

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет психолого-педагогічний
Кафедра практичної психології

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

_____ Мірошник З.М.
(підпис)

« _____ » _____ 2022р.

Реєстраційний № _____

« _____ » _____ 2022р.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АГРЕСИВНОСТІ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ НА ЕТАПІ АДАПТАЦІЇ ДО НОВИХ УМОВ НАВЧАННЯ

Кваліфікаційна робота студентки
групи ЗППм-17
ступінь вищої освіти магістр
спеціальності 053 Психологія
Слободюк Світлана Петрівна

Керівник канд. пед. наук, доцент
Гапоненко Л.О.

Оцінка:

Національна шкала _____

Шкала ECTS _____ Кількість балів _____

Голова ЕК _____
(підпис) (прізвище, ініціали)

Члени ЕК _____
(підпис) (прізвище, ініціали)

_____ (підпис) (прізвище, ініціали)

_____ (підпис) (прізвище, ініціали)

_____ (підпис) (прізвище, ініціали)

Кривий Ріг – 2022

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, Слободюк Світлана Петрівна, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно, не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ АГРЕСИВНОСТІ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ	7
1.1. Поняття «агресія», «агресивність» в психологічних дослідженнях.	7
1.2. Психологічні особливості прояву агресивності у молодших підлітків.	12
1.3. Соціальні фактори агресивності молодших підлітків на етапі адаптації до нових умов навчання	16
Висновка до розділу 1.	22
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОСТІ У МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ	23
2.1. Організація та процедура проведення діагностування молодших підлітків	23
2.2. Кількісний та якісний аналіз емпіричних даних, інтерпретація результатів дослідження.	25
Висновки до розділу 2.....	30
РОЗДІЛ 3. ПСИХОКОРЕКЦІЙНА РОБОТА З АГРЕСИВНИМИ ПІДЛІТКАМИ	34
3.1. Обґрунтування та розробка корекційно-профілактичної програми для роботи з агресивними підлітками	34
3.2. Оцінка результативності корекційного впливу з подолання агресивності у молодших підлітків.	65
Висновки до розділу 3.	70
ВИСНОВОК	72
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	76
ДОДАТКИ	83
Додаток А	83
Додаток Б.....	90
Додаток В.....	103

ВСТУП

Актуальність теми зумовлена декількома факторами. По-перше, країна переживає важкий період війни, наслідки яких провокують тривожність, страх, агресію до ворога. По-друге, відстежується тенденція зменшення часового перебування підлітка у безпосередній взаємодії «в живу», що протирічить природі соціалізації дітей підліткового віку. По-третє, наразі є актуальним вивчення індивідуально-психологічних особливостей підлітка, в тому числі і агресивних проявів.

Агресивність як проблема не є новою для психологічної науки. Різні уявлення про природу і механізми агресії представлені в роботах З. Фрейда [56; 57], А. Басса [68], А. Бандури [4; 65; 66], К. Лоренца [59], Н. Міллера [43], Е. Фрома [49] та інших.

В українській психології вивчається проблема підліткової агресії, йдуть пошуки позитивних змін у саморегуляції психоемоційних станів, управління гнівом та агресивною поведінкою, розвитку ефективної взаємодії, формування відповідальності за дотримання соціальних цінностей та ненасильницьких моделей поведінки (В.В. Кириченко [25], О.Є. Мойсеєва [33], О.В. Землянська [21], М.Д. Белей [4], З.Р. Кісіль [29], І. М. Матійків [55], Ю.В. Кочанова [31], В.В. Іванова [27], А.Д. Сподобаєва [50] та інші).

Враховуючи науковий інтерес до проблематики агресивності молодших підлітків, неоднозначність трактувань щодо прояву цього феномену в підлітковому віці в навчальному процесі та недостатньою розробленістю профілактично-діагностичних, корекційно-розвивальних програм з підвищення рефлексивного управління поведінкою в напружених навчальних ситуаціях, обумовило визначити тему нашого дослідження: *«Психологічні особливості агресивності молодших підлітків на етапі адаптації до нових умов навчання»*.

Мета дослідження полягає у виявленні психологічних особливостей агресивності молодших підлітків в нових умовах навчання та досягненні позитивних змін в саморегуляції ненасильницьких психоемоційних станів.

Об'єкт дослідження: агресивність молодших підлітків як психологічний і соціальний феномен.

Предмет дослідження: агресивність молодших підлітків на етапі адаптації до нових умов навчання.

Завдання дослідження:

- 1) проаналізувати теоретико-методологічні підходи з вивчення агресивної поведінки підлітків, уточнити визначення понять «агресивність» і «агресія» та чинники їх утворення;
- 2) провести аналіз досліджень з проблематики агресивності молодших підлітків в контексті адаптації до нових умов навчання;
- 3) провести діагностичне обстеження особливостей агресивності молодших підлітків та за отриманими результатами розробити і апробувати корекційно-профілактичну програму з підвищення саморегуляції психоемоційних станів;
- 4) узагальнити результати проведеної дослідної роботи та розробити психологічні рекомендації для батьків та вчителів.

Гіпотеза дослідження. Передбачаємо, що агресивність молодшого підлітка залежить від таких факторів: 1) соціокультурна ситуація обумовлює агресивні прояви за подібністю «привабливих» образів некерованих, ситуативних проявів насильницької поведінки; 2) особистісними властивостями реагування молодшого підлітка на невдачу в досягненні успіху в навчанні.

Проте за умов вчасної психологічно-профілактичної допомоги молодшому підлітку з розвитку рефлексивної саморегуляції психоемоційних станів, суб'єктивним управлінням гнівом у соціальній взаємодії, розвитку моделей діалогічного спілкування, будуть відбуватися позитивні зміни на більш вищому рівні соціально-нормативної регуляції та зниження рівня агресивності в нових умовах навчання.

Методи дослідження:

- теоретичний аналіз з урахуванням методологічних принципів системного підходу (І.Д. Бех, А. Бандура, М.Д. Белей, Г.В. Дьяконов), наукові положення вітчизняних науковців про закономірності розвитку психіки підлітка (Т.В.

Говорун, Г.С. Костюк, У. Джеймс), теоретико-методологічні обґрунтування агресивності (В.І. Войтко, В.Р. Павелків, А. Бандура, А. Басс, З. Фрейд, Е. Фром), прояви кризи у підлітковому віці (Г.С. Костюк, І.Д. Бех, Ю.О. Приходько);

- психодіагностичні методики: методика «Агресивна поведінка» Є.П. Ільїна і П.А. Ковальова; Опитувальник ауто- і гетероагресії Є.П. Ільїна для визначення спрямованості агресії на себе або на інших; Шкала «Високий самоконтроль – низький самоконтроль» (Чинник Q₃ з модифікованого варіанту дитячого особистісного опитувальника Р.Кеттела);

- статистична обробка отриманих результатів здійснювалася за допомогою методів математичної статистики у програмах Excel та SPSS–17

- моделюючий метод проведення корекційної роботи з подолання / зниження агресивності підлітків в умовах адаптації до навчання.

База дослідження: дослідно-емпіричне дослідження проводилось в ліцеї міста Покров Дніпропетровської області з листопада 2021 по лютий 2022 років

Практичне значення одержаних результатів. Матеріал, який представлений в даній роботі має практичну значимість відносно статистичних результатів на виборці сучасних підлітків п'ятих класів. Розроблена корекційна програма може бути використана практичними психологами закладів освіти у роботі за даною тематикою. Запропоновані методичні рекомендації для вчителів та батьків також сприяють розширенню психологічної грамотності по зниженню агресивності дітей підліткового віку.

Апробація дослідження була представлена в статті Слободюк С., Гапоненко Л.О. «Рефлексивне спілкування — умова розвитку діалогічного спілкування». Матеріали щорічної звітної науково-практичної конференції студентів і молодих учених "Психологічний супровід особистості в часи війни. Технології подолання життєвих криз" / за заг. ред. З.М. Мірошник, О.А. Чаркіної. Кривий Ріг: вид-во КДПУ, 2022. 126 с. С. 98-103.

Структура і обсяг роботи: включає в себе вступ, три розділи, висновки, список використаних джерел та додатки. Робота містить 75 сторінок основного тексту, 10 таблиць, 1 діаграму, 3 додатки, 75 джерел використаної літератури.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРИТИЧНИЙ АНАЛІЗ АГРЕСИВНОСТІ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ

1.1. Поняття «агресія», «агресивність» в психологічних дослідженнях

Будь-яке наукове дослідження описується через понятійний інструментарій. Наявність такого інструментарію дозволяє чітко визначати мережі використаного поняття, завдяки чому уникають «розмитості», хаосу, неточності формулювання змістовних ознак вивчаемого об'єкту.

У психологічній літературі поняття «агресія» та «агресивність» широко використовують як взаємодоповнюючі поняття і як самостійні. Тож є необхідність визначити ознаки цих понять та надати їм психологічну характеристику.

Поширеним методом дослідження поняття є визначення його семантичного поля. Найкращим визначення цього поля є посилання на словники і, незважаючи на те, що вони не описують ознаки поняття за відповідністю наукової дисципліни, все ж таки вони дають загальну характеристику тому явищу, яке означене в понятті.

Слідуючи цьому методу, ми звернулися до словникових джерел. Визначилось, що в «Новій Колумбійській Енциклопедії» термін агресія має таку дефініцію: агресією є «форма поведінки, що характеризується помітним фізичним або вербальним нападом» [75]. Досить розгорнутим визначенням сутності агресії як соціально-психологічного феномену, що виникає у взаємодії представлено у «Словнику сучасної англійської мови» Лонгмана. Агресія є спровокований акт, тенденція початку конфронтації, сварки, боротьби або війни [73]. Тобто, визначається агресія як *оперант* – це поведінка, що викликана стимулом, яка слідує за цим негативним для особи, стимулом. В «Американській Енциклопедії» позначення «агресія» акцентується на емоційній реакції, що виникає внаслідок фрустрації, та призводить до нанесення шкоди, ворожих стосунків, а також до деструктивної поведінки» [74].

За психологічним словником під редакцією В.І. Войтка поняття «агресія» (лат. *aggressi* – (буквально) крок), що позначає «фізичні, сексуальні, емоційні,

економічні чи психологічні дії, чи загрози дій, які впливають на іншу людину, та поняття «агресивність» (лат. *aggressio inanimata*) або ворожість – стійка характеристика суб'єкта, що відображає його схильність до поведінки, метою якої є заподіяння шкоди навколишньому або подібний афективний стан (гнів, агресія) [46].

Науковий пошук з визначення тлумачень сутності агресії і агресивності доводить, що однозначної дефініції не існує з причин різних теоретико-методологічних підходів до визначення їх природи. Саме з такої точки зору аналізує українська дослідниця Ю.В. Кочанова «терміни «агресія» та «агресивність» визначення різноманітних насильницьких загарбницьких дій» [32, с.50]. Далі вона підкреслює: «Вивчаючи існуючі та розглянуті вище визначення агресії, безперечно, можна зробити висновок, що вони занадто суперечливі» [32, с. 53]. Отже, такий стан розробленості теорій агресії та агресивності передбачає здійснити історичний огляд розвитку теоретичних ідей щодо пояснення цих феноменів людської поведінки.

Один із перших, за ствердженням більшості науковців, психологічні ознаки агресивної поведінки надав У. Джеймс. Він запропонував ідею про зумовленість агресії інстинктами вродження, вважав, що агресивна поведінка зумовлюється інстинктом ворожості, який обумовлений негативними емоціями. Джеймс надавав великого значення емоціям в розвитку індивіда і водночас відмічав про складність їх вивчення. Він пише: «Труднощі, що виникають у психології при аналізі емоцій, виникають, мені здається, тому, що їх занадто звикли розглядати як абсолютно відокремлені одне від одного явища. Поки ми розглядатимемо кожну з них як якусь вічну, недоторканну духовну сутність на кшталт видів, що колись вважалися в біології незмінними сутностями, доти ми можемо лише шанобливо складати каталоги різних особливостей емоцій, їх ступенів та дій, що їх викликають» [22, с. 143].

Тож, для нашої роботи це положення має суттєве значення відносно того, що будь-які негативні емоції, що пов'язані із станом агресії, також негативно впливають на всі інші складові психіки.

3. Фрейд є один із найпопулярніших науковців, який описав природу і функцію агресії та агресивності. Він виходив з того, що агресія є не тільки загроза та нанесена шкоди собі та іншим, але й унікальним психічним механізмом зняття напруження. Як засновник психоаналітичної теорії, він моделював природу агресії та її прояву (агресивності) за мотивацією, що складається з двох рушійних сил – це інстинкт життя і смерті. Фрейд пояснював, що агресивність є потягом до смерті (тонатос / мортідо), разом із потягом до життя (лібідо) визначають поведінку в залежності домінування одного із означених потягів [57; 58].

Згідно ідеям З. Фрейда, культура направляє агресивну енергію в прийнятне русло, моральні, соціально-нормативні вимоги суспільства для індивіда – це психологічні травмівні заборони, які викликають боротьбу між трьома складовими психіки – Я, Воно та Зверх-Я і викликають напруження. Ці напруги можна спостерігати в захисних механізмах. Тож, за З. Фрейдом, агресія є захисним механізмом психіки [58].

У роботі «По ту сторону задоволення» розкриті закономірності *гальмування задоволення* та «потягу організму до «принципу реальності», що зберігається тривалий час. «...У сфері цих потягів, і часто буває так, що він (*автор. ред. принцип задоволення*) в сфері цих задовольень, або ж в самому Я, бере верх над принципом реальності, навіть ушкоджуючи свій організм» [57, с. 398]. Тобто відбувається «перекручення» реальності соціально прийнятих норм на асоціальні, але сприймається особою «нормативно», що добре простежується в аналізі несвідомих агресивних проявів.

В необіхевіоризмі представлена концепція агресії та наслідування з описом фрустрації, згідно якої через певний час настає агресія (Н. Міллер і Д. Доллард). Вони пишуть, що «наявність агресивної поведінки завжди передбачає існування фрустрації і, навпаки, існування фрустрації завжди веде до прояву агресії. Для позначення стану агресії, вони запропонували поняття «фрустрація» як «зміщена агресія», тобто направлена не проти безпосереднього джерела фрустрації, а на будь-який інший, який є невинний в заподіянні загрози чи ще

чогось. «Зміщена» агресія, або є це ж саме явище психічного напруження фрустрація є термін психоаналізу і тільки в цьому психоаналітичному контексті може бути зрозумілим. Фрустрація – це люба умова, яка блокує досягнення мети, яка бажана і тому проявляється на будь-що і будь-кого. Агресія розглядається як «поведінка, мета якої зруйнувати або змістити фрустріруючий блок» [54, р.59].

Поняття «утримання» відноситься до тенденції утримання дій, «внаслідок очікуваних негативних наслідків» [Steiner, Fishbein, 1966, р.10]. ... «Крім того, існують й інші перешкоди знищення або змішування фрустрації, це підбурювання до агресії може бути реалізовано на інших об'єктах» [McDavid Harari, р.59]. Д. Доллард представив схему агресії: 1) фрустрація завжди призводить до агресії в будь-якій формі; 2) агресія завжди є результатом фрустрації [54]

Е. Фромм був прихильником психоаналітичного підходу, але продовжував ідеї З. Фрейда за соціальним психоаналітичним напрямом в дослідженні психіки. Він розглядав агресію за ознаками: «доброякісна» та «злоякісна». Доброякісна агресивність має інстинктивну природу, з'являється у момент небезпеки як реакція на загрозу. Злоякісна ж агресія має прояви в деструкціях, жорстокості, її ціллю є отримання задоволення від нанесення руйнування [59]; [60].

Вважаємо за необхідне висвітлити положення Е. Фромма про зв'язок мозку і агресивної поведінки. Аналізуючи діяльність витонченої хірургічної майстерності при операціях, коли хірурги вживляли імплантації електродів у певні ділянки мозку. Це Гесс (1954), Олдс (1954), Мільнер (1962), Дельгадо (1967; 1969), було помічено, що одні долі мозку підвищували агресію, а інші навпаки, знижували [59, с. 103; 107-108].

Теорія агресії за К. Лоренцом дуже близька до теорії З. Фрейда. К. Лоренц агресію розглядає через вроджений інстинкт боротьби за виживання. Далі він пояснює, що особа здатна стримувати агресію відповідно соціально прийнятним способом розрядки агресивних проявів – це фізичні вправи, взаємне кохання, вірна дружби, набуття *довіри* до людей [73]. Для нас це положення є цінним в тому плані, що дає можливість розглядати агресивність не як дифузне,

синкретичне утворення, а як структуру особистісних властивостей, яка за умов усвідомлення, рефлексивного аналізу здатна коректуватися.

Підлітковий вік – це вік переживання, інтеріоризація та опосередкування вмінь створювати товариські відношення з однолітками, глибокі почуття кохання «Джульєтти та Ромео», це потяг до зовнішньої привабливості, до культу мускульного тіла у хлопців, та чаклунської привабливості у дівчат. У випадку зради або нещасного кохання, теорія Лоренца дозволяє обґрунтувати неадекватну ідентичність агресивним ставленням до себе та середовища. Недарма у 90-х роках минулого століття психологи активно почали використовувати поняття «дефіцит довіри» як передумови виникнення агресивності.

Американські дослідники Р. Берон і Д. Річардсон визначають сутність агресії через акти насильницької та руйнівної поведінки, а агресивність як властивість характеру індивіда [10].

Український психолог з проблематики агресивності В.Р. Павелків визначає цей феномен як втрату «системи цінностей, що виправдовують і заохочують насильство. Вона включає норми деструктивності, ворожі погляди та переконання, а також різні культу, тобто форми нерелігійного або псевдорелігійного напрямку перед володінням фізичною силою, символами смерті честі, «чистотою раси» та ін.» [41,с. 299]. Він приводить докази, що наявність негативних авторитетів, які закликають до жорстокості або подають приклад агресивної поведінки є стимулюючим фактором для підростаючого покоління.

Наукова розвідка доводить, що найбільш поширеним визначенням агресії властиві такі ознаки:

- 1) це форма поведінки, що викликана і проявляється негативними емоціями (злість, гнів, роздратованість, помста), що супроводжується ворожими потягами (прагнення зашкодити) (Р.Берон та Д.Річардсон [10]);
- 2) це намір, що включає випадкове нанесення шкоди жертві і значиться в літературі терміном «псевдоагресія» (Е. Фром [59]);

- 3) це образа (людина переживає злість в собі), що мають негативні наслідки недовіри, уникнення, втрати комунікації у групі (З. Фрейд [57; 58], К. Лоренц [73]);
- 4) це руйнування психосоматичного стану або заподіяння шкоди. Тобто результатом агресії є будь-які негативні наслідки, а не окремі види збитків, як наприклад тілесні ушкодження і т.п.;
- 5) втрата системи цінностей та хибні «авторитети», що призивають до насильства (В.Р. Павелків [41]).

Таким чином, з вищезгаданих теорій, які пояснюють природу агресивності, можна зробити такі висновки: прояв агресивності обумовлений як біологічними, так і соціальними факторами; агресивність може бути не лише жорстокою, а й нормальною реакцією індивіда під час боротьби за виживання; агресивні дії можуть бути ослаблені або направлені в соціально прийнятні рамки за допомогою позитивного підкріплення неагресивної поведінки, орієнтації людини на позитивну модель поведінки, зміну умов, що сприяють прояву агресії.

1.2. Психологічні особливості прояву агресивності у молодших підлітків

Вже довгий час проблема агресії та агресивності в поведінці людей виступає однією з значимих у психології та педагогіці. Все частіше діти ігнорують суспільні норми та проявляють агресивність. Про агресивність властиву підліткам, про протести та суперечності щодо моральних суспільних норм, говориться в дослідженнях великої кількості психологів: М.І. Блонського, Б.П. Жизневського, Н.М. Каут, Б.С. Кобзар, К. Бютнера, О.Ф. Осики та ін. [39]

Я.В. Кічук зазначає, що «агресивність є потенційною характеристикою особистості, яка може проявлятися в агресії, тобто в діях, у поведінці, спрямованій на порушення і навіть руйнування психологічного або фізичного простору іншої людини». [52, с. 27]

Існує багато різноманітних підходів у психології, які пояснюють природу особистості та властивості виникнення агресивності. В першу чергу – це новий

рівень претензій та вимог, що в свою чергу утворює почуття дорослості, яке повинно бути помітним дорослим, які в свою чергу повинні визнавати той факт, що він вже не дитина. Поведінка підлітка визначається його дорослістю, при цьому виникають особисті уявлення про норми поведінки дорослих, що являє собою підґрунтя для виникнення вікових конфліктів. В умовах конфлікту, що виступає невід'ємною складовою людських відносин, відбувається побудова міжособистісних відносин. [68]

В підлітковому віці відбувається звуження політропності підлітка, обмеження зв'язків, що позначається на семантичному наповненні образу Я. Може відбуватися пролангована депривація, яка провокує нестабільний та ускладнений розвиток. В цей час відбувається зниження позитивного уявлення про себе, неадекватне самооцінювання, схильність бачити нездоланні перепони. [16; 47]

Ю.М. Антонян припускав, що основою появи агресії є тривожність. Це властивість народжується в ранньому дитинстві як наслідок ексцесу емоційних зв'язків з матір'ю, тобто депривації. Тривожність провокує поведінку охоронного типу. Тривожність веде до зниженої самооцінки, поріг сприйняття конфліктної ситуації сильно знижується, розширяється діапазон великої кількості несприятливих ситуацій, індивід збільшує інтенсивність і екстенсивність реакції на уявну загрозу [49].

Агресивність – емоційна складова. Тобто вона часто проявляється у вигляді емоційного сплеску (крики, сварки). Одними із детермінант агресивності виступають: 1) емоційна (вплив фрустрації, підвищена тривожність, що з'являються від відчуття меншовартості); 2) когнітивна (трактування соціально-перцептивних факторів як тих, що несуть загрозу Я та самореалізації); 3) поведінкова (постійна готовність до агресивного реагування на рівні рефлексів). [36, с. 174-175].

Однієї з форм агресивної поведінки підлітків є аутоагресивна поведінка, агресія спрямована на самого себе. Це явище є деструктивною, саморуйнівною

поведінкою. Феномен аутоагресії є мало дослідженим, але становить значний інтерес саме для психології особистості. [36, с. 179-180]

С.Р. Панталеєв вважав, що «найбільш перспективним у сучасній психології є розгляд самоствавлення як безпосередній представленості у свідомості особистісного сенсу «Я». Тут самоствавлення не базується на оцінці соціальної бажаності сприймається в собі риси, і не є прямим наслідком знання про себе, хоча феноменологічно виводиться з нього. В основу такого підходу покладена ідея про те, що в основі самоствавлення лежить оцінка особистістю свого «Я», власних рис по відношенню до мотивів, які виражають її потреба в самореалізації». Н.И. Сарджвеладзе стверджував, що «самоствавлення в рамках даного підходу розуміється як сформоване в процесі співвіднесення особистістю власних якостей з мотивами її самореалізації. У свідомості суб'єкта самоствавлення семантично оформляється (когнітивна складова) і переживається (емоційна складова). Когнітивна складова ставлення до себе у свідомості виражається в суб'єктивному наділення себе рисами, тобто в самосприйнятті, емоційна – у виникненні емоцій, почуттів, спрямованих на самого себе». [52, с. 28]

Проблема цінності та гідності свого «Я» майже повністю поглинає увагу підлітка, у зв'язку з чим рівень активності сильно підвищується, ускладнюючи вибір адекватного способу взаємодії, її поведінка стає ригідною. Негативне, конфліктне ставлення підлітка до себе обумовлює відхилену поведінку. Проблема агресивності є однією з найважливіших проблем, яка насамперед проявляється у самоствавленні особистості. [52]

Агресивна реакція стає більш складною з віком, набуваючи характеру дії, підставою для якої є особистісний (комунікативний) компонент, що складається з динамічної взаємодії емоційного і когнітивного полів, які формуються. Також з віком відбувається зміна форм агресії: частота простого фізичного нападу зменшується за рахунок зростання більш "соціалізованих" форм, таких як образа або суперництво.

Патерни поведінки з ознаками тваринної агресії, захисної агресії при відповіді на загрозу є атавістичною агресією, яка властива моделям поведінки тварин. Численні поведінкові дослідження допомогли встановити, що аномальні ознаки агресивної поведінки можуть бути зумовлені дисрегуляцією глибоко вкорінених нейронних ланцюгів або нейрохімічних шляхів у мозку, які являють собою нормальні соціальні зв'язки та афіліативно-агресивну поведінку. На базі цих структурних та функціональних властивостей формується соціальна поведінка, встановлюється динамічна взаємодія генетичних чинників і факторів навколишнього середовища (стрес, жорстоке поводження, сторонні переживання), зокрема під час чутливого підліткового періоду розвитку. [5]

Таким чином, агресивність у підлітків проявляється в емоційній нестійкості та чутливості; напруженості та конфліктних відносинах; схильності до крайніх міркувань та оцінок; примітивності, відсутність захоплень, духовності, нестійкості пізнавальних інтересів; низький рівень інтелектуального розвитку; сором'язливості та агресивності; підвищеної навіюваності, нерозвиненості моральних уявлень; емоційної грубості, озлобленості; бідності ціннісних орієнтацій; крайньої самооцінки, високої тривожності, страхом перед соціальними контактами; невмінні знаходити вихід із важких ситуацій; переважання захисних механізмів над іншими механізмами, які регулюють поведінку.

Встановлено, що підлітковий вік є періодом переходу від дитинства до дорослості. Тому саме в цей період вікові прояви підлітка спрямовані на доросле життя. Діти молодшого підліткового віку стають більш емоційно вразливими, періодами вони можуть відчувати як фізичний так і духовний біль, часто проявляється незадоволеність собою, навколишнім світом. Як наслідок, за певних обставин, може сформуватися неадекватна самооцінка, дитина перестає бути покірною та слухняною. В період переходу на новий віковий етап можуть яскраво проявитися акцентуації характеру як захисний механізм. Основною ж проблемою дитини у молодшому підлітковому віці є бажання бути почутим та прийнятим з усіма своїми інтересами та недоліками. Якщо дитина

на цьому етапі не змогла отримати бажаної підтримки з боку оточуючих вона змушена проявляти себе агресивно. [15]

1.3. Соціальні фактори агресивності молодших підлітків на етапі адаптації до нових умов навчання

Проблема адаптації підлітків з проявами агресивності складають одну із важливих ланок діяльності шкільного психолога. Враховуються психофізіологічні особливості, що пов'язані з «перехідним періодом» в генезі становлення підлітка, враховуються сформовані копінг-стратегії в ситуаціях з підвищеною напругою, а також здатність оволодівати навчальним матеріалом в групових формах навчання (М.В. Папуча [42; 43]).

Дослідження українських психологів засвідчує, що за умов жорсткого ставлення до дитини в сімейному колі адаптація набуває певних труднощів, що проявляються в схильності до асоціальної поведінки. Утворення агресивного ставлення як деадаптивної поведінки є наслідком негативних переживань, які найбільш вираженні емоціями страху, втрати, тривоги, невпевненості у порозумінні з учнями та вчителями (Т.К. Бадюк [3], Л.В. Долинська, О.В. Скрипченко, З.В. Огороднійчук [25] та інші).

Т.А. Насадюк пояснює підвищену втомленість та знецінювання навчання, а також комунікативних зв'язків з однокласниками. Зазначається, що змінюється стабільності відчувати благополуччя, потяг до нових знань, штучним ставленням до виконання домашніх завдань [40].

Адаптація молодшого підлітка – це соціально-психологічний процес ідентифікації особистості молодшого підлітка за відповідністю рольової самовизначеності у зміні ролі молодшого школяра на роль підлітка, здатності до рефлексії таких соціальних норм як відповідальність, дисциплінованість, товариськість, творчість. [24]

Цей адаптаційний процес не у всіх підлітків проходить «гладко». За дослідженнями В.Р. Павелківа встановлено, що проблема збільшення агресивної поведінки п'ятикласників пов'язана із невмінням вчителя відволікти увагу учня на зміну домінуючої проблеми, уникання інтересів підлітка відносно того, що

він хотів висловити своїм протестом. Тобто надати соціокультурну форму деструктивної поведінки підлітка [41]

Ще одним із ключових проблем, з чим зустрівся сучасний психолог і вчитель – це навчання підлітків, які перебувають закордоном. Примножена підліткова агресія виявляється не тільки психофізіологічними природними умовами агресії як захисту на право бути дорослим, але й розлученням із батьком, рідними, місцем свого постійного проживання.

Визначають такі адаптаційні синдроми:

- стан тривоги (мобілізація захисних сил організму);
- резистентності (приспособлення до важкої ситуації);
- виснаження (тривалий стрес спричиняє фундаментальні зміни в здоров'ї та поведінці підлітка).

Поруч із психологічними факторами фахівці виділяють також соціальні фактори агресивної підліткової поведінки. Тут під агресією розуміється деструктивна поведінка підлітка, яка є вмотивованою та суперечить прийнятним нормам, що існують у суспільстві. Така поведінка може завдати фізичну, моральну, матеріальну чи психологічну шкоду навколишнім людям. Звертаючи увагу саме на особливості агресивної поведінки підлітків, більшість дослідників відзначають таку особливість, як домінування групових форм її прояву. За різними даними, 50–60% злочинів в Україні вчиняються саме групою підлітків [1; 45]

Згідно з позицією В. Кириченко, певне підвищення рівня агресивності може тривати на початку молодшого підліткового віку, і є захисною реакцією дитини в процесі адаптації до умов середньої школи [29]. Т.Р. Румянцева пропонує визначати ступінь агресивності поведінки у зв'язку з нормами, які формують своєрідний механізм контролю за позначенням тих чи інших дій. Поняття норми формується в процесі соціалізації дитини. Звідси, поведінку можна назвати агресивною при наявності двох обов'язкових умов: 1) при наявності згубних для жертви наслідків; 2) коли порушені норми поведінки. [5]

Агресія виникає як реакція на фрустрацію та супроводжується емоціями гніву, ненависті та ворожості. Також може проявлятися ворожа агресія, яка має свідомі наміри нанести шкоду іншому. Розвиток агресивності залежить від індивідуальної соціалізації людини, від того, наскільки вона засвоїла культурні норми. У стримуванні агресії велику роль відіграє формування індивідуальних механізмів самоконтролю, розвиток емпатії, психологічних процесів, особливо на початку пубертатного періоду. Ці механізми дозволяють розуміти навколишніх та співчувати більш слабким людям. Агресія як захисний механізм відповіді на страх здатна не лише відтворюватися як поведінковий патерн, а й трансформуватися в стійку якість особистості, особливо коли людина довго перебуває у ворожому, стресогенному оточенні. Наслідками цього є порушення особистісного розвитку, міжособистісної взаємодії, звуження можливостей самореалізації. [17, с. 28].

У концепції етіології агресії Р. Благута виокремив декілька чинників агресивної поведінки підлітків: виховання в офіційних інститутах соціалізації; система освіти, навчальний заклад; вплив групи однолітків; вплив підліткової та юнацької субкультури; вплив засобів масової комунікації; комп'ютерні та інтерактивні технології; соціальні фрустратори сучасності; ситуативні чинники агресивної поведінки [6, с. 89].

Найбільш значущим фактором соціалізації агресії являються фактори у відносинах «батьки – діти». М. Белей зазначає, що «з усіх факторів соціалізації, найважливішим і найвпливовішим була і залишається батьківська родина як первинний осередок суспільства, вплив якого дитина відчуває від дня свого народження». [5, с. 26] Агресія виникає в сім'ях, де застосовують силові методи виховання, панує авторитарність та жорстокість у міжособистісних взаєминах. Пристосовуючись до життя в такій родині, підлітки копіюють ті різновиди взаємовідносин, що практикують їхні батьки, неконструктивну тактику вирішення конфліктів, яку потім переносять у власну родину. Агресивна поведінка підлітків стає способом задоволення потреби в спілкуванні, самовираженні, самоствердженні. [28, с. 5–14]

Недостатній контроль за дітьми, так звана гіпоопіка, також призводить до розвитку стійких агресивних форм в поведінці. Не менш суттєво впливає і протилежне явище, таке як гіперопіка. В такому випадку присутні неузгоджені між собою вимоги, що висувають батьки своїй дитині, і це стає ще одним фактором розвитку агресивності у дітей.

У своєму дослідженні І.Н. Кириленко (2007) теж зазначає, що характер стосунків між батьками і підлітками, рівень взаємоповаги та самопочуття, а також їхня оцінка ступеня емоційної теплоти взаємин з батьками, безпосередньо впливають на розвиток агресивності у дітей. М.Белей акцентує увагу на тому, що «крайні, найбільш несприятливі для розвитку дитини випадки – це: від майже повної відсутності контролю (коли підліток належить самому собі, а тому стає бездоглядним) – і аж до жорсткого, тотального контролю при авторитарному вихованні». [5, с. 31]

Одним із факторів впливу на поведінку дитини є рідні брати та сестри. З боку братів та сестер можуть бути прояви ревнощів, суперництва, відкидання та нехтування, жорстоке поводження. Діти бувають більш агресивними до рідних братів та сестер ніж до однолітків, з якими спілкуються. Також брати і сестри агресивних дітей мають більші схильності реагувати агресивною контратакою, ніж брати і сестри врівноважених дітей. Також вплив мають специфічні сімейні традиції. В таких сім'ях присутні своєрідні форми соціальної ізоляції з явною деформацією світогляду. В таких випадках відбувається спотворення індивідуально-особистісних рис та протестні агресивні реакції. [5, с. 38]

Суттєво впливає на підлітка зростання в неповній сім'ї. Дитина, яка виросла в сім'ї, в якій батьки з певної причини на захотіли або не змогли жити разом, одержує психологічну травму. Цей фактор, в свою чергу спричиняє появу почуття неповноцінності, страху, сорому. Неповна сім'я, є найбільш проблематичною й вразливою у виховному плані.

Опираючись на достатню кількість емпіричного матеріалу, В. Я. Титаренко робить висновок про те, що неповна сім'я майже у два рази частіше виступає фактором появи неповнолітніх правопорушників у порівнянні з повною

сім'єю. Також серйозний вплив на розвиток дитини мають неблагополучні сім'ї, які характеризуються генетичною неблагонадійністю. Діти у таких сім'ях часто страждають вродженими соматичними та психічними захворюваннями, відстають від своїх однолітків у психічному розвитку, інколи не відвідують школи та дошкільні заклади. Зростаючи у несприятливі умови, підліток не здатний протистояти мінливим умовам мікро- та макросередовища, що призводить до порушення адаптаційних процесів. У суспільстві такі діти стають ізольованими, закритими та агресивно налаштованими проти соціуму. Такі діти мають прямий шлях до кримінальної стежки, де їх частіше за все використовують у якості грубої фізичної сили. [44; 50]

Аналіз різних досліджень показав, що важливою детермінантою розвитку особистості підлітка є міжособистісні відносини в групі однолітків. Учені (С.А. Котик, Н.Н. Обозів, Л.С. Славина) наголошують, що в системі міжособистісних відносин положення суб'єкта розглядається в парадигмі соціометричного статусу, котрий, на думку вчених, пов'язаний з якостями самої особистості. Враховуючі це та розглядаючи фактори агресивності молодших підлітків, можемо стверджувати, що існує прямий зв'язок агресивності з лідерськими властивостями особистості. Цілі кожного окремого індивіда й особливості їх здійснення в групі багато в чому обумовлюються груповими нормами й вимогами. Таким чином групові цінності можуть вплинути на розвиток особистості членів групи (М.І. Бобнева, М. Шериф і С.У. Шериф). Тобто соціометричний статус в групі показує наявність взаємозв'язку з когнітивної й афективної сторонами особистості. [11]

Дуже важливими у формуванні індивіда є впливи макросередовищ, таких як школа, різноманітні групи, в яких знаходиться підліток. До несприятливих факторів варто віднести зміну шкільної установи і колективу. Особливий вплив на дитину підліткового віку має група однолітків, в якій дитина формує шкалу життєвих цінностей. Коло спілкування має безпосередній вплив на розвиток та закріплення девіантної поведінки. Сильний вплив на особистість молодшого підлітка може мати міжособистісна деструктивна взаємодія між членами групи.

Такі контакти ускладнюють та руйнують стосунки, згубно впливають на обох партнерів по спілкуванню. Це можуть бути такі види спілкування як авторитарність, мовчання може бути деструктивне забарвлення. Це відбувається тоді, коли приховується важлива інформація, або мовчання застосовують як засіб покарання партнера. Такі риси характеру як схильність до наклепів, стереотипність мислення, хитрість, упередженість, цинізм можуть вказувати про деструктивну взаємодію. Деструктивна взаємодія керується мотивами самоствердження та суперництва і може навіть не усвідомлюватися.

Для групової агресії молодших підлітків характерно:

- присутність в групі провокаторів та ініціаторів;
- готовність вирішувати проблеми за рахунок більш слабких особистостей;
- взаємна співпраця та кооперація;
- анонімність кожного з групи у соціумі;
- новини у ЗМІ, літературі, фільмах про героїчний образ злочинця.

Компанії підлітків формуються здебільшого із схожих за рівнем розвитку та інтересів однолітків. В таких групах можуть культивуватися та закріплюватися девіантні цінності, які, в свою чергу, можуть сильно впливати на індивідуальний розвиток підлітка, регулюючи його поведінку. У таких випадках підлітки не можуть відрізнити необхідне від бажаного, допустиме від недопустимого, що призводить до непередбачуваних подій. Деякі групи характеризуються установками на негативне задоволення потреб, з пасивним захистом від труднощів, де завжди перекладають відповідальність на інших. В таких групах підлітки зневажливо ставляться до навчання, у них спостерігається низька успішність, невиконання домашніх завдань та обов'язків. Такі діти зіштовхуються з проблемою великої кількості зайвого часу та як наслідок, невмінням з користю проводити дозвілля. У підлітків такого типу відсутні індивідуальні захоплення, вони мало читають чи не читають взагалі, не ходять в театри та музеї, не займаються в секціях та кружках. Таке дозвілля штовхає підлітків на пошуки гострих відчуттів. Умови життя підлітків, їх оточуюче

середовище та коло осіб, з якими вони спілкуються, може призводити до формування девіантної поведінки. [51; 55].

Проаналізувавши різні соціальні фактори впливу на утворення агресивності у молодшому підлітковому віці на етапі адаптації до нових умов навчання можна зробити висновки, що причини криються в інтелектуальній підготовленості учня до оволодіння науковими знаннями, в поведінковій незрілості відповідати за статус учня-підлітка, в емоційній сфері та в комунікаційній культурі. Аналізуючи проблему агресивності молодших підлітків потрібно враховувати як природні фактори, так і мікросоціальні, необхідно враховувати все, що стосується взаємодії в референтних групах, в сім'ї, шкільному колективі, а також те, що стосується моделей поведінки в суспільстві.

Висновка до розділу 1

Кожна особистість повинна має певну міру агресивності, бо повна відсутність агресії в поведінці веде людину до слабкості, пасивності та безініціативності у певних життєвих обставинах. З іншої сторони занадто сильні прояви агресії призводять до правопорушень та конфліктної поведінки. Агресивні підлітки з девіантною поведінкою відносяться до групи ризику. В такому випадку агресивність відіграє негативну роль у становленні особистості.

Поєднання несприятливих біологічних, сімейних, психологічних та соціальних факторів призводить до спотворення всього способу життя підлітків. Є багато різноманітних думок про причини агресивної поведінки, але більшість дослідників цього явища вважають, що в кожному окремому випадку існують свої причини агресивної поведінки. У молодшому підлітковому віці найбільш руйнівним є порушення емоційних відносин з навколишніми та з найбільш важливими дорослими. Також суттєвим фактором, який впливає на рівень агресивності підлітків, є процес міжособистісного спілкування в середовищі однолітків. Але при цьому потрібно пам'ятати, що агресивна поведінка виникає не тільки завдяки комплексу зовнішніх і внутрішніх факторів, а і їх системою, яка формує мотивацію у відповідних моделях поведінки.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОСТІ У МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ

2.1. Організація та процедура проведення діагностування молодших підлітків

У теперішній час агресивна поведінка є предметом комплексних наукових досліджень. І перед дослідниками зазвичай відкривається великий вибір різних підходів та методів з її вивчення. Кожен метод у певній мірі має свої переваги та недоліки. Виходимо з того, що оптимальним методом чи підходом повинен бути той, який визначається певною проблемою та безпосередньо цікавить дослідника.

Емпіричне дослідження за обраною темою проводилось в КЗ «Ліцей №6» м. Покров Дніпропетровської області. В дослідженні взяли участь учні 5А класу (у кількості 31 учень, 16 дівчат, 15 хлопців), 5Б класу (у кількості 32 учні, 15 дівчат, 17 хлопців), 5В класу (у кількості 32 учні, 14 дівчат, 18 хлопців). Загальна кількість досліджуваних – 95 учнів, 45 дівчат та 50 хлопців, віком 10-12 років.

Зазначимо, що 5А – контрольна група, в якій колектив сформований з 1го класу та особливою девіантною і агресивною поведінкою у початкових класах учні не виділялися, на початку навчання у 5му класі додалося 2 учня.

5Б клас – колектив класу сформований з 1го класу, у деяких учнів спостерігались значні агресивні прояви в поведінці, у декількох сильно виражена вербальна агресія, на початку навчання у 5му класі додалось 3 учні.

5В клас – збірний клас з різних шкіл, на початку навчання у 5му класі додалося 7 нових учнів, у декількох учнів спостерігалась важка адаптація до нових умов навчання. На момент дослідження виділялись учні з проявами агресії та девіантної поведінки.

На початку дослідження були поставлені наступні задачі:

- дослідити рівні агресивності молодших підлітків;
- вивчити рівень самоконтролю молодших підлітків;

- зробити порівняльний аналіз агресивної поведінки та рівня самоконтролю підлітків;

- на основі отриманих даних підібрати корекційно-розвивальні вправи та завдання, розробити корекційно-профілактичну програму для роботи з агресивними підлітками.

Були використані такі методи дослідження: опитування, діагностування, статистична обробка даних, порівняльний аналіз результатів.

В ході дослідження використані наступні методики:

1. Методика «Агресивна поведінка» Є.П. Ільїна і П.А. Ковальова. Методика спрямована на виявлення стриманості – нестриманості і типу агресивної поведінки.

2. Опитувальник ауто- і гетероагресії Є.П. Ільїна для визначення спрямованості агресії на себе або на інших.

3. Шкала «Високий самоконтроль – низький самоконтроль» (Чинник Q₃ з модифікованого варіанту дитячого особистісного опитувальника Р.Кеттела).

Методика Є.П. Ільїна і П.А. Ковальова спрямована на виявлення стриманості – нестриманості і типу агресивної поведінки. На кожне твердження в матриці потрібно дати відповіді «так» (ставиться знак «+») або «ні» (ставиться знак «-»). За кожну відповідь, котра відповідає зазначеному ключу нараховується 1 бал. Бали рахуються за чотирма параметрами:

- пряма вербальна агресія,
- непряма вербальна агресія,
- пряма фізична агресія,
- непряма фізична агресія.

Чим більша сума набраних балів, тим вищою є схильність до агресії. Якщо сума балів ≥ 20 , то можна стверджувати про нестриманість досліджуваного; якщо ж сума балів ≤ 10 , то може йти мова про високі показники стриманості (витримку). [5]

Опитувальник ауто- і гетероагресії. Методика розроблена Є.П.Ільїним для визначення спрямованості агресії на себе або на інших. В методиці 20 запитань,

на які потрібно дати коротку відповідь «так» або «ні». За певними шкалами вираховуються два показники: аутоагресія та гетероагресія. За отриманими результатами порівнюються бали у кожній шкалі, дослідник робить висновок про те, який вид агресії більш виражений у даної людини. [5]

Шкала «Високий самоконтроль – низький самоконтроль» (Чинник Q₃ з модифікованого варіанту дитячого особистісного опитувальника Р.Кеттела). Методика спеціально розроблена для дітей шкільного віку. До кожного пункту тесту даються два варіанта відповіді, вірніше – два можливих альтернативних судження. Опитувальний обирає один з варіантів, а інший – відхиляє. Більшість рис особистості складені в такому сенсі, що в них не називається протилежний полюс, і не визначається позитивна чи негативна відповідь. У даній методиці виділяють три рівні розвитку риси особистості: низький (1-3 бали), середній (4-7 балів), високий (8-10 балів)

Високі бали (8-10) за даною шкалою свідчать про гарну соціальну пристосованість та вмінні контролювати свою поведінку.

Низькі бали (1 -3) з цієї ж межі особистості є визнанням невміння контролювати свою поведінку. [4]

Детальний опис методик поданий в додатках (Додаток А, розділи А1, А2, А3).

2.2. Кількісний та якісний аналіз емпіричних даних, інтерпретація результатів дослідження

Нами було проведено дослідження, спрямоване на виявлення стриманості – нестриманості і типу агресивної поведінки в молодшому підлітковому віці за методикою Є.П. Ільїна і П.А. Ковальова. Результати досліджень показані у зведених таблицях в додатках (Додаток Б, таблиці Б1, Б2, Б3).

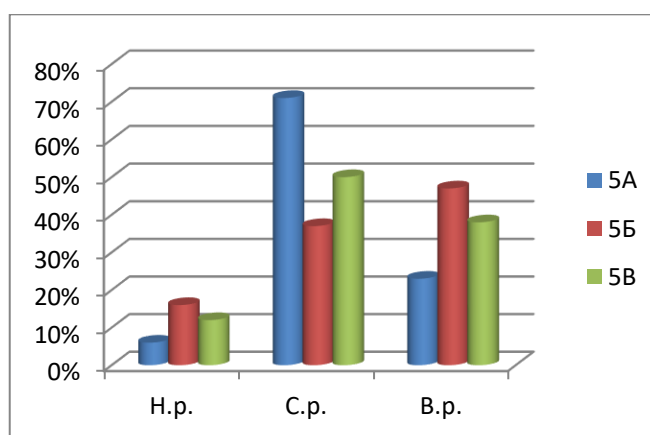
За отриманими результатами можемо розрахувати загальні показники по даним шкалам.

Таблиця 2.2.1.

Результати дослідження типу агресивної поведінки

	Н.р.	С.р.	В.р.
Учні 5А	6%	71%	23%
Учні 5Б	16%	37%	47%
Учні 5В	12%	50%	38%

Діаграма 1 - Результати дослідження типу агресивної поведінки



Також, враховуючи отримані дані, можемо розрахувати загальні показники дівчат та хлопців окремо, щоб побачити різницю по різних шкалах за гендерною ознакою.

Таблиця 2.2.2.

Результати дослідження типу агресивної поведінки за гендерною ознакою

	Н.р.	С.р.	В.р.
5А клас			
Хлопці	7%	60%	33%
Дівчата	6%	81%	13%
5Б клас			
Хлопці	6%	29%	65%
Дівчата	27%	46%	27%
5В клас			
Хлопці	0%	50%	50%
Дівчата	29%	50%	21%

За отриманим відсотковим співвідношенням бачимо, що у дівчат в усіх групах переважають середні показники прояву агресивності. А у хлопців

показники у різних групах – різні. У контрольній групі (5А) у більшості хлопців агресивність посередня, хлопці 5Б мають дуже виражену перевагу високих показників агресивності, у хлопців 5В прояви агресивності поділяються порівну між середніми та високими рівнями.

Розрахуємо також середні значення показники по чотирьом напрямкам агресивності.

Таблиця 2.2.3.

Зведена таблиця середніх значень показників дослідження агресивності

	Пряма вербальна	Непряма вербальна	Пряма фізична	Непряма фізична	Загальна кількість балів
5А клас					
Хлопці	4,066667	3,6	6,066667	4,222222	17,53333
Дівчата	5. 3125	4.625	2.9375	2.125	15
5Б клас					
Хлопці	5,941176	4,941176	5,235294	3,823529	19,94118
Дівчата	4,733333	4,266667	3,866667	2,666667	15,53333
5В клас					
Хлопці	5,388889	5	6,055556	3,833333	20,27778
Дівчата	4,285714	4,714286	2,071429	2,571429	13,64286

За середніми показниками чітко можемо побачити, що у дівчат в усіх трьох групах (класних колективах) більш виражені прояви прямої та непрямой вербальної агресивності. У хлопців же ситуація інша: у першій та третій групі (5А, 5В) явно більш виражені показники прямої фізичної агресивності, у всіх трьох групах достатньо виражені показники прямої вербальної агресивності, і найменш вираженими є показники непрямой фізичної агресивності. На базі цих показників можна зробити висновки, що хлопці не так часто роздумують над певними діями, вони частіше діють імпульсивно, під впливом емоцій.

Для подальшого вивчення агресивності проводилась діагностика за опитувальником ауто- і гетероагресії, що визначає спрямованість агресії на себе

або на інших. В ході дослідження були отримані результати, подані в зведених таблицях у додатках (Додаток Б, таблиці Б4, Б5, Б6).

За отриманими результатами можемо розрахувати загальні показники ауто- і гетероагресії у молодших підлітків.

Таблиця 2.2.4.

Загальні результати дослідження ауто- і гетероагресії у молодших підлітків.

	Г.р.	А.р.	Г.А.а.
Учні 5А	74%	16%	10%
Учні 5Б	81%	16%	3%
Учні 5В	63%	28%	9%

Також, враховуючи отримані дані, можемо розрахувати загальні показники дівчат та хлопців окремо.

Таблиця 2.2.5.

Загальні результати дослідження ауто- і гетероагресії у молодших підлітків за гендерною ознакою

	Г.а.	А.а.	Г.А.а.
5А клас			
Хлопці	60%	27%	13%
Дівчата	88%	6%	6%
5Б клас			
Хлопці	76%	18%	6%
Дівчата	87%	13%	0%
5В клас			
Хлопці	67%	22%	11%
Дівчата	57%	36%	7%

За загальними відсотковими показниками можемо зробити висновки, що незалежно від статі у всіх групах досліджуваних більш вираженими є показники гетероагресії, тобто агресивні прояви більшою мірою спрямовуються на навколишніх. Є відсоток хлопців та дівчат, що спрямовують агресивні прояви на себе, але цей показник за загальними значеннями не досягає 30%. Найбільш вираженим є значення аутоагресії в третій групі (5В клас) у дівчат. Такі підлітки

здебільшого звинувачують у негараздах та проблемах самих себе, зляться на себе, мають виражені докори сумління, інколи це пов'язано з низькою самооцінкою, невпевненістю в собі та самокритичністю.

Також разом з показниками агресивності досліджувався рівень самоконтролю молодших підлітків за шкалою «Високий самоконтроль – низький самоконтроль» (Чинник Q₃ з модифікованого варіанту дитячого особистісного опитувальника Р.Кеттела). В результаті отримані показники подані в додатках (Додаток Б, таблиці Б7, Б8, Б9).

За отриманими результатами можемо розрахувати загальні показники самоконтролю молодших підлітків.

Таблиця 2.2.6.

Зведена таблиця показників вивчення самоконтролю молодших підлітків

	Високий рівень самоконтролю	Середній рівень самоконтролю	Низький рівень самоконтролю
Учні 5А	7%	61%	32%
Учні 5Б	0%	41%	59%
Учні 5В	0%	47%	53%

За отриманими відсотковими показниками бачимо, що високий самоконтроль у підлітків в даній віковій групі мають лише 7% учнів в контрольній групі (учні 5А класу). Також більшість підлітків контрольної групи мають середній рівень самоконтролю. Зовсім по іншому виглядають показники учнів 5Б та 5В класів. Більше половини учнів мають низький рівень самоконтролю, а підлітків з високим рівнем самоконтролю не виявлено взагалі.

Також можемо подивитися відсоткове співвідношення самоконтролю між дівчатами та хлопцями, для врахування гендерних особливостей. Розрахунки подано у додатках (Додаток Б, таблиця Б10)

Розрахуємо показник кореляції за критерієм рангової кореляції Спірмена між показниками агресивності та рівнем самоконтролю учнів різних класів, для того, щоб визначити наскільки ці показники взаємопов'язані між собою та

перевіримо імовірність загального впливу цих показників на поведінку підлітків. Результати розрахунків подані в додатках (Додаток Б, таблиці Б11, Б12, Б13).

За загальними показниками кореляції бачимо, що у всіх трьох групах спостерігається взаємно протилежний зв'язок між показниками агресивності та самоконтролю. Але дані коливаються в межах від - 0.19 до - 0.39, а це говорить про те, що даний взаємозв'язок є слабким, невиразним. Це може свідчити про те, що діти, які стримують свої емоції, не в обов'язковому порядку є тихими, спокійними та не імпульсивними. В індивідуальному спілкуванні з цими дітьми стає зрозумілим, що навіть вмючи стримувати та контролювати свої дії, такі підлітки орієнтуються на загальні настрої та поведінку лідерів і колективу в цілому. Думки агресивно спрямованого характеру можуть бути присутні у таких підлітків. Можна припустити, що такі підлітки обдумують реалізацію цих думок, але мають більш сильну витримку та здатні аналізувати можливі наслідки своїх вчинків, тому можуть не вступати в суперечки та активно не проявляти агресивні форми поведінки.

Найбільш виразним протилежним зв'язком є показники контрольної групи. Це може свідчити про те, що сформований дружній колектив, гармонійність у встановленні зв'язків в мікрогрупах, напряду впливають на емоційну стабільність підлітків. Діти в такому середовищі не мають необхідності яскраво презентувати себе та звертати на себе увагу, вони в більшій мірі самодостатні, їх позитивно сприймають, конфлікти вирішуються емоційно, але без явних агресивних випадів, за принципом загального обговорення проблеми. У таких дітей акцентуації характеру є менш виразними, вони легко йдуть на контакт та вмюють комунікувати один з одним.

Висновки до розділу 2

За поставленою гіпотезою дослідження вважали, що агресивність має стійкі особистісні структури та специфічні особливості у молодшому підлітковому віці, на які впливає колектив в якому знаходиться підліток та мікрогрупа, найближче коло спілкування. Результати проведеного нами

дослідження підтверджують висунуту гіпотезу. На основі отриманих даних можемо зробити наступні висновки:

1. Проведений теоретичний аналіз проявів агресивності у молодших підлітків дозволив нам побачити проблему агресивності в поведінці більш широко, з різних кутів зору.

2. Експериментальним шляхом було виявлено, що у дівчат в усіх групах переважають середні показники прояву агресивності. А у хлопців показники у різних групах – різні. У контрольній групі (5А) у більшості хлопців агресивність посередня, хлопці 5Б мають дуже виражену перевагу високих показників агресивності, у хлопців 5В прояви агресивності поділяються порівну між середніми та високими рівнями.

3. Також можемо зробити висновки, що незалежно від статі у всіх групах досліджуваних більш вираженими є показники гетероагресії, тобто агресивні прояви більшою мірою спрямовуються на навколишніх. Є відсоток хлопців та дівчат, що спрямовують агресивні прояви на себе, але цей показник за загальними значеннями не досягає 30%. Найбільш вираженим є значення аутоагресії в третій групі (5В клас) у дівчат. Такі підлітки здебільшого звинувачують у негараздах та проблемах самих себе, зляться на себе, мають виражені докори сумління, інколи це пов'язано з низькою самооцінкою, невпевненістю в собі та самокритичністю.

4. За отриманими відсотковими показниками бачимо, що високий самоконтроль в підлітків спостерігається лише у 7% учнів контрольної групи (учні 5А класу). Також більшість підлітків контрольної групи мають середній рівень самоконтролю. Зовсім по іншому виглядають показники учнів 5Б та 5В класів. Більше половини учнів мають низький рівень самоконтролю, а підлітків з високим рівнем самоконтролю не виявлено взагалі. Це підтверджує той факт, що на поведінку та особистісні характеристики підлітка в групі можуть впливати різні фактори, та особливу роль в цьому відіграє формування та згуртованість колективу, взаємодія у мікрогрупах, встановлення особистісних зв'язків та

контактів, які безпосередньо впливають на формування особистісного «Я» підлітка.

5. Було зроблено статистичну обробку даних за критерієм рангової кореляції Спірмена. За показниками кореляції бачимо, що у всіх трьох групах спостерігається взаємно протилежний зв'язок між показниками агресивності та самоконтролю. Цей взаємозв'язок є слабким та невиразним, але все одно свідчить про те, що чим вищим є показник самоконтролю тим слабше виражена агресивність. Слабкість взаємо протилежного зв'язку може свідчити про те, що діти, які стримують свої емоції, не в обов'язковому порядку є тихими, спокійними та не імпульсивними. Думки агресивно спрямованого характеру можуть бути присутні у таких підлітків. Можна припустити, що такі діти обдумують реалізацію негативних думок, але мають більш сильну витримку та здатні аналізувати можливі наслідки своїх вчинків, тому не вступають в суперечки та активно не проявляють агресивності.

Найбільш виразним протилежним зв'язком показників агресивності та самоконтролю є результати контрольної групи. Це може свідчити про те, що сформований дружній колектив, гармонійність у встановленні зв'язків в мікрогрупах, напряду впливають на емоційну стабільність підлітків. Діти в такому середовищі не мають необхідності яскраво презентувати себе та звертати на себе увагу, вони в більшій мірі самодостатні, їх позитивно сприймають, конфлікти вирішуються емоційно, але без явних агресивних випадів, за принципом загального обговорення проблеми. У таких дітей акцентуації характеру є менш виразними, вони легко йдуть на контакт та вміють комунікувати один з одним.

Таким чином можемо впевнено казати про вплив багатьох макрорівневих чинників на поведінку підлітків. Основну ж роль у проявах агресії відіграє мікросередовище, в якому зростає підліток. До мікросередовища входять як життєві негаразди так і найближче оточення, власні помилки та неправильні вчинки, всі ці чинники протягом певного часу призводять до певних змін особистості. Також впливають зовнішні фактори, які допускають можливості

неконтрольованості поведінки, в свою чергу призводять до внутрішнього незадоволення та самообмеження. Такі обставини призводять до негативного результату особливо на ранніх стадіях формування особистості, тобто у молодшому підлітковому віці.

В подальшому, на основі отриманих даних, нами була розроблена корекційна-профілактична програма, спрямована на зниження рівня агресивності у молодших підлітків. Ця програма може бути максимально ефективною лише при наявності у підлітка бажання змінити свою поведінку і завдяки цьому покращити якість свого спілкування з навколишніми, а також при підтримці батьків, педагогів та друзів.

РОЗДІЛ 3. ПСИХОКОРЕКЦІЙНА РОБОТА З АГРЕСИВНИМИ ПІДЛІТКАМИ

3.1. Обґрунтування та розробка корекційно-профілактичної програми для роботи з агресивними підлітками

Беручи до уваги результати проведеного дослідження нами була розроблена корекційно-профілактична програма спрямована на зниження агресивних проявів в поведінці та розширення соціальних навичок у дітей молодшого підліткового віку, під назвою «Відповідальна поведінка». Дана програма являє собою заняття з елементами тренінгу та включає в себе різні психотерапевтичні техніки.

Обґрунтування програми. Методологічно-теоретичною основою розробки програми були положення про рефлексію як умову розвитку особистості (Л.О. Гапоненко [17]), діалог як внутрішній стан і форма партнерської взаємодії (Г.В. Дьяконов [24], суб'єктне самовизначення через активність і спосіб життєдіяльності (І.Д. Бех [6]).

Були враховані три взаємозалежні психологічні механізми, що пов'язані із самосвідомістю, діалогічного розуміння «людина-людина» та різноманітність суб'єктно-суб'єктної комунікації, які на думку науковців є більш гнучкими за віковими особливостями в порівнянні з юнацьким віком (М.Д. Белей [5], А. Бандура [4]). У складанні корекційно-профілактичних вправ були враховані зацікавленість підлітка з метою наближення до екстеріоризації як найпродуктивнішого механізму розвитку *самотійності*. Особливість цього механізму передбачає суб'єктну участь особистості у створенні зовнішніх продуктів діяльності. Мова йдеться про *самозміну* і *самоперетворення* соціально значущих і смислових для Я внутрішньої зміни. Виходячи із цих теоретико-методологічних положень, ми враховували цінності дитини:

- сім'я, в якій зростає дитина;
- мікросередовище, круг спілкування з однолітками, найближчі друзі;
- персонажі наслідування, вплив телебачення, комп'ютерних ігор.

Зараз існує багато методів для зниження проявів агресивності у дітей різного віку, можна застосовувати наступні: тренінги, дискусії, моделювання ситуацій, тематичні бесіди, інтерактивні методи, ігротерапію та інші.

Вважаємо, що психокорекційну роботу з агресивними підлітками слід проводити за декількома напрямками:

1. Навчати дітей в допустимій формі виражати свій гнів;
2. Навчати дітей володіти собою, вміти застосовувати прийоми саморегуляції;
3. Навчити спілкуванню у важких конфліктних ситуаціях;
4. Навчити навичкам толерантного ставлення до інших, довірі у стосунках.

Мета програми: зниження рівня прояву агресивності, підтримка у становленні власного «Я» та власної ідентичності підлітків, освоєння методів ефективного виходу з конфліктних ситуацій, розширення репертуару нормативної соціальної взаємодії, формування навичок емоційного самоконтролю, покращення навчального спілкування між однолітками.

Завдання:

- стимулювати розвиток комунікативних навичок;
- дати поштовх до побудови позитивного ставлення до власного «Я»;
- навчитися усвідомлювати механізми виникнення образи та навчити справлятися з негативними переживаннями;
- формувати вміння долати агресивні прояви в поведінці;
- формувати вміння протистояти негативному впливу та захищатись у ситуаціях насильства;
- зниження рівня тривожності;
- підвищення самооцінки та значимості;
- показати значення толерантної поведінки у різних життєвих сферах.

Методи і форми роботи: мозковий штурм, дискусії, ігри на довіру, спілкування, рольові ігри, обговорення, описи, самодіагностика, арт-техніки, релаксаційні вправи.

Організація занять.

Вік учасників – 10- 13 років.

Кількість учасників в групі – від 8 до 14.

Форма занять – групова.

Програма складається з 10ти занять.

Тривалість заняття 1-1.15 години, 2 рази на тиждень.

Критерії ефективності програми

Ефективність програми визначається за допомогою психодіагностичного анкетування учнів до і після проходження занять.

Рекомендовано перед початком занять провести індивідуальні консультації з кожним підлітком та визначити особисті очікування від занять. Після циклу занять також варто провести індивідуальні консультації для закріплення змін, що відбулися, та поштовху до саморозвитку особистості кожного підлітка.

Таблиця 3.1.1.

Структура корекційно-профілактичної програми

«Відповідальна поведінка»

Заняття	Назва теми (заняття)	Тривалість. (академ. год.)
2	Базовий	2 години
6	Практичний	6 годин
2	Підсумковий	2 години
Всього - 10		10 годин

Таблиця 3.1.2.

Тематичний план програми

№	Тема заняття	Вправи	Час
1	«Моя неповторна особистість»	Вправа на знайомство «Моє ім'я»	20 хв.
		Вправа «Правила співпраці»	10 хв.
		Вправа «Мої очікування»	10 хв.
		Вправа «Важливе обговорення»	10 хв.
		Вправа «Я та мої якості»	15 хв.
		Вправа «Ліфт»	5 хв.
		70 хв.	
2	Моє «Я»	Вітання	5 хв.
		Вправа «Розминка»	10 хв.
		Вправа «Портрет»	15 хв.
		Вправа « Позитив та негатив»	25 хв.
		Вправа «Відзеркалення»	5 хв.
		60 хв.	

3	«Важке та легке спілкування»	Вітання Мозковий штурм «Що таке Злість та Гнів?» Рольова гра «Відповіді» Вправа «Оцінка» Вправа «Аплодисменти»	10 хв. 25 хв.
			15 хв. 15 хв. 5 хв. 70 хв.
4	«Ми різні»	Вітання Вправа «Горіхи» Вправа «Обмін особистостями» Вправа «Автомийка» Вправа «Аплодисменти»	5 хв. 20 хв. 25 хв. 10 хв. 5 хв.
			65 хв.
5	«Володар емоцій»	Вітання Вправа «Банан» Вправа «Німа розмова» Вправа «Володар емоцій» Вправа «Іменинник» Вправа «Аплодисменти»	5 хв. 10 хв. 20 хв. 25 хв. 10 хв. 5 хв.
			75 хв.
6	«Розумію себе – розумію інших»	Вітання Вправа «Шкідливі та корисні емоції» Вправа «Секрети мого Я» Вправа «Емоційний тягар» Вправа «Аплодисменти»	5 хв. 25 хв. 20 хв. 10 хв. 5 хв.
			65 хв.
7	«Я творець своїх дій»	Вітання Вправа «Опонент» Вправа «Кульки» Мозковий штурм «Моя поведінка» Вправа «Аплодисменти»	5 хв. 25 хв. 10 хв. 20 хв. 5 хв.
			65 хв.
8	«Комунікація та саморегуляція»	Вправа «Автограф» Вправа «Ображалка» Вправа «Листок гніву» Вправа «Ловимо мух на мед» Вправа «Комплімент» Вправа «Аплодисменти»	10 хв. 10 хв. 20 хв. 10 хв. 5 хв. 5 хв.
			60 хв.
9	«Досягаємо мети»	Вправа «М'який чи колючий?» Вправа «Лінія життя» Вправа «Естафета приязні» Вправа «Досягнення» Вправа «Ми з тобою схожі...»	5 хв. 15 хв. 10 хв. 25 хв. 5 хв.
			60 хв.

10	«Безконфліктна поведінка»	Вітання	5 хв.
		Вправа «Десять подій»	15 хв.
		Вправа «Клубок»	5 хв.
		Вправа «Моя шляпа»	15 хв.
		Вправа «Активний слухач»	10 хв.
		Вправа «Малюнок на двох»	15 хв.
		Вправа «Добра тварина»	5 хв.
		Прощання	5 хв.
		75 хв.	

Заняття 1

«Моя неповторна особистість»

Вправа на знайомство «Моє ім'я» (20 хв.)

Мета: створити атмосферу довіри та комфортного спілкування, вербальне та невербальне знайомство.

Хід вправи:

Кожен учасник малює своє ім'я. Учасники презентують малюнки, називаючи своє повне ім'я, можна також назвати аналоги свого імені та скорочені назви. Учасники пояснюють значення свого імені (якщо знають таку інформацію). Кожен учасник озвучує ім'я, яким хотів би, щоб до нього звертались у групі.

Обговорення:

Які почуття виникали у вас під час цієї вправи?

Вправа «Правила співпраці» (10 хв.)

Мета: ознайомити учасників з метою, змістом занять, прийняття правил роботи групи.

Хід вправи:

Учасникам пояснюється мета занять, пропонуються, обговорюються та приймаються правила роботи для групи. Кожен надає згоду дотримуватися правил протягом усіх занять.

Орієнтовні правила роботи групи:

1. Приходити вчасно.
2. Добровільність участі. Якщо немає бажання говорити або виконувати завдання - не роби цього, але повідомити за допомогою умовного знаку.

3. Спілкування «тут і тепер». Вимкнені мобільні.
4. Конфіденційність. Не розповсюджувати інформацію почуту від учасників. Після занять обговорювати деталі лише з учасниками групи.
5. Говорити від власного імені. Не існує правильних або неправильних відповідей. Просто виражай свою точку зору.
6. Чесність та щирість. Краще промовчати ніж збрехати.
7. Толерантність стосовно кожного, прийняття позиції іншого.
8. Без критики. Утримання від зауважень та вказівок. Якщо маєш іншу думку, то піднімаєш руку та озвучуєш її.

9. Відповідальність за свої слова та вчинки.

Правила записуються на ватмані, кожен учасник ставить під ними свій підпис. Після цього правила вішаються на видне для всіх місце.

Вправа «Мої очікування» (10 хв.)

Мета: озвучити очікування учасників від занять.

Хід вправи:

Ведучий питає: що діти хотіли б дізнатися на заняттях? Учасникам пропонується на стікерах написати свої очікування та бажання, а потім прикріпити їх на загальне поле ватману.

Вправа «Важливе обговорення» (10 хв.)

Мета: усвідомлення своїх почуттів, знайти розуміння причин, які викликають негативні емоції.

Хід вправи:

Ведучий:

- У кожної людини бувають ситуації в житті, у зв'язку з якими псується настрій, це викликає злість, образу, обурення, гнів. При цьому може виникати бажання кричати та вдарити когось. Згадайте одну таку ситуацію, з вашого власного досвіду. Розкажіть про неї.

Обговорення:

Що Ви відчували, коли згадали ситуацію?

Чи важко визнати та розповідати про свої почуття?

Вправа «Я та мої якості» (15 хв.)

Мета: продовження знайомства один з одним, подивитись на себе зі сторони, самооцінка своїх якостей.

Хід вправи:

Учасникам роздаються картки з написаними на них людськими якостями:

- щирість,
- почуття гумору,
- здатність подобатися іншим,
- сила характеру,
- Я «цікава особистість»,
- потреба в підтримці зі сторони,
- вмю підтримувати інших.

Кожен учасник повинен оцінити свої якості за 10ти бальною шкалою.

Обговорення:

Чи поставив собі хтось оцінку нижчу за 3 бали?

За яку якість? Чому?

Яка думка інших, стосовно цієї якості?

Які почуття виникали під час виконання цієї вправи?

Ведучий:

- Інколи наша самооцінка не співпадає з точкою зору інших, ми думаємо про себе одне, а інші зовсім інше. Це відбувається тому, що ми оцінюємо себе виходячи з власних почуттів та думок, а от оточуючі оцінюють нас, судячи лише наші вчинки.

Вправа «Ліфт» (5 хв.)

Мета: розслабитись, нормалізувати свої відчуття.

Ведучий:

- Чи виникла у когось, у ході виконання завдань, напруга, негативні відчуття?

Давайте спробуємо нормалізувати свої відчуття та відпустимо все негативне. Для цього сядьте зручно, розслабтесь. Покладіть долоню на живіт.

Уявіть що живіт – це 1й поверх, трохи вище – шлунок – це 2й поверх, а ще вище – груди – це третій поверх. А тепер приготуйтеся, починаємо поїздку на ліфті.

Спокійно вдихніть повітря, наповніть ним свій живіт, 1й поверх. Затримайте дихання. Видихніть ротом.

Вдихніть другий раз більше повітря, підіймаючи ліфт на другий поверх. Затримайте дихання. Видихніть ротом.

Вдихніть третій раз ще глибше, підіймаючи ліфт на верхній, 3й поверх. Затримайте дихання. Спокійно, повільно видихайте. Під час видиху відчуйте, як напруження та хвилювання виходять із вашого тіла. Ви спокійна, гармонійна та неповторна особистість. Ви поважаєте себе та вчитеся поважати інших.

На цьому наше заняття на сьогодні завершено. Всім гарного продовження дня.

Опис результатів заняття. За результатами проведеного заняття відбулись перші, не настільки довірливі, але все ж таки суб'єктні звернення підлітків відповідно принципів участі в групових корекційних заняттях. Вони реагували на виконання завдань у відповідності принципів. Водночас, слід зауважити, що були декілька випадків порушення принципів роботи в групі. Так, наприклад, Н (хлопець 11 років) активно втручався і докоряв тих, хто не проявляв суб'єктне ставлення до інших. У таких випадках були проведені нагадування основних принципів роботи, які наочно були презентовані.

Слід зазначити, що в цій ситуації поведінка психолога була в ролі фасилітатора. За результатами комплексного проведення вправ відбулася позитивна групова динаміка, яка сприяла самоусвідомленню, рефлексивному аналізу поведінки в учнів.

Заняття 2

Моє «Я»

Вітання (5 хв.)

Учасники ходять по кімнаті. Ведучий певним знаком зупиняє їх. Кожен вітається з тим, біля кого зупинився, кожного разу незвичним способом: плечем, долонею, ліктем.

Вправа «Розминка» (10 хв.)

Мета: зняття напруги, створення дружнього та привітного середовища.

Хід вправи:

Ведучий:

Підніміть праву руку ті, хто сьогодні вранці почистив зуби.

Підніміть ліву руку ті, у кого зараз гарний настрій.

Підніміть обидві руки ті, у кого добре серце.

Встаньте ті, у кого багато друзів.

Встаньте ті, хто любить бути один на один з собою.

Встаньте ті, у кого на одязі є щось зелене.

Поплескайте в долоні ті, хто тільки що, щось шукав на собі....

Вправа «Портрет» (15 хв.)

Мета: самопізнання, знайомство з іншими, розкриття своїх позитивних якостей.

Хід вправи:

Намалюйте смайлик, наділіть смайлика тим настроєм який у вас присутній зараз. Домалюйте смайлику проміні, на кожному промені напишіть свою позитивну рису характеру, чи те, що у вас виходить робити краще за інших.

Покажіть свій малюнок, розкажіть про ваші особливі риси характеру.

Обговорення:

Чи важко було виконувати завдання? Якщо так, чому?

Вправа « Позитив та негатив» (25 хв.)

Мета: усвідомлення власних вчинків та особливостей характеру.

Хід вправи:

Ведучий:

- Інколи в вашому житті бувають моменти, коли всі навколо скаржаться на вас. Батьки говорять вам, що ви себе жахливо поводите. Вчителі кажуть вам, що ви нестерпні і у вас безліч недоліків. Але це лише погляди зі сторони, ви можете сприймати чи не сприймати те, що про вас говорять.

Але погодьтеся, кожна в міру доросла людина повинна вміти самостійно оцінювати та усвідомлювати свої вчинки та розуміти свої людські якості. Згодні?

Зараз ми попрактикуємо такі вміння. Візьміть аркуш паперу, поділіть його навпіл, та напишіть свої позитивні якості в ліву колонку, а негативні – в праву. Пишіть все правдиво та відверто.

Якщо все вже написали, відірвіть поволі праву сторону від лівої. Свої негативні риси складіть та киньте у загальну коробку. Залиште собі лише позитивні риси.

Обговорення:

Комусь з вас потрібна ця коробка з негативом?

Чи важко було оцінювати себе не лише з позитивної, але і з негативної сторони?

Як ви гадаєте, якщо кожен згадає свій список, ви є більш позитивною людиною чи негативною? Чому? (власна думка)

Чи заважають вам в житті ваші негативні риси?

Чи можна перекрити позитивними рисами негативні?

Ведучий:

- Ми з вами від'єднали позитивні риси від негативних і залишили лише позитив. Саме з вашими позитивними рисами ми будемо працювати надалі. Вашим домашнім завданням буде спостерігати за собою та до наступного заняття поррахувати, скільки разів ви використали свої позитивні риси.

Вправа «Відзеркалення» (5 хв.)

Мета: знизити градус напруги, підвищення настрою, концентрація на позитиві.

Хід вправи:

Учасники сідають колом. Перший учасник повертається до сусіда та мімікою і жестам «дражнить» його. Той, в свою чергу, дражнить його у відповідь. Потім повертається до другого свого сусіда і передає гримаси далі, по колу. Таким чином передаються та отримуються різного виду почуття та емоції.

Обговорення:

Як відбувалася передача емоцій?

Які м'язи у вас були задіяні?

Які у вас виникали відчуття, коли ви бачили мімічне відображення емоцій?

Нам цьому наше заняття на сьогодні завершено. Всім гарного продовження дня.

Опис результатів заняття. В цілому визначився низький рівень саморегуляції поведінки у взаємодії, проте, позитивні зміни відстежуються у Ю., К., Н., які вже більш ввічливо відносились до підлітків, які не вчасно впорались із вправами.

Заняття 3

«Важке та легке спілкування»

Вітання (10хв.)

Учасники сідають колом. Кожен по черзі вітається та розповідає про своє хоббі, захоплення чи те, що вміє робити найкраще за усіх.

Мозковий штурм «Що таке Злість та Гнів?» (25 хв.)

Мета: підвищити активність учасників, викликати бажання ділитися думками та отримувати інформацію; визначити поняття «злості», «агресії», «гніву» та їх складові.

Хід вправи:

Ведучий:

- Швидко дайте відповідь на питання що таке Злість, Гнів? Говоріть те, що перше приходить вам на думку.

- Злість – це недоброчливі почуття розлюченості, розчарування. Це почуття спрямовує негативні емоції на об'єкт розчарування і виникає як певна специфічна реакція на якусь ситуацію. Така реакція навіть може бути пов'язаною з психологічною травмою. Злість може в певних ситуаціях мобілізувати та активізувати людину, а в інших – заважати їй.

Гнів – це дуже сильний виплиск злості, який спрямовується на навколишніх, почуття обурення, роздратування, нервового збудження.

1. Внутрішній гнів – це прихована злість, що стримується, постійний стан душі. Образа також є внутрішнім гнівом.

2. Вид гніву, що виражається у словах та вчинках, невічливість, грубі слова, що доходять до спалахів люті.

3. Злопам'ятність – гнів, що лютує довгий проміжок часу.

Агресія – поведінка, яка спрямована на завдання шкоди собі чи іншим, може бути як фізичною так і вербальною. Агресія, в свою чергу, бере у супровід гнів, злість, та інші схожі емоції.

- Важливо знати про те, що поганих емоцій не буває. Кожна наша емоція має право на існування. Шкідливо постійно подавляти емоції та не давати їм виходу, виплеску. І звичайно треба навчитись правильно звільнитися та справлятися з негативними емоціями та почуттями, бо їх прояв є неприйнятним ні для оточуючих, ні для нас самих.

Обговорення:

Що у тебе особисто викликає гнів?

Коли ви викликаєте гнів у інших?

Як змінюється людина, її обличчя, вигляд, поведінка, коли вона гнівається?

Що тобі подобається, коли ти злишся? Що не подобається?

Чи часто ти сам гніваєшся? Чи гніваються на тебе, як часто та чому?

Рольова гра «Відповіді» (15 хв.)

Мета: формування у різних життєвих ситуаціях правильних емоційних реакцій.

Хід вправи:

Учасникам на вибір даються декілька ситуацій, з яких кожен обирає одну. В обраній ситуації кожен повинен продемонструвати стан спокою, та спокійну відповідь, впевнену відповідь, агресивну відповідь.

Ситуації:

1. Ви зустріли свого гарного друга, він хоче з вами поспілкуватися, а ви не маєте такого бажання і хочете піти.

2. Вас хтось дуже сильно образив.

3. Вчитель, чи хтось з батьків відволікає вас від певної важливої для вас справи, щось питають, про щось просять, не дають доробити справу до кінця.

Обговорення:

Розкажіть, що ви відчували під час виконання вправи?

Чи легко було стримувати свої справжні емоції та керувати своїми почуттями?

Чи важко знайти правильні слова та аргументи для вічливої відповіді?

Вправа «Оцінка» (15 хв.)

Мета: виробити навички висловлювання погодження та незгоди без оціночних суджень та образ.

Хід вправи:

Ведучий ділить всіх на пари. Кожній парі дається аркуш паперу та завдання.

1. Написати перелік висловів, за допомогою яких доречно висловити згоду.
2. Написати перелік висловів, за допомогою яких доречно висловлювати незгоду.
3. Написати перелік висловів, за допомогою яких можна оцінити вчинки та дії інших, не образивши.

Кожна пара презентує свої наробки.

Ведучий:

- Запам'ятайте, для ефективного, толерантного спілкування важливо навчитися висловлювати свою точку зору так, щоб вона не ображала.

Обговорення:

Що було корисного для вас у цій грі?

Чи легко було оцінювати дії інших?

Чи легко висловлювати згоду та незгоду у необразливій формі?

Вправа «Аплодисменти» (5 хв.)

Мета: позитивне завершення заняття.

Хід вправи:

Ведучий питає чи були здобуті на заняття корисні навички, чи можливо навчитись їх використовувати в подальшому житті?

Ведучий дякує учасникам за відповіді та плідну роботу на занятті та пропонує винагородити один одного аплодисментами.

Опис результатів заняття. На цьому занятті комунікація між учасниками була досить продуктивною, учні працювали в парах ціленаправлено, але при цьому був застосований метод суперництва. Н. намагався контролювати свої емоції, зменшив тиск на співрозмовників. Було декілька суперечливих моментів під час обговорення між Ю., Л., Т. та Н. Психолог при цьому знов виступив у суперечку в ролі фасилітатора. Знов були проведені нагадування основних принципів роботи.

Під час фінального обговорення після проведених вправ спостерігалась позитивна динаміка у самоусвідомленні та аналізі власної поведінки учнів.

Заняття 4

«Ми різні»

Вітання (5 хв.)

Учасники сідають колом. Кожен вітається з усіма та продовжує речення: «Я радію коли...», «Я сумую коли...»

Вправа «Горіхи» (20 хв.)

Мета: усвідомлення індивідуальності, цінності кожного.

Хід вправи:

Перед учасниками ставиться миска з горіхами. Кожному пропонується обрати собі один горіх, взяти його, роздивитися, спробувати запам'ятати та покласти назад до миски.

Ведучій бере всі горіхи та висипає їх в центр кола. Учасникам пропонується роздивитися горіхи та знайти саме свій горіх.

Обговорення:

Чи важко шукати свій горіх серед усіх?

Чи вдалось комусь знайти саме свій? За якими прикметами? Чим він відрізнявся від інших?

Ведучий:

- Погодьтесь, люди схожі на ці горіхи, на перший погляд усі однакові. Щоб знайти особливості когось одного потрібен час. Про те який горіх (добрий чи поганий) ми судимо з того, який він всередині. Також ми оцінюємо і людей. Хтось відкривається швидко і легко, а дехто нарощує собі товсту броню (шкарлупу) для того щоб себе захистити. Така людина не відразу розкривається іншим, їй так безпечніше, надійніше. Ми нібито і схожі усі, але все ж таки дуже різні якщо придивитися.

Вправа «Обмін особистостями» (25 хв.)

Мета: побачити себе зі стороно, розвинути навички безоціночного спілкування.

Хід вправи:

Учасники діляться на пари. Кожен в парі сідає один навпроти одного. Дається завдання розповісти про свою найулюбленішу комп'ютерну гру. Головна задача повністю скопіювати особистість партнера: мову, жести, поведінку, манірність (скопіювати особистість сусіда). Головна задача – не робити нічого навмисно, не робити того, чого немає, не ображати того, чию роль ти граєш.

Після такого спілкування кожен з них розповідає, що він відчував коли бачив нібито себе через сусіда?

Обговорення:

Як ти вважаєш, чи було це справді схоже на тебе?

Чи це було дивно та кумедно?

Що в тобі було, але побачив ти це зараз, коли подивився на себе зі сторони?

Ведучий:

- Дуже важливо в житті – вміти поставити себе на місце іншого, така здатність полегшує розуміння та комунікацію між людьми.

Вправа «Автомийка» (10 хв.)

Мета: налагодження загального контакту, зняття напруги.

Хід вправи:

Учасники стають у 2 шеренги, утворюючи між собою уявний коридор. Руки кожного учасника – це уявні щітки-мийки. По черзі крізь коридор проходить кожен учасник. Головна задача щіток – гарно терти та мити своїми щітками уявну «машину». Так поки крізь коридор не пройдуть всі учасники.

Обговорення:

Кому сподобалась ця вправа?.

Що ви відчували у ролі «машини»?.

Ким буми було краще: «щітками» чи «машиною»?

Вправа «Аплодисменти» (5 хв.)

Мета: позитивне завершення заняття.

Хід вправи:

Ведучий питає чи були здобуті на заняття корисні навички, чи можливо навчитись їх використовувати в подальшому житті?

Ведучий дякує учасникам за відповіді та плідну роботу на занятті та пропонує винагородити один одного аплодисментами.

Опис результатів заняття. На цьому занятті учасники активно співпрацювали як в команді так і в парних групах. Здивував своєю активністю Ж. Спостерігаються більш конструктивні лінії обговорення та вільне і ненав'язливе висловлювання своїх думок. Н., замість критичних випадів та постійних суперечок, почав застосовувати аналіз своїх дій та дій інших. Психолог намагалась спрямувати позитивні зрушення в аналізі дій учасників на подальше моделювання наслідків від власних дій.

Заняття 5

«Володар емоцій»

Вітання (5 хв.)

Учасники стають колом, кожен вітається і говорить який у нього сьогодні настрій був зранку і є зараз.

Вправа «Банан» (10 хв.)

Мета: підняти настрій, налаштуватися на роботу, посміятися.

Хід вправи:

Ведучий бере якийсь предмет (банан, м'ячик, ключ..). Учасники стоять колом, тримають руки за спиною. Одного бажаного ставлять до центру кола. Ведучий йде за спинами учасників та дає обраний предмет одному з них. Учасники передають предмет за спинами у довільному порядку. Задача обраного в середині здогадатися у кого з учасників зараз обраний предмет. Якщо він вгадує – міняється місцями. Після цього гра продовжується далі.

Вправа «Німа розмова» (20 хв.)

Мета:

Хід вправи:

Учасники поділяються на пари, кожній парі даються кольорові стікери. Один з учасників запрошує іншого в кіно, а інший – питає домашнє завдання. (завдання один одного вони не знають). Спілкування відбувається нібито крізь скло, без використання мови, за допомогою жестів та міміки.

Обговорення:

Чи зрозуміли ви один одного?

Чи змогли домовитись?

Якщо так, то завдяки чому це вдалося?

Які почуття виникали під час виконання вправи?

Вправа «Володар емоцій» (25 хв.)

Мета: навчитися розрізняти емоції, формувати вміння контролювати емоції в різних життєвих ситуаціях.

Хід вправи:

Учасникам зачитуються вислови відомих людей, що закріплені на дошці.

- Наша совість — це сад, а наша воля - це садівник. (Сенека)
- Розчарування — властивість слабких. Не довіряйте розчарованим - вони майже завжди безсилі. (Г.Флобер)
- Могутній дух рятує розслаблене тіло. (Гіппократ)
- Повчай себе сам, тоді ти навчишся чого-небудь у інших. (В.Гете)
- Мати тверду волю — не значить залишитися без серця. (Сабіт Муқанов)

- «Сильніший за всіх той, хто володіє собою». (Сенека Луцій Анней Молодший)

- Багато сильних переможеними бувають немічними (Іоанн Дамаськін)

Оголошується мозковий штурм.

Ведучий:

- Назвіть вольові риси людини (це можуть бути: самостійність, незалежність, рішучість, наполегливість, цілеспрямованість та інші..). Все записується на дошці.

- Давайте розглянемо кожен вислів, та вирішимо, які риси характери повинні бути у героїв цих висловів у конкретних життєвих ситуаціях?

- Чи це позитивна чи негативна риса характеру? Чому?

Кожен учасник робить свій вибір, вибираючи зі списку написаних на дошці рис.

Біля кожного вибору ставиться позначка, за кількістю позначок вкінці обираються ті риси, яка притаманна більшості.

Обговорення:

Чи впливають наші риси характеру на наші емоції та навпаки?

Чи можна за допомогою емоцій зрозуміти один одного?

Чи можна за поведінкою та певними рисами характеру зрозуміти почуття та емоції людини?

Чи впливають наші емоції на оточуючих?

Чи можна контролювати свої емоції? Чи потрібно це взагалі?

Чи є способи керування негативними емоціями?

Вправа «Іменинник» (10 хв.)

Мета: позитивне завершення заняття, формування позитивного «Я».

Хід вправи:

Обирається один учасник, сідає в центр кола. Всі діти по черзі висловлюють позитивну думку про нього, про його риси характеру, про його вчинки. На місці «іменинника» повинен бути кожен з учасників.

Обговорення:

Що ти відчуваєш?

Чи сподобалось тобі чути про себе лише гарні речі?

Чи є в тебе бажання, щоб про тебе так думали і казали ті хто навколо тебе?

Вправа «Аплодисменти» (5 хв.)

Мета: позитивне завершення заняття.

Хід вправи:

Ведучий питає чи були здобуті на заняття корисні навички, чи можливо навчитись їх використовувати в подальшому житті?

Ведучий дякує учасникам за відповіді та плідну роботу на занятті та пропонує винагородити один одного аплодисментами.

Опис результатів заняття. За результатами проведеного заняття слід зазначити, що емоційна складова у спілкуванні молодших підлітків відіграє дуже важливу роль. Чіткі емоційні посили захоплюють та спрямовують підлітків як в позитивному так і в негативному напрямку. При цьому у учасників групи спостерігаються часто імпульсивні, малокеровані дії. Напружені моменти під час заняття були між Н., К. та Л., жваво обговорювалась правильність виконання завдання. Коли психолог переключила всіх на аналіз та об'єктивну оцінку ситуації, емоційна напруга знизилась, обговорення прийняло конструктивне русло.

Заняття 6

«Розумію себе – розумію інших»

Вітання (5 хв.)

Учасники сідають у коло. Кожен вітається та продовжує речення: «Якби я був твариною, я би був...»

Вправа «Шкідливі та корисні емоції» (25 хв.)

Мета: сформуванню розуміння шкоди та користі від наших почуттів та емоцій.

Хід вправи:

Учасники діляться на групи по 4-5 чоловік.

Ведучий:

- Вам необхідно заповнити таблицю. Для того, щоб це зробити вірно, потрібно дослідити почуття «любові» та «злості» + «любє почуття за бажанням».

Кожна група обговорює дані почуття та пов'язані з ними емоції. Після цього заповнюються таблиці.

Таблиця 3.1.3.

Емоція	Її користь	Її шкода

Учасники кожної групи діляться своїми наробками. Обговорюється користь та шкода емоцій. Кожен може обрати для себе найкорисніші емоції для формування гарних почуттів.

Обговорення:

Чи можна відмовитись від негативних та шкідливих емоцій? Чому?

Вправа «Секрети мого Я» (20 хв.)

Мета: розуміння власних особливостей особистості.

Хід вправи:

Обирається один з бажаних учасників.

Ведучий:

- Уяви, що одного ранку ти дізнаєшся новину, що один злий вчений створив робота - точну твою копію, він на 100% схожий на тебе. Цей робот – руйнівна зброя і всім робить лише погане, ти не хочеш щоб тебе плутали з ним.

- Подумай, що є в тобі настільки індивідуального, що не можна продублювати?

- Як твої знайомі та друзі зможуть відрізнити тебе від робота? Чи є в тебе певний індивідуальний секрет?

- Вийшло так, що ти та твої близькі видали твої індивідуальні секрети. Який з найтаємніших своїх секретів ти б викрив останнім, щоб точно знати, що ти - це ти, а не твоя точна копія?

Після цього обговорення обирається наступний бажаний.

Вправа «Емоційний тягар» (10 хв.)

Мета: надати можливість відчувати різні негативні емоції, формувати почуття емпатії до інших.

Хід вправи:

Ведучий:

- Перед вами лежать різні камінці та мушлі. Роздивіться їх, та оберіть ті, які у вас асоціюються з негативними почуттями.

Учасники по колу називають ті негативні емоції та почуття які вони згадали, та намагаються викинути їх разом з предметами, які обрали.

Обговорення:

Чи важкою була вправа?

Чиї емоції та почуття ви називали? Що ви при цьому відчували?

Чи можна самотійно справлятися з негативними емоціями та почуттями?

Наскільки це може бути важким завданням?

Вправа «Аплодисменти» (5 хв.)

Мета: позитивне завершення заняття.

Хід вправи:

Ведучий питає чи були здобуті на заняття корисні навички, чи можливо навчитись їх використовувати в подальшому житті?

Ведучий дякує учасникам за відповіді та плідну роботу на занятті та пропонує винагородити один одного аплодисментами.

Опис результатів заняття. За результатами проведеного заняття спостерігається явна позитивна динаміка у поведінці учасників. Групова взаємодія була достатньо продуктивною, обговорення – в конструктивному руслі. Відстежувалося бажання слухати та розуміти один одного. У разі виникнення складних моментів, учасники групи зверталися до психолога за уточненням та порадою. Особливо цікавою для обговорення стала вправа на індивідуальні особливості учасників. Кожен розкрився неочікуваними індивідуальними навичками та вміннями, це занурило учасників групи в свій

індивідуально налаштований мікроклімат, були помітні зміни у сприйнятті учасниками один одного.

Заняття 7

«Я творець своїх дій»

Вітання (5 хв.)

Учасники вітаються та по черзі кажуть, які вчинки людей їх дратують більш за все, чому.

Вправа «Опонент» (25 хв.)

Мета: формування навичок правильного висловлювання своїх думок, вчитись розуміти власні почуття.

Хід вправи:

Учасники діляться на пари. Кожен сідає один проти одного. Кожен учасник у своєму опоненті повинен уявити негативний образ для себе, саме ту людину, яка дуже неприємна, до якої відчуваєш відразу, гнів. По черзі учасники повинні визначити що саме дуже не подобається в негативному «образі» людини та проговорити це в слух.

Ведучий:

- Почніть фразу з таких слів, як: «У цій людині мені не подобається..». Завершіть наступною фразою: «Тому я злюсь на неї» чи «тому я хочу її вдарити», «Я хочу кричати та сварити її».

Один учасник висловлюється та передає слово опоненту. Такі вислови можна повторювати декілька разів.

Обговорення:

Кому з обраних персонажів було найважче висловлювати свої почуття?

Чи легко було знайти в людях те, що викликає негативні почуття, образу, гнів?

Які виникали відчуття після висловлювання своїх думок?

Що ви відчували, коли слухали опонента?

Вправа «Кульки» (10 хв.)

Мета: зрозуміти важливість саморегуляції.

Хід вправи:

Ведучий дістає та показує учасникам 3 повітряні кульки. Перша – надута дуже слабо, друга – посередньо, третя – сильно.

Ведучий:

- Якщо якимось чином починати впливати на ці кульки (тиснути, штовхати..), що ймовірніше може з ними статися?

- Що станеться з сильно надutoю кулькою? Чому? Чи може це бути небезпечним?

- А що може статися з посередньо надutoю?

- А з слабо надutoю?

- Так і з нашими емоціями всередині нас. Якщо ми переповнені будь-якими емоціями, особливо негативними, рано чи пізно ми не зможемо стримувати їх всередині, як і кулька. Ми луснемо від злості, емоції вибухнуть на того, хто буде в цей час поруч. І це так само як і для кульки, може бути небезпечним і для нас самих так і для оточуючих нас людей.

Мозковий штурм «Моя поведінка» (20 хв.)

Мета: навчитися аналізувати власну поведінку.

Хід вправи:

Ведучий:

- Давайте спробуємо проаналізувати власні реакції та нашу поведінку у різних ситуаціях. Для цього спробуйте відповісти на питання. Пам'ятайте – головне бути чесним самим з собою, це завжди приносить бажані результати.

1. Як найчастіше ви проявляєте свою негативну енергію, у конструктивній (виважений, лаконічний) формі, чи деструктивній (емоційній, невиважений, агресивній)?

2. Яким чином, найчастіше, саме ви справляєтесь зі своєю агресивністю: намагаєтесь стримуватися чи зразу виплескуєте все, що всередині?

3. Яке ваше власне ставлення до своєї агресії: ви її боїтесь, насолоджуєтесь, отримуєте задоволення?

4. Як частіше за все ви звільняєтесь (розряджаєтесь) від своєї агресивності?

Всі учасники повинні висловити свої думки, необмежено по часу, не стримуючи потік думок.

Вправа «Аплодисменти» (5 хв.)

Мета: позитивне завершення заняття.

Хід вправи:

Ведучий питає чи були здобуті на заняття корисні навички, чи можливо навчитись їх використовувати в подальшому житті?

Ведучий дякує учасникам за відповіді та плідну роботу на занятті та пропонує винагородити один одного аплодисментами.

Опис результатів заняття. В цілому заняття пройшло дуже інтенсивно та продуктивно. Н. виклався по максимуму, Ю., К., Т. активно та доречно підключалися в роботу по ходу вправ. Учасники визнавали та озвучували деструктивні форми в своїй поведінці, робили спільний аналіз, допомагаючи один одному. Спостерігалася явна позитивна взаємодія всіх учасників групи.

Заняття 8

«Комунікація та саморегуляція»

Вправа «Автограф» (10 хв.)

Мета: привітатися, налагодити контакт між учасниками, підняти настрій.

Хід вправи:

Учасники отримують по аркушу паперу. Всі учасники ходять по кімнаті, підходять один до одного, вітаються та збирають автографи. Головна задача привітатися та зібрати автографи більшості учасників за 3 хв..

Обговорення:

У кого скільки автографів? У кого найбільше?

Як вам вдалося стільки зібрати?

Яка у вас була мета, виконуючи завдання?

Чи було відчуття конкуренції?

Чи було у когось почуття єдності з усіма, нібито ви виконуєте одну справу разом?

Вправа «Ображалка» (10 хв.)

Мета: формування способів саморегуляції.

Хід вправи:

Учасники згадують ситуації, коли їх ображали, дражнили. Кожен може поділитися тими неприємними фразами, які йому коли-небудь казали.

Обговорення:

Що ви відчували, коли чули таке на вашу адресу?

Яка була ваша реакція на такі образи?

Ведучий:

- Для того, щоб реакція була виважена і адекватна, спочатку треба трохи пригальмувати та поррахувати до 10ти, а потім спробувати перекрутити ці слова і зробити їх максимально смішними, чи уявити саму людину, яка це каже, у якомусь кумедному вигляді.

- Давайте спробуємо попрактикуватися.

Вправа «Листок гніву» (20 хв.)

Мета: виробити конструктивні методи вираження негативних емоцій.

Хід вправи:

Всім учасникам роздається по аркушу паперу.

Ведучий:

- Кожен з вас повинен уявити, що цей папірець є причиною вашого гніву, причиною ваших нещасть, вашої люті. Намалюйте на ньому свої емоції у будь-якому вигляді: лініями, образом, любим кольором.

- Спробуйте любимими способами спрямувати на цей листок свої негативні емоції (особливо ті, у кого наразі поганий настрій, та всередині накопичилось багато негативу). Ви можете: рвати, кусати, швирияти, жмякати свій папірець, до тих пір, поки не відчуєте, що ваші погані почуття зменшились, зникли, чи сам процес вас починає веселити.

- Тепер остаточно впорайтесь зі своїми негативними почуттями – зберіть те, що залишилось від «листка гніву» до купи та викиньте його у смітник.

Обговорення:

Які були ваші відчуття під час зображення негативу?

Чи були труднощі під час виконання вправи?

Який у вас настрій зараз?

Вправа «Ловимо мух на мед» (10 хв.)

Мета: спонукати до змін стереотипів в поведінці, показати, що спілкування з позиції сили не є ефективним.

Хід вправи:

Учасники діляться на пари, сідають один навпроти одного. Один з учасників стискає руку в кулак та простягає його другому. Завдання для опонента: спробувати розтиснути кулак партнералюбими методами за 30ть секунд. Учасники змінюються позиціями, спроба повторюється.

Обговорення:

Ведучий:

- У кого вийшло розтиснути кулак? Поділіться як ви намагалися виконати умову? Робимо висновок, більшість учасників намагалося розтиснути кулак силою. При цьому, чим сильніше ви намагалися тиснути, тим сильніший опір отримували.

- Питання: а чи спробував хтось з вас просто попросити партнера розтиснути кулак? (В умові до завдання було сказано «любими методами»)

- Висновок: для того щоб досягти мети, частіше за все не потрібно тиснути, спочатку треба просто спробувати попросити про послугу, допомогу, підтримку та інші речі.

Вправа «Комплімент» (5 хв.)

Мета: сприяти позитивному ставленню один до одного, вчити казати та сприймати приємні речі на рахунок себе та інших.

Хід вправи:

Учасники сідають колом. Кожен учасник говорить комплімент своєму сусіду зліва.

Вправа «Аплодисменти» (5 хв.)

Мета: позитивне завершення заняття.

Хід вправи:

Ведучий питає чи були здобуті на заняття корисні навички, чи можливо навчитись їх використовувати в подальшому житті?

Ведучий дякує учасникам за відповіді та плідну роботу на занятті та пропонує винагородити один одного аплодисментами.

Опис результатів заняття. Заняття пройшло в достатньо емоційному ключі. Всі учасники проявляли активність та згуртованість. При обговоренні з'ясувалося, що прави мали позитивний ефект на Н. та К., вони розглянули різні варіанти ефективної безконфліктної комунікації та саморегуляції, мали можливість застосувати нові навички на практиці. Чітко відслідковується рефлексивний аналіз поведінки учасників, позитивна взаємодія та співпраця між учасниками групи зберігається.

Заняття 9

«Досягаємо мети»

Вправа «М'який чи колючий?» (5 хв.)

Мета: створення сприятливої для роботи атмосфери, гарного настрою.

Хід вправи:

Учасникам дають обрати один з двох предметів – колючий чи пухнастий м'ячик.

Ведучий:

- З яким настроєм ви сьогодні прийшли: - з «колючим» (негатив, роздратування, неприємності) чи з «м'яким» (веселі, радісні)?

Всі учасники по черзі обирають свій настрій і пояснюють свої емоції.

Вправа «Лінія життя» (15 хв.)

Мета: формування навичок відповідальної поведінки.

Хід вправи:

Учасникам пропонується намалювати шлях всього свого життя, від народження до кінця життя, у вигляді лінії.

Підліткам даються різні картки, з різними подіями, які б могли статися чи ставалися в їх житті, вони докладають їх до своїх ліній, позначаючи ними теперішнє, минуле та майбутнє.

Ведучий:

- Розкажіть які емоції ви відчували, коли створювали свої «Лінії життя»?

Що ви відчуваєте коли думаєте про минуле, про теперішнє, про майбутнє?

Чи ви можете контролювати емоції, які виникають?

Обговорення: Чи легко було виконувати вправу? З чим виникли труднощі?

Вправа «Естафета приязні» (10 хв.)

Мета: формування відчуття емпатії до оточуючих, зниження комплексів.

Хід вправи:

Учасники діляться на дві команди. Починається естафета: перший обіймає другого, другий – третього і т.п. Останній біжить на початок і все повторюється знову. Виграє естафету та команда, всі учасники якої пройдуть все «коло приязні».

Вправа «Досягнення» (25 хв.)

Мета: формування впевненості в своїх силах та можливостях.

Хід вправи:

Кожному учаснику дають аркуш з таблицею. Кожен повинен заповнити таблицю.

Таблиця 3.1.4.

Мої досягнення			
Життєвий шлях	Мої досягнення (що отримав)	Мої позитивні риси	Мій досвід (чого навчився)
6 років			
7 років			
8 років			
9 років			
10 років			
11 років			
Останній місяць			
Останній тиждень			

Обговорення:

Чи потрібно звертати увагу на свої досягнення?

На наше життя впливають лише досягнення, чи невдачі також?

Як наш попередній досвід може впливати на майбутнє життя?

Вправа «Ми з тобою схожі...» (5 хв.)

Мета: позитивне завершення заняття.

Хід вправи:

Учасники стають у два кола, зовнішнє та внутрішнє, розвертаються один до одного.

Учасники зовнішнього кола кажуть фразу: «Ми з тобою схожі тим, що..». Учасники внутрішнього кола дають відповідь: «Ми з тобою відрізняємось тим, що..». Потім учасники зовнішнього кола за командою пересуваються змінюючи партнера. Вправа триває доти поки кожен учасник зовнішнього кола не зустрінеться з учасником внутрішнього кола.

Ведучий:

- На сьогодні наше заняття завершується. Дякую всім за активну участь.

Опис результатів заняття. В цілому визначається достатній рівень саморегуляції учасників на занятті. Вправи сприяли активності підлітків, позитивна взаємодія зберігається. У Н. та Л. спостерігається позитивна динаміка у розвитку навичок емпатії та стриманості у поведінці. С. (дівчина 12 років) була дуже відвертою на занятті, поділилася з учасниками групи травмуючими подіями, які мали досить негативний вплив на формування особистості дівчини (з цього приводу С. розпочала індивідуальну роботу з психологом).

Заняття 10

«Безконфліктна поведінка»

Вітання (5 хв.)

Мета: позитивна установка на роботу в групі.

Хід вправи:

Учасники вітаються. Кожен продовжує речення: «Цього тижня мені вдалося (я зробив)..».

Вправа «Десять подій» (15 хв.)

Мета: формування відповідального ставлення до навколишнього світу та до себе.

Хід вправи:

Згадайте та розкажіть про 5ть найкращих та 5ть найгірших подій у своєму житті.

Обговорення:

Про що було легше розповідати, про кращі чи гірші моменти життя?

Які емоції виникали?

Навіщо нам пам'ятати події минулого?

Вправа «Клубок» (5 хв.)

Мета: зняття емоційної напруги.

Хід вправи:

Учасники стають в коло, закривають очі, руки по швах, можна рухати тільки ногами. За сигналом всі починають рухатись в середину кола, роблячи шаг на пів стопи. Коли хтось натикається на когось, рух не припиняється, всі тиснуться всередину, створюючи «клубок». За сигналом усі зупиняються та відкривають очі.

Обговорення:

Які ваші відчуття?

Як ви гадаєте, для чого ми робили цю вправу?

Вправа «Моя шляпа» (15 хв.)

Мета: розглянути різні способи реагування в конфліктних ситуаціях.

Хід вправи:

Ведучий:

- Уявіть що ви вийшли та залишили свій мобільний телефон на стільці.

Інша, незнайома для вас людина, не помітила та сіла на нього.

Учасникам пропонується розіграти події, що сталися з різними інтерпретаціями подальших подій. Розглядаються різні варіанти вирішення конфліктної ситуації.

Обговорення:

Легше було піддатися емоціям, чи правилам безконфліктної поведінки?

Що було більш комфортним та ефективним у вирішенні складної ситуації?

Чи думали ви про почуття опонента в цій ситуації?

Які ваші враження від вправи?

Вправа «Активний слухач» (10 хв.)

Мета: формувати навички активного слухання та партнерської взаємодії.

Хід вправи:

Учасники діляться на пари. Один з пари розповідає все, що хоче розповісти про себе протягом 2х хвилин. Другий уважно слухає, потім говорить: «Я почув, що ти...». Партнери міняються місцями. Головна задача запам'ятати всю інформацію про партнера.

Обговорення:

Чи вдалося вам дізнатися більше про партнера?

Чи є навичка активного слухання корисною?

Вправа «Малюнок на двох» (15 хв.)

Мета: дати учасникам можливість проаналізувати себе в конфліктній ситуації.

Хід вправи:

Учасники діляться на пари. Кожна пара бере аркуш паперу та маркер. Тримавши разом маркер треба намалювати малюнок на любую тему (можна обрати конкретну тему).

Учасники діляться своїми малюнками.

Обговорення:

Чи важко було співпрацювати?

Хто в парі віддав більшу перевагу партнеру? Чому?

Хто скористався можливістю домовитись та узгодити дії?

Вправа «Добра тварина» (5 хв.)

Мета: згуртованість групи, формування навичок емпатії.

Хід вправи:

Учасники стають в коло та беруться за руки.

Ведучий:

- Ми є однією великою твариною. Давайте послухаємо як дихає ця тварина. На вдих робимо крок назад. На видих – крок вперед. На дих – два кроки назад. На видих – 2 кроки вперед.

Прощання (5 хв.)

Ведучий:

- Дорогі мої хлопці та дівчата, мені було дуже приємно з вами працювати. Ви – найкращі та найрозумніші і у вас все обов'язково буде добре! Не забувайте про це!

Ведучий пропонує кожному завершити речення «Дякую за співпрацю. Мені було ... з вами працювати».

Опис результатів заняття. Заняття пройшло в комфортній та дружній обстановці. Якщо провести паралелі з першим заняттям, то стає очевидною позитивна динаміка у зниженні проявів агресивності по відношенню один до одного. Чітко прослідковуються позитивні зрушення в процесах самоусвідомлення власних дій. Помітні процеси формування та побудови рефлексивного аналізу у висловлюваннях та поведінці підлітків. Позитивна динаміка спостерігається і у засвоєнні та використанні методів ефективного виходу з конфліктних ситуації, у підлітків явно розширився репертуар нормативної соціальної взаємодії. Навички емоційного самоконтролю на етапі формування, але явно спостерігається покращення навчального спілкування та навичок комунікації між учасниками групи.

3.2. Оцінка результативності корекційного впливу з подолання агресивності у молодших підлітків

Корекційна робота по зниженню агресивності молодших підлітків в першу чергу направлена на переформатування агресивних форм поведінки у соціально прийнятні форми. Тому розроблена нами програма спрямована на зниження рівнів агресивності, освоєння методів ефективного виходу з конфліктних ситуацій. Заняття програми направлені також на становлення власної ідентичності та індивідуальності, а також покращують навички комунікації. Все

це разом сприяє кращій адаптації молодших підлітків у колективах та полегшує сприймання нового навчального матеріалу та нових методів навчання.

В результаті спільної комунікації, вирішенням проблемних завдань, дружній обстановці діти індивідуально розкриваються, мають змогу відкрито та у прийнятній формі висловити свої думки та почуття, навчаються розуміти себе та інших. Кожен учасник занять, в тій чи іншій мірі починає розуміти, що агресивні форми поведінки не вирішують конфлікти та непорозуміння, а лише заглиблюють певні ситуації в міжособистісних стосунках у ще більшу прірву конфлікту.

У більшості підлітків з надмірно вираженою агресивністю не сформовані навички комунікації, що в свою чергу, обтяжує їхнє спілкування з однолітками. Відвідуючи заняття такі підлітки мають змогу вдосконалити свої навички спілкування. Вони стають більш спокійними, легше йдуть на контакт, навчаються чути критичні зауваження з розумінням, не «стартуючи» у відповідь. Комунікація – головна складова адаптації. Формуючи навички спілкування молодші підлітки легше встановлюють прийнятні стосунки з однолітками, краще адаптуються в колективі, що є однією з головних задач даної програми.

Також важливо при розробці програми було не тільки знизити агресивні тенденції, але і змога дати вихід спонтанним імпульсам агресії. Розрядка агресії понижує рівень її напруги. Тому після певних вправ та емоційних обговорень корисними є заспокійливі вправи, які включені у дану програму. Деякі вправи дозволяють відпрацювати агресивні імпульси та у спільній діяльності переадресувати руйнівні виплески з партнера на подолання зовнішніх перепон у досягнення загальної мети.

Для підлітків з вираженою захисною агресією включені вправи, що навчають різним стилям спілкування. За захисною агресією стоїть відчуття небезпеки, загрози зовнішніх факторів. У таких дітей необхідно зняти підвищену тривожність, і цьому сприяє тепла дружня атмосфера на заняттях, душевний комфорт.

Також в програму були включені вправи, спрямовані на формування позитивного ставлення до власного «Я», підвищення самооцінки та власної значимості. Це особлива категорія підлітків, що мають за показниками високі рівні аутоагресії. Завдяки певним вправам такі діти формують адекватне ставлення до себе, до своїх помилок і досягнень, навчаються адекватно сприймати критику, заслужену похвалу.

Для оцінки результативності та ефективності програми було проведено повторне вивчення стриманості/нестриманості типу агресивної поведінки, рівнів ауто/гетероагресії та показників самоконтролю. Результати подані у таблицях нижче.

Таблиця 3.2.1.

Результати дослідження типу агресивної поведінки за методикою розробленою Є.П. Ільїним і П.А. Ковалевим до та після проведення корекційно-профілактичних занять.

		Н.р.	С.р.	В.р.
Учні 5А	До	6%	71%	23%
	Після	8%	73%	19%
Учні 5Б	До	16%	37%	47%
	Після	16%	40%	44%
Учні 5В	До	12%	50%	38%
	Після	13%	55%	32%

За результатами повторного дослідження бачимо, що показники змінилися у всіх досліджуваних групах. У контрольній групі (5А клас) показники низького рівня агресивності зросли на 2%, показники середнього рівня теж зросли на 2%, а от показники високого рівня прояву агресивності знизились на 4%. У учнів 5Б класу показники низького рівня не змінилися, середні показники зросли на 3%, високі зменшились на 3%. Отже можемо зробити висновок, що 3% учнів явно знизили свої загальні прояви агресивності, це не великий відсоток, але зважаючи на загальні умови (не згуртованість колективу, багато новеньких, діти з неблагополучних сімей, сильно виражені акцентуації у поведінці та інше), вважаємо що це позитивна динаміка. У учнів 5В класу низькі показники прояву агресивності зросли на 1%, середні зросли на 5%, а високі знизились на 6%.

Приймаючи до уваги особливості підлітків та ускладнюючі фактори побудови гармонійних стосунків у колективі, вважаємо, що це гарний позитивний результат.

Узагальнюючи дані показники, можна сказати про те, що спостерігається позитивна динаміка після реалізації корекційно-профілактичної програми на прояв агресії у підлітків. Але при багатьох ускладнюючих факторах адаптації учнів та формування особистості підлітків ватро зауважити, що потрібно продовжувати корекційну роботу в індивідуальному порядку, працюючи комплексно як з самими дітьми, так і з батьками та педагогами «важких» підлітків.

Таблиця 3.2.2.

Результати показників ауто- і гетероагресії у молодших підлітків до та після проведення корекційно-профілактичних занять.

		Г.р.	А.р.	Г.А.а.
Учні 5А	До	74%	16%	10%
	Після	71%	12%	17%
Учні 5Б	До	81%	16%	3%
	Після	80%	13%	7%
Учні 5В	До	63%	28%	9%
	Після	63%	25%	12%

Порівнюючи отримані показники бачимо, що у контрольній групі (5А клас) рівень гетероагресії знизився на 3%, рівень аутоагресії знизився на 4%, а збалансований між ауто та гетероагресією показник зріс на 7%. Можемо констатувати, що контрольна група має явно позитивні показники. У учнів 5Б класу рівень гетероагресії знизився на 1%, рівень аутоагресії знизився на 3%, гармонійний показник між ауто та гетероагресією зріс на 4%. У учнів 5В класу показники гетероагресії не змінилися, рівні аутоагресії знизились на 3%, збалансований показник зріс на 3%. Порівняльний аналіз після реалізації корекційно-профілактичної програми свідчить про зростання рівнів гармонійного ставлення учнів до себе та навколишніх, та зниження показників прояву аутоагресії.

Таблиця 3.2.3.

Результати вивчення рівня самоконтролю молодших підлітків за шкалою «Високий самоконтроль – низький самоконтроль» до та після проведення корекційно-профілактичних занять.

		Високий рівень самоконтролю	Середній рівень самоконтролю	Низький рівень самоконтролю
Учні 5А	До	7%	61%	32%
	Після	7%	67%	26%
Учні 5Б	До	0%	41%	59%
	Після	0%	44%	56%
Учні 5В	До	0%	47%	53%
	Після	2%	51%	47%

Порівнюючи результати показників самоконтролю контрольної групи (5А клас) до та після проведення корекційно-профілактичної програми можемо зазначити, що високі показники самоконтролю не змінилися, середні показники зросли на 6%, низькі знизилась на 6%. Можемо зробити висновок, що 6% учнів, з низьким самоконтролем, стали більше аналізувати свої дії та наслідки вчинків, тому повторне дослідження показують, що показники цих учнів вийшли на середній рівень. Показники високого рівня самоконтролю учнів 5Б класу також не змінилися, середні – зросли на 3%, низькі – знизилась на 3%. Повторюється динаміка контрольної групи, але з меншим результатом. Учні 5В класу мають збільшені на 2% показники високого рівня самоконтролю, показники середнього рівня зросли на 4%, низький самоконтроль знизився на 6%. Дані показники свідчать про дуже позитивну динаміку у формуванні навичок самоконтролю після проведення занять корекційно-профілактичної програми.

Загальний аналіз результатів дослідження свідчить про наявність реально позитивної динаміки корекційно-профілактичних вправ, що в позитивному напрямку змінює показники агресивності та самоконтролю у молодших підлітків.

На основі розробленої корекційної програми по зниженню агресивності у молодших підлітків, були сформовані рекомендації для батьків та педагогів подані у додатках (Додаток Д).

Висновки до розділу 3

Відповідно до гіпотези дослідження даної роботи вважаємо, що агресивність має стійкі особистісні структури та специфічні особливості у молодшому підлітковому віці, на які впливає колектив, в якому знаходиться підліток, та мікрогрупа, найближче коло спілкування. Відповідно до цього розроблена корекційно-профілактична програма, що спрямована саме на зниження агресивних проявів в поведінці та розширення соціальних навичок у дітей молодшого підліткового віку, під назвою «Відповідальна поведінка».

Дана програма націлена, в першу чергу, на переформатування агресивних форм поведінки у соціально прийнятні форми. Заняття програми направлені також на становлення власної ідентичності та індивідуальності.

Загальний аналіз результативності даної програми показав реальну позитивну динаміку корекційно-профілактичного впливу на формування навичок самоконтролю в поведінці, зниження рівня аутоагресивних проявів та загального рівня агресивності у молодших підлітків.

Під час занять підлітки мають змогу дати вихід спонтанним імпульсам агресії, формувати навички комунікації, висловлювати свої думки, не боючись осуду. Кожен учасник занять в тій чи іншій мірі розуміє, що агресивні форми поведінки не вирішують конфлікти та непорозуміння, а лише заглиблюють певні ситуації в міжособистісних стосунках у ще більшу прірву конфлікту. Це, в свою чергу, допомагає сформувати нові моделі поведінки у конфліктних та складних ситуаціях.

Діти мають змогу навчитися різним стилям спілкування, розкрити свої позитивні сторони, відчувати себе цінними, неповторними та несамотніми у цьому великому світі. Це знижує виражену захисну агресивність, зменшує рівень непорозуміння та збільшує сприйняття у колективі однолітків.

Адаптація до нових умов навчання, до нового колективу, нових педагогів, нових стилів викладання навчальних матеріалів посилює невпевненість підлітків у собі. В таких стресових обставинах діти часто замикаються в собі, стають невпевненими, боязкими, знервованими. Групова корекційно-профілактична

робота у ненав'язливому стилі знімає стресові фактори, згуртовує, адаптує в колективі однолітків, що в свою чергу позитивно впливає на міжособистісні стосунки в мікрогрупах та колективах в цілому.

Позитивна динаміка щодо проявів агресії спостерігається після третього четвертого заняття. Діти краще знають один одного, не замикаються в собі, мають площину вільного висловлювання думок та справедливої оцінки дій. Ці фактори знижують рівні вербальної агресивності, та нівелюють прояви фізичної агресії у молодших підлітків.

ВИСНОВОК

У даній роботі досліджено проблему психологічних особливостей агресивності молодших підлітків на етапі адаптації до нових умов навчання. Актуальність даної теми зумовлена декількома факторами: країна переживає важкий період в своєму становленні, це має суттєвий вплив на соціальний аспект розвитку суспільства, збільшується злочинність та конфліктність; починає зростати увага до проблеми агресивності зі сторони психологів, педагогів, соціальних працівників, які в свою чергу реагують на соціальні запити від населення; наразі є актуальним вивчення індивідуально-психологічних особливостей особистості агресивних проявів; також є певні вимоги до практичної діяльності щодо проведення консультацій та корекційно-розвивальної роботи з дітьми підліткового віку.

За поставленою метою дослідження вивчалися рівні агресивності молодших підлітків; психологічні особливості підлітків що мають виражені агресивні прояви у поведінці; соціальний вплив на розвиток агресивності; засоби що знижують агресивні прояви в молодшому підлітковому віці.

В результаті аналізу проведеного дослідження можна зробити наступні висновки:

1. Вивчення теоретичних та методологічних підходів показало, що проблема агресивності молодших підлітків є досить актуальною, але наразі не має універсальних визначень таким поняттям як «агресивність» та «агресія». Структурні компоненти даних явищ також різняться, трактування цих понять досить різноманітне. Дослідження психологічних складових агресивності та індивідуальних особливостей є достатньо складними.

На підставі вивчення літератури можемо зробити узагальнений висновок, що «агресія» розглядається вченими як деструктивна вмотивована поведінка, це може бути індивідуальна або колективна дія, що суперечить правилам та нормам співіснування людей у суспільстві, та завдає шкоди об'єктам нападу. Психологічна агресія - це поведінка, яка навмисно спрямована на завдання

психологічної шкоди іншій людині у вигляді залякування, образи, формування залежності. Дуже розповсюдженим видом прояву психологічної агресії виступає маніпуляція яка є, певним чином, емоційним шантажем.

У сучасній літературі пропонуються різноманітні класифікації агресії та агресивності. Основні форми прояву агресії: роздратування, лють, злість, ненависть. Агресивні прояви завжди виникають у соціумі, коли люди взаємодіють один з одним. На ці прояви впливають різноманітні моменти особистісних відносин, вони ж призводять до виникнення агресивних дій та визначають її направленість та загальні форми.

2. Підлітковий вік є одним із складніших періодів в людському онтогенезі. Існують певні психологічні особливості, які провокують агресивну поведінку у підлітків. Одні з них це: знижений рівень саморегуляції та недостатній інтелектуальний розвиток, занижена самооцінка, недостатньо розвинуті навички ігрової діяльності, порушення стосунків з однолітками, також агресивність пов'язана з рівнем імпульсивності.

Особливу значимість набуває дослідження агресивної поведінки в молодшому підлітковому віці. У дітей цього віку переважає пряма фізична агресія. Негативізм та вербальна агресія знаходяться на однакових ступенях розвитку. Агресивна реакція стає більш складною з віком, набуваючи характеру дії, підставою для якої є комунікативний компонент. Слід зазначити існування статевої різниці у способах проявів агресивності хлопчиками і дівчатками. Так виявлено, що дівчатка в основному використовують непрямі способи агресії, а хлопці вдаються до прямих способів агресивної поведінки.

3. Агресивність підлітка визначається його статусом у групі. Найбільш високий рівень агресії спостерігається у лідерів та у тих, ким нехтують. Лідери за допомогою агресивних дій зміцнюють свої лідерські позиції, а ті ким нехтують виявляють незадоволеність своїм становищем. В той же час, фізична систематична агресія дітей молодшого підліткового віку сильніше пов'язана з несприятливим соціальним оточенням. Діти молодшого підліткового віку стають більш емоційно вразливими, періодами вони можуть відчувати як фізичний так

і духовний біль, часто проявляється незадоволеність собою, навколишнім світом. Основною ж проблемою дитини у молодшому підлітковому віці є бажання бути почутим та прийнятим з усіма своїми інтересами та недоліками. Якщо дитина на цьому етапі не змогла отримати бажаної підтримки з боку оточуючих вона змушена проявляти себе агресивно.

4. Узагальнюючи результати емпіричного вивчення агресивності молодших підлітків можемо констатувати підтвердження висунутої гіпотези дослідження, а саме, що агресивність має стійкі особистісні структури та специфічні особливості у молодшому підлітковому віці, на які впливає колектив в якому знаходиться підліток та мікрогрупа, найближче коло спілкування.

Експериментальним шляхом було виявлено, що у дівчат в усіх групах переважають середні показники прояву агресивності. А у хлопців показники у різних групах – різні (середній та високий рівні). Також можемо зробити висновки, що незалежно від статі у всіх групах досліджуваних більш вираженими є показники гетероагресії, тобто агресивні прояви більшою мірою спрямовуються на навколишніх. Є відсоток хлопців та дівчат, що спрямовують агресивні прояви на себе, але цей показник за загальними значеннями не досягає 30%. Більше половини учнів мають низький рівень самоконтролю.

Все це підтверджує той факт, що на особистісну поведінку підлітка в групі можуть впливати різні фактори, та особливу роль в цьому відіграє формування і згуртованість колективу, взаємодія у мікрогрупах, встановлення особистісних зв'язків, які безпосередньо впливають на становлення особистісного «Я» підлітка.

За показниками кореляції бачимо, що у всіх трьох групах спостерігається взаємно протилежний зв'язок між значеннями агресивності та самоконтролю. Цей взаємозв'язок є слабким та невиразним, але все одно свідчить про те, що чим вищим є показник самоконтролю тим слабше виражена агресивність.

5. Обґрунтовуючи умови зниження проявів агресивності дітей молодшого підліткового віку, можна констатувати, що психокорекційну роботу з агресивними підлітками слід проводити за декількома напрямками:

- навчати дітей в допустимій формі виражати свій гнів;
- навчати дітей володіти собою, вміти застосовувати прийоми саморегуляції;
- навчити спілкуванню у важких конфліктних ситуаціях;
- навчити навичкам толерантного ставлення до інших, довірі у стосунках.

Корекційну роботу в першу чергу потрібно направляти на переформатування агресивних форм поведінки у соціально прийнятні форми.

Варто також зазначити, що корекцію агресивних проявів у поведінці молодших підлітків у період адаптації до нових умов навчання слід проводити комплексно: працювати індивідуально з кожною дитиною, залучати до співпраці батьків та педагогів, проводити групові корекційно-профілактичні заняття. Комплексний підхід дозволяє глибоко дослідити та врахувати у роботі всі індивідуальні особливості кожного підлітка та забезпечує позитивну динаміку щодо зниження агресивних проявів в поведінці.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Аналіз проявів девіантної поведінки окремих груп молоді Києва. Час молоді: інформаційно-методичний бюлетень. *Соціальної служби молоді*. м. Київ. 1997. № 4 (квітень). – С. 4–37.
2. Апішева А.Ш. Проблема конфліктних стосунків сучасних підлітків та юнаків з батьками. А.Ш. Апішева. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2012, Вип. 2. С. 117-125
3. Бадюк Т. К. Особливості адаптаційного періоду учнів п'ятих класів до навчання у шкільній ланці : інформаційно-методичний посібник. Бадюк. Вінниця, 2013. 34 с.
4. Бандура А., Уолтерс Р. Підліткова агресія. Вивчення впливу виховання та сімейних стосунків М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО. Пресс, 2000. С. 512
5. Белей М.Д. Психологічна сутність агресії та її вплив на девіантну поведінку підлітків: методичні рекомендації для студентів спеціальностей. Практична психологія в галузі освіти. М.Д. Белей. Івано-Франківськ: Приватний підприємець Бойчук А.Б., 2019. С. 102
6. Бех І.Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. Київ. : Академвидав, 2012. С. 256.
7. Благута Р. І. Психологічні засади профілактики делінквентності неповнолітніх: дис. канд. юрид. Наук.Р. І. Благута. Київ, 2006. С. 219
8. Бовть О.Б. Соціально-психологічні причини агресивної поведінки підлітків. *Рідна школа*. 1999. № 2. С.17 – 20.
9. Будуємо майбутнє разом : Програма профілактики конфліктів та правопорушень серед учнівської молоді: навчально-методичний посібник. Л. В. Зуб, Т. Л. Лях, Л. А. Мельник та ін. /за ред. Т. В. Журавель, М. А. Снітко. –Київ.: ТОВ «Видавництво АВД плюс», 2016. С. 276
10. Бэрон. Р, Ричардсон.Д. Агрессия. перев. с англ. URL. : https://kingmed.info/knigi/Psihologiya/book_2752/Agressiya-Beron_R_Richardson_D-2001-pdf

11. Василенко І. А. , Тарарака І. С. Агресивність та особливості статусного положення підлітків. *Традиції та новації сучасної освіти в Україні. Наука і освіта.* №3. 2013 С.44-46. УДК: 159.922. URL <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/12158/1/Vasylenko.pdf>
12. Васьківська С. Дитяча агресивність: норма чи відхилення? *Початкова школа.* 1993. № 7. С.51 – 52.
13. Васьківська С. Звідки ж агресивність. *Наша дитина.* 1993. № 2. С.7.
14. Вікова та педагогічна психологія. Навчальний посібник. Авторський колектив. К.: Просвіта, 2001
15. Вікова та педагогічна психологія : навч. посібн. О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. 4-те вид., і доп. Київ. : Каравела, 2014. С. 400.
16. Галушко Л. Я. Психологічна корекція агресивної поведінки у ранній юності засобами мистецтва : Психологія: теорія і практика. Випуск 2 (2)' 2018. Педагогічна та вікова психологія. Л.Я. Галушко. Івано-Франківськ, 2010.
17. Гапоненко Л.О. Рефлексія як умова розвитку особистості. Монографія. Дніпропетровськ. : Пороги, 2009. С. 175.
18. Гиренко С.П. Агресивна поведінка особистості в конфлікті. *Вісник Харківського Університету. Психологія.* 2000. № 472. С. 49 – 51
19. Грабська І.А. Насильство у подружніх стосунках: зарубіжний досвід досліджень та консультування. *Практична психологія та соціальна робота.* 1998. №9. С.20 - 22.
20. Гребінь Н.В. Федчун М.Ю. Особливості агресивної поведінки підлітків із підвищеним рівнем переживання страхів. *Психологія особистості.* 2020. С. 119-124. URL : <http://habitus.od.ua/journals/2020/15-2020/21.pdf>
21. Двіжона О.В. Вплив сім'ї на формування асоціальної поведінки підлітків. *Актуальні проблеми психології.* Т.1. Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія. К.: Інститут психології імені Г.С.Костюка АПН України. 2002. Частина 3. С. 35 – 41.

22. Джеймс У. Психология. URL. : <https://bookshake.net/b/psihologiya-uilyam-dzheymys>
23. Дзюбенко О. А. Психологічні особливості адаптації молодших підлітків до навчання в основній школі : дис. канд.псих. наук : 19.00.07. Київ., 2013. С. 209.
24. Дьяконов Г.В. Основы диалогического подхода в психологической науке и практике. Монография. Кировоград: РИО КГПУ им. В.Винниченко, 2007. С. 847.
25. Загальна психологія: Підручник. О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. К.: Каравела, 2009. С. 464
26. Заняття психолога з підлітками / Упоряд. Т.Гончаренко. - К.: Вид. дім «Шкіл. Світ »: Вид. Л.Галіціна, 2006. С. 120
27. Зупинись! Посміхнись! : методичний посібник з профілактики агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації. Журавель Т. В., Сергеева К. В., Шаровара О. Г. К. : ФОРМ Буря, ВГЦ «Волонтер», 2013. С. 124
28. Іванова В.В. Прояви агресивності у підлітковому віці. Практична психологія та соціальна робота. 2000. № 5. С. 5–16.
29. Кириченко В. В. Особливості проявів агресії у дітей під час соціально-психологічної адаптації до умов середньої школи / В. В. Кириченко. Актуальні проблеми психології. Т. 1. Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія. К.: Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. 2002. Ч. 3. С. 68–72.
30. Кісіль. З. Р. Психологічні особливості агресивності у підлітковому віці. *Науковий вісник. Львівського державного університету внутрішніх справ.* 1.2015. 32 УДК 159.9. URL https://www1.lvduvs.edu.ua/documents_pdf/library/visnyky/nvsp/01_2015/15kzrupv.pdf
31. Кові Ш. Сім звичок надзвичайно ефективних підлітків. Видавництво старого Лева, 2016. С. 251

32. Кочанова Ю.В. Агресивність та агресія як соціальні категорії. Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили. Сер. : Соціологія. 2010. Т. 146, Вип. 133. С. 50-54. URL. : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npchdusoc_2010_146_133_12.2010
33. Кравчук Л. Світ емоцій (корекційно-розвивальна програма для підлітків) *Психолог*. 2010. №17. С. 1-40
34. Купа І. Клуб лідерів (корекційно-розвивальна програма для підлітків) *Психолог*. 2011. №13
35. Марчак С. Авторська корекційно-розвивальна програма для учнів підліткового та раннього юнацького віку з ознаками девіантною поведінки. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 8
36. Мелоян А.Є. Психологічний аналіз агресивної поведінки в підлітковому віці: *Вісник ХДПУ ім. Г. С. Сковороди*. Вип. 9. Х., 2002. С. 179-184.
37. Мізерна О.О. Корекційна тренінгова програма «Самовдосконалення» для подолання агресивних проявів серед підлітків. *Практична психологія та соціальна робота*, 4-5, 2003.
38. Молода сім'я: проблеми та умови її становлення. Навч. видання ДЦССМ. Долинська Л. В., Капська А. Й. К., 2003.
39. Мойсеєва О.Є. Психологія агресії: вікові та генетичні виміри: навч. Метод. Посіб. К.: КММ, 2010. С.128
40. Лук'янова С.М. , Насадюк Т. А. Адаптація учнів 5-х класів в процесі вивчення математики URL.: <https://repository.sspu.sumy.ua/bitstream/123456789/910/1/Adaptatsiia%20uchniv%205-kh%20klasiiv%20v%20protsesi%20vyvchennia%20matematyky.pdf>
41. Павелків В. Р. Агресія як феномен сучасності в системах молодіжних субкультур. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 31. С. 293-303. URL. : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2016_31_26
42. Папуча М. В. Проблеми психології особистісного розвитку: монографія. Ніжин: ПП Лисенко М.М., 2008. 384 с.

43. Папуча М. В., Кричковська Т. Д. Особистість: розвиток, соціалізація, виховання: монографія. Ніжин: Редакційно-видавничий відділ НДПУ ім. М. Гоголя, 2001. 147 с.
44. Помиткіна Л. В. Психологія сім'ї. Харків, 2010. С. 270
45. Психологічні особливості злочинної поведінки неповнолітніх. О. В. Землянська. Проблеми загальної та педагогічної психології: збірн. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2001. Т. 3. Ч. 1. С. 163–168.
46. Психологічний словник За Ред. В. І. Войтка (1982). URL : <https://samorozvytok.info/content/psychologichnyy-slovnyk-za-red-v-i-voytka-1982>
47. Ревіталізація дітей з особливими потребами: монографія / За заг. ред. проф. Гошовського Я.О. Луцьк : ПП Іванюк В.П., 2013. С. 360
48. Рожков М.І., Байбородова Л.В., Ковальчук М.А. Виховання толерантності у школярів: Навчально-методичний посібник. Ярославль: Академія розвитку: Академія Холдинг: 2003. 192 с.
49. Смирнова Е.О. Психологічні особливості і варіанти дитячої агресивності. *Питання психології*. 2002. № 1. С. 17-26.
50. Соціальна педагогіка: словник-довідник / За заг. ред. Т.Ф.Алексєєнко. Вінниця: Планер, 2009. С. 542
51. Сподобаєва, А. Д. Агресивність у підлітковому віці: причини, профілактика А.Д. Сподобаєва. Інсайт : психологічні виміри суспільства : матер. міжнар. конф./ ред. кол. : І. С. Попович, С. І. Бабатіна, І. Р. Крупник та ін. Херсон : ВД «Гельветика», 2019. Вип. 1(16). С. 264-266
52. Сучасна психологія: проблеми та перспективи. Збірник наукових праць. Ізмаїл: РВВ ІДГУ. 2021. 160 с.
53. Тат'янчиков А. О. Особливості розумових операцій у зв'язку з адаптацією підлітків до навчання в основній школі. *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2013. Вип. 45 (1). С. 235–242.
54. Теорія агресії і наслідування. Підхід Н. Міллера і Дж. Долларда. URL. :

https://stud.com.ua/106933/psihologiya/teoriyi_agresiyi_nasliduvannya_pidhid_millera_dollard

55. Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі: С. М. Томчук, М. І. Томчук. Вінниця: КВНЗ «ВАНО», 2018. С. 200
56. Тренінг емоційної компетентності : навч.-метод. Посібник. автор І. М. Матійків. К. : Педагогічна думка, 2012. С. 112
57. Фрейд З. По ту сторону удовольствия. URL. : <http://book-online.com.ua/read.php?book=2100.5>
58. Фрейд Я и Оно. URL. https://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/freyd/ya_ono.php
59. Фром Е. Анатомія людської деструктивності: пер. с англ. Електронний сайт. 2022. URL. : <https://sites.google.com/site/persodzerela2semestr/home/from-e-anatomia-ludskoie-destruktivnosti>
60. Фром Е. Концепція людини та двох способів індивідуального життя. URL. : <http://referat-ok.com.ua/work/e-from-konceptija-ljudini-ta-dvoh-sposob/>
61. Хімеон Н. Становлення самосвідомості підлітка: почуття дорослості, самоствердження, самооцінка. *Психолог*, №25-27, 2007.
62. Чухілевич О. Конструктивне вирішення конфліктів. *Психолог*, №25-27, 2007
63. Шебанова С.Г., Шиндер А. Зв'язок агресивності з особливостями самооцінки та соціометричного статусу. Актуальні проблеми психології. Т.1. Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія. К.: Інститут психології імені Г.С.Костюка АПН України. 2002. Частина 3. С. 176 – 181
64. Шульга В. Корекція вчинків підлітків: Тренінг. К.: Шк. світ, 2007. 112с.
65. Bailey, K. G. (1985). Phylogenetic regression and the problem of extreme aggression. *Journal of Social and Biological Structures*, 8(3), 207-223.
66. Bandura A. Psychological mechanisms of aggression. *Aggression: Theoretical and empirical reviews*. New York: Academic Press, 1983. Vol 1. P. 1 – 40
67. Bandura A. Psychological mechanism of aggression. N.Y.: Academic Press, 1983. P. 120

68. Berkowitz L. Weapons as Aggression Existing Stimulus, *Journal of Personality and Social Psychology*. 1997. № 7 P. 133 – 138
69. Buss A.H. *The Psychology of Aggression*. N.Y., 1961. P. 155
70. De Boer, S. F. (2018). Animal models of excessive aggression: implications for human aggression and violence. *Current opinion in psychology*, 19, 81-87.
71. Dodge K.A. et al. Peer status and aggression in boys groups: Developmental and contextual analyses. *Child Dev.* 1990. N 61. P. 1289–1309
72. *Longman Dictionary of Contemporary English*. Singapore: Longman, 1987. P. 1229.
73. Lorenz K.Z. *Das sogenannte Böse. Zur Naturgeschichte der Aggression*. 1963.
74. *The Encyclopedia Americana*. International edition in 30 volumes. Grolier Inc., 1985. Vol. 1. P.888.
75. *The New Columbia Encyclopedia* / edited by W.H. Harris and J.S. Levey. - Columbia University Press, New York and London, 1975. - P.3052.

ДОДАТКИ

Додаток А.

А1 – перший розділ додатку А.

Методика розроблена Є.П. Ільїним і П.А. Ковалевим і спрямована на виявлення стриманості – нестриманості і типу агресивної поведінки.

Інструкція. На кожне твердження в матриці потрібно дати відповіді "так" (ставиться знак "+") або "ні" (ставиться знак "-").

Текст опитувальника

1. Я не можу втриматися від грубих слів, якщо хтось не згоден зі мною.
2. Іноді я пліткую про людей, яких не люблю.
3. Я ніколи не дратуюся настільки, щоб кидатися предметами.
4. Я рідко даю здачі, якщо мене вдарять.
5. Часом я в різкій формі, вимагаю поваги до моїх прав.
6. Від злості я часто мовчки посилаю прокляття моєму кривднику.
7. Я можу згадати випадки, коли я був (а) настільки злий, що хапав (а) ліпшу під руку річ і ламав (а) її.
8. Якщо я розлючуся, я можу вдарити людину.
9. Якщо хтось дратує мене, я готовий сказати все, що про нього думаю.
10. При виникненні конфлікту на роботі я найчастіше "розряджається" в розмовах з друзями і близькими.
11. Іноді я висловлюю свій гнів тим, що стукаю по столу кулаком.
12. Якщо я повинен (на) для захисту своїх прав застосувати фізичну силу, то я так і роблю.
13. Коли на мене кричать, я починаю кричати у відповідь.
14. Я часто розповідаю вдома про недоліки по службі, які критикують мене.
15. З досади я можу штовхнути ногою все, що підвернеться.
16. У дитинстві мені подобалося битися.
17. Я часто просто погрожую людям, хоча і не збираюся приводити загрозу у виконання.

18. Я часто про себе обмірковую, що мені треба висловити начальнику, але так і не роблю цього.

19. Я вважаю непристойним стукати по столу, навіть якщо людина дуже сердита.

20. Якщо той, хто взяв мою річ, не віддає її, я можу застосувати силу.

21. У суперечці я часто починаю сердитися і кричати.

22. Я вважаю, що засуджувати людину "за очі" не дуже етично.

23. Не було випадку, щоб я зі злості що-небудь зламав.

24. Я ніколи не застосовую фізичну силу для вирішення спірних питань.

25. Навіть якщо я злюся, я не вдаюся до сильних виразів.

26. Я не пліткують про людей, навіть якщо вони мені дуже не подобаються.

27. Я можу так розсверіпити, що буду трошити все підряд.

28. Я не здатний (на) вдарити людину.

29. Я не вмію "поставити людину на місце", навіть якщо він цього заслуговує.

30. Іноді я про себе обзиваю начальника, якщо залишаюся незадоволений його рішенням.

31. Мені не подобаються люди, які зганяють зло на своїх дітях, роздаючи їм потиличники.

32. Люди, які постійно переводять вас, варті того, щоб їх вдарили.

33. Розлютившись, я намагаюся не ображати інших. ___

34. Після неприємностей на роботі я часто скандалю будинку.

35. Коли я дратуюся, то, йдучи, ляскаю дверима.

36. Я ніколи не любив (а) битися.

37. Я буваю грубуватий (а) з людьми, які мені не подобаються.

38. Якщо в транспорті мені віддалили ногу, я про себе лаюся всякими словами.

39. Я завжди засуджую батьків, що б'ють своїх дітей тільки тому, що у них поганий настрій.

40. Краще переконати людину, ніж фізично примушувати її.

Для зручності підрахунку набраних балів доцільно мати 4 ключа, які за розмірами і формою точно повинні відповідати бланку відповідей (опитувальній матриці), а в місці зазначених вище відповідей – вирізані віконечка, де можна вписувати відповідний ("+" чи "-").

Підраховуються як плюси, так і мінуси.

Ключ

За кожну відповідь, котра відповідає нижче зазначеному ключу нараховується 1 бал.

Відповіді "так" на питання 1, 5, 9, 13, 17, 21, 37 і "ні" – на 25, 29, 33 свідчать про схильність опитуваного до **прямої вербальної агресії**.

Відповіді "так" на питання 2, 6, 10, 14, 18, 30, 34, 38 і "ні" – на 22, 26 – про схильність до **непрямої вербальної агресії**.

Відповіді "так" на питання 7, 11, 15, 27, 35 і "ні" – на 3, 19, 23, 31, 39 – про схильність до **непрямої фізичної агресії**. __

Відповіді "так" по позиціях 8, 12, 16, 20, 32 і "ні" – на 4, 24, 28, 36, 40 – про схильність до **прямої фізичної агресії**.

Висновки

Чим більша сума набраних балів, тим вищою у даної людини є схильність до агресії. Якщо сума балів за пряму і непряму фізичну агресію, а також пряму вербальну агресію ≥ 20 , то можна стверджувати про нестриманість досліджуваного; якщо ж сума балів ≤ 10 , то навпаки, мова може йти про високі показники стриманості (витримки).

A2 – другий розділ додатку А.

Опитувальник ауто- і гетероагресії. Методика розроблена Є.П. Гльїним для визначення спрямованості агресії на себе або на інших.

Інструкція. Зараз я зачитаю низку положень, що стосуються вашої поведінки. Якщо вони відповідають наявній у вас тенденції реагувати саме таким чином, то у відповідній клітинці реєстраційного бланку поставте знак "+", якщо ні, то знак "-".

Текст опитувальника

1. Я не можу втриматися від грубих слів на свою адресу, якщо допускаю помилку в якійсь важливій для мене справі.
2. Часом я вимагаю в різкій формі, щоб поважали мої права.
3. Коли у мене щось не виходить в спільній роботі з іншими, я перш за все лаю себе, а не партнерів.
4. Від злості я часто посилаю прокляття своєму кривднику.
5. При виникненні конфлікту з іншими людьми я найчастіше звинувачую себе.
6. Якщо хто-небудь мене дратує, я готовий (а) сказати все, що про нього думаю.
7. Я часто проклинаю себе за те, що зробив (а) не те, що хотів.
8. Коли на мене кричать, я теж починаю кричати у відповідь.
9. Іноді я висловлюю досаду на себе якоюсь фізичною дією (вдаряю себе по стегну, по лобі тощо).
10. Я часто просто погрожую людям, хоча і не збираюся її виконувати.
11. Якщо я роблю вчинок, який здається мені негідним, я довго картаю себе, не соромлячись при цьому у висловлюваннях на свою адресу.
12. Я не можу втриматися від грубих слів, якщо хтось не згоден зі мною.
13. Якщо я роблю якусь дурість, то лаю себе останніми словами.
14. У суперечці я починаю сердитися і кричати.
15. Коли хтось не віддає мені борг, я звинувачую насамперед самого себе: так мені, дурневі, й треба.

16. Я буваю грубуватий з людьми, які мені не подобаються.
17. Посварившись з кимось, я ніколи не звинувачую себе.
18. Я не вмію "поставити людину на місце", навіть якщо вона цього заслуговує.
19. Навіть якщо я злюся на себе, я не вдаюся до сильних висловлювань на свою адресу.
20. Яким би я не був злим, я намагаюся не ображати інших.

Ключ до опитувальника

Шкала аутоагресії: загальний показник визначається за сумою балів при відповідях "так" у пунктах 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15 і відповідях "ні" у пунктах 17 і 19.

Шкала гетероагресії: нараховується по 1 балу за відповіді "так" у пунктах 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16 і відповіді "ні" у пунктах 18, 20.

За результатами порівняння отриманих балів у кожній шкалі, психолог робить висновок про те, який вид агресії більш виражений у даної людини.

А3 – третій розділ додатку А.

Шкала «Високий самоконтроль – низький самоконтроль».

(Чинник Q_3 з модифікованого варіанту дитячого особового запитальника Р. Кеттела).

Бланк опитувальника:

1	а) швидше тобі б сподобалося працювати на кондитерській фабриці	або	б) бути вчителем
2	а) коли хлопці в класі галасують, ти завжди сидиш тихо	або	б) ти галасуєш разом з ними
3	а) ти віддаєш перевагу друзям, які люблять побалуватися, побігати, пустувати	або	б) тобі подобаються серйозніші
4	а) більш охоче ти зараз ходив би в школу	або	б) поїхав подорожувати в автомобілі
5	а) який вчитель тобі сподобався б більше: м'який, поблажливий	або	б) строгий
6	а) у вільний час ти краще пішов би в кіно	або	б) став садити дерева у дворі
7	а) ти більш охоче розповіси мамі про свої шкільні справи	або	б) про прогулянку, екскурсію
8	а) тобі більше подобається, коли ви з хлопцями розповідаєте щось один одному	або	б) тобі більше подобається грати з ними
9	а) більш охоче ти пішов би на урок	або	б) поглянув би спортивні змагання
10	а) чи буває тобі важко в школі	або	б) тобі легко в школі

Інструкція:

Дорогі учні, ми проводимо вивчення самоконтроля школярів. Пропонуємо вам анкету з низкою запитань. Тут не може бути «правильних» або «неправильних» відповідей. Кожен з вас вибере ту відповідь, яка найбільш лічить. Питання складаються з двох частин – а) і б), розділених словом «або». Читаючи питання, вибирайте ту частину, яка лічить більше. У бланку для відповідей проти кожного номера питання ставте букву вибраного вами варіанту відповіді. Наприклад, 1а), 2б), 3а) і так далі

Обробка отриманих результатів:

Отримані результати за даною шкалою обробляються аналогічно попереднім (див. Шкала «товариськість-замкнутість»).

Ключ: 1б, 2а, 3б, 4а, 5б, 6б, 7а, 8б, 9а, 10б.

Інтерпретація

1 – 3 стіна (низькі значення чинника): низький самоконтроль, погане розуміння соціальних нормативів.

8 – 10 стенов (високі значення чинника): високий самоконтроль, хороше розуміння соціальних нормативів.

Високі показники за шкалою можуть бути розцінені як краща соціальна пристосованість, успішніше опанування вимог довколишнього життя. Такі діти контролюють свої емоції і поведінку, доводять справу до кінця, діють по усвідомленому плану, можуть бути ефективними лідерами.

Низькі показники свідчать про невміння контролювати свою поведінку відносно соціальних нормативів, поганої організованості, недисциплінованості, неувважності до інших, поганої соціальної пристосовності, внутрішньої конфліктності.

Додаток Б

Таблиця Б1 – перша таблиця додатку Б

Зведена таблиця дослідження типу агресивної поведінки учнів 5А класу

№	П.І. учня 5А класу	Пряма верба льна	Непря ма вербаль на	Пряма фізична	Непряма фізична	Загальна кількість балів	Загаль ний показн ик
1.	Аввакумова В.	5	7	2	1	15	С.р.
2.	Бабенко С.	3	3	0	1	7	Н.р.
3.	Волошин С.	4	2	6	3	15	С.р.
4.	Галькович Д.	5	2	7	2	16	С.р.
5.	Дерменжі Е.	4	6	7	5	22	В.р.
6.	Докійчук Д.	5	3	9	4	21	В.р.
7.	Заульський М.	4	4	5	4	17	С.р.
8.	Іщенко Я.	3	5	5	4	17	С.р.
9.	Каплій Я.	3	6	5	4	18	С.р.
10.	Кіпоренко С.	5	7	2	2	16	С.р.
11.	Ковальова А.	4	6	3	1	14	С.р.
12.	Колядюк Д.	8	4	7	3	22	В.р.
13.	Корольов Я.	4	4	9	6	23	В.р.
14.	Коскіна А.	4	0	1	0	5	Н.р.
15.	Кравченко В.	5	4	4	3	16	С.р.
16.	Літун С	5	2	6	2	15	С.р.
17.	Малиновська С.	5	3	3	2	13	С.р.
18.	Ольховська О.	8	7	4	4	23	В.р.
19.	Переп'ятенко П.	5	4	2	1	12	С.р.
20.	Перцовий Р.	3	3	5	2	13	С.р.
21.	Пінчук А.	6	3	4	3	16	С.р.
22.	Плохута Т.	5	3	7	6	21	В.р.
23.	Приладишева В.	6	3	2	3	14	С.р.
24.	Рильська А.	5	3	2	1	11	С.р.
25.	Сердюк В.	4	5	4	2	15	С.р.
26.	Слащов Н.	7	3	8	5	23	В.р.
27.	Тиква С.	4	7	2	2	15	С.р.
28.	Ткачук М.	3	4	6	3	16	С.р.
29.	Шурхіна С.	6	5	2	3	16	С.р.
30.	Ямковенко П.	5	6	3	3	17	С.р.
31.	Янічкін Р.	3	4	6	6	19	С.р.

■ - дівчата; ■ - низькі показники; ■ - високі показники.

Таблиця Б2 – друга таблиця додатку Б

Зведена таблиця дослідження типу агресивної поведінки учнів 5Б класу

№	П.І. учня 5Б класу	Пряма вербаль на	Непря ма вербаль на	Пряма фізична	Непряма фізична	Загальна кількість балів	Загаль ний показн ик
1.	Білий Я.	5	8	6	5	24	В.р.
2.	Борисова В.	4	6	2	3	15	С.р.
3.	Вдовиченко М.	5	5	3	5	18	С.р.
4.	Давидов С.	6	7	5	3	21	В.р.
5.	Демниченко Д.	7	4	2	2	15	С.р.
6.	Езау В.	5	2	0	0	7	Н.р.
7.	Євсєєв Д.	2	3	2	0	7	Н.р.
8.	Залінян Д.	5	6	7	4	22	В.р.
9.	Казаков О.	9	5	7	5	26	Д.в.р.
10.	Капустян В.	6	4	7	6	23	В.р.
11.	Кирчатий В.	4	5	2	1	12	С.р.
12.	Коваль Я.	7	6	5	3	21	В.р.
13.	Кормич З.	8	6	5	8	27	Д.в.р.
14.	Костенко- Кривокінь В.	3	2	0	1	6	Н.р.
15.	Лавренчук О.	8	5	6	3	22	В.р.
16.	Лінік В.	5	7	6	5	23	В.р.
17.	Мироненко М.	6	4	2	5	17	С.р.
18.	Орел М.	4	3	5	5	17	С.р.
19.	Петришак В.	2	2	3	3	10	С.р.
20.	Поночовний А.	4	1	3	3	11	С.р.
21.	Прокопій А.	3	6	5	3	17	С.р.
22.	Руденко А.	5	3	6	2	16	С.р.
23.	Савостянов Б.	7	5	8	4	24	В.р.
24.	Сайкін Д.	6	6	7	3	22	В.р.
25.	Сємак М.	8	5	7	5	25	В.р.
26.	Сокур П.	2	3	3	0	8	Н.р.
27.	Сотнікова С.	6	6	8	5	25	В.р.
28.	Таран Д.	9	7	8	5	29	Д.в.р.
29.	Фоменко А.	6	4	5	2	17	С.р.
30.	Ціш Р.	7	4	8	3	22	В.р.
31.	Шолохова П.	4	7	4	1	16	С.р.
32.	Яценко С.	4	1	0	2	7	Н.р.

■ - дівчата; ■ - низькі показники; ■ - високі показники.

Таблиця Б3 – третя таблиця додатку Б

Зведена таблиця дослідження типу агресивної поведінки учнів 5В класу


№	П.І. учня 5В класу	Пряма вербаль на	Непря ма вербаль на	Пряма фізична	Непряма фізична	Загальна кількість балів	Загаль ний показн ик
1.	Бабіч М.	7	6	4	4	21	В.р.
2.	Бабенко К.	6	5	2	3	16	С.р.
3.	Баландіна К.	1	2	0	2	5	Н.р.
4.	Березовський М.	4	3	5	2	14	С.р.
5.	Бодильников В.	6	3	5	4	18	С.р.
6.	Бульба М.	3	6	2	2	13	С.р.
7.	Гладкочуб К.	7	5	9	5	26	В.р.
8.	Горєлишева К.	8	7	4	5	24	В.р.
9.	Господаренко О.	5	6	7	6	24	В.р.
10.	Гузь Є.	5	4	6	2	17	С.р.
11.	Єпіфанов О.	4	4	5	3	16	С.р.
12.	Жулай Я.	8	7	4	3	22	В.р.
13.	Ігнатенко Б.	3	5	4	5	17	С.р.
14.	Кожанов М.	5	5	7	2	19	С.р.
15.	Коньков О.	7	4	9	5	25	В.р.
16.	Кузьменко К.	6	7	5	3	21	В.р.
17.	Латоша Д.	6	6	8	3	23	В.р.
18.	Панасюк С.	5	7	2	2	16	С.р.
19.	Переп'ятенко В.	3	3	0	1	7	Н.р.
20.	Руденко І.	8	5	7	5	25	В.р.
21.	Сивоконь П.	4	6	3	4	17	С.р.
22.	Сінціна К.	5	3	2	3	13	С.р.
23.	Склярєнко С.	4	5	1	3	13	С.р.
24.	Склярєнко М.	7	4	7	6	24	В.р.
25.	Слукін Р.	3	5	6	2	16	С.р.
26.	Тунгускова К.	3	3	2	3	11	С.р.
27.	Тян І.	3	5	4	4	16	С.р.
28.	Тян С.	2	3	0	1	6	Н.р.
29.	Хлєбніков М.	4	5	2	3	14	С.р.
30.	Шуліка Т.	7	7	8	4	26	В.р.
31.	Шульга М.	5	7	6	5	23	В.р.
32.	Яковенко Л.	3	3	2	0	8	Н.р.

■ - дівчата; ■ - низькі показники; ■ - високі показники.

Таблиця Б4 – четверта таблиця додатку Б

Зведена таблиця вивчення ауто-і гетероагресії учнів 5А класу

№	П.І. учня 5А класу	Показник аутоагресії	Показник гетероагресії	Більший показник
1.	Аввакумова В.	4	5	Г.а.
2.	Бабенко С.	1	3	Г.а.
3.	Волошин С.	3	2	А.а.
4.	Галькович Д.	2	4	Г.а.
5.	Дерменжі Е.	4	2	А.а.
6.	Докійчук Д.	3	7	Г.а.
7.	Заульський М.	3	6	Г.а.
8.	Іщенко Я.	2	4	Г.а.
9.	Каплій Я.	3	3	Г.А. а
10.	Кіпоренко С.	2	3	Г.а.
11.	Ковальова А.	2	5	Г.а.
12.	Колядюк Д.	2	6	Г.а.
13.	Корольов Я.	3	3	Г.А.а.
14.	Коскіна А.	3	7	Г.а.
15.	Кравченко В.	2	4	Г.а.
16.	Літун С	3	6	Г.а.
17.	Малиновська С.	2	4	Г.а.
18.	Ольховська О.	3	3	Г.А.а.
19.	Переп'ятенко П.	2	5	Г.а.
20.	Перцовий Р.	5	4	А.а.
21.	Пінчук А.	3	2	А.а.
22.	Плохута Т.	7	3	А.а.
23.	Приладишева В.	4	5	Г.а.
24.	Рильська А.	4	6	Г.а.
25.	Сердюк В.	1	5	Г.а.
26.	Слащов Н.	1	4	Г.а.
27.	Тиква С.	3	7	Г.а.
28.	Ткачук М.	3	5	Г.а.
29.	Шурхіна С.	2	4	Г.а.
30.	Ямковенко П.	3	4	Г.а.
31.	Янічкін Р.	1	5	Г.а.

 - дівчата

Таблиця Б5 – п'ята таблиця додатку Б

Зведена таблиця вивчення ауто-і гетероагресії учнів 5Б класу

№	П.І. учня 5Б класу	Показник аутоагресії	Показник гетероагресії	Більший показник
1.	Білий Я.	2	3	Г.а.
2.	Борисова В.	3	7	Г.а.
3.	Вдовиченко М.	5	4	А.а.
4.	Давидов С.	2	4	Г.а.
5.	Демниченко Д.	0	3	Г.а.
6.	Езау В.	2	6	Г.а.
7.	Євсєєв Д.	4	3	А.а.
8.	Залінян Д.	6	5	А.а.
9.	Казаков О.	3	4	Г.а.
10.	Капустян В.	4	7	Г.а.
11.	Кирчатий В.	1	3	Г.а.
12.	Коваль Я.	0	2	Г.а.
13.	Кормич З.	1	2	Г.а.
14.	Костенко- Кривокінь В.	1	4	Г.а.
15.	Лавренчук О.	2	8	Г.а.
16.	Лінік В.	3	5	Г.а.
17.	Мироненко М.	0	5	Г.а.
18.	Орел М.	2	4	Г.а.
19.	Петришак В.	1	3	Г.а.
20.	Поночовний А.	1	7	Г.а.
21.	Прокопій А.	2	3	Г.а.
22.	Руденко А.	0	2	Г.а.
23.	Савостянов Б.	2	5	Г.а.
24.	Сайкін Д.	2	3	Г.а.
25.	Сємак М.	3	3	Г.А.а.
26.	Сокур П.	2	8	Г.а.
27.	Сотнікова С.	5	4	А.а.
28.	Таран Д.	0	4	Г.а.
29.	Фоменко А.	3	2	А.а.
30.	Ціш Р.	3	6	Г.а.
31.	Шолохова П.	4	6	Г.а.
32.	Яценко С.	1	3	Г.а.

- дівчата

Таблиця Б6 – шоста таблиця додатку Б

Зведена таблиця вивчення ауто-і гетероагресії учнів 5В класу

№	П.І. учня 5В класу	Показник аутоагресії	Показник гетероагресії	Більший показник
1.	Бабіч М.	3	8	Г.а.
2.	Бабенко К.	2	5	Г.а.
3.	Баландіна К.	4	3	А.а.
4.	Березовський М.	2	4	Г.а.
5.	Бодильников В.	3	4	Г.а.
6.	Бульба М.	5	3	А.а.
7.	Гладкочуб К.	1	6	Г.а.
8.	Горелишева К.	3	5	Г.а.
9.	Господаренко О.	4	3	А.а.
10.	Гузь Є.	5	3	А.а.
11.	Єпіфанов О.	2	2	Г.А.а.
12.	Жулай Я.	1	5	Г.а.
13.	Ігнатенко Б.	0	4	Г.а.
14.	Кожанов М.	3	3	Г.А.а.
15.	Коньков О.	6	4	А.а.
16.	Кузьменко К.	5	2	А.а.
17.	Латоша Д.	3	5	Г.а.
18.	Панасюк С.	2	7	Г.а.
19.	Переп'ятенко В.	6	4	А.а.
20.	Руденко І.	0	3	Г.а.
21.	Сивоконь П.	2	4	Г.а.
22.	Сініцина К.	3	4	Г.а.
23.	Скляренко С.	7	5	А.а.
24.	Скляренко М.	1	2	Г.а.
25.	Слукін Р.	2	4	Г.а.
26.	Тунгускова К.	2	7	Г.а.
27.	Тян І.	4	6	Г.а.
28.	Тян С.	2	2	Г.А.а.
29.	Хлебніков М.	1	8	Г.а.
30.	Шуліка Т.	1	4	Г.а.
31.	Шульга М.	8	2	А.а.
32.	Яковенко Л.	0	3	Г.а.

- дівчата

Таблиця Б7 – сьома таблиця додатку Б

Зведена таблиця вивчення рівень самоконтролю учнів 5А класу

№	П.І. учня 5А класу	Показник самоконтролю	Рівень самоконтролю
1.	Аввакумова В.	8	В.р.
2.	Бабенко С.	5	С.р.
3.	Волошин С.	4	С.р.
4.	Галькович Д.	5	С.р.
5.	Дерменжі Е.	5	С.р.
6.	Докійчук Д.	6	С.р.
7.	Заульський М.	2	Н.р.
8.	Іщенко Я.	3	Н.р.
9.	Каплій Я.	5	С.р.
10.	Кіпоренко С.	5	С.р.
11.	Ковальова А.	7	С.р.
12.	Колядюк Д.	2	Н.р.
13.	Корольов Я.	5	С.р.
14.	Коскіна А.	6	С.р.
15.	Кравченко В.	5	С.р.
16.	Літун С	3	Н.р.
17.	Малиновська С.	2	Н.р.
18.	Ольховська О.	2	Н.р.
19.	Переп'ятенко П.	5	С.р.
20.	Перцовий Р.	5	С.р.
21.	Пінчук А.	7	С.р.
22.	Плохута Т.	5	С.р.
23.	Приладишева В.	7	С.р.
24.	Рильська А.	6	С.р.
25.	Сердюк В.	6	С.р.
26.	Слащов Н.	1	Н.р.
27.	Тиква С.	8	В.р.
28.	Ткачук М.	2	Н.р.
29.	Шурхіна С.	3	Н.р.
30.	Ямковенко П.	6	С.р.
31.	Янічкін Р.	2	Н.р.

- дівчата;
 - високі показники;
 - низькі показники

Таблиця Б8 – восьма таблиця додатку Б

Зведена таблиця вивчення рівень самоконтролю учнів 5Б класу

№	П.І. учня 5Б класу	Показник самоконтролю	Рівень самоконтролю
1.	Білий Я.	5	С.р.
2.	Борисова В.	2	Н.р.
3.	Вдовиченко М.	1	Н.р.
4.	Давидов С.	1	Н.р.
5.	Демниченко Д.	6	С.р.
6.	Езау В.	7	С.р.
7.	Євсєєв Д.	5	С.р.
8.	Залінян Д.	0	Н.р.
9.	Казаков О.	3	Н.р.
10.	Капустян В.	2	Н.р.
11.	Кирчатий В.	1	Н.р.
12.	Коваль Я.	7	С.р.
13.	Кормич З.	2	Н.р.
14.	Костенко- Кривокінь В.	3	Н.р.
15.	Лавренчук О.	1	Н.р.
16.	Лінік В.	2	Н.р.
17.	Мироненко М.	0	Н.р.
18.	Орел М.	6	С.р.
19.	Петришак В.	2	Н.р.
20.	Поночовний А.	5	С.р.
21.	Прокопій А.	6	С.р.
22.	Руденко А.	3	Н.р.
23.	Савостянов Б.	0	Н.р.
24.	Сайкін Д.	5	С.р.
25.	Сємак М.	1	Н.р.
26.	Сокур П.	5	С.р.
27.	Сотнікова С.	3	Н.р.
28.	Таран Д.	5	С.р.
29.	Фоменко А.	7	С.р.
30.	Ціш Р.	1	Н.р.
31.	Шолохова П.	3	Н.р.
32.	Яценко С.	6	С.р.

- дівчата;
 - високі показники;
 - низькі показники.

Таблиця Б9 – дев'ята таблиця додатку Б

Зведена таблиця вивчення рівень самоконтролю учнів 5В класу

№	П.І. учня 5В класу	Показник самоконтролю	Рівень самоконтролю
1.	Бабіч М.	3	Н.р.
2.	Бабенко К.	7	С.р.
3.	Баландіна К.	7	С.р.
4.	Березовський М.	2	Н.р.
5.	Бодильников В.	1	Н.р.
6.	Бульба М.	3	Н.р.
7.	Гладкочуб К.	2	Н.р.
8.	Горелишева К.	2	Н.р.
9.	Господаренко О.	1	Н.р.
10.	Гузь Є.	5	С.р.
11.	Єпіфанов О.	2	Н.р.
12.	Жулай Я.	2	Н.р.
13.	Ігнатенко Б.	1	Н.р.
14.	Кожанов М.	5	С.р.
15.	Коньков О.	4	С.р.
16.	Кузьменко К.	3	Н.р.
17.	Латоша Д.	5	С.р.
18.	Панасюк С.	6	С.р.
19.	Переп'ятенко В.	2	Н.р.
20.	Руденко І.	2	Н.р.
21.	Сивоконь П.	3	Н.р.
22.	Сініцина К.	7	С.р.
23.	Склярєнко С.	3	Н.р.
24.	Склярєнко М.	5	С.р.
25.	Слукін Р.	5	С.р.
26.	Тунгускова К.	3	Н.р.
27.	Тян І.	7	С.р.
28.	Тян С.	2	Н.р.
29.	Хлебніков М.	5	С.р.
30.	Шуліка Т.	5	С.р.
31.	Шульга М.	5	С.р.
32.	Яковенко Л.	6	С.р.

- дівчата;
 - високі показники;
 - низькі показники.

Таблиця Б10 – десята таблиця додатку Б

Зведена таблиця показників вивчення самоконтролю молодших підлітків за гендерною ознакою

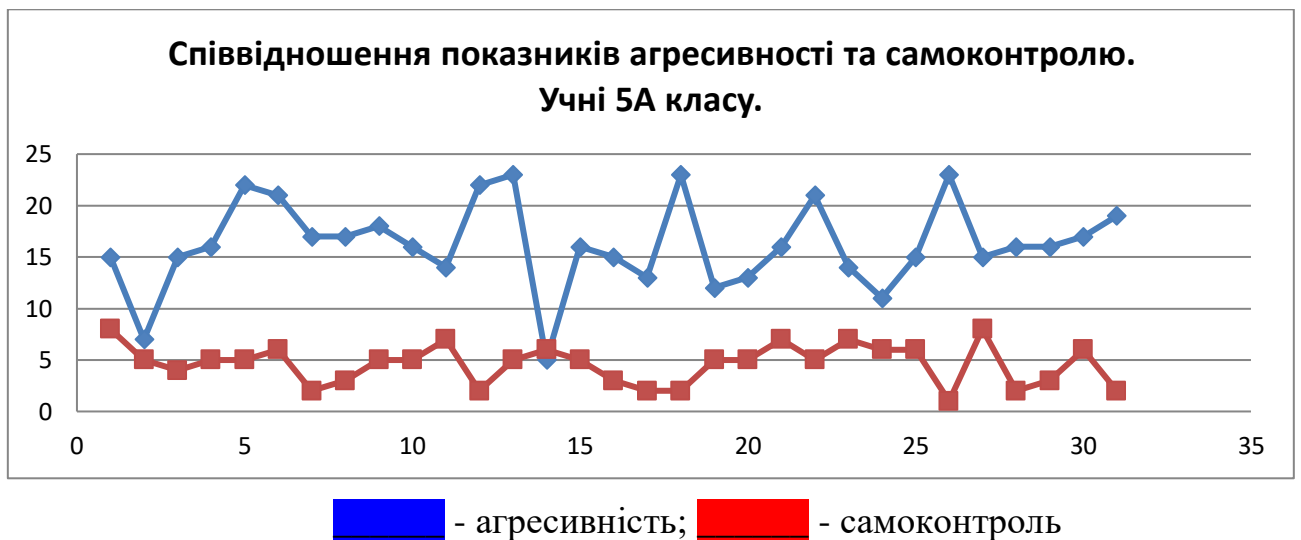
	Високий рівень самоконтролю	Середній рівень самоконтролю	Низький рівень самоконтролю
5А клас			
Хлопці	0%	60%	40%
Дівчата	12%	63%	25%
5Б клас			
Хлопці	0%	31%	69%
Дівчата	0%	53%	47%
5В клас			
Хлопці	0%	56%	44%
Дівчата	0%	36%	64%

Таблиця Б11 – одинадцята таблиця додатку Б

Зведена таблиця показників агресивності та самоконтролю учнів 5А класу

Учні 5А класу (контрольна група)																																			
№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
Агресивність	15	7	15	16	22	21	17	17	17	16	14	22	22	25	16	16	16	22	16	16	16	22	16	16	16	22	16	16	16	16	16	16	16	16	16
Самоконтроль	8	5	4	5	5	6	2	3	5	5	7	2	5	6	5	3	2	2	5	5	7	5	7	6	6	1	8	2	3	6	2				

Показник кореляції = - 0,36317

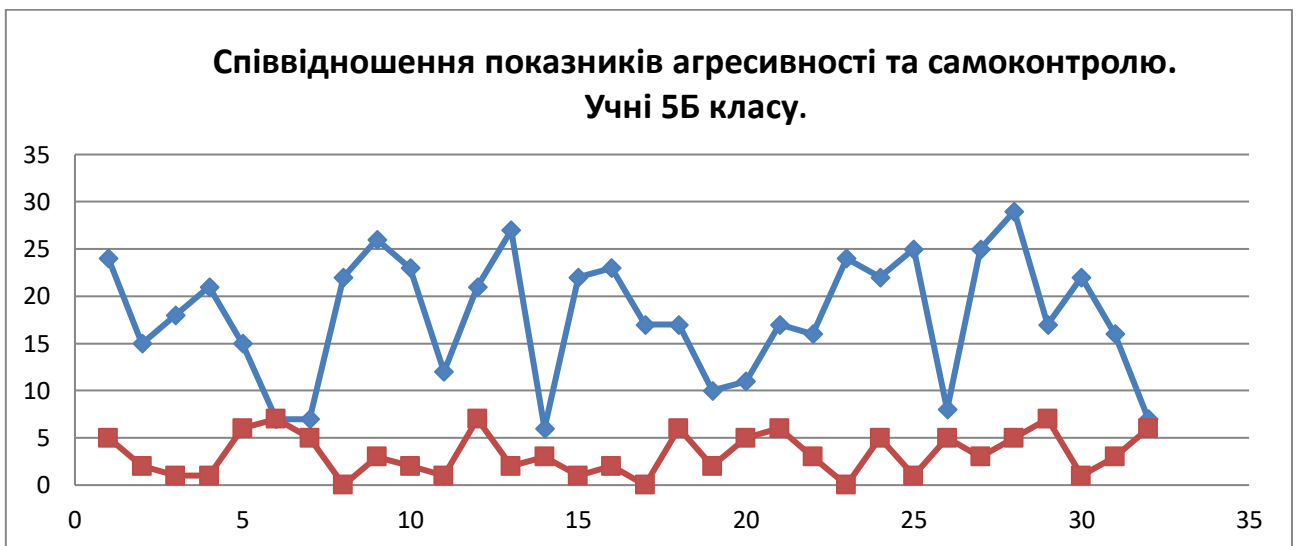


Таблиця Б12 – дванадцята таблиця додатку Б

Зведена таблиця показників агресивності та самоконтролю учнів 5Б класу

		Учні 5Б класу																																	
№		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
Аг्रेसивність	2	1	1	2	1	7	7	2	2	2	1	2	2	6	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3
	4	5	8	1	5			2	6	3	2	1	7		2	3	7	7	0	1	1	7	6	4	2	2	5	8	2	2	1	2	1	7	
Самоконтроль	5	2	1	1	6	7	5	0	3	2	1	7	2	3	1	2	0	6	2	5	6	3	0	5	1	5	3	5	7	1	3	3	6		

Показник кореляції = -0,33378



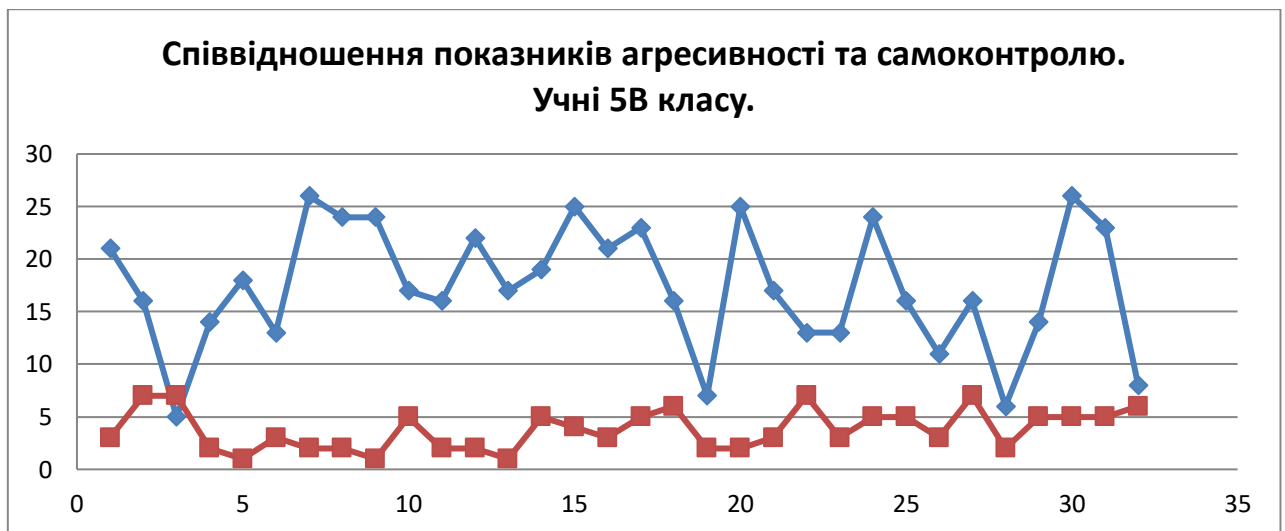
■ - агресивність; ■ - самоконтроль

Таблиця Б13 – тринадцята таблиця додатку Б

Зведена таблиця показників агресивності та самоконтролю учнів 5В класу

Учні 5В класу																																		
№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
Агресивність	21	16	5	14	18	13	22	24	22	17	16	22	17	19	22	22	13	7	25	17	13	13	16	24	16	11	11	6	14	22	26	14	22	28
Самоконтроль	3	7	7	2	1	3	2	2	1	5	2	2	1	5	4	3	5	6	2	2	3	7	3	5	5	3	7	2	5	5	5	5	6	

Показник кореляції = -0,19852



■ - агресивність; ■ - самоконтроль

Рекомендації для батьків та педагогів щодо профілактики агресивної поведінки у підлітків.

Ігнорування актів агресії, як спосіб попередження агресивних проявів, є досить сумнівним. Звичайний психолого-педагогічний досвід та спеціальні дослідження показують, що ігнорування актів підліткової агресії загрожує небезпечними наслідками і може вести до подальшої ескалації агресивної поведінки, перетворення агресії на звичну форму поведінки.

Враховуючи те, що розвиток дитини здійснюється в діяльності, а підліток прагне до утвердження себе, своєї позиції, як дорослий, серед дорослих, необхідно забезпечити включення підлітка в таку діяльність. Така діяльність повинна лежати у сфері інтересів дорослих, та створювати можливості реалізувати та утвердити себе на рівні дорослих.

Агресія часто виникає через слабкість самоконтролю і має здатність фіксуватися у свідомості як найлегший шлях вирішення важких ситуацій. Тому необхідна організація системи такої діяльності, що створює чіткі умови та певний порядок дій, постійний контроль. За умови послідовності залучення агресивних підлітків до різних видів діяльності (трудової, спортивної, художньої, організаторської та інших), важливо дотримуватися принципів суспільної оцінки, чіткої побудови цієї діяльності.

В першу чергу треба починати роботу з профілактики агресивних підлітків за такими напрямками:

- потрібно виявити несприятливі фактори, що впливають на поведінку з боку найближчого оточення, які зумовлюють відхилення у розвитку особистості підлітка та подбати про своєчасне усунення цих несприятливих дезадаптуючих впливів;
- сприяти своєчасній діагностиці асоціальних відхилень у поведінці підлітка та здійсненню вибору корекційно-профілактичних засобів поведінки, що відхиляється.

Для профілактики агресивної поведінки необхідно навчити підлітків навичкам позитивного спілкування, взаємодії з іншими членами суспільства, вмінням знаходити альтернативні варіанти вирішення конфліктів.

Рекомендації педагогам щодо роботи з агресивними підлітками.

1. В першу чергу, потрібно встановити контакт і вміти вислухати підлітка.
2. Сприяти можливостям зайняти гідне місце в колективі (через пошук та розвиток здібностей, нескладних доручень, заохочення успіхів).
3. Обов'язково потрібно включити агресивного підлітка до загальної соціальної діяльності (трудова, спортивна, художня, організаторська та інше).
4. Спілкування з підлітками має мати спокійний характер.
5. Корисним буде залучення до повсякденних постійних завдань.
6. Потрібно уникати надмірного фізичного та психологічного тиску на підлітка.
7. У роботі бажано використовувати цікаві для підлітків моменти діяльності, елементи гри, несподіванки, пошуку, «секретної» роботи та інше.
8. Використовувати методи групової роботи із заміною учасників, змінами форм роботи та ролей у групі.
9. Важливо матеріально та морально заохочувати підлітків, з метою формування позитивного ставлення до діяльності, до самого себе та інших. Можна запровадити жорстку систему заохочень з чітко обумовленою поведінкою, але з певними можливими привілеями. Пам'ятайте, позитивне підкріплення завжди змінює поведінку дитини.
10. Навчити підлітка користуватися методом «неприємних наслідків». Питати: «Що буде якщо ти і надалі..? Що може трапитись потім..? Які наслідки таких дій..?».
11. Справедливо оцінювати поведінку підлітка, пропонуючи альтернативні варіанти поведінки.
12. Робота з гнівом. Навчати прийнятним способам вираження гніву.

13. Розвивати навички співробітництва, а не конкуренції. Формувати вміння йти один одному на зустріч, просити допомоги та допомагати іншим у відповідь. Формувати навички толерантного ставлення до недоліків інших, враховувати інтереси тих, хто поруч.

14. Вчити підлітків виявляти конфліктогени, які сприяють агресивним проявам. Формувати навички зміни звичної поведінки у складних ситуаціях.

15. Формувати навички самоконтролю, стримування агресивних проявів.

16. Навчати ненасильницькому вирішенню конфліктних ситуацій.

Робота педагогів з батьками агресивної дитини.

Працюючи з агресивними дітьми, педагогу потрібно насамперед налагодити контакт із сім'єю. Вчитель може сам дати рекомендації батькам, або в тактовній формі запропонувати їм звернутися за допомогою до психолога.

Бувають ситуації, коли контакт з батьками не вдається встановити. У таких випадках рекомендуємо використовувати наочну інформацію, яку можна розмістити на інформаційному стенді для батьків. Головна мета подібної інформації — показати батькам, що однією з причин прояву агресії у дітей може бути агресивна поведінка самих батьків.

Рекомендації батькам щодо усунення та профілактики агресивної поведінки у підлітків:

1. Необхідно проаналізувати власну поведінку та стиль спілкування між членами сім'ї. Виключіть агресію у сімейних стосунках. Пам'ятайте – Ви приклад для наслідування.

2. Давайте можливості підлітку проявляти ініціативу, враховуйте його інтереси.

3. Спілкуйтеся з дитиною як з другом. Не роздавати вказівки, увійдіть в роль «мудрого наставника», який не засуджує, а радить.

4. Частіше хваліть дитину, це дає більше впевненості та підвищує самооцінку.

5. Поясніть підлітку, що часта агресія призводить до поганого настрою, неспокою, постійних захисних реакцій. Все це забирає час та сили, тому агресивні люди менш успішні, їхні успіхи не міцні, а стосунки не тривалі.

6. Поважайте вибір підлітка, навіть в тих випадках, коли ви зовсім не погоджуєтесь з ним.

Варто визнати, що єдиного рішення підліткової агресивності немає. Спочатку Вам треба визначити, що ж саме стало причиною агресивних проявів у поведінці дитини. Враховуючи ці фактори, Ви зможете визначитись у тому, що треба змінювати – корегувати свою поведінку чи оточення підлітка.

Найбільшою помилкою може бути відповідь агресією на агресію, це надзвичайно руйнівний шлях розвитку подій. Підлітковий період дитини дає батькам шанс обміркувати пошуки нових форм спілкування в родині.