не подобаються.
65. У мене немає ворогів, що хотіли б мені нашкодити.
66. Я не вмію поставити людину на місце, навіть якщо вона на це заслуговує.
67. Я часто думаю, що жив неправильно.
68. Я знаю людей, які здатні довести мене до бійки.

69. Я не засмучуюсь через дрібниці.

70. Мені рідко спадає на думку, що люди намагаються розлютити чи скривдити мене.

71. Я часто тільки вдаюся до погроз, а не збираюся їх реалізовувати.

72. Останнім часом я став занудою.

73. Під час суперечки я часто підвищую голос.

74. Здебільшого я намагаюся приховувати своє негативне ставлення до людей.

75. Я ліпше поступлюся своїми принципами, ніж сперечатимусь.

Ключ до опитувальника

Фізична агресія: "Так": 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68. "Ні": 9, 17, 41. Непряма агресія: "Так": 2, 18, 34, 42, 56, 63. "Ні": 10, 26, 49. Роздратування: "Так": 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72. "Ні": 11, 35, 69. Негативізм: "Так": 4, 12, 20, 23. "Ні": 36.

Образа: "Так": 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58. "Ні": 44.

Підозрілість: "Так": 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59. "Ні": 65, 70. Вербальна агресія: "Так": 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73. "Ні": 39, 66, 74, 75.

Почуття провини.: "Так": 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67.

Індекс ворожості: сума балів за шкалами "образа" і "підозрілість".
Індекс агресивності: сума балів за шкалами "фізична агресія", "роздратування" і "вербальна агресія".

Бланк ответов к методике (А.Басса-А.Дарки).

Ф.И.О. _____ Дата _____

Возраст _____

№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ
1		26		51	
2		27		52	
3		28		53	
4		29		54	
5		30		55	
6		31		56	
7		32		57	
8		33		58	
9		34		59	
10		35		60	
11		36		61	
12		37		62	
13		38		63	
14		39		64	
15		40		65	
16		41		66	
17		42		67	
18		43		68	
19		44		69	
20		45		70	
21		46		71	
22		47		72	
23		48		73	
24		49		74	
25		50		75	

ДОДАТОК В.

	Тест Почебуг	да	нет
1	Во время спора я часто повышаю голос		
2	Если меня кто-то раздражает, я могу сказать ему все, что о нем думаю		
3	Если мне необходимо будет прибегнуть к физической силе для защиты своих прав, я, не раздумывая, сделаю это		
4	Когда я встречаю неприятного мне человека, я могу позволить себе незаметно ущипнуть или толкнуть его		
5	Увлечшись спором с другим человеком, я могу стукнуть кулаком по столу, чтобы привлечь к себе внимание или доказать свою правоту		
6	Я постоянно чувствую, что другие не уважают мои права		
7	Вспоминая прошлое, порой мне бывает обидно за себя		
8	Хоть я и не подаю вида, иногда меня гложет зависть		
9	Если я не одобряю поведение своих знакомых, то я прямо говорю им об этом		
10	В сильном гневе я употребляю крепкие выражения, сквернословлю		
11	Если кто-нибудь поднимет на меня руку, я постараюсь ударить его первым		
12	Я бываю настолько взбешен, что швыряю разные предметы		
13	У меня часто возникает потребность переставить в квартире мебель или полностью сменить ее		
14	В общении с людьми я часто чувствую себя «пороховой бочкой», которая постоянно готова взорваться		
15	Порой у меня появляется желание зло пошутить над другим человеком		
16	Когда я сердит, то я обычно мрачнею		
17	В разговоре с другим человеком я стараюсь его внимательно выслушать, не перебивая		
18	В молодости у меня часто «чесались кулаки» и я всегда готов был пустить их в ход		
19	Если я знаю, что человек намеренно меня толкнул, то дело может дойти до драки		
20	Творческий беспорядок на моем рабочем столе позволяет мне эффективно работать		
21	Я помню, что часто бывал настолько сердитым, что хватал все, что попадало под руку и ломал		
22	Иногда люди раздражают меня только одним своим присутствием		
23	Я часто удивляюсь, какие скрытые причины заставляют другого человека делать мне что-то хорошее		
24	Если мне нанесут обиду, у меня пропадет желание разговаривать с кем-бы то ни было		
25	Иногда я намеренно говорю гадости о человеке, которого не люблю		
26	Когда я взбешен, я кричу самое злобное ругательство		
27	В детстве я избегал драться		
28	Я знаю, по какой причине и когда можно кого-нибудь ударить		
29	Когда я взбешен, то могу хлопнуть дверью		
30	Мне кажется, что окружающие меня люди не любят меня		
31	Я постоянно делюсь с другими своими чувствами и переживаниями		
32	Очень часто своими словами и действиями я приношу себе вред		
33	Когда люди орут на меня, я отвечаю тем же		
34	Если кто-нибудь ударит меня первым, я в ответ ударю его		
35	Меня раздражает, когда предметы лежат не на своем месте		
36	Если мне не удастся починить сломавшийся или порвавшийся предмет, то я в гневе ломаю или рву его окончательно		
37	Другие люди мне всегда кажутся преуспевающими		
38	Когда я думаю об очень неприятном мне человеке, я могу прийти в возбуждение от желания причинить ему зло		
39	Иногда мне кажется, что судьба сыграла со мной злую шутку		
40	Если кто-нибудь обращается со мной не так, как следует, я очень расстраиваюсь по этому поводу		

ДОДАТОК Г.

Результати самоаналізу психічних станів за методикою Г.Айзенка для дівчаток

Дівчатка	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
1	11	10	8	10
2	4	2	3	5
3	7	6	4	11
4	8	7	5	5
5	10	11	11	11
6	12	9	14	11
7	12	10	12	9
8	11	12	14	13
9	8	6	7	10
10	13	13	11	16
11	12	11	15	13
12	8	8	8	16
13	8	11	6	12
14	11	16	5	19
15	15	11	9	6
16	14	10	8	13
17	13	9	10	12
18	6	2	8	8
19	3	2	1	9
20	5	5	1	6
21	11	2	1	9
22	4	2	8	12

23	7	11	10	8
24	8	13	1	6
25	10	10	8	19
26	12	9	5	12
27	12	11	9	13
28	11	10	6	6
29	8	12	15	10
30	13	11	7	16
31	12	9	8	13
32	8	2	11	16
33	8	7	11	11
34	11	8	12	11
35	15	6	14	9
36	14	5	14	13
37	13	6	8	10
38	6	10	3	5
39	3	11	4	5
40	5	16	5	11

Результати самооцінки психічних станів по опитувальнику Г.Айзенка
для хлопчиків

Хлопчики	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
1	7	7	4	8
2	10	10	12	8
3	11	12	16	11

4	11	16	14	12
5	9	8	11	10
6	4	6	8	8
7	7	5	4	14
8	7	8	14	12
9	3	5	13	11
10	15	14	12	11
11	4	7	13	10
12	8	11	16	9
13	12	10	14	11
14	12	12	3	9
14	9	9	9	10
16	8	12	17	9
17	8	7	19	16
18	4	6	6	11
19	11	12	9	16
20	11	7	5	10
21	8	16	19	16
22	4	10	5	10
23	11	12	9	11
24	11	7	6	16
25	12	7	14	9
26	9	6	17	9
27	8	12	9	11
28	12	7	3	10

29	15	12	16	11
30	8	12	13	10
31	4	10	13	11
32	3	9	12	9
33	4	7	14	8
34	9	5	11	10
35	7	14	4	14
36	7	11	8	12
37	11	8	12	11
38	10	6	14	8
39	7	8	16	8
40	11	5	4	12

ДОДАТОК Д.

Результати дослідження, отримані за методикою А.Басса-А.Дарки для дівчаток

Дівча та	Фіз. агр	Верб ал. агр.	Непр яма агр.	Нега т	Драт.	Підоз ра	Обра за	Поч. вини	Індек с агр	Інд. воро ж.
1	5	5	3	4	5	6	4	7	15	10
2	3	7	2	2	7	10	2	5	17	12
3	8	5	4	2	5	9	4	8	18	13
4	3	6	3	4	4	8	2	8	13	10
5	5	9	6	4	7	10	8	7	21	18
6	3	5	4	3	4	7	3	7	12	10
7	5	4	4	1	4	7	4	3	13	11
8	6	11	6	4	5	9	7	7	22	16
9	2	7	8	5	7	6	5	8	16	11
10	4	5	5	2	6	7	7	7	15	14
11	4	7	5	3	6	8	7	8	17	15
12	4	12	7	1	6	7	4	9	22	11
13	6	7	4	3	7	5	6	5	20	11
14	6	9	7	4	9	8	4	7	24	12
15	4	7	5	3	6	8	7	9	17	15
16	6	8	4	4	4	6	2	5	18	8
17	5	10	8	4	5	10	5	7	20	15
18	5	4	3	2	3	4	2	5	12	6
19	2	5	2	3	3	6	0	4	10	6

20	3	9	6	2	4	8	2	5	16	10
21	5	4	5	4	7	6	6	7	20	10
22	3	7	7	2	9	10	4	7	12	12
23	6	9	4	3	6	9	7	3	10	13
24	5	7	7	2	4	8	2	7	16	10
25	5	5	5	5	5	10	5	7	16	18
26	2	7	4	2	3	7	2	5	15	10
27	3	5	8	3	3	7	0	8	17	8
28	3	6	3	1	4	9	2	8	22	15
29	5	9	2	4	7	6	4	7	15	6
30	4	5	6	3	4	7	2	5	17	6
31	6	11	3	1	4	8	4	4	18	10
32	6	8	6	4	5	7	2	5	13	14
33	4	10	4	4	5	5	5	8	21	15
34	6	4	4	2	7	8	7	7	12	11
35	2	5	6	2	5	8	7	8	13	11
36	4	9	8	4	4	6	4	9	22	12
37	4	7	5	3	7	10	8	5	20	15
38	5	5	2	4	6	4	3	7	24	11
39	8	7	3	3	6	6	4	9	17	16
40	3	12	4	4	6	8	7	5	18	11

Результати дослідження, отримані за методикою А.Басса-А.Дарки для хлопчиків

Хлопці	Фіз. агр	Верб ал. агр.	Непр яма агр.	Негат	Драт.	Підозра	Образа	Поч. вини	Індекс агр	Інд. ворож.
1	7	6	4	2	7	9	2	7	20	11
2	3	3	2	0	2	6	4	7	8	10
3	7	10	5	3	5	8	4	5	22	12
4	3	9	6	2	4	6	4	7	16	10
5	5	4	3	2	6	5	3	9	15	8
6	8	10	6	5	9	8	6	7	27	14
7	5	2	3	3	3	7	4	8	10	11
8	5	8	5	1	6	4	5	7	19	9
9	6	10	6	4	7	10	5	3	23	15
10	5	2	4	2	4	6	5	6	11	11
11	5	5	4	0	5	6	4	2	15	10
12	7	10	8	5	8	9	6	9	25	15
13	5	5	5	5	3	4	1	5	13	5
14	6	6	4	2	4	2	3	7	16	5
15	3	10	5	2	5	9	5	6	18	14
16	9	4	6	0	4	4	6	8	17	10
17	8	8	3	2	2	7	2	6	18	9
18	4	4	4	2	4	4	2	5	12	6
19	4	6	6	3	5	10	7	7	15	17
20	5	5	4	3	5	5	6	6	15	11

21	6	6	4	2	7	9	5	7	16	11
22	3	3	2	0	2	6	4	7	18	10
23	9	10	5	3	5	8	2	5	17	12
24	8	9	6	2	4	6	4	7	18	10
25	4	4	3	2	6	5	4	9	12	8
26	4	10	4	5	9	8	4	7	15	14
27	5	2	6	3	3	7	3	8	15	11
28	7	8	4	1	6	4	6	7	10	9
29	3	10	6	4	7	10	6	3	19	15
30	7	2	4	2	4	6	2	6	23	11
31	3	5	4	0	5	6	2	2	11	10
32	5	10	8	5	8	9	7	9	15	15
33	8	5	5	5	3	4	6	5	25	5
34	5	6	4	2	4	2	5	7	13	5
35	5	10	5	2	5	9	5	6	20	14
36	6	4	6	0	4	4	5	8	8	10
37	5	8	3	2	2	7	4	6	22	9
38	5	4	6	2	4	4	6	5	16	6
39	7	6	3	3	5	10	1	7	15	17
40	5	5	5	3	5	5	3	6	27	11

ДОДАТОК Є.

Результати дослідження показників і форм агресії хлопчиків і дівчаток за методикою Л. Г. Почебут.

Дівчатка	В.а.	Ф.а.	П.а.	Е.а.	С.а.	Інд.	Хлопчики	В.а.	Ф.	Пр.	Е.а.	С.а.	Інд.
1	2	1	5	6	4	18	1	5	3	2	4	4	18
2	5	5	3	4	4	21	2	6	5	7	6	6	30
3	4	2	1	3	5	15	3	3	4	3	1	2	13
4	2	1	5	7	7	22	4	4	7	3	3	5	22
5	4	0	3	2	3	12	5	4	6	3	3	2	18
6	1	1	1	2	7	12	6	4	3	4	4	5	20
7	4	3	3	4	2	16	7	7	7	4	5	3	26
8	3	2	1	2	2	10	8	2	6	2	1	3	14
9	1	0	1	4	2	8	9	3	3	1	0	4	11
10	2	0	3	3	5	13	10	2	2	2	4	5	15
11	4	2	0	3	1	10	11	2	3	3	3	5	16
12	3	1	3	3	8	18	12	5	6	3	4	4	22
13	4	3	3	2	5	17	13	0	2	1	3	2	8
14	6	3	3	4	5	21	14	7	6	6	4	7	30
15	7	8	4	6	4	29	15	1	4	1	2	2	10
16	5	0	3	2	3	13	16	5	6	1	3	5	20
17	3	4	1	2	3	13	17	4	4	2	3	4	17
18	6	3	2	6	3	20	18	4	2	3	1	5	15
19	6	3	5	4	6	24	19	3	2	4	2	4	15

20	2	0	3	3	5	13	20	1	0	4	4	6	15
21	4	2	0	3	1	10	21	0	2	1	3	2	8
22	5	0	3	2	3	13	22	7	6	6	4	7	30
23	3	4	1	2	3	13	23	1	4	1	2	2	10
24	6	3	2	6	3	20	24	3	3	1	0	4	11
25	6	3	5	4	6	24	25	2	2	2	4	5	15
26	2	0	3	3	5	13	26	2	3	3	3	5	16
27	3	2	1	2	2	10	27	5	6	3	4	4	22
28	3	1	3	3	8	18	28	5	3	2	4	4	18
29	4	3	3	2	5	17	29	6	5	7	6	6	30
30	6	3	3	4	5	21	30	3	4	3	1	2	13
31	7	8	4	6	4	29	31	4	7	3	3	5	22
32	1	0	1	4	2	8	32	4	6	3	3	2	18
33	2	0	3	3	5	13	33	4	3	4	4	5	20
34	2	1	5	6	4	18	34	7	7	4	5	3	26
35	5	5	3	4	4	21	35	2	6	2	1	3	14
36	4	2	1	3	5	15	36	5	6	1	3	5	20
37	2	1	5	7	7	22	37	4	4	2	3	4	17
38	4	0	3	2	3	12	38	4	2	3	1	5	15
39	1	1	1	2	7	12	39	3	2	4	2	4	15
40	4	3	3	4	2	16	40	1	0	4	4	6	15

ДОДАТОК Ж.**Програма корекції агресивної поведінки підлітків****Заняття №1.**

Мета: сформувати бажання співпраці і роботи по нівелюванню агресивної поведінки.

Завдання:

Створення сприятливого психологічного клімату.

Знайомство з учасниками.

Розширення інформації про особу підлітка і проблеми агресивної поведінки.

Вправа №1. «Таємниця імені»

Мета: знайомство з групою підлітків, отримання первинної інформації.

Ведучий:

Давайте познайомимось. Я пропоную розповісти вам про своє ім'я. Як відомо, ім'я для людини має велике значення. Дорослішає людина і її ім'я теж змінюється. Давайте поміркуємо над прихованим значенням вашого імені. Для початку відкриємо таємницю першого звуку вашого імені. Що вас веде по життю? А на що потрібно звернути увагу?

Наприклад: «Я — Михайло, і мені приходять на допомогу Мудрість і Мужність. А я повинен пам'ятати про те, що частенько буваю Дріб'язковим і М'якотілим».

Або: «Я — Ігор. Мені допомагають такі сили, як Іронічність. Заважають часто Інертність та Імпульсивність».

Подумайте 3 хвилини, після цього можете відрекомендуватись і розповісти значення свого імені.

Ведучий: дякую вам, зараз давайте назвемо якості, що починаються на букву вашого імені і присутні у вас. Наприклад: «Моє ім'я — Михайло. І, як мені здається, я мудрий і мислячий; шукаючий, іскристий, виконавчий; хоробрий і хитрий; азартний і артистичний; щирий; ласкавий!» Або: «Моє

ім'я Ігор. Можливо, я виконавчо-іронічний; гордий і гучний; необачний і відважний; рішучий і розумний. А м'який знак в моєму імені вказує на мою м'якість».

Якщо хтось з учасників говорить про те, що йому не подобається своє ім'я, то можна запитати, які якості йому не подобаються в людині з таким ім'ям, яким би ім'ям він хотів володіти і які переваги у цього імені.

Вправа № 2. «Здрастуйте»

Мета: привітання, створення сприятливого психологічного клімату.

Учасники гри стають у коло. Ведучий пропонує дітям привітатися зі своїми сусідами праворуч і ліворуч певним способом. Наприклад, як прийнято в деяких країнах, при цьому він називає країну і прийнятий спосіб привітання.

Варіанти вітань:

- в Україні прийнято тиснути один одному руку;
- в Італії – гаряче обніматися;
- у Бразилії – плескати один одного по плечу;
- у Зімбабве – труться спинами;
- у Македонії – вітаються ліктями;
- у Нікарагуа – вітають один одного плечима;
- у австралійських аборигенів прийнято потрійне привітання:

а) грюкнути по долонях;

б) підстрибнути;

з) штовхнути стегном.

Вправа №3 «Правила в групі» (7 хвилин) (Морєва)

Мета: встановлення і закріплення правил роботи в групі

Ведучий розповідає про мету занять, про їх особливості та пропонує прийняти певні правила поведінки на заняттях. Кожне правило обговорюється.

Добровільність участі: не хочеш говорити або виконувати завдання - не роби цього, але повідом за допомогою умовного заборонного знаку.

Не існує правильних і неправильних відповідей. Правильна відповідь та, яка висловлює твою думку.

Не можна виносити інформацію за межі кола. Не обговорювати після занять.

Не брехати. Краще промовчати.

Не можна оцінювати висловлювання іншої людини, якщо вона сама не просить.

Вправа №4. Мозковий штурм на тему «Агресивна поведінка». (10 хвилин).

Як ви думаєте, що таке агресивна поведінка? Агресія (від латинського «agressio» — напад, приступ) - це мотивована деструктивна поведінка, що суперечить нормам і правилам співіснування людей у суспільстві, завдає шкоди об'єктам нападу (одушевленим і неживим), приносить фізичний збиток людям (негативні переживання, стан напруженості, страху, пригніченості тощо).

Обговорення:

- Які асоціації виникають при слові агресія?
- Навіщо вона потрібна людині?
- Чим вона може зашкодити?

Вправа № 5 «Намалювати свій гнів»

Мета: сприяння формування адаптивної поведінки.

Ведучий пропонує зобразити на аркуші паперу, на що схожий його гнів. Обговорення:

- Що зображено на малюнку?
- Що відчував, коли малював?
- Змінився стан?
- Що хочеться зробити з цим малюнком?

Вправа № 6 "А я – не гальмо" (5 хвилин)

Мета: виплеск негативних емоцій, зняття агресії.

Учасники стоять у колі, розраховуються на 1,2,3,4,5,6,7,8,9...по порядку. Запам'ятовують свій номер. Потім у коло встає один з учасників і називає два числа, наприклад, 3 і 15. Ті, підлітки, чиї це номери міняються місцями, і той, хто стоїть у колі теж намагається встати на місце одного з номерів 3 чи 15. Хто не встиг, залишається в колі і каже: А я – не гальмо! Всі учасники: А ми помітили! Потім він називає два номери, і так триває гра.

Рефлексія: Як почували себе під час гри? Як відчуття тих, хто стояв у колі?

Рефлексія:

- Що нового ви дізналися на занятті?
- Що вам сподобалося?
- З якими труднощами ви зіткнулися в ході заняття?

Вправа №7. «Оплески»

Мета: завершення заняття на позитивному настрої.

Час виконання: 5 хвилин

Учасникам пропонується стати в коло, один з бажаючих виходить у центр кола, а решта йому бурхливо аплодують. Вони продовжують це робити рівно стільки, скільки він захоче. Він дякує групі (каже «дякую», кланяється і т. п.) і повертається в коло. Після цього виходить наступний учасник.

Вправа піднімає настрій учасників часом до рівня захвату і добре завершує заняття на емоційному рівні.

Заняття №2

Мета: усвідомлення своєї агресивності і неконструктивної поведінки.

Завдання:

- Показати можливість невідповідності випробовуваних негативних емоцій враженню, яке вони можуть справляти на оточуючих, небезпека гнівних, агресивних реакцій;
- Сформулювати необхідність вміння контролювати себе;
- Ознайомлення з елементами самоконтролю зовнішнього прояву емоцій.

Вправа №1 «Привітання»

Мета: Розвиток довірливого стилю спілкування, створення позитивних емоційних установок на довірче спілкування.

Хід вправи: Учасники сідають у коло і по черзі вітають один одного, обов'язково підкреслюючи індивідуальність партнера, наприклад: «Я радий тебе бачити, і хочу сказати, що ти чудово виглядаєш» або «Привіт, ти, як завжди, енергійний і веселий». Можна згадати ту індивідуальну рису людини, яку вона сама виділила при першому знайомстві. Можна звертатися не лише до конкретної людини, але і до всіх відразу.

Вправа №2 «Що робити з агресією і гнівом»

Мета: навчання конструктивним способам вираження гніву

На аркуші паперу, розділеному вертикальною лінією посередині, ліворуч діти записують, як оточуючі протягом навчального дня проявляють агресію по відношенню до дитини і всі можливі наслідки таких дій, праворуч – як сама дитина проявляє агресію по відношенню до інших дітей і всі можливі наслідки її поведінки.

Обговорення: Що спонукає людей проявляти насильство та жорстокість по відношенню до інших? Чи завжди це виправдано і необхідно? Можливо уникнути подібних дій? Що відчуваєш особисто ти, проявляючи агресію по відношенню до інших, як ти, коли оточуючі агресивні по відношенню до тебе? Чому багато дорослих і дітей часто намагаються відчувати свою перевагу, принижуючи інших. Можливо, виявляти свою агресію не кулаками, а якимись іншими способами? Як веде себе жертва агресії? Хто стає жертвою агресії, як цього уникнути. В чому проявляється рівноправність між людьми. Як позбутися від насильства і жорстокості у сучасному суспільстві. Запропонуйте свій рецепт "агресивного світу". Що для цього необхідно.

Вправа № 3. «Згадуємо»

Мета: Показати можливість невідповідності випробовуваних негативних емоцій враженню, яке вони можуть справляти на оточуючих, небезпека гнівних, агресивних реакцій.

Учням пропонується пригадати, що таке емоції, які вони бувають, як висловлюються, невербально зобразити названі провідні емоції.

Далі виконується в два етапи вправа «Йшла Саша по шосе». Кожен з учасників отримує картку з якоюсь скоромовкою («Палицю штовхав лапкою Полкан», «Усі бобри добрі до своїх бобрят», «Сеня віз віз сіна», «Дарина дарує Діні дині» і т. д.), після чого імітує ситуацію, в якій почував себе роздратованим. Учасники, насупивши брови, стиснувши кулаки, ходять по кімнаті і «бурчать» собі під ніс свої скоромовки, час від часу як би звертаючись один до одного. Під час другого етапу учасники гнівно кричать один на одного текстами скоромовок. Обговорення:

1. Які реальні емоції відображали ігрові ситуації;
2. Як можна керувати подібними емоціями;
3. Що таке гнів (негативна емоція);
4. До яких небезпечних наслідків він може привести.

Вправа №4 «Світ очима агресивної людини»

Мета: усвідомлення негативних наслідків агресивної поведінки.

Один з учасників виконує будь-яку неагресивну дію (встає, кладе ногу на ногу, усміхається, підморгує). Другий коментує це з позиції агресивної людини: «Ти встав, бо хочеш штовхнути ногою мій стілець», «Ти посміхаєшся, бо хочеш сказати про мене якусь гидоту» і т. д. Інші учасники можуть пропонувати свої коментарі.

Обговорення:

1. Яким уявляється агресивний чоловік?
2. Поліпшується його самопочуття після гнівних нападок?
3. Як до нього будуть ставитися близькі?
4. Як до нього можуть ставитися сторонні?

Звертається увага на негативні наслідки саме агресивних реакцій, найчастіше неконструктивних, а також на те, що зовнішні прояви гніву, злості і взагалі надмірні прояви емоцій несприятливо являють людину в очах оточуючих. Крім того, слід підкреслити, що агресивна людина приписує іншим свої власні агресивні наміри і негативні почуття.

Вправа №5. «Самоконтроль зовнішнього вираження емоцій»

Мета: освоїти спосіб самоконтролю і саморегуляції емоцій. [39]

Підлітки згадують конкретну ситуацію, в якій вони відчували сильне емоційне напруження, свій стан (позу, міміку, жести) і подумки відтворюють його.

Питання самоконтролю:

- Як виглядає моє обличчя?
- Не скутий (а) я? Не стиснуті мої зуби?
- Як я сиджу?

Як я дихаю?

Якщо ці ознаки не виявлені, необхідно:

1. довільно розслабити м'язи, для чого використовуються наступні формули:

- . М'язи обличчя розслаблені.
- . Брови вільно розведені.
- . Лоб розглажений.
- . Розслаблені м'язи щелеп.
- . Розслаблені м'язи рота.
- . Розслаблений язик, розслаблені крила носа.
- . Все обличчя спокійне і розслаблене.
- . Зручно сісти, встати.

2. зробити 2-3 глибоких вдихи і видихи, щоб відновити прискорене дихання.

3. встановити спокійний ритм дихання.

Обговорення:

1. Яким був ваш стан на початку вправи;
2. Як він змінився;
3. Які ще відомі способи довільно регулювати свій стан?
4. Закінчите пропозицію «У напруженій ситуації я зроблю..., так як це допоможе....».

Вправа №6. «Комплімент»

Мета: підвищення самооцінки учасників, актуалізація їх особистісних ресурсів.[66]

Учасникам пропонується подякувати один одного за проведений разом час. І сказати один одному компліменти.

Рефлексія:

Що нового ви дізналися на занятті?

Що вам сподобалося?

З якими труднощами ви зіткнулися в ході заняття?

Заняття № 3

Мета: формування внутрішнього самоконтролю і уміння стримувати негативні імпульси.

Завдання:

1. розвивати навички контролю емоцій;
2. розвивати навички контролю негативної поведінки;
3. розвиток відображення своїх почуттів та емоцій в позитивній формі.

Вправа №1. "Чарівні зарості"

Мета: навчити підлітків контролювати свої емоції, мову і негативні імпульси. [35]

Час виконання: 5 хвилин

Кожен учасник намагається проникнути в центр кола, утвореного тісно притиснутими "чарівними водоростями" - всіма іншими учасниками. "Водорості" розуміють людську мову і відчувають дотики. Ведучий повинен самими добрими словами і ніжними рухами умовити "водоростей" пропустити його в центр кола. Інші учасники не повинні пропускати

ведучого ні за яких обставин. Потім, по закінченні гри, обговорюється, коли і при яких умовах водорості розступилися, а при яких ні.

Вправа №2. «Задоволений – сердитий»

Мета: дати підліткам можливість зрозуміти, що вони в змозі грати свої емоції, а значить і контролювати їх. [40]

Час виконання: 10 хвилин.

Учасники сидять у загальному колі. Ведучий дає інструкцію: «Закрий очі і задумайся про те, що ти робиш, коли ти задоволений, і що ти робиш, коли ти сердитий. Спочатку уяви собі, що ти задоволений. Що ти тоді робиш? Де ти перебуваєш при цьому? Хто знаходиться поруч з тобою? Як ти відчуваєш себе в таких випадках? Де у своєму тілі ти відчуваєш, що ти задоволений?

Тепер уяви собі, що ти розсерджений. Що ти робиш? Де ти знаходишся? Хто поряд з тобою? Де у своєму тілі ти відчуваєш, що ти розсерджений?

Тепер подумай, в якому стані ти буваєш частіше. Вибери зараз одне з почуттів - те, яке ти відчуваєш частіше. Тепер заплющ очі. Почни ходити по кімнаті і виражай те почуття, у якому ти перебуваєш усіма можливими способами. Дихай гнівно або повільно, рухайся у відповідності з цим настроєм, видавай які-небудь звуки, відповідай цьому почуттю. А зараз, будь ласка, замри в тиші і повільно перетворюйся в протилежне почуття. Якщо ти був сердитим, то стань задоволеним. Тепер веді себе подібно новому почуттю. Зверни увагу на те, що змінюється у твоєму тілі при зміні почуття. Може, це дихання, може, щось відбувається з очима.

Знову зупинись і замри в тиші. Тепер веді себе так, як тобі захочеться, подумай, як би ти назвав це почуття. Тепер повільно зупиняйся, відкрий очі і сідай в коло».

Обговорення:

- Яке почуття тобі було висловити складніше?
- Як відбувалася зміна одного почуття іншим?

– Яке з почуттів тобі сподобалося більше і що тобі сподобалося в ньому?

– Тобі вдалося змінити свої почуття?

Вправа №3. «Стримай себе»

Мета: контроль своїх емоцій.

Час виконання: 10 хвилин.

Учасникам пропонуються на картках варіанти різних ситуацій, які слід програти, але при цьому необхідно стримувати свої негативні емоції або поведінку. Ситуації можуть бути різними, наприклад хлопчик так поспішав до школи, що коли готував собі сніданок, то пролив на себе кружку з гарячим чаєм. Учаснику потрібно зобразити цю ситуацію.

Вправа №4. "Візьми себе в руки"

Мета: навчити стримувати себе.

Час виконання: 5 хвилин.

Пояснити дітям, що коли вони відчувають неприємні емоції: злість, роздратування, бажання вдарити кого-небудь, то можна себе "взяти в руки", тобто зупинити себе. Для цього потрібно кілька разів глибоко вдихнути і видихнути. Випрямитися, прикрити очі, порахувати до 10, посміхнутися, відкрити очі.

Вправа №5. «Метелик-крижинка»

Мета: формування внутрішнього самоконтролю, уваги до тактильних відчуттів, розвиток уяви.

Час виконання: 5 хвилин.

Матеріали: м'ячик.

Процедура: по колу з рук в руки передається м'ячик, який в залежності від інструкції то крижинка, то гаряча картопля, то метелик.

Вправа №6. «Давай посваримося!»

Мета: зняття психоемоційного напруження, трансформація негативних емоцій на конструктивні.

Час виконання: 5 хвилин.

Психолог пропонує дитині «посваритися», при цьому обзивати один одного можна тільки овочами і фруктами. Потім психолог пропонує «хвалити» один одного, називаючи різними кольорами.

Вправа №7. «Ліпимо гнів»

Цілі: навчити направляти енергію в певний вид діяльності, розслабляти руки. [53]

Час виконання: 15 хвилин

Матеріали: глина або пластилін.

Попросіть підлітка подумати про ті ситуації (людину), які викликають максимальне почуття агресії з їх боку.

Попросіть подумати, на яких частинах (частині) тіла він максимально відчуває гнів. Обговоріть це.

Коли підліток буде розповідати про свої відчуття, запитайте його: «На що схожий твій гнів?», «Чи можеш ти зобразити його, виліпивши з пластиліну?»

Важливо обговорити роботу кожного з дітей, і відзначити: що зобразив підліток; що він відчував, коли ліпив свій гнів; чи може він поговорити від імені своєї фігурки (для виявлення прихованих мотивів і переживання); чи змінився стан, коли він повністю зліпив фігурку. Далі варто спитати підлітків, що їм хочеться зробити зі своїми фігурками (багато мнуть, рвуть фігурки на частини, інші - хочуть змінити їх, виправити якісь частини або виліпити щось нове). що він відчуває, коли ліпить новий варіант; попросити поговорити від обличчя нової фігурки; що він відчуває тепер.

Рефлексія:

- Що нового ви дізналися на занятті?
- Що вам сподобалося?
- З якими труднощами ви зіткнулися в ході заняття?

Вправа №8. «Я хочу сказати спасибі»

Мета: завершення заняття на позитивному настрої.

Час виконання: 5 хвилин.

Інструкція: Ми часто, а може бути і не дуже часто, говоримо "спасибі". Так прийнято. Прийнято дякувати за подарунки, за смачний обід, за надану послугу і за багато чого іншого. Слово "спасибі" приємно не тільки тому, хто його чує, але і тому, хто вимовляє. Не вірите? Давайте перевіримо. Часто ми забуваємо або просто не встигаємо подякувати людині за щось важливе, що вона для нас зробила або робить. Зараз протягом двох хвилин ми посидимо мовчки. В цей час постарайтеся згадати людину, якій ви хотіли б сказати "спасибі", і за що саме ви вдячні їй. Коли ви будете готові, я попрошу вас сказати, кому ви хотіли б подякувати і за що. Почніть зі слів: "Я хочу сказати "спасибі"..."

Заняття № 4.

Мета: зниження негативних переживань.

Завдання:

1. Зняття емоційної напруги.
2. Використання активності для випліскування емоцій.

Вправа № 1. Привітання.

Підліткам пропонується привітатися один з одним незвичайними способами. Усі стають у коло, кожен по черзі показує свій спосіб привітання, все решта повторюють за ним.

Вправа №2 «Ящик з образами»

Мета: за допомогою активних дій виплеснути негативні переживання.

Матеріали: картонний ящик і газета.

Учасник бгає шматки газети в кулі і кидає їх в стіну. Вони падають, залишаючись на підлозі, а він продовжує бгати все нові шматки газети і кидати в стіну до тих пір, поки не втомиться. Якщо учасника образили, то йому можна порадити супроводжувати кожен кидок словами, адресованими кривдникові. Коли підліток втомиться і трохи заспокоїться, можна разом з ним зібрати паперові грудки і скласти їх до наступного разу, пояснюючи йому, що він завжди може ними скористатися наодинці у своїй кімнаті, коли знову відчує сильне напруження і бажання злитися.

Вправа №3. «Крикніть голосніше»

Мета: позбавлення від негативних емоцій.

Дітям пропонується прокричати ті слова, які виникають у них при агресії.

Вправа №4 «Я такий який я є, я такий - яким би я хотів бути».

Мета: формування образу «ідеального я».

На аркушах паперу написати з одного боку, «Я ТАКИЙ ЯКИЙ Є», з іншого боку – «Я ТАКИЙ, ЯКИМ ХОТІВ БИ БУТИ» та відповісти на питання «ЩО МЕНІ ПОТРІБНО ЗРОБИТИ, щоб стати ТАКИМ, ЯКИМ ХОТІВ БИ Я БУТИ».

Вправа № 5. «Автомийка»

Завдання: зняття напруги в групі.

Інструкція:

Група ділиться на дві частини і стають у шеренги обличчям один до одного. Перша людина стає «машиною», останній – «приміщення». «Машина» проходить між шеренгами, всі її миють, погладжують, дбайливо і акуратно потирають. «Сушарка» повинна її висушити, тобто обійняти. попередня мийка стає «сушаркою», з початку шеренги йде нова «машина». Так до тих пір, поки всі не побувають «машиною».

Рефлексія:

- Що нового ви дізналися на занятті?
- Що вам сподобалося?
- З якими труднощами ви зіткнулися в ході заняття?

Заняття № 4.

Мета: Розвиток навичок ефективної міжособистісної взаємодії.

1. Зняття емоційної напруги;
2. Вираження негативних емоцій через вербалізацію почуттів;
3. Навчання навичкам ефективної взаємодії.

Вправа №1. «Будь ласка»

Мета: встановлення контактів між учасниками, зняття емоційної напруги.

Всі учасники гри разом з ведучим стають у коло. Ведучий говорить, що він буде показувати різні рухи (фізкультурні, танцювальні, жартівливі), а гравці повинні їх повторювати лише в тому випадку, якщо він до показу додасть слово «будь ласка». Хто помилиться, вибуває з гри, виходить на середину і виконує якесь завдання, наприклад, посміхнутися, пострибати на одній нозі і т. д.

Вправа № 2. «Погане і хороше»

Мета: формування самоконтролю.

Учасники оцінюють свої основні риси характеру, називаючи, наприклад, 5 хороших своїх рис і 5 - поганих. Потрібно визначити, які з рис залежать від самої людини і можуть управлятися змінюватися самою людиною.

Обговорення: Якими рисами, емоціями людина може керувати сама.

Вправа № 3. "Негативні образи"

Ціль: вивчення мотивів власного агресивного поведіння, вираження негативних емоцій через вербалізацію почуттів.

Психолог: "Кожний з вас часто бачить наслідки своєї агресії, але не завжди розуміє, тобто не може пояснити причини, що її викликали. Наші щирі мотиви чи наміри часто ховаються від нас. Коли ви знайдете причину вашої агресії, визначите мету, якій вона служить, ви, нарешті, навчитесь розуміти її природу. Зараз ми спробуємо розібратися в цій проблемі.

Розбийтесь на пари і сядьте один напроти одного.

Спробуйте подумки повернутися до галереї "негативних" образів. Ви можете звертатися до будь-якого персонажа. Визначте, що не подобається в цій людині, і проговоріть уголос вашому партнеру напроти, начебто він і є та сама людина.

Отже, перед вами людина, яка вас дратує, на яку ви злі і ображені. Починайте фразу зі слів "У цій людині мені не подобається ..." то-то і то-то і

закінчуйте на свій розсуд, словами "і тому я злюся на неї", "і тому мені хочеться вилаяти її", "і тому мені хочеться вдарити її" і т. д. Після того, як промовите фразу, передайте слово партнеру, потім він вам, так і вимовляємо фрази по черзі".

Після завершення вправи обговорюються труднощі в її виконанні: свої почуття, чи легко було знайти ті, що викликають гнів і агресію. Потім група ділиться своїми почуттями, що виникли в процесі вправи.

Вправа № 4. «Чарівний магазин»

Мета вправи: навчання навичкам взаємодії.

Під час "торгівлі" учасник починає активно роздумувати про справжні цілі і сенс життя. Один з учасників групи приходить в "чарівний магазин", продавець в якому - ведучий групи. Продавець-чарівник може запропонувати учаснику все, що тільки можна побажати: здоров'я, кар'єру, успіх, щастя, любов..., але вимагає, щоб покупець теж заплатив за це тим, що цінує в житті: здоров'ям, любов'ю і т. д.

Вправа № 5. «Оплески по колу»

Мета: емоційна стабілізація групи.

Хід гри: Ведучий дає таку інструкцію: "Зараз ми будемо плескати в долоні 1 раз, рухаючись за годинниковою стрілкою. Як тільки я раптово плескатиму в долоні 2 рази, то рух починається в протилежну сторону". По ходу гри багато учасників будуть допускати помилки, на які слід звертати увагу, наприклад, з допомогою таких запитань: Чому ти помилився? Чому пропустив? Хто тобі перешкодив?

Рефлексія.

Заняття № 6.

Мета: розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктних ситуацій.

1. Ознайомлення зі способами ефективного вирішення конфліктних ситуацій.
2. Відпрацювати навички поведінки в дискусії.

Вправа № 1. Вправа «Привітання»

Мета вправи: розминка, привітання учасників один одного.

Учасникам пропонується утворити коло і розділитися на три рівні частини: "європейців", "японців" і "африканців". Потім кожен з учасників йде по колу і вітається з усіма "своїм способом": "європейці" тиснуть руку, "японці" кланяються, "африканці" труться носами.

Вправа № 2. Метод мозкового штурму «Способи ефективного міжособистісного спілкування»

Обговорюються власні думки і розуміння ефективного спілкування в колективі.

Вправа № 3. «Катастрофа в пустелі»

Завдання: відпрацювати навички у дискусії, вміння вести диспут, бути переконливим, вивчити на конкретному матеріалі динаміку групового спору, відкрити для себе традиційні помилки, що здійснюються людьми в полеміці, потренувати здатності виділяти головне і відсіювати «лушпиння», бачити суттєві ознаки предметів, навчитися усвідомлювати стратегічні цілі і саме їм підпорядковувати тактичні кроки і т. д.

Ведучому слід акцентувати увагу при обговоренні результатів на таких аспектах, як отримання зворотного зв'язку учасниками один про одного (в силу своєї емоційної насиченості гра дозволяє хоча б на якийсь час «відключити» механізм психологічного захисту і стати самим собою – саме тому вона ефективна на перших етапах групової роботи).

Час: не менше півтори години.

Кожний учасник отримує спеціальний бланк (або креслить його за вказівками ведучого).

Ведучий дає групі наступну інструкцію:

— З цього моменту ви всі – пасажери авіалайнера, що здійснював переліт з Європи в Центральну Африку. При польоті над пустелею Сахара на борту літака раптово спалахнула пожежа, двигуни відмовили, і авіалайнер впав на землю. Ви дивом врятувалися, але ваше місце розташування неясно.

Відомо тільки, що найближчий населений пункт знаходиться від вас на відстані приблизно 300 кілометрів. Під уламками літака вам вдалося виявити п'ятнадцять предметів, які залишилися неушкодженими після катастрофи.

Ваше завдання – проранжувати ці предмети згідно з їх значущістю для вашого порятунку. Для цього потрібно поставити цифру 1 біля самого важливого предмета, цифру 2 – у другого за значимістю і так далі до п'ятнадцятого, найменш важливого для вас. Заповнюйте номерами першу колонку бланка. Кожен працює самостійно протягом п'ятнадцяти хвилин.

Список предметів:

- Мисливський ніж.
- Кишеньковий ліхтар.
- Льотна карта околиць.
- Поліетиленовий плащ.
- Магнітний компас.
- Переносна газова плита з балоном.
- Мисливська рушниця з набоями.
- Парашут червоно-білого кольору.
- Пачка солі.
- Півтора літра води на кожного.
- Визначник їстівних тварин і рослин.
- Сонячні окуляри на кожного.
- Літр горілки на всіх.
- Легке напівпальто на кожного.
- Кишенькове дзеркало.

Після завершення індивідуального ранжування ведучий пропонує групі розбитися на пари і проранжувати ці ж предмети знову протягом десяти хвилин вже спільно з партнером (при цьому номерами заповнюється другий стовпчик бланку зі списком предметів). Наступний етап гри – загальногрупове обговорення з метою прийти до спільної думки щодо

порядку розташування предметів, на яке виділяється не менше тридцяти хвилин.

Зі спостереження за роботою учасників добре видно ступінь сформованості вмінь організовувати дискусію, планувати свою діяльність, йти на компроміси, слухати один одного, аргументовано доводити свою точку зору, володіти собою. Часто розгортаються запеклі суперечки-баталії, коли ніхто не бажає прислухатися до думки інших, які наочно демонструють самим учасникам їх некомпетентність у сфері спілкування і необхідність зміни своєї поведінки.

По закінченні дискусії ведучий оголошує, що гра завершена, вітає всіх учасників з благополучним порятунком і пропонує обговорити підсумки гри. Першим питанням, на яке ведучий просить відповісти всіх учасників по колу, є наступне: «чи задоволений ти особисто результатами минулого обговорення? Поясни чому».

Відповіді учасників з необхідністю супроводжується рефлексією, мета якої – в осмисленні процесів, способів і результатів індивідуальної та спільної діяльності. Виникла в результаті дискусія підігрівається ведучим, який задає уточнюючі питання приблизно такого типу:

-Що викликало твою задоволеність (незадоволеність)? Як, по-твоєму, у вірному напрямку просувалася ваша дискусія чи ні?

-Була вироблена загальна стратегія порятунку? Що тобі завадило взяти активну участь в обговоренні? Ти не згоден з прийнятим рішенням? Чому тобі не вдалося відстояти свою думку?

-Хто найбільшою мірою вплинув на результат групового рішення, тобто по суті справи виявився лідером, який зумів повести за собою групу?

-Що саме в поведінці лідера дозволило йому змусити прислухатися до себе? На якій стадії з'явився лідер?

-Якими способами інші досягали згоди з їх думками?

-Які способи поведінки виявилися найменш результативними?

-Які тільки заважали спільній роботі?

-Як слід було б побудувати дискусію, щоб найбільш швидким способом досягти спільної думки і не ущемити права всіх учасників?

Обговорення підсумків гри повинне підвести групу до того, щоб самостійно розібратися в питанні, як найкращим способом організовувати дискусії, як уникнути грубих зіткнень в суперечці і розташувати інших до прийняття своєї думки. Як правило, в процесі обговорення зачіпається дуже широкий спектр проблем: фази, через які проходить практично будь-яка дискусія, лідер і його якості, навички ефективного спілкування, вміння самопрезентації і т. д.

При необхідності ведучий тільки допомагає більш чітко сформулювати знайдені учасниками закономірності. Дуже велике значення має самоаналіз учасниками власної поведінки, який збагачується зворотним зв'язком від інших членів групи. Від ведучого залежить, щоб цей зворотній зв'язок не перетворився в серію взаємних звинувачень, а носив би конструктивний характер і був прийнята учасниками.

Практично завжди виникає питання про «правильність» відповіді на проблему дискусії. Така відповідь дається ведучим, але із застереженням, що це думка зарубіжних експертів, з якими ми маємо право не погоджуватися, але змушені врахувати важливість вибору стратегії порятунку для ранжування предметів: або рухатися по пустелі до людей, або чекати допомоги від рятувальників. Якщо в групі при обговоренні практично не піднімалося питання про стратегію, то на цьому етапі виявляється, що частина учасників мовчазно передбачала перший варіант, в той час як інша частина мала на увазі другий. Цим виявляється ще одна причина взаємного нерозуміння.

Отже, відповіді:

Варіант «Чекати рятувальників» (до речі, на думку експертів, кращий).

-Півтора літра води на кожного. У пустелі необхідна для втамування спраги.

-Кишенькове дзеркало. Важливо для сигналізації повітряним рятувальникам.

-Легке напівпальто на кожного. Прикриє від палючого сонця вдень і від нічної прохолоди.

-Кишеньковий ліхтар. Також засіб сигналізації льотчикам вночі.

-Парашут червоно-білого кольору. І засіб прикриття від сонця, і сигнал рятувальникам.

-Мисливський ніж. Зброя для видобутку їжі.

-Поліетиленовий плащ. Засіб для збору дощової води і роси.

-Мисливська рушниця з набоями. Може використовуватися для полювання і для подачі звукового сигналу.

-Сонячні окуляри на кожного. Допоможуть захистити очі від блиску піску і сонячних променів.

-Переносна газова плита з балоном. Оскільки рухатися не доведеться, може стати в нагоді для приготування їжі.

-Магнітний компас. Великого значення не має, так як немає необхідності визначати напрямок руху.

-Льотна карта околиць. Не потрібна, так як куди важливіше знати, де знаходяться рятувальники, ніж визначати своє місцезнаходження.

-Визначник їстівних тварин і рослин. У пустелі немає великої різноманітності тваринного і рослинного світу.

-Літр горілки на всіх. Допустимо використовувати в якості антисептика для знезараження при будь-яких травмах. В інших випадках має малу цінність, оскільки при вживанні всередину може викликати зневоднення організму.

-Пачка солі. Значущості практично не має.

Варіант «Рухатися до людей». Розподіл за значущістю буде мати дещо інший вигляд:

-Півтора літра води на кожного.

-Пачка солі.

- Магнітний компас.
- Льотна карта околиць.
- Легке напівпальто на кожного.
- Сонячні окуляри на кожного.
- Літр горілки на всіх.
- Кишеньковий ліхтар.
- Поліетиленовий плащ.
- Мисливський ніж.
- Мисливська рушниця з набоями.
- Кишенькове дзеркало.
- Визначник їстівних тварин і рослин.
- Парашут червоно-білого кольору.
- Переносна газова плита з балоном.

Іноді прояснення взаємних вражень і відкритий обмін зворотним зв'язком на перших етапах тренінгу утруднені, і хоча ця гра залишається корисною і ефективною, вона не здатна повністю зняти психологічний захист учасників. Для ослаблення напруги на цій стадії використовуються психогімнастичні ігри з релаксаційною спрямованістю.

Рефлексія.

Заняття № 7.

Мета: розвиток невербальних навичок ефективної міжособистісної взаємодії.

1. Розвивати вміння розуміти емоції інших людей.
2. Сформувати вміння слухати.

Вправа № 1. Привітання «Як вітаються олені»

Ви знаєте, як вітаються олені? Давайте поздороваємося: вушками, носиком, оченятами, плічками і. т. д. А тепер як люди - потиснемо один одному руки.

Вправа № 2. «Вперта сороконіжка»

Цілі:

- а) перевірити на досвіді ефективність партнерства в умовах комунікації;
- б) пробудити командні емоції взаємопідтримки, відповідальності, згуртованості;
- в) практично відпрацювати способи мирного, без насильства, вирішення актуальних проблем в групі представників протилежних інтересів і завдань.

Розмір групи: 8-20 учасників.

Час: залежно від розмірів ігрового поля і кількості гравців, у середньому - 3-7 хвилин для кожного з двох етапів гри.

Хід вправи:

Всі учасники збираються в центрі ігрового майданчика, створивши коло спинами досередини, а обличчями - назовні кола. Беремося за руки, утворюючи живе кільце.

Правила гри:

- Основне правило, що діє протягом всієї гри: не можна роз'єднувати руки і розривати коло! Протягом першого етапу гри не можна розмовляти, обмінюватися інформацією.

Кожен з гравців визначає для себе будь-яке місце в межах ігрового майданчика, куди б він хотів дістатися.

По команді кожен повинен спробувати як можна швидше досягти наміченого місця і залишатися там не менше трьох секунд. Після того, як всі гравці команди побували на вподобаних місцях, можна повідомити тренеру про виконання групового завдання. Чим швидше команда впорається із завданням, тим кращий результат буде зафіксований у підсумку гри.

Завершуючи пояснення правил, необхідно нагадати про те, що спілкування між учасниками в будь-якій формі категорично заборонено. Крім того, всякий раз, коли гравці розчеплять руки, зупиняється просування групи до повного «відновлення» живого кільця.

Якщо не виникає питань, то командою "Старт!" можна починати гру.

Коли кожен з учасників дістався до наміченої мети, він оголошує результат - скільки часу зайняло виконання групового завдання.

Переходимо до другого етапу. У нього ті ж правила, за винятком одного істотного зміни: гравцям дозволено розмовляти, вони можуть виробити якусь групову стратегію.

Вправа № 3. «Ланцюжок мови»

Мета: тренування вміння чути і слухати, концентруватися на партнера; розвиток пам'яті та аудіальних можливостей сприйняття.

Група сидить у колі. Перший учасник пропонує перше речення на задану тренером тему. Другий повторює його і додає наступне і т. д. по ланцюжку, щоб вийшла зв'язна розповідь. Гра буде йти «з накопиченням».

Вправа № 4. «Дзеркало»

Зараз ми пропонуємо виконати кілька нескладних завдань, точніше — зімітувати їх виконання. Уважно прослухайте завдання. Їх усього чотири. Завдання такі:

- 1) пришиваємо гудзик;
- 2) збираємося в дорогу;
- 3) печемо пиріг;
- 4) виступаємо в цирку.

Особливість цих завдань у тому, що кожне з них ви будете виконувати попарно, причому напарники стануть один проти одного, і один з них стане на час дзеркалом, тобто буде копіювати всі рухи свого партнера. Потім партнери міняються ролями. Але спочатку давайте розіб'ємося на пари. Будь ласка. Пари готові, приступаємо до завдань. Отже, всі пари по черзі виконують завдання за своїм вибором. Один з них — виконавець, а інший — його дзеркальне відображення, що наслідує рухи виконавця. Інші учасники групи — глядачі, вони спостерігають за грою пари і виставляють партнеру, що грає роль дзеркала, оцінку за артистизм. Потім партнери в парі міняються ролями. Пари по черзі змінюються, таким чином перед групою виступають всі її учасники. Кожен виступає у двох ролях: ролі виконавця і в ролі

дзеркала. Група оцінює акторів, що грають роль дзеркала, за п'ятибальною системою. Потім оцінки всіх учасників будуть підсумовуватися і кожен зможе дізнатися про успішність своєї роботи в ролі дзеркала. Отже, починаємо виконання. Будь ласка. Спасибі. Підведемо підсумки. Кожен учасник обчислює для себе сумарну групову оцінку, отриману їм у ролі дзеркала. Отже, підбиваємо підсумки. Спасибі. Наш дзеркальний тест завершений.

Рефлексія.

Заняття №8.

Мета: розширення способів взаєморозуміння, розвиток умінь розпізнавати емоції.

Завдання:

1. Розвивати вміння розуміти емоції.
2. Сформувати значущість розуміння емоцій інших людей.

Вправа № 1. «Здрастуй, мені дуже подобається...»

Учасники мають право самі закінчити бесіду на свій розсуд, але початок діалогу має бути саме таким.

Вправа № 2. Опитування «Чому важливо розуміти почуття і емоції інших людей?»

Обговорюються власні думки з приводу цієї теми.

Вправа № 3. «Передача почуттів по колу»

Всі члени групи дуже щільно один до одного сідають на стільці в коло. Всі закривають очі. Завдання в тому, щоб передати по колу яке-небудь почуття без слів, тільки використовуючи дотики до члену групи, який поруч сидить, згідно з переданими почуттям. Тренер призначає того, хто робить це першим. Після цього учасник може відкрити очі, а член групи, який сприйняв передане почуття, повинен передати його наступному члену групи. При цьому зовсім не обов'язково в точності повторювати рухи попереднього члена групи, головне — передати те ж саме почуття, стан, при цьому можна використовувати інші рухи, дотики.

Після того як почуття передано по колу, воно повертається до того, хто його відправив. До цього моменту всі сидять з відкритими очима. Кожного, починаючи з першого учасника, запитують, яке почуття отримав, яке відправив. В результаті знаходять того або тих людей, із-за яких відбулося спотворення.

Вправа № 4. «Атоми і молекули»

Необхідна невелика первинна настройка: групу просять закрити очі і уявити, що кожна людина – маленький атом, а атоми, як відомо, здатні з'єднуватися і утворювати молекули, які представляють собою досить стійкі з'єднання. Далі йдуть слова ведучого: «Зараз ви відкриєте очі і почнете безладний рух у просторі. По моєму сигналу (сигнал обмовляється) ви об'єднаєтеся в молекули, число атомів в яких я також назву. Коли будете готові, відкрийте очі». Учасники починають вільне переміщення в просторі і, почувши сигнал ведучого, об'єднуються в молекули. Порухавшись, деякий час цільним з'єднанням, молекули знову розпадаються на окремі атоми. Потім ведучий знову дає сигнал, учасники знову об'єднуються і т. п.

Якщо останнім числом атомів у молекулі буде два, то вправа служить хорошим способом поділу групи на пари для роботи.

Вправа № 5. «Поділися зі мною»

Мета вправи: емпатійна діагностика особистісних якостей; розширення репертуару способів взаєморозуміння.

Учасникам тренінгу пропонується записати на картці 10 якостей: ніжність, вміння співчувати, вміння створювати хороший настрій, емоційність, доброзичливість, інтелект, організаторські здібності, твердість характеру, рішучість, креативність.

Список може бути змінений в залежності від складу групи і цілей заняття. При необхідності ведучий дає пояснення значень цих якостей. Потім кожен учасник повинен вирішити, яка якість присутня у кого-небудь з групи в більшій мірі, ніж у нього і підходить до цієї людини з фразою: "будь ласка, поділися зі мною, наприклад, твоїм вмінням співчувати". Той учасник, до

якого звернулися з проханням, відзначає у себе на картці цю якість. Таким чином, потрібно обійти всю групу, попросивши в кожного яку-небудь якість (або кілька). На картці кожного учасника будуть відмітки про те, які якості були у нього затребувані іншими, і які якості він запитував сам. [63]

Після виконання завдання учасники сідають в коло для обговорення. Обговорення результатів може відбуватися як за кількісним, так і за якісним складом ознак.

Рефлексія.

Заняття №9

Мета: навчити підлітків конструктивно відстоювати свою точку зору.

Завдання:

1. Сформулювати вміння відстоювати свою точку зору;
2. Розширити способи комунікації.

Вправа №1. "Давайте привітаємось"

Мета: вітання і налаштованість на подальшу роботу.

Час виконання: 5 хвилин.

На початку вправи педагог і підлітки говорять про різні форми привітання реально існуючих і жартівливих. Потім підліткам пропонується привітатися плечем, рукою, спиною і т. д. і вигадати свої незвичайні способи привітання і привітатися ними. Буде набагато краще, якщо рухи і способи вітання не будуть повторюватися.

Вправа № 2. «Мої цілі»

Мета: пошук способів ефективного досягнення цілей.

Кожен учасник коротко розповідає про свої важливі цілі, про те, як він збирається реалізовувати, що для цього вже зроблено і робиться, відповідаючи на запитання групи.

Вправа № 3. «Кіт Леопольд»

Мета: підвищення рівня комунікації, навчання способам переконання.

З групи вибирається одна «миша», всі інші стають «котами». Кожен «кіт» отримує папірець зі своїм ім'ям, одного з них звать Леопольдом, а всіх

інших – іншими котячими іменами, наприклад, Василем, Муркою і т. д. При цьому Леопольдом може стати учасник будь-якої статі, і тренер підкреслює це групі. Психолог нагадує групі сюжет мультфільму про Леопольда. У цьому мультфільмі доброзичливий і свійський кіт Леопольд намагається подружитися з мишами, які постійно влаштовують йому постійні капості.

У даній вправі котам теж потрібно буде переконати мишей, що вони нешкідливі і з ними можна мати справу. Фокус полягає в тому, що у нас з усіх котів тільки одного звати Леопольд і саме він хоче подружитися з мишами. Всі інші коти – небезпечні хижаки, які тільки прикидаються доброзичливими. Завдання кожного кота – переконати мишей, що саме він – невинний Леопольд. Завдання миші – визначити справжнього Леопольда.

Котам дається 5 хвилин на підготовку, після чого вони виступають, пояснюючи «миші», чому вони нешкідливі. «Миша» оцінює виступи і каже, кому з котів вона повірила.

Вправа № 4. «Моя критика»

Мета: розширення способів комунікації.

Кожен згадує ситуацію своєї невдалої критики і по черзі розігрує її, користуючись алгоритмом конструктивної критики і звертаючись до одного з партнерів. Партнер погоджується з критикою, коли буде до цього розташований.

Вправа №5. «Прохання»

Мета: формування вміння відстоювати свою точку зору

Кожен згадує ситуацію, в якій ви хотіли отримати щось і розповісти про речі.

Рефлексія.

Заняття №10

Мета: закріплення способів конструктивного поведінки.

Завдання:

1. формування доброзичливого ставлення один до одного;
2. повторення способів подолання агресії;

3. підвищення рівня життєвого оптимізму.

Вправа-розминка №1. «Дракон ловить свій хвіст»

Мета: розминка.

Час виконання: 5 хвилин.

Опис вправи. Група стає в колону, кожен учасник тримає за пояс того, хто стоїть попереду. Початок колони - це «голова», а кінець - «хвіст» дракона. «Голова» намагається вхопити «хвіст», а той, природно, намагається ухилитися. При виконанні цієї вправи рухається вся колона, але руки учасників не розмикають. Можна повторити гру кілька разів, при цьому бажано міняти порядок побудови учасників в колоні.

Опитування:

- Які способи боротьби з агресією ви пам'ятаєте?

- Назвіть їх?

- А які використовуєте?

Вправа № 2. «Чого я досяг»

Мета: виявити динаміку зміни поведінки підлітків.

Учасники малюють малюнок «Мої досягнення», коло «Що мені подобається, що я люблю в самому собі?». Учасники відповідають на питання. Важливо стежити за тим, щоб учасники говорили впевненим і радісним тоном, не применшуючи свої гідності, а перебільшуючи їх (я неймовірно розумна). Група підтримує кожного учасника.

Обговорення:

1. Мої досягнення

2. Що мені подобається, що я люблю в самому собі?

Вправа № 3. «Подарунок людства»

Мета: підвищення самооцінки в досягненні позитивних життєвих цілей.

Час виконання: 20 хвилин.

Я подарунок людству.

Ведучий: «Кожна людина — унікальна істота. І вірити у свою винятковість необхідно кожному з нас. Подумайте, у чому полягає ваша винятковість, унікальність. Поміркуйте над тим, що ви дійсно є подарунком для людства. Аргументуйте своє твердження, наприклад: «Я — подарунок для людства, тому що я можу принести користь світу...»

Після 5 хвилин роздумів діти по колу висловлюють свої міркування. Група підтримує свого товариша оплесками і заявами: «Це дійсно так!»

Зауваження: не зупиняйте підлітків, навіть якщо вам здається, що їхні аргументи не переконливі.

Вправа № 4. «В чому мені пощастило в цьому житті»

Мета: підвищення рівня життєвого оптимізму, завершення заняття.

Час виконання: 5 хвилин.

Учасники сидять у колі, їм необхідно розповісти про те, у чому їм пощастило в житті. Вправа починається з ведучого. Якщо учасник може висловитися, інші учасники можуть йому допомогти в цьому.

Вправа № 5. «Валіза».

Один з учасників виходить. А інші починають в дорогу йому збирати валізу, в яку він набирає те, що, на думку групи, знадобиться йому для спілкування з людьми. Всі побажання записуються і вручаються на пам'ять.