

СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ПО СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

1. Диагностика агрессивного поведения подростков

Цель исследования – разработать и реализовать программу профилактики агрессивного поведения у подростков, а также оценить ее результативность.

Задачи исследования:

1. Подбор психологических методик для исследований.
2. Формирование выборки испытуемых.
3. Проведение психодиагностики.
4. Разработка и реализация программы профилактики агрессивного поведения у подростков.
5. Анализ и обобщение результатов.

Методы исследования:

В качестве эмпирических методов использовалось тестирование с помощью методик:

- Тест К. Томаса - стратегия поведения в конфликтной ситуации (адаптация Н.В. Гришиной) [30, с.78];
- Методика диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю. Айзенка) [25, с.127];
- Тест агрессивности опросник Л.Г. Почебут [26, с.376].

Исследование включает в себя несколько этапов:

- Диагностический этап исследования особенностей агрессивного поведения у подростков;
- Формирующий эксперимент, который включает в себя реализацию программы профилактики особенностей агрессивного поведения у подростков;
- Констатирующий эксперимент, который включает в себя проверку гипотезы исследования и анализ результатов программы.

База исследования: исследование проводилось на базе МБОУ Илькин-ская СОШ. В исследование участие 30 учащихся восьмого класса.

Мы провели исследование выявления типов поведения в конфликтной ситуации среди испытуемых. Результаты представлены ниже в таблице 1.

Таблица 1.

Типы поведения в конфликтной ситуации в группе испытуемых по методике К. Томаса (адаптация Н.В. Гришиной)

№ п/ п	Типы поведения	Результаты тестирования	
		Испытуемые	
		Сумма	Среднее значение
1.	Соперничество	120	4
2.	Сотрудничество	306	10,2
3.	Компромисс	295	9,8
4.	Избегание	102	3,4
5.	Приспособление	121	4

Представим полученные результаты в количественном и процентном соотношении в таблице № 2.

Таблица 2.

Типы поведения в конфликтной ситуации в группе испытуемых по методике К. Томаса (адаптация Н.В. Гришиной)

№ п/ п	Типы поведения	Результаты тестирования	
		Испытуемые	
		Количество испытуемых	Процентное соотношение
1.	Соперничество	7	23%
2.	Сотрудничество	4	13%
3.	Компромисс	2	7%
4.	Избегание	9	30%
5.	Приспособление	8	27%

Таким образом, выбор определенной стратегии поведения в конфликте демонстрирует, насколько личность ориентирована на свои интересы и интересы другой стороны, а также стремление личности к конструктивному или деструктивному поведению в конфликте.

В результате анализа было выявлено, что 23% испытуемых подростков выбирают стратегию соперничества, что означает ориентацию на собственные интересы и игнорирование интересов своих детей.

13% подростков ориентированы на сотрудничество, то есть характеризуются высоким уровнем направленности как на свои интересы, так и интересы других сверстников. Подростки, предпочитающие данную стратегию, признают ценности межличностных отношений, с уважением относятся к позиции другого подростка и стремятся к конструктивному разрешению противоречия на справедливой и объективной основе.

Всего 7% подростков отдают предпочтение стратегии компромисса, которая характеризуется балансом интересов конфликтующих сторон. Это значит, что подростки готовы идти на взаимные уступки, на поиск приемлемого для обеих сторон решения проблемы ради поддержания гармоничных межличностных отношений.

30% подростков предпочитают стратегию избегания, которая отличается стремлением уйти от конфликта. Подростки, выбравшие данную стратегию, характеризуются низким уровнем направленности на свои личные интересы и интересы других сверстников. Если предмет конфликта не имеет существенного значения для участников конфликта, то конфликт исчерпывается. Если предмет конфликта важен для одной из сторон, то избегание конфликта может привести впоследствии к рецидиву. Конструктивность – деструктивность выбора данной стратегии определяется ситуацией.

27 % подростков придерживающихся стратегии приспособления, стремятся уйти от конфликта со своим оппонентом. Для данной стратегии характерна низкая направленность на свои интересы и высокая направленность на интересы соперника. Подростки, предпочитающие данную стратегию поведения, ориентированы на сохранение межличностных отношений в ущерб своим собственным интересам. Часто данная стратегия ведет к «временному» перемирию и является важным шагом на пути к конструктивному разрешению конфликта.

Следует отметить, что доминирующими типами поведения среди испытуемых подростков являются: сотрудничество и компромисс (по 40 % соответственно).

Представим полученные результаты типов поведения в конфликтной ситуации на рис. 1.

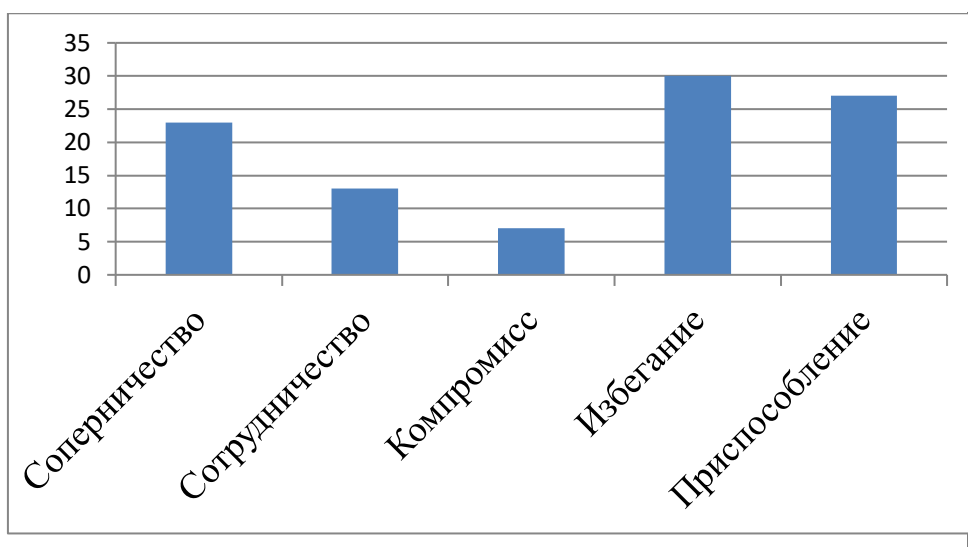


Рисунок 1. Типы поведения в конфликтной ситуации среди подростков по методике К. Томаса (адаптация Н.В. Гришиной)

Мы провели исследование выявления особенностей психических состояний по методике диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю.Айзенка). Результаты представлены ниже в таблице № 3.

Таблица 3.

Особенности психологических состояний испытуемых по методике диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю.Айзенка).

№ п/ п	Психологические состояния	Результаты тестирования	
		Испытуемые	
		Сумма	Среднее значение
1.	Тревожность	508	16,9
2.	Фрустрация	449	14,9
3.	Агрессивность	520	17,3
4.	Ригидность	410	13,6

Представим полученные результаты в количественном и процентном соотношении в таблице № 4.

Таблица 4.

Особенности психологических состояний испытуемых по методике диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю.Айзенка).

№ п/ п	Психологические состояния	Результаты тестирования					
		Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
		n	%	n	%	n	%
1.	Тревожность	30	100	0	0	0	0
2.	Фрустрация	17	57%	13	43%	0	0
3.	Агрессивность	30	100%	0	0	0	0
4.	Ригидность	17	57%	13	43%	0	0

n – количество испытуемых.

В результате полученных данных, можно сделать вывод, что:

- доминирующим в группе испытуемых подростков является выраженный уровень фрустрированности – 57%, что свидетельствует о том, что испытуемым свойственно внутреннее напряжение, вызванное конфликтом потребностей, ценностей, тенденций человека; неэффективное целеполагание, разобщенность интересов;

- доминирующим в группе испытуемых подростков является выраженный уровень агрессивности – 100%. Это свидетельствует о том, что испытуемым свойственны: напряженность, раздражительность, злоба, недовольство;

- преобладает выраженный уровень ригидности – 57%. Это свидетельствует о том, что испытуемые не готовы к изменениям программы действия - в соответствии с новыми ситуационными требованиями;

- среди подростков доминирует высокий уровень тревожности – 100%. Подростки характеризуются высоким уровнем самооценки, завышенным уровнем притязания, они повышено внушаемы, с неустойчивым поведением,

с недостаточной зрелостью аффективно – волевой сферы, они не способны адекватно оценить ситуацию, склонны идти по пути наименьшего сопротивления, они эмоционально поверхностны, слабость реакции на неудачи и т.д. Подростки считают для себя чрезвычайно важной ситуацию, в которой сейчас находятся. Эта ситуация затрагивает актуальные на данный момент потребности, они воспринимают ее как несущую угрозу, их физическому существованию, престижу, авторитету в группе или собственной оценке самого себя.

Представим полученные результаты самооценки психологических состояний у испытуемых на рисунке 2.

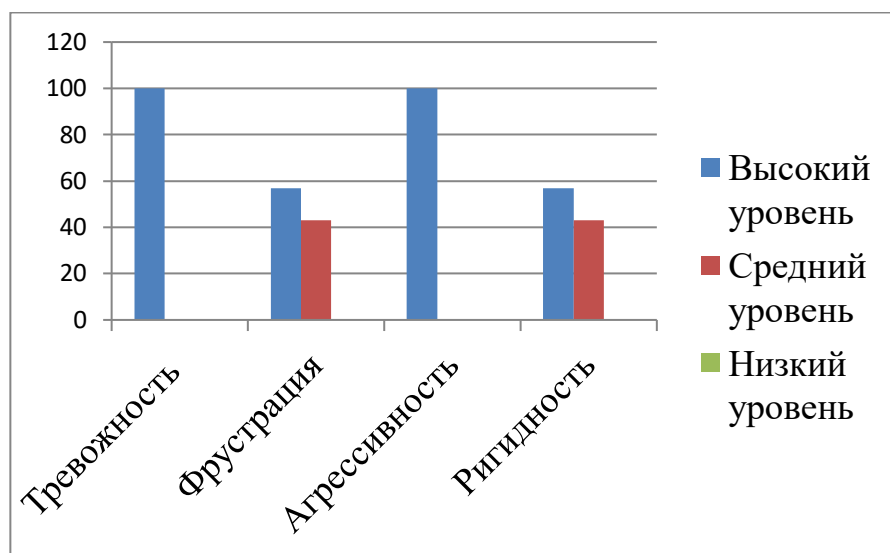


Рисунок 2. Особенности психологических состояний испытуемых подростков по методике диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю.Айзенка).

Для диагностики агрессивного поведения в общеобразовательном учреждении мы использовали опросник Л.Г. Почебут. Представленная методика хорошо показывает, обычный стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления подростка в социальной среде. Результаты опроса представлены в таблице 5.

Таблица 5.

Особенности агрессивного поведения подростков по опроснику Л.Г. Почебут.

№ п/ п	Шкалы	Результаты тестирования	
		Испытуемые	
		Сумма	Среднее значение
1.	Вербальная	1188	39,6
2.	Физическая	876	29,2
3.	Предметная	908	30,2
4.	Эмоциональная	895	29,8
5.	Самоагрессия	1307	43,5

Представим полученные результаты в количественном и процентном соотношении в таблице 6.

Таблица 6.

Особенности агрессивного поведения подростков по опроснику Л. Г. Почебут.

№ п/ п	Шкалы	Результаты тестирования					
		Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
		n	%	n	%	n	%
1.	Вербальная	21	70%	6	20%	3	10%
2.	Физическая	9	30%	12	40%	9	30%

3.	Предметная	9	30%	12	40%	9	30%
4.	Эмоциональная	9	30%	12	40%	9	30%
5.	Самоагрессия	18	60%	12	40%	0	0

n – количество испытуемых.

Представим полученные результаты уровней агрессивного поведения у испытуемых подростков на рисунке 3.

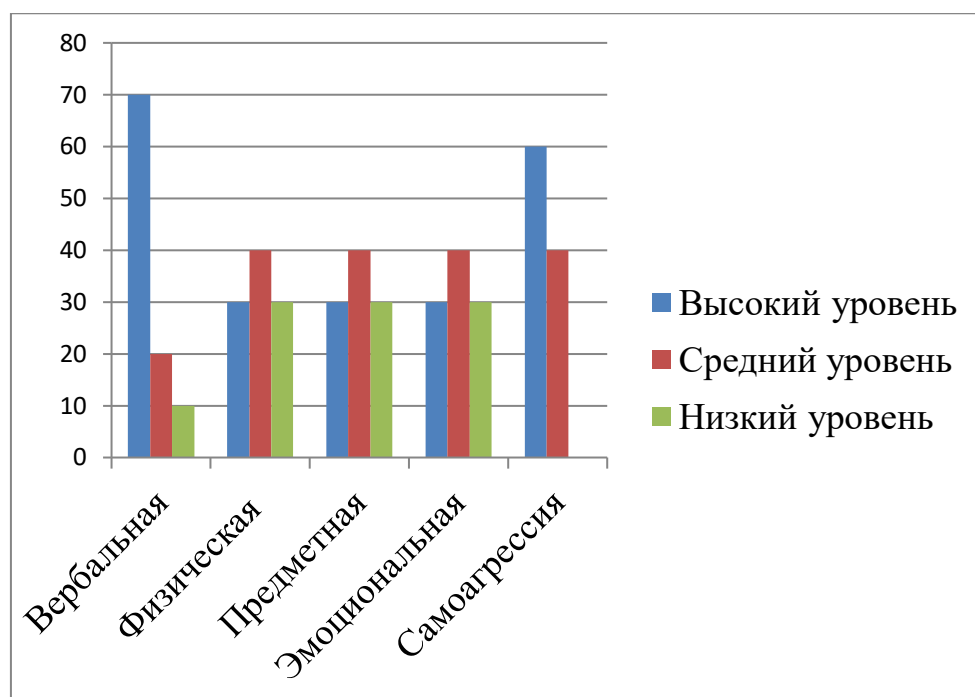


Рисунок 3. Уровни видов агрессивного поведения подростков по опроснику Л. Г. Почебут.

В результате полученных данных, можно сделать вывод, что высокий уровень вербальной агрессии наблюдается у 70 % учащихся, что говорит об употреблении словесных оскорблений большинством подростков в данной группе. Средний уровень вербальной агрессии свойственен 20 % исследуемых, у 10 % — низкий уровень.

По шкале физической агрессии высокие результаты отмечены у 30 % учащихся, средние показатели у 40 %, низкие у 30 % подростков. Это гово-

рит о том, что большинство ребят время от времени прибегают к применению физической силы.

Предметная агрессия на высоком уровне наблюдается у 30 % исследуемых, на среднем уровне у 40 %, на низком у 30 %.

Эмоциональная агрессия на высоком уровне была отмечена у 30 % подростков, средний уровень свойствен 40 % и низкий - 30 %.

Высокий уровень самоагрессии в группе имеет достаточно большой показатель - 60 %, что вызвано неуверенностью в себе, связанной с недостатком тепла от близких и отсутствием понимания с окружающими. Средний уровень по данной шкале наблюдается у 40 % подростков.

Подводя итог по полученным данным, можно отметить, что для испытуемых подростков наиболее сильно характерны проявления вербальной агрессии и самоагрессии.

В результате полученных данных экспериментального исследования, можно сделать вывод, что:

- доминирующим в группе испытуемых подростков является выраженный уровень фрустрированности – 57%;

- доминирующим в группе испытуемых подростков является выраженный уровень агрессивности – 100%;

- среди подростков преобладает выраженный уровень ригидности – 57%;

- среди подростков доминирует высокий уровень тревожности – 100%;

- у подростков наблюдается высокий уровень вербальной агрессии у 70 %;

- высокий уровень самоагрессии в группе подростков имеет достаточно большой показатель - 60 %.

2.Реализация программы профилактики

Работа с агрессивными детьми должна носить комплексный и системный характер.

Опираясь на практический опыт работы с агрессивными детьми, и анализируя особенности этих детей, а также их семей, в своей работе основываясь на ключевых направлениях, выделенных Т.П. Смирновой, в рамках которых необходимо строить профилактическую работу.

Работа должна сочетать в себе элементы приемов и упражнений из разных направлений коррекционной работы, представленных в таблице 7.

Таблица 7.

Особенности профилактической работы с подростками

Характерологические особенности ребенка	Направления	Методы и техники профилактической работы социального педагога
1	2	3
1. Высокий уровень личностной тревожности. Сверхчувствительность к негативному отношению к себе. Восприятие большого числа ситуаций как угрожающих	Снижение уровня личностной тревожности	1) релаксационные техники: глубокое дыхание, визуальные образы, мышечная релаксация, свободное движение под музыку; 2) работа со страхами; 3) ролевые игры
2. Слабое осознание собственного мира. Низкий уровень эмпатии	Формирование осознания собственных эмоций, а также чувств других людей , развитие эмпатии	1) работа с фотографиями, отражающими различные эмоциональные состояния; 2) придумывание историй, раскрывающих причину эмоционального состояния (желательно раскрыть несколько причин); 3) рисование , лепка эмоций; 4) пластическое изображение эмоций; 5) работа с эмоциями через сенсорные каналы; 6) изображение различных предметов природы и придумывание рассказов от этих лиц; 7) разыгрывание сценок , отражающих эмоциональные состояния;

		8) методика –я грустный(радостный ит. Д.), когда... 9) ролевые игры, отражающие проблемную ситуацию, где «агрессор» проигрывает роль «жертвы»
3. Неадекватная (чаще низкая самооценка). Заранее настроены на негативное восприятие себя со стороны окружающих	Развитие позитивной самооценки	1) упражнения, направленные на позитивное восприятие образа «я», активизацию самосознания, актуализацию «я-состояний»; 2) разработка системы поощрений и наград за имеющиеся и возможные успехи («альбом успехов»); 3) включение ребенка в работу различных студий, кружков
4. Эмоциональное «застревание» на той ситуации, которая происходит сейчас. Неумение предвидеть последствия своих действий	работа, направленная на обучение ребенка отреагированию своего гнева приемлемым способом, а также на отреагирование всей ситуации в целом	1) выражение гнева безопасным способом во внешнем плане (канализация агрессии); 2) пластическое выражение гнева, отреагирование гнева через движения; 3) многократное повторение деструктивного действия безопасным способом; 4) рисование гнева, а также лепка гнева из пластилина. Обсуждение (если ребенок хочет). В каких ситуациях он испытывает такой гнев); 5) письма гнева; 6) «галерея негативных портретов»; 7) использование арт-терапии, гештальт-терапии, эмоционально-образной терапии в целях более полного отреагирования чувств и их позитивной трансформации
5. Слабый контроль над своими эмоциями	работа, направленная на обучение ребенка управлению своим гневом	1) релаксационные техники-мышечная релаксация + глубокое дыхание+ визуализация ситуации; 2) перевод деструктивных действий в вербальный план (остановись и подумай, что ты хочешь сделать);

		3) ввод правила: «посчитай до 10 , прежде чем перейдешь к действию»; 4) ролевая игра, включающая в себя провоцирующую ситуацию для наработки контроля; 5) сочинение рассказа от имени своего гнева с последующим отражением этого чувства в движениях; 6) осознание своего гнева через сенсорные каналы (на что похож твой гнев? Какой он на запах цвет, слух на ощупь?); 7). осознание своего гнева через телесные ощущения (сокращения мышц лица, шеи . рук. Грудной клетки, живота, которые могут вызывать боль)
6. Ограниченный набор поведенческих реакций на проблемную ситуацию, демонстрация деструктивного поведения	Поведенческая терапия, направленная на расширение спектра поведенческих реакций в проблемной ситуации и снятие деструктивных элементов в поведении	1) работа с картинками, отражающими проблемные ситуации; 2) разыгрывание сцен, отражающих вымышленные конфликтные ситуации; 3) использование игр, включающих элементы соперничества; 4) использование игр, направленных на сотрудничество; 5) разбор вместе с ребенком последствий различных поведенческих реакций на проблемную ситуацию, выбор позитивных и закрепление их в ролевой игре; 6) введение на занятиях правил поведения с использованием системы поощрений; 7) ведение ребенком блокнотика в целях обучения самонаблюдению и контролю над поведением; 8) ведение ребенком вместе с учителями(родителями) карты поведения, содержащей личные правила поведения для конкретного ребенка, с использованием

		наград и поощрений в случае соблюдения этих правил; 9) включение ребенка в спортивные командные игры: (канализация агрессии, взаимодействие в коллективе, соблюдение определенных правил)
7. Работа с родителями и педагогами	Консультативная работа с родителями и учителями, направленная на снятие провоцирующих факторов агрессивного поведения у детей	1) информирование педагогов и родителей об индивидуально – психологических особенностях агрессивного ребенка; 2) обучение распознаванию собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с агрессивными детьми, а также приемам регуляции психического равновесия; 3) обучение учителей и родителей навыкам « ненасильственного» общения- «активное слушание»; исключение оценочности в общении; высказывание «Я-сообщений» вместо «ты-сообщений», исключение угроз и приказов, работа с интонацией; 4) отработка навыков позитивного взаимодействия с агрессивными детьми через ролевую игру; 5) помощь семье в плане выработки единых требований и правил воспитания; 6) отказ от наказаний как основного метода воспитания, переход к методам убеждения и поощрения; 7) включение ребенка в работу различных (по интересам) секций, кружков, студий

Работу с агрессивными детьми в рамках данных направлений мы строим как в индивидуальном порядке (чаще на стадии отреагирования гнева),

так и в группе. Работу в группе лучше проводить в мини-группах по 5-6 человек. Количество занятий должно быть не менее 1-2 раза в неделю. Разрабатывая программу, мы использовали структуру занятия, разработанную Бреслав Г.Э.

Программа по профилактике агрессивного поведения детей и подростков представлена в приложении 4. Успешность ее зависит от ряда показаний. К ним относятся характерологические и аффективные нарушения, которые создают проблемы в межличностных отношениях и проявляются повышенной агрессивностью. Такими нарушениями могут являться эгоцентризм, неустойчивость самооценки, тревожно-мнительные черты характера, неадекватный уровень притязаний. Детям занятия в группе показаны только после проведения индивидуальной работы, в результате которой уровень агрессивности заметно снизился. При работе с агрессивными детьми важно занять без оценочную позицию. При работе с агрессивным ребенком важно относиться с уважением к его внутренним проблемам.

Непонимание и незнание причин агрессивного поведения приводит к тому, что агрессивные дети вызывают у взрослых открытую неприязнь и неприятие в целом.

С этой целью были разработаны и проведены:

- профилактические занятия с педагогами (см. приложение 5),
- занятие для подростков «Мир без агрессии» (см. приложение 6).

3. Анализ результатов программы

После проведения с подростками запланированной программы профилактических мероприятий с целью снижения у них уровня агрессивности, был снова проведен комплекс диагностической работы с аналогичными методиками.

Мы повторно провели исследование выявления типов поведения в конфликтной ситуации среди испытуемых. Результаты представлены ниже в таблице 8.

Таблица 8.

Результаты вторичной диагностики по типам поведения в конфликтной ситуации в группе испытуемых по методике К. Томаса (адаптация Н.В. Гришиной)

№ п/ п	Типы поведения	Результаты тестирования	
		Испытуемые	
		Сумма	Среднее значение
1.	Соперничество	255	8,5
2.	Сотрудничество	141	4,7
3.	Компромисс	112	3,7
4.	Избегание	273	9,1
5.	Приспособление	270	9

Представим полученные результаты в количественном и процентном соотношении в таблице 9.

Таблица 9.

Результаты вторичной диагностики по типам поведения в конфликтной ситуации в группе испытуемых по методике К. Томаса (адаптация Н.В. Гришиной)

№ п/ п	Типы поведения	Результаты тестирования	
		Испытуемые	
		Количество испытуемых	Процентное соотношение
1.	Соперничество	2	7%
2.	Сотрудничество	12	40%
3.	Компромисс	12	40%
4.	Избегание	1	3%
5.	Приспособление	3	10%

Представим полученные результаты типов поведения в конфликтной ситуации на рисунке 4.

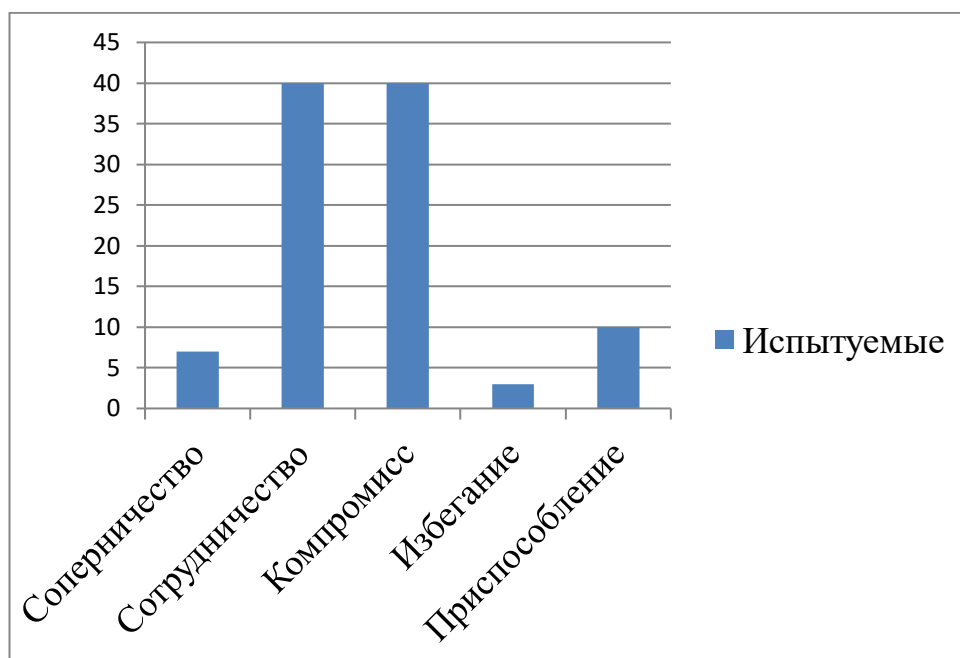


Рисунок 4. Результаты вторичной диагностики типов поведения в конфликтной ситуации в группе испытуемых по методике К. Томаса (адаптация Н.В. Гришиной)

Выбор определенной стратегии поведения в конфликте демонстрирует, насколько личность ориентирована на свои интересы и интересы другой стороны, а также стремление личности к конструктивному или деструктивному поведению в конфликте (рисунок 4).

В результате анализа было выявлено, что подростки выбирают стратегии сотрудничества и компромисса (по 40% соответственно), то есть характеризуются высоким уровнем направленности как на свои интересы, так и интересы других сверстников. Подростки, предпочитающие данную стратегию, признают ценности межличностных отношений, с уважением относятся к позиции другого подростка и стремятся к конструктивному разрешению противоречия на справедливой и объективной основе. Стратегия компромисса характеризуется балансом интересов конфликтующих сторон. Это значит, что подростки готовы идти на взаимные уступки, на поиск приемлемого для обеих сторон решения проблемы ради поддержания гармоничных межличностных отношений.

10 % подростков придерживающихся стратегии приспособления, стремятся уйти от конфликта со своим оппонентом. Для данной стратегии характерна низкая направленность на свои интересы и высокая направленность на интересы соперника. Подростки, предпочитающие данную стратегию поведения, ориентированы на сохранение межличностных отношений в ущерб своим собственным интересам. Часто данная стратегия ведет к «временному» перемирию и является важным шагом на пути к конструктивному разрешению конфликта.

Следует отметить, что доминирующими типами поведения среди испытуемых подростков являются: сотрудничество и компромисс (по 40 % соответственно).

Сравнивая, полученные результаты диагностики до и после проведения программы с подростками, можно отметить, что:

- показатель по типу поведения «соперничество» у подростков снизился с 23% до 7%;
- показатель по типу поведения «сотрудничество» у подростков повысился с 13% до 40%;
- показатель по типу поведения «компромисс» у подростков повысился с 7% до 40%;
- показатель по типу поведения «избегание» у подростков понизился с 30% до 3%;
- показатель по типу поведения «приспособление» у подростков понизился с 27% до 10%.

Изобразим данные результаты на рисунке 5.

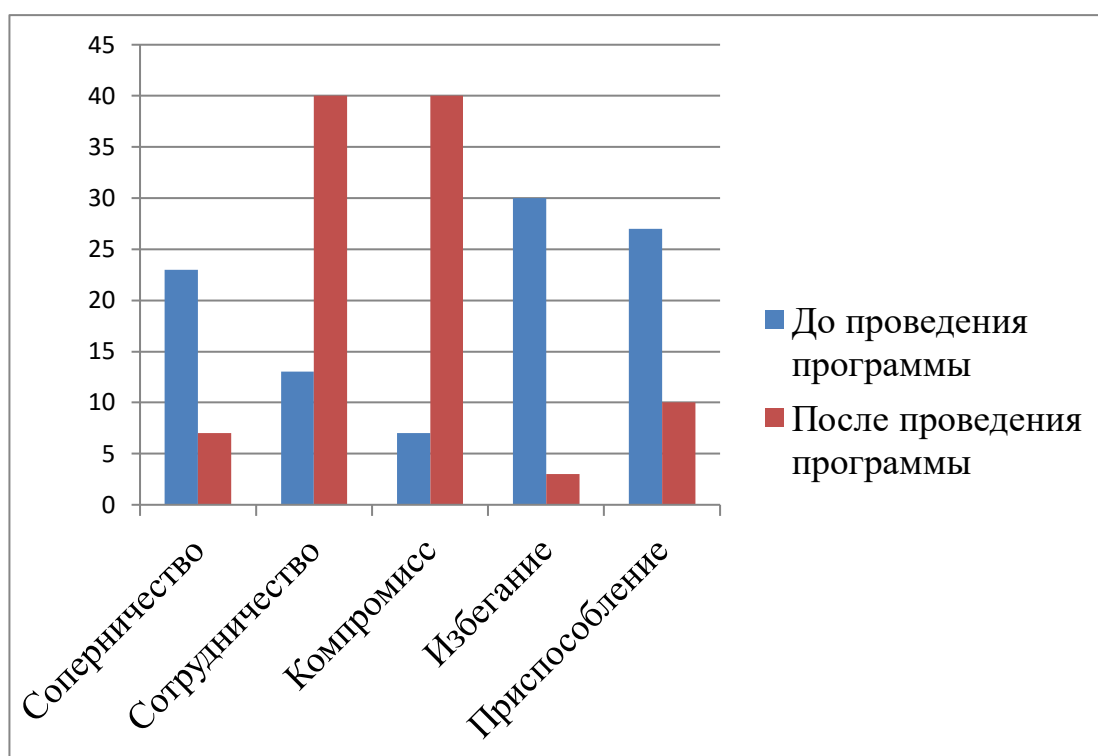


Рисунок 5. Результаты показателей типов поведения в конфликтной ситуации в группе испытуемых по методике К. Томаса (адаптация Н.В. Гришиной) до и после проведения программы

Мы провели исследование выявления особенностей психологических состояний по методике диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю.Айзенка). Результаты представлены ниже в таблице 10.

Таблица 10.

Результаты вторичной диагностики особенностей психологических состояний испытуемых по методике диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю.Айзенка).

№ п/ п	Психологические состояния	Результаты тестирования	
		Испытуемые	
		Сумма	Среднее значение
1.	Тревожность	257	8,56
2.	Фрустрация	175	5,83
3.	Агрессивность	202	6,73
4.	Ригидность	188	6,2

Представим полученные результаты в количественном и процентном соотношении в таблице 11.

Таблица 11.

Результаты вторичной диагностики особенностей психологических состояний испытуемых по методике диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю.Айзенка).

№ п/ п	Психологические состояния	Результаты тестирования					
		Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
		n	%	n	%	n	%
1.	Тревожность	0	0	0	0	30	100%
2.	Фрустрация	0	0	0	0	30	100%
3.	Агрессивность	0	0	0	0	30	100%
4.	Ригидность	0	0	0	0	30	100%

n – количество испытуемых.

Представим полученные результаты самооценки психологических состояний у испытуемых на рисунке 6.

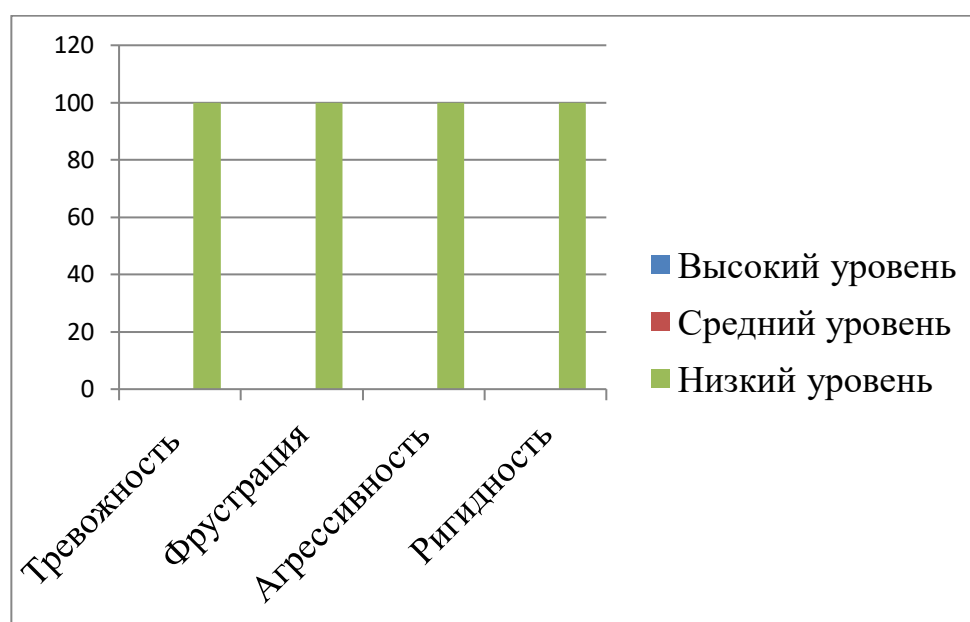


Рисунок 6. Вторичная диагностика особенностей психологических состояний испытуемых по методике диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю.Айзенка).

В результате полученных данных, можно сделать вывод, что, доминирующими в группе испытуемых подростков является низкие уровни фрустрированности, агрессивности, ригидности и тревожности.

Сравнивая, полученные результаты диагностики до и после проведения программы с подростками, можно отметить, что:

- показатель по психологическому состоянию «тревожность» у подростков снизился с высокого уровня - 100% до низкого уровня - 100%;
- показатель по психологическому состоянию «фрустрация» у подростков снизился с высокого уровня - 57% до низкого уровня - 100%;
- показатель по психологическому состоянию «агрессивность» у подростков снизился с высокого уровня - 100% до низкого уровня - 100%;
- показатель по психологическому состоянию «ригидность» у подростков снизился с высокого уровня - 57% до низкого уровня - 100%.

Изобразим данные результаты на рисунке 7.

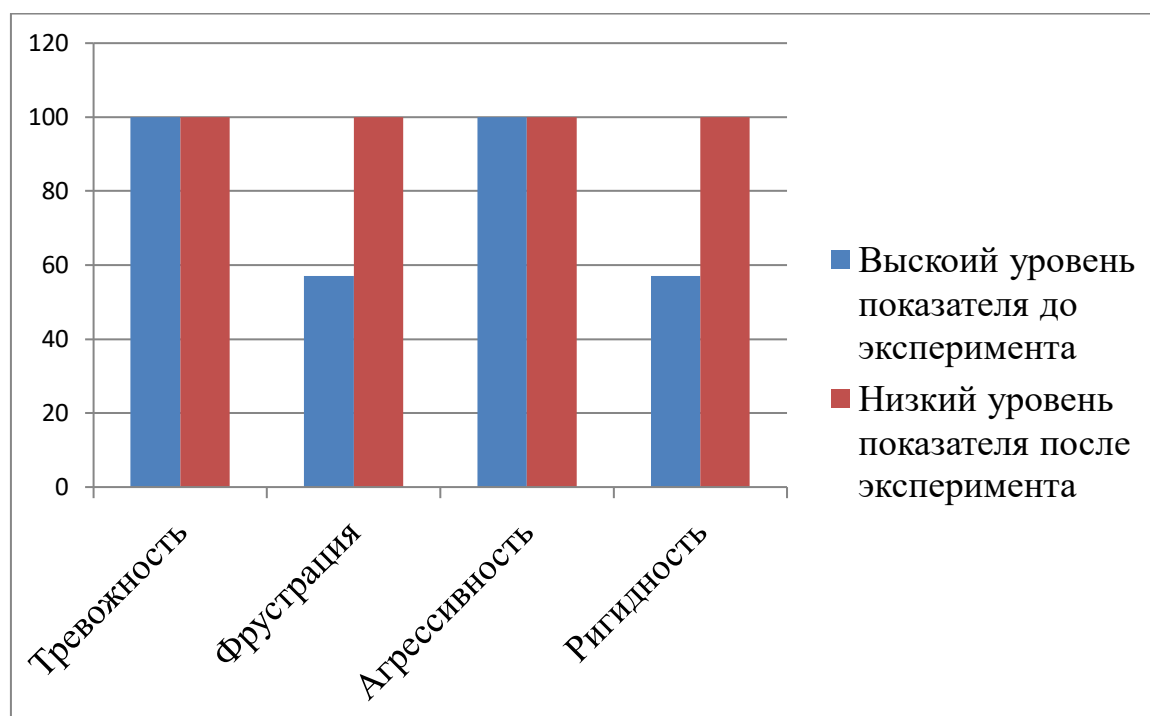


Рисунок 7. Результаты показателей психологических состояний испытуемых по методике диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю.Айзенка) до и после проведения программы

Для диагностики агрессивного поведения в общеобразовательном учреждении мы использовали опросник Л.Г. Почебут. Представленная методика хорошо показывает, обычный стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления подростка в социальной среде. Результаты опроса представлены в таблице 12.

Таблица 12.

Результаты вторичной диагностики особенностей агрессивного поведения подростков по опроснику Л.Г. Почебут.

№ п/ п	Шкалы	Результаты тестирования	
		Испытуемые	
		Сумма	Среднее значение
1.	Вербальная	428	14,2
2.	Физическая	387	12,9
3.	Предметная	368	12,2
4.	Эмоциональная	558	18,6
5.	Самоагрессия	559	18,6

Представим полученные результаты в количественном и процентном соотношении в таблице 13.

Таблица 13.

Результаты вторичной диагностики особенностей агрессивного поведения подростков по опроснику Л. Г. Почебут.

№ п/ п	Шкалы	Результаты тестирования					
		Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
		n	%	n	%	n	%
1.	Вербальная	0	0	18	60%	12	40%
2.	Физическая	0	0	9	30%	21	70%
3.	Предметная	0	0	11	37%	19	63%
4.	Эмоциональная	5	17%	11	37%	14	46%
5.	Самоагрессия	5	17%	11	37%	14	46%

n – количество испытуемых.

Представим полученные результаты уровней агрессивного поведения у испытуемых на рисунке 8.

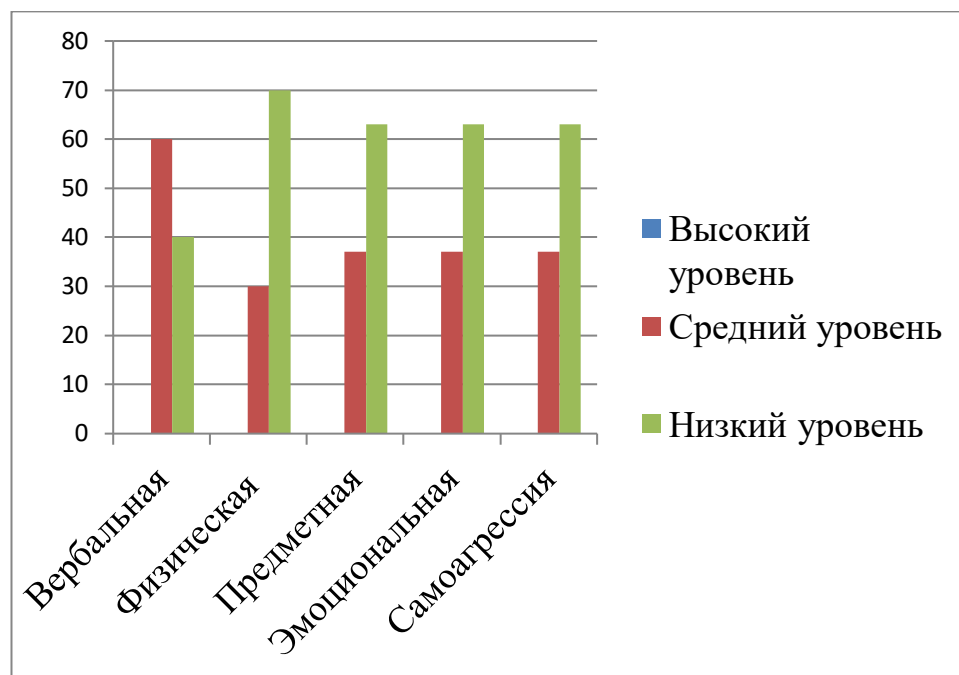


Рисунок 8. Результаты вторичной диагностики уровней видов агрессивного поведения подростков по опроснику Л. Г. Почебут.

Таким образом, доминирующими являются:

- средний уровень вербальной агрессии среди подростков – 60%;
- низкий уровень физической агрессии – 70%;
- низкий уровень предметной агрессии – 63%;
- низкий уровень эмоциональной агрессии – 63%;
- низкий уровень самоагрессии – 46%.

Сравнивая, полученные результаты диагностики до и после проведения программы с подростками, можно отметить, что:

- уровень агрессивного поведения по шкале «вербальная агрессия» у подростков снизился с высокого уровня - 70% до среднего уровня - 60%;
- уровень агрессивного поведения по шкале «физическая агрессия» у подростков снизился со среднего уровня - 40% до низкого уровня - 70%;
- уровень агрессивного поведения по шкале «предметная агрессия» у подростков снизился со среднего уровня - 40% до низкого уровня - 63%;
- уровень агрессивного поведения по шкале «эмоциональная агрессия» у подростков снизился со среднего уровня - 40% до низкого уровня - 46%;
- уровень агрессивного поведения по шкале «самоагрессия» у подростков снизился с высокого уровня - 60% до низкого уровня - 46%.

Изобразим данные результаты на рисунке 9.

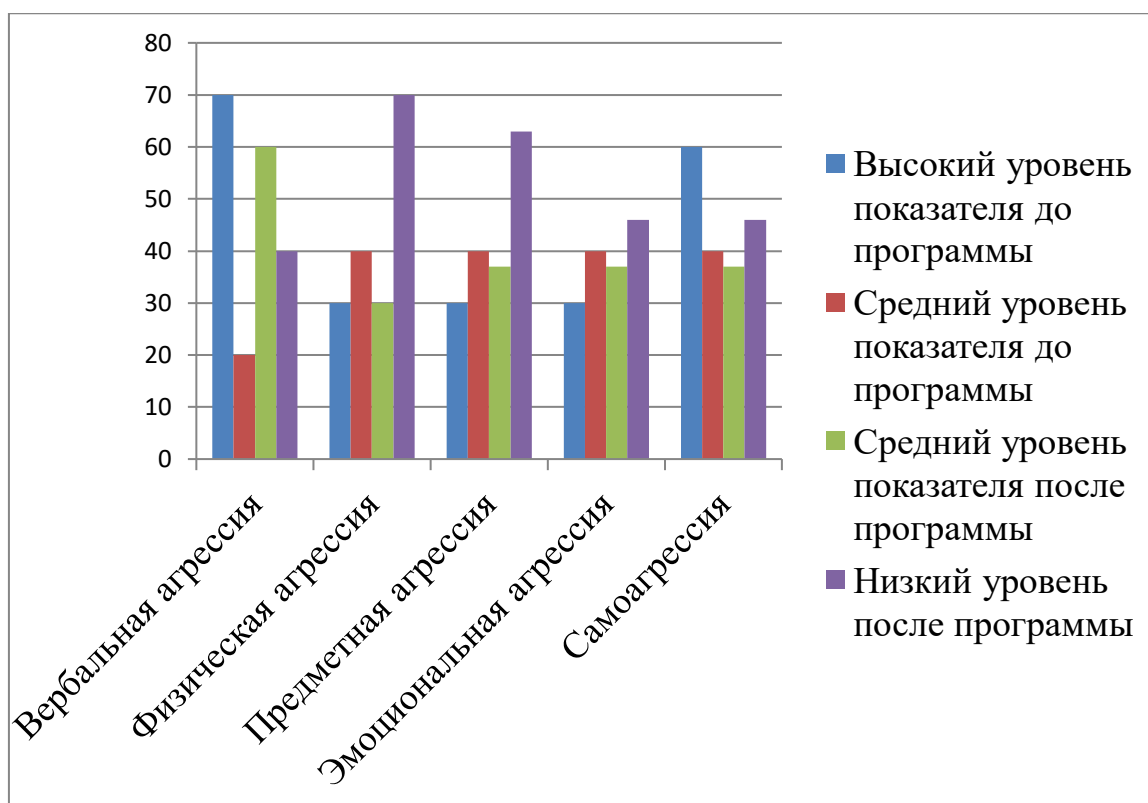


Рисунок 9. Результаты уровней агрессивного поведения испытуемых по опроснику Л. Г. Почебут до и после проведения программы

С целью выделения корреляционной связи между следующими показателями в группе испытуемых до и после проведения программы занятий по профилактике агрессивного поведения детей и подростков:

1. соперничество;
2. компромисс;
3. избегание;
4. приспособление;
5. тревожность;
6. фрустрация;
7. агрессивность;
8. ригидность;
9. вербальная агрессия;
10. физическая агрессия;
11. предметная агрессия;

12. эмоциональная агрессия;

13. самрагессия

нами был произведен статистический расчет диагностических показателей с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Результаты подсчета по указанным показателям представлены в приложении № 7.

В таблице 14 указаны сводные данные коэффициента ранговой корреляции Спирмена по указанным показателям в группе испытуемых

Таблица 14. Сводные данные коэффициента ранговой корреляции Спирмена по указанным показателям в группе испытуемых

По- ка- за- тели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	-0,16												
2		<u>0,36</u>											
3			<u>0,53</u>										
4				<u>0,5</u>									
5					<u>0,51</u>								
6						<u>0,21</u>							
7							0,15						
8								<u>0,71</u>					
9									<u>0,54</u>				
10										<u>0,67</u>			
11											<u>0,83</u>		
12												<u>0,62</u>	
13													<u>0,48</u>

Критические значения для N = 30

	p	
	0.05	0.01
0	0.36	0.47

Как видно из таблицы 14, существует корреляционная связь между следующими показателями в контрольной группе испытуемых:

1. компромисс;
2. избегание;
3. приспособление;
4. тревожность;
5. фрустрация;
6. ригидность;
7. вербальная агрессия;
8. физическая агрессия;
9. предметная агрессия;
10. эмоциональная агрессия;
11. самрагессия.

Подводя итог по данным статистикам, можно отметить, что для испытуемых подростков проявления вербальной агрессии и самоагрессии значительно снизились. Эта статистика приводит нас к выводу, что проведенная нами программа профилактики агрессивного поведения оказалась эффективной.

Выводы

С целью изучения особенностей деятельности социального педагога по социально психологической профилактике агрессивного поведения подростков, нами была проведена диагностика агрессивного поведения подростков.

Исследование проводилось на базе МБОУ Илькинская СОШ. В исследование участие 30 учащихся восьмого класса.

Нами были получены следующие результаты:

- в результате анализа было выявлено, что 23% испытуемых подростков выбирают стратегию соперничества, что означает ориентацию на собственные интересы и игнорирование интересов своих детей;
- 13% подростков ориентированы на сотрудничество, то есть характеризуются высоким уровнем направленности как на свои интересы, так и интересы других сверстников;
- 7% подростков отдают предпочтение стратегии компромисса, которая характеризуется балансом интересов конфликтующих сторон;
- 30% подростков предпочитают стратегию избегания, которая отличается стремлением уйти от конфликта;
- 27 % подростков придерживающихся стратегии приспособления, стремятся уйти от конфликта со своим оппонентом. Следует отметить, что доминирующими типами поведения среди испытуемых подростков являются: сотрудничество и компромисс (по 40 % соответственно).

Подводя итог по полученным данным, можно отметить, что для испытуемых подростков наиболее сильно характерны проявления вербальной агрессии и самоагрессии.

В результате полученных данных экспериментального исследования, можно сделать вывод, что:

- доминирующим в группе испытуемых подростков является выраженный уровень фрустрированности – 57%;
- доминирующим в группе испытуемых подростков является выраженный уровень агрессивности – 100%;

- среди подростков преобладает выраженный уровень ригидности – 57%;
- среди подростков доминирует высокий уровень тревожности – 100%;
- у подростков наблюдается высокий уровень вербальной агрессии у 70 %;
- высокий уровень самоагрессии в группе подростков имеет достаточно большой показатель - 60 %.

Работа с агрессивными детьми носила комплексный и системный характер. Опираясь на практический опыт работы с агрессивными детьми, и анализируя особенности этих детей, а также их семей, в своей работе мы основывались на ключевых направлениях, выделенных Т.П. Смирновой, в рамках которых строили профилактическую работу.

После проведения с подростками запланированной программы профилактических мероприятий с целью снижения у них уровня агрессивности, был снова проведен комплекс диагностической работы с аналогичными методиками.

Нами были получены следующие результаты:

- средний уровень вербальной агрессии среди подростков – 60%;
- низкий уровень физической агрессии – 70%;
- низкий уровень предметной агрессии – 63%;
- низкий уровень эмоциональной агрессии – 63%;
- низкий уровень самоагрессии– 46%.

Существует корреляционная связь между следующими показателями в контрольной группе испытуемых:

1. компромисс;
2. избегание;
3. приспособление;
4. тревожность;
5. фрустрация;
6. ригидность;

7. вербальная агрессия;
8. физическая агрессия;
9. предметная агрессия;
10. эмоциональная агрессия;
11. самрагессия.

Подводя итог по данным статистикам, можно отметить, что для испытуемых подростков проявления вербальной агрессии и самоагрессии значительно снизились. Эта статистика приводит нас к выводу, что проведенная нами программа профилактики агрессивного поведения оказалась эффективной.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Базаркина, И.Н. Психодиагностика. Практикум по психодиагностике. Учебно-методический комплекс / И.Н. Базаркина. – М.: Человек. – 2014. – 224 с. ISBN: 978-5-906131-40-9
2. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКС-МО – Пресс, 1999. – 512 с. ISBN: 5-04-004214-0
3. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. – М., 2009. – 512 с. ISBN: 5-222-09783-8
4. Бахирева, Г.В. Причинный комплекс агрессивного поведения несовершеннолетних / Г.В. Бахирева // Современные проблемы науки и образования. – 2008. – №3. – С. 185-188
5. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. — Москва; Воронеж: Ин-т практической психологии, 1995. – С. 49-55. ISBN: 5-7695-0034-4
6. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. - М.: АСТ; СПб.:Прайм-Евроникс, 2009. - 816 с. ISBN 978-5-17-055693-9
7. Бэрн, Р., Ричардсон, Д. Агрессия / Р. Бэрн, Д. Ричардсон. - СПб.: Питер, 2001. - 352 с. ISBN 5-88782-294-5
8. Вассерман, Л. И., Горьковская И. А., Ромицына Е. Е. Родители глазами подростка: психологическая диагностика в медико-педагогической практике. Учеб. пособие. — СПб.: Речь, 2004. — 256 с. ISBN 5-9268-028
9. Воробьева, К.А. Профилактика агрессивности в подростковой среде / К.А. Воробьева // Воспитание школьников. – №6.- 2012 – С. 55 – 61.
10. Глебов, В.В. Профилактика агрессивного поведения подростков / В.В. Глебов, М.В. Рязанцева // Профессиональное образование. Столица. – 2008. – №5. – С. 16 – 17.

11. Глуханюк, Н.С. Психодиагностика / Н.С. Глуханюк. – М.: Академия. – 2013. – 240 с. ISBN: 978-5-7695-6552-6.
12. Гриневич, Н.В. Возможности использования метода Арт-терапии в психологической практике с детьми «группы риска» / Н.В. Гриневич //Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2009. – №5. – С. 303 – 306.
13. Ениклопов, С. Н. Психология агрессии: основные подходы // Вестник Псковского Вольного университета, 1994. - 353 с. ISBN 978-5-467-00123-4
14. Ениклопов, С.Н. Дети и психология агрессии / С.Н. Ениклопов // Школа здоровья. - 1995. - №3. - с. 31 – 39.
15. Ефимкина, Р.П. Детская психология: методические указания. — М: Новосибирск: Научно-учебный центр психологии НГУ, 1995 – 59 с. ISBN 5-04-004214-3
16. Капская, А.И. Актуальные проблемы социально-педагогической работы / А.И. Капская, О.В.Безпалько, Р.Х.Вайнола; Общ.ред А.И. Капской – М.: 2002. - 164 с.
17. Кларин, М.В. Инновации в мировой педагогике: обучение на основе исследования, игры и дискуссии / М.В. Кларин. – М.: Пед. центр Эксперимент, 1998. – 180 с.
18. Курбатова, Т.Н. Структурный анализ агрессии / Б.Г. Ананьев и ленинградская школа в развитии современной психологии. СПб., 1995. – 290 с. ISBN 5-272-00289-10
19. Кулешова, А.В. Категории жизни подростков: субкультуры, агрессия, любовь / А.В. Кулешова // Вестник Российского государственного гуманитарного университета. - 2008. - №2. - С. 236-253.
20. Личко, А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Л., Медицина, 1977, 208 с.

21. Логинова, Н. А. Б. Г. Ананьев — выдающийся ученый в истории отечественной психологии. Алматы, 2009 — 258 с. ISBN 978-5-89988-864-9
22. Михайлова, О.Ю., Труфанова О.К. Психологическое изучение особенностей фрустрационногореагирования в зависимости от типа полоролевой идентификации / Акт. пробл. соврем, психол. Харьков, 1993. — 590 с. ISBN-978-5-9275-0422
23. Москаленко, Н. И. Взаимодействие педагогов и старшеклассников в процессе предупреждения, отклоняющегося поведения подростков: Дис. канд. пед. наук : 13.00.01 : Москва, 2003 - 221 с.
24. Мудрик, А.Я. Социальная педагогика: Учеб для студ.пед. вузов / под ред. В.А.Сластенина - 3-е изд, испр и доп - М: Изд центр \"Академия\", 2002 - 200 с. ISBN 5-7695-0640-7
25. Надеждина В.М. Психодиагностика. Методики и тесты / В.М. Надеждина. — М.: Харвест. — 2011. — 640 с. ISBN 978-985-16-9088-2
26. Носс И.Н. Психодиагностика / И.Н. Носс. —М.: Юрайт. — 2014. — 500 с. ISBN 978-5-9916-3173-0
27. Овчарова, Р.В.Справочная книга школьного психолога. — 2-е изд., дораб. — М.: «Просвещение», «Учебная литература», 1996. — 352 с.ISBN 5-7695-0844-2
28. Овчарова, Р.В. Справочная книга социального педагога / Р.В. Овчарова. - М.: ТЦ «Сфера», 2005. - 480 с. - ISBN 5-89144-177-2.
29. Паренс Г. Агрессия наших детей. М. ИД Форум. 1997 - 160с. ISBN 5-86225-620-2
- 30.Практическая психодиагностика. Методики и тесты / под ред. Д.Я. Райгородского. — Самара: изд. Дом «Бахрах — М», 2008. — 644 с. ISBN: 978-5-94648-065-9
31. Психология развивающейся личности / Под ред. А.В. Петровского. — М., 1987. — 784 с. ISBN 5-9292-0064-5

32. Психология. Словарь / Под общ. Ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с. ISBN 5-9292-0064-5
33. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 2012. – 128 с. ISBN: 5-7695-0034-4
34. Психология развивающейся личности / Под ред. А.В. Петровского. – М., 1987. – 784 с. ISBN 5-9292-0064-5
35. Попов, В.А. Социально - педагогическая профилактика девиантного поведения подростков в системе средних общеобразовательных учреждений [Текст] / В. А. Попов, Н. П. Липнягов // Молодой ученый. — 2013. — №7. — С. 410-412.
36. Раттер М. Помощь трудным детям, - М.: Прогресс, 1987. — 424 с.
37. Реан, А.А. Агрессия в структуре поведения возбудимой и демонстративной личности //Ананьевские чтения. – СПб., 1997. 448 с. ISBN 5-98281-099-1
38. Реан, А.А. Психология изучения личности / А.А. Реан. – М.: Изд-во Михайлова В.А – 1999. – 288 с. ISBN: 5–8016–0044–2
39. Румянцева, Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии / Т.Г. Румянцева // Вопросы психологии. - 1991. - №1. - С. 81-87.
40. Социальная педагогика: курс лекций. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. М.А. Галагузовой. - М.: ВЛАДОС, 2000. - 416 с. ISBN 5-691-00372-0
41. Социологический энциклопедический словарь / Под ред. Г.В. Осипова. - М.: ИНФРА-М-НОРМА, 2000. - 481 с. - ISBN 978-5-89123-162-7

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Тест К. Томаса - стратегия поведения в конфликтной ситуации (адаптация Н.В. Гришиной)

Шкалы: типы поведения в конфликтной ситуации - соперничество, приспособление, компромисс, избегание, сотрудничество

НАЗНАЧЕНИЕ ТЕСТА

Тест адаптирован Н.В. Гришиной и используется для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению.

К. Томас выделяет следующие типы поведения в конфликтной ситуации:

- соперничество (конкуренция) как стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому;
- приспособление, означающее в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого;
- компромисс;
- избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей;
- сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

В опроснике по выявлению типичных форм поведения К. Томас описывает каждый из пяти перечисленных возможных вариантов 12 суждениями о поведении индивида в конфликтной ситуации. В различных сочетаниях они сгруппированы в 30 пар.

Инструкция к тесту

В каждой паре выберите то суждение, которое наиболее точно описывает Ваше типичное поведение в конфликтной ситуации.

Таблица 15.

Вопросы теста К. Томаса - стратегия поведения в конфликтной ситуации (адаптация Н.В. Гришиной)

Ответ «А»	Ответ «Б»
1. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.	Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.
2. Я стараюсь найти компромиссное решение.	Я пытаюсь уладить дело, учитывая интересы другого и мои.
3. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.	Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.
4. Я стараюсь найти компромиссное решение.	Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
5. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.	Я стараюсь сделать все, чтобы избежать напряженности.
6. Я пытаюсь избежать возникновения неприятностей для себя.	Я стараюсь добиться своего.
7. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.	Я считаю возможным уступить, чтобы добиться своего.
8. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.	Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.
9. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.	Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.
10. Я твердо стремлюсь достичь своего.	Я пытаюсь найти компромиссное решение.
11. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и вопросы.	Я стараюсь успокоить другого и главным образом сохранить наши отношения.
12. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.	Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет

	мне навстречу.
13. Я предлагаю среднюю позицию.	Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.
14. Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.	Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.
15. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.	Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.
16. Я стараюсь не задеть чувств другого.	Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.
17. Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.	Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
18. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.	Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.
19. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.	Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.
20. Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.	Я стремлюсь к лучшему сочетанию выгод и потерь для всех.
21. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.	Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.
22. Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.	Я отстаиваю свои желания.
23. Я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого.	Иногда я представляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
24. Если позиция другого кажется ему очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.	Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
	Ведя переговоры, я стараюсь быть внима-

25. Я пытаюсь доказать другому логику и преимущества моих взглядов.	ительным к желаниям другого.
26. Я предлагаю среднюю позицию.	Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.
27. Я избегаю позиции, которая может вызвать споры.	Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
28. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.	Улаживая ситуацию, я стараюсь найти поддержку у другого.
29. Я предлагаю среднюю позицию.	Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий
30. Я стараюсь не задеть чувств другого.	Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы с другим заинтересованным человеком могли добиться успеха.

ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Ключ к тесту

№	Соперн.	Сотрудн.	Компр.	Избег.	Приспособб.
1				А	Б
2			Б		А
3	А				Б
4			А		Б
5		А			Б
6	Б				А
7				Б	А
8		А	Б		
9	Б				А
10	А				Б
11		А			Б
12				Б	А
13	Б				А

**Методика диагностики самооценки психологических состояний
(Г.Ю. Айзенка)**

Предлагаем Вам описание различных психических состояний. Если это состояние очень подходит Вам, то за ответ ставится 2 балла; если подходит, но не очень, то 1 балл; если совсем не подходит - то 0 баллов.

Таблица 16.

Вопросы методики диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю. Айзенка)

	Психические состояния	По	Под	Не
		дходит	ходит, но не очень	подходит
		2	1	0
1	Не чувствую в себе уверенности.			
2	Часто из-за пустяков краснею.			
3	Мой сон беспокоен.			
4	Легко впадаю в уныние.			
5	Беспокоюсь о только воображаемых еще не- приятностях.			
6	Меня пугают трудности.			
7	Люблю копаться в своих недостатках.			
8	Меня легко убедить.			
9	Я мнительный.			
10	С трудом переношу время ожидания.			
11	Нередко мне кажутся безвыходными поло- жения, из которых можно найти выход.			
12	Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.			
13	При больших неприятностях я склонен без до- статочных оснований винить себя.			
14	Несчастья и неудачи ничему меня не учат.			
	Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бес-			

15	плодной.			
16	Я нередко чувствую себя незащищенным.			
17	Иногда у меня бывает состояние отчаяния.			
18	Чувствую растерянность перед трудностями.			
19	В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу чтобы меня пожалели.			
20	Считаю недостатки своего характера неисправимыми.			
21	Оставляю за собой последнее слово.			
22	Нередко в разговоре перебиваю собеседника.			
23	Меня легко рассердить.			
24	Люблю делать замечания другим.			
25	Хочу быть авторитетом для окружающих.			
26	Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.			
27	Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.			
28	Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.			
29	У меня резкая, грубоватая жестикуляция.			
30	Я мстителен.			
31	Мне трудно менять привычки.			
32	Нелегко переключаю внимание.			
33	Очень настороженно отношусь ко всему новому.			
34	Меня трудно переубедить.			
35	Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться.			
36	Нелегко сближаюсь с людьми.			
37	Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.			
38	Нередко я проявляю упрямство.			
39	Неохотно иду на риск.			
	Резко переживаю отклонения от принятого			

40	мною режима.			
----	--------------	--	--	--

Подсчитайте сумму баллов за каждую из 4-х групп вопросов:

Таблица 17.

Нмерация вопросов по психическим состояниям методики диагностики самооценки психологических состояний (Г.Ю. Айзенка)

I.	1 — 10 вопросы	тревожность
II.	11 — 20 вопросы	фрустрация
III.	21 — 30 вопросы	агрессивность
IV.	31 — 40 вопросы	ригидность

Таблица 18.

I. Тревожность

0 — 7 баллов	не тревожные
8 — 14 баллов	тревожность средняя, допустимого уровня
15 — 20 баллов	очень тревожные

Таблица 19.

II. Фрустрация

0 — 7 баллов	вы имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам и не боитесь трудностей
8 — 14 баллов	средний уровень, фрустрация имеет место
15 — 20 баллов	у Вас низкая самооценка, Вы избегаете трудностей, боитесь неудач

Таблица 20.

III. Агрессивность

0 - 7 баллов	вы спокойны, выдержаны
8-14 баллов	средний уровень
15 — 20 баллов	вы агрессивны, невыдержанны. Есть трудности в работе с людьми

Таблица 21.

IV. Ригидность

0 — 7 баллов	ригидности нет, легкая переключае- мость
8 — 14 баллов	средний уровень
15 — 20 баллов	сильно выраженная ригидность, вам противопоказаны смена места работы, изме- нения в семье

Тест агрессивности опросник Л.Г. Почебут

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

Опросник

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

14. В общении с людьми я часто чувствую себя «пороховой бочкой», которая постоянно готова взорваться.
15. Порой у меня появляется желание зло пошутить над другим человеком.
16. Когда я сердит, то обычно мрачнею.
17. В разговоре с человеком я стараюсь его внимательно выслушать, не перебивая.
18. В молодости у меня часто «чесались кулаки» и я всегда был готов пустить их в ход.
19. Если я знаю, что человек намеренно меня толкнул, то дело может дойти до драки.
20. Творческий беспорядок на моем рабочем столе позволяет мне эффективно работать.
21. Я помню, что бывал настолько сердитым, что хватал все, что падало под руку, и ломал.
22. Иногда люди раздражают меня только одним своим присутствием.
23. Я часто удивляюсь, какие скрытые причины заставляют другого человека делать мне что-нибудь хорошее.
24. Если мне нанесут обиду, у меня пропадет желание разговаривать с кем бы то ни было.
25. Иногда я намеренно говорю гадости о человеке, которого не люблю.
26. Когда я взбешен, я кричу самое злобное ругательство.
27. В детстве я избегал драться.
28. Я знаю, по какой причине и когда можно кого-нибудь ударить.
29. Когда я взбешен, то могу хлопнуть дверью.
30. Мне кажется, что окружающие люди меня не любят.
31. Я постоянно делюсь с другими своими чувствами и переживаниями.

32. Очень часто своими словами и действиями я сам себе приношу вред.
33. Когда люди орут на меня, я отвечаю тем же.
34. Если кто-нибудь ударит меня первым, я в ответ ударю его.
35. Меня раздражает, когда предметы лежат не на своем месте.
36. Если мне не удастся починить сломавшийся или порвавшийся предмет, то я в гневе ломаю или рву его окончательно.
37. Другие люди мне всегда кажутся преуспевающими.
38. Когда я думаю об очень неприятном мне человеке, я могу прийти в возбуждение от желания причинить ему зло.
39. Иногда мне кажется, что судьба сыграла со мной злую шутку.
40. Если кто-нибудь обращается со мной не так, как следует, я очень расстраиваюсь по этому поводу.

Обработка результатов и интерпретация

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

- ☐ Вербальная агрессия (ВА) – человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.
- ☐ Физическая агрессия (ФА) – человек выражает свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.
- ☐ Предметная агрессия (ПА) – человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.
- ☐ Эмоциональная агрессия (ЭА) – у человека возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.
- ☐ Самоагрессия (СА) – человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде.

Ключ для обработки теста

Тип агрессии	номер утверждения	
	Да	ет
ВА	1, 2, 9, 10, 25, 26, 33	7
ФА	3, 4, 11, 18, 19, 28, 34	7
ПА	5, 12, 13, 21, 29, 35, 36	0
ЭА	6, 14, 15, 22, 30, 37, 38	3
СА	7, 8, 16, 24, 32, 39, 40	1

Вначале суммируются баллы по каждой из пяти шкал.

Если сумма баллов **выше 5**, это означает высокую степень агрессивности и низкую степень адаптивности по шкале.

Сумма баллов **от 3 до 4** соответствует средней степени агрессии и адаптированности.

Сумма баллов **от 0 до 2** означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированности по данному типу поведения. Затем суммируются баллы по всем шкалам.

Если сумма **превышает 25 баллов**, это означает высокую степень агрессивности человека, его низкие адаптационные возможности.

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

Сумма баллов **от 0 до 10** означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированного поведения.

Программа занятий по профилактике агрессивного поведения детей и подростков

Основная цель групповой работы с агрессивными детьми-снижение уровня агрессивности путем обучения навыкам адаптивного поведения.

Задачи:

1. Дать ребенку возможность осознать неконструктивность его агрессивного поведения.
2. Научить ребенка понимать переживания, состояния и интересы других людей.
3. Выработать у ребенка умение грамотно проявлять свои эмоции и сдерживать агрессивные реакции.
4. Сформировать навыки конструктивного разрешения межличностных конфликтов.

Занятие 1

Цели: знакомство участников группы друг с другом и ведущим. установление правил поведения в группе; снятие эмоционального напряжения, создание рабочей атмосферы.

Ход занятия

1. Представление участников занятий друг другу, определение правил работы группы.

Ведущий рассказывает ребятам о целях занятий, об их особенностях и предлагает принять определенные правила. Каждое правило обсуждается с детьми.

Таблица 23.

Правила занятий

нужно	нельзя
Смотреть на того , к кому ты обращаешься	Угрожать, драться, обзывать, пере-

	дразнить и гримасничать
Выражать свое мнение, начинать свою речь словом «Я»: я считаю, я чувствую, я думаю	Начинать свою речь словами «ты, вы, он, она, мы
Внимательно слушать, когда говорят другие	Сплетничать(рассказывать о чувствах другого человека или его поступках за пределами группы)
Уважать чужое мнение	Шуметь, когда кто-то говорит
Говорить искренне	врать
Спорить, если не согласен	«ставить» другим оценки, давать определения и критиковать
Шутить и улыбаться	Объяснять действия, мысли или поступки др. члена группы
Говорить по одному	перебивать
Не хочешь говорить или выполнять задания- не делай этого, но сообщи с помощью условного запрещающего знака	

2.Разминка: упражнения на знакомство и синхронизацию.

Представление игра-активатор «Имена-качества»

Ведущий и все ученики по кругу называют свои имена и два каких-либо своих качества, начинающихся с той же буквы, что и имя. Качества могут быть как позитивные, так и негативные.

Игра «Постройтесь по ...» (цель - развитие сплоченности группы через минимальный физический контакт). Необходимо построиться в шеренгу по какому-либо признаку: по цвету волос, цвету глаз, дате рождения и т. д.

3.Основная часть.

Упражнение «Тух-тиби-тух»

Цель: это рецепт снятия негативных настроений и восстановления сил в голове, теле и сердце. В этом ритуале заложен комический парадокс. Хотя

участники должны произносить слово «тух-тиби –тух» через некоторое время они не могут не смеяться.

Игра «Мяч».

Цель: построение отношений.

Ведущий дает следующую инструкцию «Сейчас я загадаю качество, внешнее или внутреннее, и брошу мячик кому-нибудь из участников. Если у того, кому я брошу мяч, это качество представлено так же как у меня, или так же, как и у меня отсутствует, я скажу в 1 случае «да», во втором «нет». Затем тот, кому я кинул мяч, тоже кидает мяч другому. И если «у первого, и у второго это качество есть, я говорю «да», а если у первого есть, а у второго нет, или наоборот, то я говорю «нет». Задача группы отгадать какое качество я загадал. Игра может повторяться 3-5 раз.

Упражнение «Транспортное средство».

Выберите себе транспортное средство, лучше чтобы оно было фантастическое, несуществующее. Представьте себя им... Какими возможностями вы обладаете? В какой среде вы обитаете? Кто вами управляет? Результатом упражнения должно стать осознание участников собственных возможностей.

«Круговой массаж». Цель: снятие остаточного напряжения.

Все встают в круг «лицом к спине», и мягкими движениями разминают плечевой пояс впереди стоящего. Кто-нибудь может начать дурачиться (проходит само собой) поскольку упражнение расслабляет и способствует групповой сплоченности. В обсуждении вербализуются чувства участников. Обсуждение может закончиться выражением благодарности своему «массажисту».

5. Ритуал прощания (ассимиляция опыта). Обсуждение итогов. Круг «Новое и важное для меня».

Рефлексия. Подростки открыты к общению и сотрудничеству. Ученики остались довольными; классный руководитель оценила мою деятельность на высшем уровне. Во время проведения игры «мяч» все участники с оживлением отгадывали загаданное качество. Возникли небольшие затруднения во

время проведения игры «постройтесь по...», но во время игры все недопонимания между участниками исчерпались.

Проблем в ходе проведения занятия не возникало, задачи реализованы в полном объеме.

Занятие 2

Цели занятия: продолжение знакомства и синхронизация группы; установление контактов между участниками; снятие эмоционального и телесного напряжения; развитие навыков совместной игры.

Ход занятия.

1. Обсуждение впечатления от предыдущего занятия.

2. Разминка

Упражнение «Знакомство руками»

Цель: построение отношений через телесные ощущения. Группа делится на 2 части, 2 круга. Участники встают лицом к друг другу, закрывают глаза, внутренний круг проходит по часовой стрелке, внешний – против часовой. Не открывая глаз почувствуйте своими руками другого человека, который стоит напротив вас. Познакомьтесь, попробуйте задать вопрос руками... Получите ответ... Попробуйте определить характер этого человека... пообщайтесь с помощью рук... Доверьте свою тайну. Расскажите собеседнику, что вы чувствуете... (3-5 минут). Откройте глаза. Что нового вы узнали о своем собеседнике? Много ли вам сказали руки про хозяина?

Упражнение «Номерки»

Ведущий показывает игрокам номера (по количеству участников), они должны зацепляться сзади за воротник одежды. Всем предлагается встать в круг. Ведущий прикрепляет номер каждому, но не по порядку. Участники должны как можно быстрее выстроиться от первого номера к последнему, при этом соблюдая важное правило – не произносить ничего вслух. Свой номер снимать и смотреть нельзя.

3. Основная часть: упражнения на осознание себя и своего поведения, обсуждение различных ситуаций.

Упражнение «Чем я отличаюсь от других». Цель- нахождение критериев оценки себя.

Участники находят отличия своего «я» от других.

Упражнение «Плохое и хорошее»

Участники оценивают свои основные черты характера, называя, например, 5 хороших своих черт и 5- плохих. Нужно определить, какие из черт зависят от самого человека и могут управляться изменяться самим человеком.

Какими чертами, эмоциями человек может управлять сам.

Упражнение «Волшебный магазин» Ведущий: Представьте, что вы попали в волшебный магазин, где можете приобрести все, чего вам не хватает, любые качества характера, любые духовные ценности: по принципу бери, все что хочешь, но плати. Так как магазин необычный, то и платить придется своими качествами.

Организуется пространство: из участников выбираются приказчик- помощник ведущего, рекламный агент, призывающий посетить магазин, и очередь из участников. Указывается, что время работы магазина строго ограничено, он может закрыться в любой момент. Ведущий ведет торг, приказчик приносит со склада качества, они продаются как товар. Далее ведется обсуждение: как сложно было расставаться со своими качествами? Почему необходимы те или иные качества? Почему кому-то трудно настаивать на покупке?

«Закончи предложения»

1. Я сержусь, когда кто-то...
2. Когда другие унижают меня, я...
3. Выбирая между «пассивный» и «агрессивный», я назвал бы себя...
4. Я ненавижу...
5. Хуже всего мне, когда...
6. Счастливее всего я, когда...
7. Главнее, что я хотел бы в себе изменить - это...

Ведущий собирает бланки результаты в группе не обсуждаются (эти бланки анализируются ведущим и впоследствии используются на индивидуальном консультировании).

4. Ритуал прощания.

Рефлексия. Задачи решены, ученики с удовольствием включались в деятельность. Во время проведения упражнения «волшебный магазин», подростки активно включались в групповую деятельность, обсуждали качества. В процессе упражнения «закнчи предложения» получены мною самые разнообразные ответы на незаконченные предложения. Дети после занятия остались довольны.

На мой взгляд, задания занятий выполнены успешно, цель достигнута.

Занятие № 3

Цели занятия: взаимодействие; отреагирование чувств; осознание неконструктивных способов выражения агрессии.

Ход занятия

1.Разминка: упражнения на синхронизацию, доверие и взаимодействие.

«Синхронизация» (осознание возможности переживания чувства единения с другими людьми). Участникам предлагается на счет 3 показать одинаковое количество пальцев на одной руке. Синхронизация наступает в тот момент , когда участники показывают одинаковое количество пальцев.

«Восковая палочка» (переживание телесных ощущений: в отношениях доверия, недоверия).

Все участники становятся вокруг плотно друг к другу, чувствуя друг друга. В центр круга становится один из участников. Тот, который стоит в центре, - «восковая палочка», закрывает глаза и максимально расслабляется; его раскачивают остальные участники, стараясь не причинить ему боль. Затем участники на месте «восковой палочки» оказываются другие участники. В заключение ведется работа с чувствами, возникшими в результате упражнения.

2. Основная часть: упражнение на осознание своей агрессивности и не конструктивности поведения.

Упражнение «Что делать с агрессией и гневом».

В ходе упражнения дети могут разобраться в том, что они называют агрессивным поведением. Они могут разобраться в своем агрессивном поведении и исследовать чужое агрессивное поведение.

Материалы: бумага, карандаши.

В каждом человеке от природы заложена агрессивность. Однако люди используют ее по-разному. Одни, чтобы созидать, и тогда агрессию можно назвать конструктивной. Другие, чтобы уничтожать или разрушать, и тогда агрессия деструктивна. Конструктивная агрессия - это активность, стремление к достижениям, защита себя и других, завоевание свободы и независимости. Деструктивная агрессия - это насилие, жестокость, ненависть, недоброжелательность, злоба. Поэтому, чтобы понимать, что с нами происходит, очень важно распознавать свои агрессивные импульсы и направить их в желаемое русло. Не причиняя вреда окружающим.

А теперь возьмите лист бумаги и запишите на нем все, что делает тот человек, о котором можно сказать: «Да, он действительно агрессивный». Выпишите небольшой рецепт, следуя которому можно создать агрессивного ребенка, а также нарисуйте портрет такого ребенка. Затем дети зачитывают свои рецепты и изображают агрессивного ребенка (как он ходит, как говорит, как смотрит, что он делает). Что вам нравится и не нравится в агрессивном ребенке. Что бы вы хотели изменить в таком ребенке.

Далее попросите детей подумать о том, когда и как они стали проявлять агрессию? Каким образом они могут вызвать агрессию по отношению к себе?

Возьмите лист бумаги и разделите его на 2 части: левую и правую. Слева напишите, как окружающие в течение учебного дня проявляли агрессию по отношению к другим.

3. Обсуждение.

Как вы считаете. Почему люди бывают агрессивными? Всегда ли стоит прибегать к агрессии в сложной ситуации или можно иногда решать проблему другим способом (например, каким?).

Способы:

- комкать и рвать бумагу;
- бить подушку или боксерскую грушу;
- топтать ногами;
- громко кричать, используя «стаканчик» для криков или «трубу», сделанную из ватмана;
- написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу;
- втирать пластилин в картонку или бумагу.

4. Ритуал прощания (при эмоциональном возбуждении-шепотом провести групповое релаксационное упражнение).

Рефлексия. Подростки были не активны на занятии; в общении между собой отмечен обмен интересами, мнениями. Классный руководитель класса высказала свое мнение про успешно проведенную работу мной, а также оценила мой подобранный индивидуально к каждому ученику подход.

Занятие № 4

Цели: осознание агрессивного поведения и выражение своего отношения к нему; обучение методам релаксации.

Ход занятия

1.Разминка: упражнения на доверие, взаимодействие и движение.

«Прогулка по сказочному лесу (способствует разрядке агрессивных чувств, лаем, рычанием). Участники перевоплощаются в агрессивных животных: собак, тигров, медведей.

Упражнение «Гомеостат». Участники выстраиваются в шеренгу. По сигналу ведущего можно прыгнуть, повернувшись в любую сторону. Задача-добиться того, чтобы вся группа смотрела в одну сторону.

2. Основная часть: упражнения на осознание своей агрессивности, обучение методам релаксации.

«Осознавание гнева через сенсорные каналы (на что похож твой гнев? Какой он на цвет, на слух, на ощупь, на вкус, на запах).

1. Что такое ссора?
2. Как возникает ссора, с чего она начинается?
3. Был ли вашей жизни хотя бы один момент, когда ссору вы начали сами? И что вы при этом сделали?
4. А что вам нравится в ссоре?
5. Что не нравится в ссорах? (Когда поругаешься, чувствуешь себя одиноким, настроение плохое).
6. Если бы ссора имела цвет, то какого цвета она была?
7. А какая ссора на вкус?
8. А если ссору потрогать руками, то какая она?
9. А какая ссора на слух?
10. Затем предлагается Детям нарисовать ситуацию, в которой у них произошла ссора.

Обучение методам релаксации.

Попросить сесть или лечь участников поудобнее. Представить ситуацию, которая злит или человека, который вызывает данное чувство, и отметить в каких частях тела при этом возникает наибольшее напряжение.

После того как все участки тела будут определены, приступить к упражнению по мышечному расслаблению. Расслабить мышцы в следующей последовательности:

- руки (кисть, предплечье, плечо);
- шея;
- живот;
- ноги;
- голова, в основном лицевая часть (рот, нос, лоб);

Участники удобно сидят или лежат

- делают глубокий вдох;
- на задержке дыхания сильно напрягают мышцы того участка тела, с которым вы работаете, и представляете того человека, на которого разозлились;

- на выдохе в виде облачка выдыхаете свой гнев (отпускаете его).

Затем какое-то время отдыхаете. Упражнение с каждым участком тела следует повторить 1-2 раза

«Плавный вдох Задержка дыхания (напряжение мышц прорабатываемого участка плюс представление проблемной ситуации). Медленный выдох (представление собственной злости в виде облачка или какого либо другого образа). Отдых».

2. Затем переходят к следующему участку тела. Пока все не будут проработаны.

Упражнение «Морская звезда»

Попросите детей закрыть глаза и представить место, где они любят отдыхать, где они хорошо и безопасно себя чувствуют. Затем пусть они представят, что находятся в этом месте и делают в этом месте то, отчего испытывают радость и удовольствие (1-2 минуты). Открыть глаза, потянуться глубоко вздохнуть.

4. Заключительное обсуждение с оценкой результатов занятия.

5. Ритуал прощания.

Рефлексия. На данном занятии подростки активно включались в совместную деятельность. Во время проведения упражнения «морская звезда» не все участники хотели выполнять его задание, но глядя на других подростков – включались в групповую работу.

Задания занятий выполнены, цель достигнута. На мой взгляд, занятие было проведено успешно.

Занятие № 5

Цели: повышение самооценки детей, психологическая коррекция детских обид, принятие своих негативных качеств.

Ход занятия.

1. Обсуждение впечатлений от предыдущего занятия.

2. Разминка: упражнения на доверие, взаимодействие.

Упражнение «Подхвалилки» для повышения самооценки. Участникам раздаются карточки с названием различных хороших поступков. Например, быстро сделать уроки, помочь товарищу в беде. Участникам предлагается вспомнить и описать случай, когда здорово сделали именно то, что написано на карточке.

Упражнение «Толкалки» (научение выражать агрессию через игру и позитивное движение)». Разбейтесь на пары. Встаньте на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями о ладони своего партнера. По сигналу начните толкать своего партнера ладонями, старайтесь сдвинуть его с места. Если же ваш партнер сдвинет вас назад, постарайтесь вернуться на свое место. Будьте внимательны, никто никому не должен причинить боль. НЕ толкайтесь. Если надоест или устанете скажите:» СТОП».

3. Основная часть: актуализация ситуаций обиды.

Упражнение «Детская обида»

Вспомните случай из детства, когда вы почувствовали сильную обиду. Вспомните свои переживания и опишите их. Выразите отношение к этой обиде в настоящее время. Опишите или нарисуйте это.

Демонстрируют рисунки «тогда» и «сейчас».

Упражнение «Безмолвный крик» (научиться при самой сильной обиде или гневе не чувствовать себя жертвой; избавиться от напряжения. «Представьте себе, что ты идешь в тихое и приятное место, где никто тебе не мешает. Вспомни о ком-нибудь, кто действует тебе на нервы, кто тебя злит или причиняет тебе какое-нибудь зло. Представь, что этот человек еще сильнее раздражают тебя. Пусть твоё раздражение усиливается. Тот человек тоже

должен понять, что больше раздражать тебя уже нельзя. Для этого ты можешь закричать изо всех сил, но так, чтобы этого никто не услышал здесь. То есть кричать нужно про себя. Может быть, ты хочешь заорать: «Хватит! Перестань! Исчезни!» Открой рот и закричи про себя так громко, как только сможешь. В твоём потайном месте ты один, там никто не может услышать тебя. Закричи еще раз, и в этот раз ори еще громче. Ну вот теперь хорошо!

А теперь вспомни о человеке, который осложняет тебе жизнь. Придумай в своём воображении, как ты сможешь сделать так, чтобы он больше тебя не мучил. Откройте глаза, расскажите о том, что вы пережили.

Смогли ли в своём воображении крикнуть очень громко?

Кого вы представляли в образе злого духа?

Что кричали?

Что придумали, чтобы остановить этого человека?

4.Релаксационные упражнения(см. занятие № 4).

5.Ритуал прощания.

Рефлексия. Намеченный план работы выполнен, главные задачи реализованы. Во время проведения упражнения «детская обида», я вместе с подростками также вошел в состояние воспоминания, и ощутил на себе это ощущение сейчас. Данное чувство было у подростков разным и выразили они его на бумаге по-разному с различными оттенками. В наше время данная обида была у подростков выражена по другому. Они нарисовали светлые оттенки на рисунках. На мой взгляд. Занятие прошло успешно.

Занятие № 6

Цели: изучение мотивов своего агрессивного поведения; изучение мотивов агрессивного поведения других людей.

Ход занятия.

1. Разминка: упражнения на доверие, взаимодействие и движение.

Упражнение «Бурундучки».

Ведущий каждому участнику говорит на ушко о том каким зверем он будет. После этого все стоя в кругу, крепко берутся за руки (руки согнуты в локтях). Ведущий называет какого то зверя. Его задача присесть, остальных крепко держать его. Шутка в том, что ведущий присваивает разные названия всего двум участникам, а всех остальных называет бурундучками. Сначала называются единичные звери. А на 3 раз-бурундучки, почти все резко приседают, в итоге, падают.

2.Основная часть: групповая дискуссия с анализом поведения людей в различных конфликтных ситуациях.

Таблица 24.

Форма, рассматриваемых реальных ситуаций

Реальная ситуация, которая произошла с тобой	Что ты чувствовал? Что ты думал при этом?	Что тебе хотелось сделать? Что ты сделал на самом деле?

3.Релаксационные упражнения.

4. Ритуал прощания.

Рефлексия. Проведенное занятие успешно реализованно с учениками.

Не все подростки хотели принимать участие в упражнении «Бурундучки». Но мне все таки удалось их заинтересовать. В итоге-все остались довольны. На мой взгляд, занятие прошло успешно.

Занятие № 7

Цели: отреагирование накопившихся отрицательных эмоций; обсуждение конструктивных способов разрядки гнева и агрессии.

Ход занятия.

1.Разминка: упражнения на движение, взаимодействие и противодействие.

Упражнение «Клопы» (для включения в работу, облегчения выражения чувств). Участники по кругу передают две ручки. Ручку можно отдать следующему игроку по кругу или обратно. Нельзя не брать ручку, если ее дают. Того, у кого в руках оказалось две ручки одновременно «закусили клопы» (этот участник выбывает). Игра продолжается до 3 победителей.

Упражнение «Ворвись в круг» (проанализировать свое чувство отверженности и обсудить возможные варианты конструктивного поведения в подобных ситуациях)

«Встаньте в один большой круг и крепко сцепитесь руками. Один ребенок должен остаться за кругом и попытаться прорваться в круг. Как только ему удастся, следующий должен выйти за круг и попытаться ворваться в него и остаться в нем. Пожалуйста, будьте осторожны, чтобы никому не причинить боли.

2. Основная часть.

Упражнение «Раскрась свои чувства»

Представьте себе, что этот человек - сказочный герой, в которого вы превратились. Этот человечек, как и сказочный герой, может испытывать разные чувства, и его ощущения живут в разных частях его тела. Раскрасьте эти чувства: радость-желтым; счастье – оранжевым; удовольствие – зеленым -; гнев ,раздражение – ярко-красным; чувство вины – коричневым; страх – черным.

Затем идет обсуждение рисунков.

Упражнение «Пластическое изображение гнева, отреагирование гнева через движение»

1.Попросите участников встать в произвольную позу (или сесть). Затем попросите их подумать о той ситуации (человеке), которая вызывает у них наибольшее чувство гнева.

2.Затем попросите их встать (если сидели), и пусть участники начнут совершать движения таким образом. Чтобы максимально выразить те чувства (негативные ощущения), которые они испытывают. Причем побудительный

импульс движения должен исходить из той части тела. Где негативные чувства наиболее сильные. При этом не нужно контролировать свои движения. Важно выразить свои чувства.

Обсуждение.

Легко ли было выполнить упражнение?

В чем они испытывали затруднения?

Что чувствовали во время выполнения упражнения?

Изменилось ли их состояние после выполнения упражнения?

Ролевая игра с провоцированием гнева и агрессии (например: на перемене один мальчик взял у другого портфель и стал его пинать).

3.Заключительное обсуждение с оценкой своей выдержки и конструктивности при разрешении конфликта.

4.Релаксационные упражнения.

5. Ритуал прощания.

Рефлексия. В целом занятия проведены успешно. Все остались довольными. Во время обсуждения неожиданно для меня, все участники начали громко оговаривать свои ощущения во время проведения предыдущих упражнений. Все делились друг с другом своими ощущениями. На мой взгляд. Дискуссия была достаточно оживленной. Занятие проведено было успешно.

Занятие № 8

Цели: отработка конструктивных форм поведения, тренинг поведения в ситуациях, способствующих проявлению агрессии.

Ход занятия.

1. Промежуточное тестирование.
 2. Разминка: упражнения на движения, взаимодействие и реакцию.
- Упражнение «Встаньте те кто...»

Ведущий произносит фразу «Встаньте те кто ...»- и называет какое-нибудь качество. Все, кто считает, что у него есть это качество, встают и хором говорят: «Желаем всем хорошего настроения»

Упражнение «Охапка рук»

Участники становятся в круг , закрывают глаза и по сигналу ведущего начинают сходить к центру . вытянув руки перед собой. Задача каждого- схватить и держать как можно большее число рук , не открывая глаз и смотреть: чьи руки захватил.

3.Основная часть.

Рисование прежних реальных ситуаций проявления агрессивности в виде комикса. Затем создать второй комикс с возможным конструктивным разрешением конфликта.

Закрепление правил, помогающих участникам справиться с собственным гневом.

1. Прежде чем перейдешь к действию. Скажи себе «СТОП». Можно нарисовать значок «стоп» в виде кружка с каймой из картона и положить его в карман. Всякий раз, когда захочется ударить или толкнуть кого- либо или проявить активную вербальную агрессию, нужно дотронуться до кармашка со знаком «стоп» или представить его.

- 2.Прежде чем перейдешь к действию, глубоко вдохни и посчитай до 10.

3. Прежде чем перейдешь к действию, сильно сожми кулаки и разожми их до 10 раз.

4. Перевод деструктивных действий с физического на вербальный план. Прежде, чем перейдешь к действию, остановись и подумай, что ты хочешь сделать. Заключительное обсуждение с оценкой результата тренировки.

5. Релаксационные упражнения.

6. Ритуал прощания.

Рефлексия. В целом занятие проведено успешно, все остались довольными.

Занятие № 9

Цели: отработка навыков поведения в ситуациях, провоцирующих проявление агрессии; обучение методам саморегуляции.

Ход занятия.

1. Разминка: упражнение на движение и реакцию.

Упражнение «День рождения»

Выбирается именинник. Все дети дарят ему подарки жестами, мимикой. Имениннику предлагается вспомнить, обижал ли он кого-то, и исправить это.

2. Основная часть: разыгрывание ситуаций, провоцирующих проявление агрессии в семье (по данным, полученным при индивидуальных беседах), обучение новым упражнениям релаксации и проверка усвоения прежних. (Визуализация «Прогулка в горах»).

3. Заключительное обсуждение с оценкой результата тренировки.

4. Ритуал прощания.

Рефлексия. Проведенное занятие успешно реализовано с учениками. Подростки были заинтересованы в ходе проведения занятия. На мой взгляд, занятие прошло успешно.

Занятие № 10

Цели: закрепление конструктивных способов поведения.

Ход занятия.

1. Разминка: упражнения на движение и реакцию.

Упражнение «Геометрические фигуры»

Участники свободно перемещаются по помещению с закрытыми глазами и жужжанием. По хлопку ведущего необходимо выстроиться в круг. Глаза открывать ни в коем случае нельзя. Игра считается «выигранной», если все участники оказались в кругу. На это отводится несколько попыток (не более 7). Ведущий фиксирует получившиеся формы на доске. По окончании игры проводится обсуждение, подчеркивающее важность групповой работы: если круг не получается это значит никто из участников не выполнил задание.

2.Основная часть: тренинг поведения в ситуациях, провоцирующих появление агрессии в среде сверстников.

Упражнение «Небеса и ад»

Материалы: карандаши и бумага.

«Время от времени каждый из нас в разговоре с кем-то имеет другую точку зрения и хочет доказать свою правоту во что-бы то ни стало. Иногда в таком споре нет ничего плохого, но порой превращается в открытую борьбу. Вы можете вспомнить случай, когда ваш спор с кем-нибудь едва не закончился настоящей битвой? Может быть, ты был настолько возбужден, что готов был начать драку. А может быть, другой спорщик в порыве ярости был готов наброситься на тебя. Может быть вы оба были готовы драться. Но что-то позволило вам избежать рукоприкладства?

Напиши, что произошло тогда, и как ты себя при этом чувствовал. Расскажи как вам удалось избежать драки. Дай этой истории какое-нибудь название».

Анализ упражнения с проигрыванием.

Что ты можешь сделать, чтобы спор не превратился в драку?

Что ты делаешь, когда кто-нибудь хочет у тебя что-то отобрать?

Что ты делаешь, когда кто-нибудь оскорбляет тебя словами?

Бывают ли случаи, когда ты вынужден драться?

Упражнение «Пожалей другого»

Выполняется по кругу. Ведущий дает задание участникам представить, что рядом сидящему человеку плохо он расстроен. Надо проявить к нему сочувствие, высказать слова утешения.

Упражнение «Насос и мяч»

В парах один из участников-насос, другой – мяч. Мяч «сдут» (полностью расслаблен, голова опущена, ноги полусогнуты). По мере надувания партнер издает звук «СС», мяч распрямляется, а потом опять «сдувается» со звуком «СС». Затем участники меняются ролями.

3. Релаксация с визуализацией «Летнее поле».

4.Ритуал прощания.

Рефлексия. Проведенное занятие успешно реализовано с учениками. Подростки были заинтересованы в ходе проведения занятия. На мой взгляд, занятие прошло успешно.

Занятие № 11

Цели : закрепление конструктивных способов поведения.

Ход занятия.

1. Разминка: игры на движение и реакцию.

Упражнение «Бип».

Участники сидят в кругу. Водящий с завязанными глазами находится в центре круга. Его раскручивают, чтобы он потерял ориентацию . и одновременно все меняются местами. Задача ведущего подойти к кому-нибудь в кругу и сесть на колени. Тот, на кого сели, должен не своим голосом сказать: «Бип». А водящий определить , у кого на коленях он сидит.

2. Основная часть: тренинг поведения в ситуациях возможных будущих конфликтов в семье и школе.

Упражнение «Копилка хороших поступков»

Попросите детей подумать и мысленно вспомнить о всех хороших поступках. Которые удалось совершить. Запишите 3 хороших поступка. Которые более значимы для вас. После того как дети запишут одним спокойным предложением пусть похвалят себя за все эти три события. Например: «Марина, ты на самом деле здорово это сделала!», «У меня это действительно хорошо получилось».

Упражнение «Болото»

На полу мелом рисуется поле 6 на 6 квадратов. Для себя ведущий готовит схему безопасного перехода через болото. Условия: игра проходит в молчании(за каждое слово игра начинается заново). На болоте может находиться только один человек, остальные на берегу. Группе надо перебраться через болото по клеткам, кочкам. Их не видно. Если клетка не кочка , а трясина. Ведущий говорит «Буль» и участник возвращается на берег Обсужда-

ются наиболее эффективные стратегии взаимодействия(акцентируется важность внимательного отношения к действиям и поступкам другого человека), чувства участников.

3.Заключительное обсуждение с оценкой результата тренировки.

4.Релаксация с визуализацией «Подъем в гору».

5. Ритуал прощания.

Рефлексия. Проведенное занятие успешно реализовано с учениками. Подростки были заинтересованы в ходе проведения занятия. На мой взгляд, занятие прошло успешно.

Занятие № 12

Цели: завершение работы группы.

Ход занятия.

1.Заключительное тестирование.

2.Итоговое осуждение достижений всего цикла.

Упражнение «Тарелка»

Все сидят с закрытыми глазами. Необходимо передавать друг другу тарелку, наполненную водой (крупой), так, чтобы не облить, не обсыпать соседей. Упражнение заканчивается обсуждением.

Упражнение «Чего я достиг»

Участники рисуют рисунок «Мои достижения»

Круг «Что мне нравится, что я люблю в самом себе?»

Участники отвечают на вопрос. Важно следить за тем, чтобы участники говорили уверенным и радостным тоном, не преуменьшая своих достоинств, а преувеличивая их (я невероятно умная). Группа поддерживает каждого участника.

Упражнение «Чемодан»

Один из участников выходит. А остальные начинают в дорогу ему собирать чемодан. В который набирается то, что по мнению группы пригодится ему для общения с людьми. Все пожелания записываются и вручаются на память.

3. Особый ритуал закрытия группы.

Рефлексия. Проведенное занятие успешно реализовано с учениками. Подростки были заинтересованы в ходе проведения занятия. На мой взгляд, занятие прошло успешно.

Психолого-педагогическая работа была достаточно долгой и трудоемкой. Потрачено много усилий, прочитано много литературы с данной проблематики. Подростки остались довольны моей работой.

Профилактические занятия с педагогами

Цель: изменение формы общения с агрессивными детьми; повышение культуры общения, в том числе речевого обучения навыкам реагирования на неприемлемое, с точки зрения взрослого, поведение детей с помощью «Я - сообщений», высказываний, содержащих только выражение собственных чувств педагога.

Для оптимизации конструктивного воздействия на агрессивные реакции детей и подростков предлагаю вашему вниманию некоторые правила.

Правило 1. Игнорировать незначительную агрессию. В тех случаях, когда агрессия детей и подростков не опасна и объяснима, целесообразны следующие позитивные стратегии:

- простое игнорирование реакции ребенка, подростка;
- выражение понимания чувств ребенка «Я понимаю, что тебе обидно»;
- переключение внимания или предложение какого-либо задания;
- позитивное обозначение поведения «Ты злишься потому, что ты устал».

Правило 2. Акцентировать внимание на поступках (поведении), а не на личности ребенка и подростка.

Негативная оценка личности является одной из наиболее распространенных причин перехода агрессивных реакций в устойчивое агрессивное поведение. Родители и педагоги склонны обобщать однократные поступки до личного ярлыка. Анализируя поступок, важно ограничиться обсуждением только актуального поведения ребенка (подростка), по принципу «здесь и сейчас», избегая анализа других поступков.

В ряде случаев необходимым является установление с агрессивными детьми обратной связи. Для этого чаще всего используются следующие приемы:

1. Констатация факта: «Ты преступаешь допустимую черту» или «Ты ведешь себя агрессивно».

2. констатирующий вопрос: «Ты злишься?»

3. раскрытие мотивов агрессора: «Ты хочешь меня обидеть? Ты хочешь продемонстрировать силу?»

4. «Я - сообщение» (раскрытие собственных чувств по отношению к нежелательному поведению): «Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я напрягаюсь, когда кто-то громко кричит».

5. Апелляция к правилам: «Ты нарушаешь правило»

Правило 3. Контролировать собственные негативные эмоции.

Педагогам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми.

Если взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он:

- не подкрепляет агрессивное поведение;
- демонстрирует положительный пример в обращении со встречной агрессией;
- сохраняет партнерские отношения, необходимые для дальнейшего сотрудничества.

Правило 4. Не усиливать напряжение ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией, - снизить напряжение ситуации.

Типичные действия взрослого, усиливающие напряжение и агрессию, включают в себя:

Повышение голоса, демонстрацию власти : «Учитель здесь пока еще я», агрессивные позы и жесты, сарказм, насмешки, нотации, проповеди, угрозы или наказания, придирки, придирки, передразнивание. Некоторые из этих реакций могут остановить проступок, но на короткое время.

Правило 5. Обсуждать проступок.

Для профилактики агрессивного поведения необходимо обсуждать нежелательное поведение детей и подростков всякий раз, когда оно превышает допустимый порог. Анализировать поведение нужно не в момент самой вы-

ходки, а только после того, как ситуация разрешится и обе стороны успокоятся.

Правило 6. Сохранять положительную репутацию.

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное – публичное осуждение и негативная оценка.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично минимизировать вину подростка «Ты неважно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть», что не распространяется на индивидуальную беседу;

- не требовать полного подчинения, позволить подростку выполнить требование взрослого по-своему;

- предложить ребенку-подростку компромисс.

Часто ученики используют «свои способы» сохранения самоуважения, такие как:

- «тянут» несколько секунд, прежде чем согласиться;

- строят гримасы, выполняя вашу просьбу;

- перед тем, как подчиниться, говорят что-то типа «не хочу, не буду», чтобы последнее слово осталось за ними.

Если позволить им подчиняться «по- своему», инцидент будет исчерпан скорее.

Правило 7. Демонстрировать модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитателя «контролируемой агрессии» - это демонстрация моделей поведения, альтернативных агрессивному.

Альтернативное поведение, направленное на снижение напряжения ситуации, может включать в себя следующие приемы:

- выдерживание паузы (молчаливое заинтересованное выслушивание);

- тайм-аут – предоставление возможности ребенку, подростку успокоиться наедине;

- внушение спокойствия невербальными средствами;

- использование юмора;

- апелляция к правилам.

Наибольшая польза от этих приемов в том, что дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие – искренность взрослого, соответствие словам его невербальных реакций.

Упражнение: «Цель – полюбить неприятного человека».

Инструкция: «Увидеть хорошее в самом неприятном человеке. Вкратце опишите этого человека, затем расскажите, что в нем хорошего. Группа следит, чтобы рассказ о хороших качествах плохих людей не сопровождался негативными формулировками».

Вопросы для обсуждения:

1. Можно ли найти хорошее в самых отвратительных людях?
2. Что в этом может помешать?

Упражнение: участникам раздаются карточки с описанием проблемных ситуаций. Им предлагается составить «Ты - сообщение» и «Я – сообщение», в связи с описанной ситуацией. Партнеры поочередно зачитывают друг другу ситуации, «Ты – сообщение» и «Я – сообщение». Задача партнера отследить, какое эмоциональное состояние возникает на «Ты – состояние» и «Я – состояние» и какое на «Я – сообщение».

Например: Ситуация 1. Учитель объясняет материал на доске, ученик при этом разглядывает журнал.

Пример «Ты – высказывания»: «Ты закроешь свой журнал или нет? Когда ты начнешь слушать? Я для тебя специально объяснять не буду!»

Пример «Я – высказывания»: «Меня беспокоит, что ты разглядываешь журнал во время объяснения. Я боюсь, что новый материал останется неусвоенным».

Ситуация 2. Ребенок разговаривает на уроке во время объяснения нового материала.

«Ты - высказывание»: «Ты можешь закрыть рот в конце концов? Ты мне мешаешь. Прекрати разговаривать».

«Я - высказывание»: «Когда разговаривают во время объяснения , мне трудно говорить, я начинаю раздражаться и от этого мне еще сложнее. Пожалуйста, перестань разговаривать.

Таким образом можно сказать, что взрослому крайне важно при общении с агрессивным ребенком быть в контакте со своими чувствами, уметь выразить их, сказать о них, чтобы ребенок их услышал. Также взрослому необходимо развивать собственную способность слушать и слышать чувства ребенка.

Занятие для подростков «Мир без агрессии»

Цель: обучение подростков навыкам распознавания и контроля над деструктивным поведением.

Ход занятия

Ведущий: Ребята, сегодня мы с вами будем говорить об агрессии и агрессивном поведении, что же такое агрессия? Латинское слово «агрессия» обозначает нападение. В психологическом словаре приводится следующее определение агрессии: Агрессия – деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический или моральный вред людям или вызывающее у них психологический дискомфорт».

Ведущий предлагает вместе подумать и обсудить, по каким признакам мы можем отличить агрессивного человека? (Как он выглядит? Как и что говорит? Как ведет себя в разговоре? Какое у него поведение?)

Ребята называют признаки агрессивного человека: агрессивный человек обычно смотрит свысока, злобно, угрожает, громко говорит, ведет себя грубо.

Психологами разработаны критерии определения агрессивности.

Подросток:

1. Часто теряет контроль над собой.
2. Часто спорит, ругается со взрослыми.
3. Часто отказывается выполнять правила.
4. Часто специально раздражает людей.
5. Часто винит других в своих ошибках.
6. Часто сердится и отказывается сделать что –либо.
7. Часто завистлив, мстителен.
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих, которые нередко раздражают его.

Затем предлагается провести игру. Одному из участников предлагается выполнять любые неагрессивные действия (он встает, кладет ногу на ногу, улыбается, подмигивает). Другой участник должен прокомментировать действия первого с позиции агрессивного человека (Ты встал, потому что хочешь толкнуть ногой мой стул, Ты улыбаешься, потому что хочешь сказать про меня какую-то гадость). Остальные участники могут предлагать свои комментарии.

Далее идет обсуждение:

Может ли человек в состоянии агрессии правильно оценивать ситуацию?

Являются действия агрессивного человека конструктивным или деструктивным?

Ведущий делает выводы о том, что человек в состоянии агрессии не может оценить ситуацию объективно, такое поведение часто приводит к конфликтам, что существуют другие способы поведения, способствующие правильной оценке ситуации.

Ведущий рассказывает притчу: «Жила-была ядовитая и злобная змея. Однажды она повстречала мудреца и, поразившись его доброте, утратила свою злобу. Мудрец посоветовал ей прекратить обижать людей, и змея решила жить по-новому, не нанося ущерба никому. Но как только люди узнали про это, они стали бросать в змею камни, таскать ее за хвост и издеваться над ней. Мудрец увидел, что происходит и, выслушав жалобы змеи, сказал: «Я просил, чтобы ты перестала причинять людям страдания и боль, но я не говорил. Чтобы ты никогда не шипела и не отпугивала их!»

Мораль: Можно научиться противостоять злу, не причиняя зла в ответ».

Далее участникам предлагается нарисовать на листах бумаги портрет человека, к которому они питают агрессивные намерения или написать его имя корявым, некрасивыми буквами. Когда это будет сделано. Попросите

всех одновременно разорвать и скомкать свои листы и бросить их в корзину с мусором.

Ведущий предлагает собрать фигуру из всего плохого, злого и агрессивного, что есть в каждом члене группы. Участники по очереди отдают на общее дело свои когти, зубы, шипы, жало, и т.д.

Существо, получившееся в итоге. Целиком состоит из чего-то угловатого, кусающего. Придумываются различные способы уничтожения этого чудовища.

Игра « Спустить пар»

Цели: В данной игре мы работаем с гневом и обидами, которые возникают во взаимоотношениях между детьми, а также между детьми и учителями.

Важно применять эту игру в группах, царят враждебность и агрессивность, ведь в ходе ее можно дать другому ребенку негативную обратную связь, и каждый уже может самостоятельно решать, насколько он будет изменять свое поведение в соответствии с недовольством одноклассников.

Инструкция: « Я хочу предложить Вам игру, которая называется « Спустить пар». Играют в нее так

Каждый из вас может сказать остальным, что ему мешает или на что он сердится. Пожалуйста, обращайтесь при этом к конкретному человеку. Например: «Федя, я выхожу из себя, когда ты назло мне сбрасываешь вещи с моей парты».

Пожалуйста, не оправдывайтесь, когда на вас будут жаловаться. Просто внимательно выслушайте все, что вам хотят сказать. До каждого из вас дойдет очередь «спустить пар». Если кому-то из вас будет совершенно не на что пожаловаться, то можно просто сказать: «У меня пока ничего не накопилось, и мне не нужно «спускать пар».

Когда круг «спускания пара» завершится, дети, на которых жаловались, могут высказаться по этому поводу.

А теперь подумайте о том, что вам сказали. Иногда вы можете изменить в себе то, что мешает другим, иногда вы не можете или не хотите ничего менять. Услышали ли вы о чем то таком, что можете и хотите изменить в себе? Если да, то вы можете сказать, например: «Я не хочу больше называть всех мальчишек придурками», «Я больше не хочу сбрасывать твои вещи с парты».

Очень важно научиться проявлять свои отрицательные эмоции в форме адекватного «Я – высказывания».

Таблица 25.

Примеры правильного и неправильного выражения чувств

Неправильно	Правильно
А как еще можно себя чувствовать, когда ты задираешься	Твое поведение меня здорово раздражает!
Да, заткнись ты!	Извини, я сейчас не могу с тобой говорить. Или: Я не буду с тобой говорить, пока ты кричишь!
Ну, что вылупился?	Ты хочешь меня о чем-то спросить? Спрашивай.
Ну и дуйся сколько хочешь, я тоже не буду с тобой разговаривать.	Я вижу ты на меня сердишься. Когда захочешь, то мы можем поговорить.

Очень важно проявлять агрессию конструктивным способом, уметь сдерживать ее.

1. Посчитай до 10.
2. Сделать 10-12 глубоких вдохов и выдохов
3. Походить, если это возможно, взад-вперед по помещению в темпе, диктуемом внутренним состоянием.

4. Порвать какую-нибудь ненужную бумагу (А еще лучше, если на ней предварительно написать: «Я ненавижу Вовку!», «Я готова разорвать Анну Ивановну на кусочки !»

5. Самое конструктивное - разрядить эмоции какой-нибудь осмысленной полезной работой - уборкой, стиркой, или спортивной игрой, бегом.

Очень важно контролировать свое состояние и если вы будете использовать приемлемые способы выплескивания гнева, то можно будет предотвратить конфликт.

Связь по показателю «соперничество»

	Значения А	Р анг А	Значения В	Р анг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	3	7	11	9.5	-22.5	506.25
2	3	7	11	9.5	-22.5	506.25
3	3	7	9	1	-14	196
4	3	7	9	1	-14	196
5	4	7	9	1	-4	16
6	4	7	9	1	-4	16
7	4	7	8	1	6	36
8	5	4	8	1	13	169
9	5	4	8	1	13	169
10	5	4	8	1	13	169
11	5	4	9	1	3	9
12	3	7	9	1	-14	196
13	3	7	9	1	-14	196
14	3	7	10	7.5	-20.5	420.25
15	3	7	7	.5	3.5	12.25
16	3	7	7	.5	3.5	12.25
17	4	7	7	.5	13.5	182.25
18	4	7	8	1	6	36

9	4	7	8	1	6	36
0	4	7	9	1	-4	16
1	5	4	8	1	13	169
2	5	4	9	1	3	9
3	5	4	9	1	3	9
4	3	7	9	1	-14	196
5	3	7	10	7.5	-20.5	420.25
6	3	7	7	.5	3.5	12.25
7	3	7	7	.5	3.5	12.25
8	6	9	7	.5	25.5	650.25
9	6	9	8	1	18	324
0	6	9	8	1	18	324
суммы		65		65	0	5221.5

Результат: $r_s = -0.162$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	0.05	0.01
0.05	0.36	0.47

Ответ: Корреляция не достигает уровня статистической значимости.

Связь по показателю «сотрудничество»

	Значения А	Ранг А	Значения В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	11	2.5	6	4.5	-2	4
2	11	2.5	6	4.5	-2	4
3	11	2.5	6	4.5	-2	4
4	11	2.5	6	4.5	-2	4
5	10	2.5	4	2	0.5	0.25
6	11	2.5	4	2	10.5	110.25
7	11	2.5	4	2	10.5	110.25
8	11	2.5	4	2	10.5	110.25
9	11	2.5	4	2	10.5	110.25
10	11	2.5	5	8.5	4	16
11	11	2.5	5	8.5	4	16
12	10	2.5	5	8.5	-6	36
13	9	.5	5	8.5	-13	169
14	9	.5	7	7.5	-22	484
15	9	.5	8	9.5	-24	576
16	9	.5	3	.5	0.5	0.25
17	9	.5	3	.5	0.5	0.25
18	10	2.5	3	.5	7.5	56.25

9	10	2.5	3	5	7.5	56.25
0	11	2.5	3	5	17.5	306.25
1	11	2.5	5	8.5	4	16
2	11	2.5	5	8.5	4	16
3	11	2.5	5	8.5	4	16
4	11	2.5	5	8.5	4	16
5	11	2.5	7	7.5	-5	25
6	9	.5	8	9.5	-24	576
7	9	.5	3	.5	0.5	0.25
8	9	.5	3	.5	0.5	0.25
9	9	.5	3	.5	0.5	0.25
0	9	.5	3	.5	0.5	0.25
суммы		65		65	0	2839.5

Результат: $r_s = 0.368$

Критические значения для N = 30

	p	
	0.05	0.01
0	.36	.47

Ответ: Корреляция статистически значима.

Связь по показателю «компромисс»

	Значения А	Р анг А	Значения В	Р анг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	11	2,5	6	2,5	-3.5	12.25
2	11	2,5	8	3	-5	25
3	9	1,5	3	1	-2.5	6.25
4	9	1,5	3	1	-2.5	6.25
5	9	1,5	3	1	-2.5	6.25
6	9	1,5	3	1	-2.5	6.25
7	11	2,5	3	1	14	196
8	9	1,5	5	2	-16.5	272.25
9	11	2,5	4	1,8	7	49
10	10	1,8	5	2,5	-7	49
11	9	1,5	2	0,5	4	16
12	9	1,5	2	0,5	4	16
13	9	1,5	2	0,5	4	16
14	9	1,5	2	0,5	4	16
15	9	1,5	4	1,8	-9.5	90.25
16	10	1,8	4	1,8	0	0
17	10	1,8	4	1,8	0	0
18	11	2,5	4	1,8	7	49

9	11	5	5	5	0	0
0	11	5	6	8.5	-3.5	12.25
1	11	5	5	5	0	0
2	11	5	2	.5	20.5	420.25
3	11	5	2	.5	20.5	420.25
4	9	.5	2	.5	4	16
5	9	.5	2	.5	4	16
6	9	.5	4	.8	-9.5	90.25
7	9	.5	4	.8	-9.5	90.25
8	9	.5	4	.8	-9.5	90.25
9	9	.5	4	.8	-9.5	90.25
0	11	5	5	5	0	0
суммы		65		65	0	2077.5

Результат: $r_s = 0.538$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
0	.360	.470

Ответ: Корреляция статистически значима.

Связь по показателю «избегание»

	Значения А	Р анг А	Значения В	Р анг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	5	7	11	6	1	1
2	5	7	11	6	1	1
3	5	7	9	6.5	10.5	110.25
4	5	7	9	6.5	10.5	110.25
5	4	0	9	6.5	3.5	12.25
6	4	0	9	6.5	3.5	12.25
7	4	0	10	1	-1	1
8	4	0	8	.5	11.5	132.25
9	3	3	8	.5	4.5	20.25
10	3	3	8	.5	4.5	20.25
11	3	3	9	6.5	-3.5	12.25
12	3	3	11	6	-13	169
13	5	7	11	6	1	1
14	5	7	11	6	1	1
15	5	7	7	.5	24.5	600.25
16	2	5	7	.5	2.5	6.25
17	2	5	8	.5	-3.5	12.25
18	2	5	8	.5	-3.5	12.25

9	2	5	9	6.5	-11.5	132.25
0	4	0	11	6	-6	36
1	4	0	8	.5	11.5	132.25
2	4	0	9	6.5	3.5	12.25
3	3	3	11	6	-13	169
4	3	3	11	6	-13	169
5	3	3	11	6	-13	169
6	2	5	7	.5	2.5	6.25
7	2	5	7	.5	2.5	6.25
8	2	5	8	.5	-3.5	12.25
9	2	5	8	.5	-3.5	12.25
0	2	5	9	6.5	-11.5	132.25
суммы		65		65	0	2224

Результат: $r_s = 0.505$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
0	.360	.470

Ответ: Корреляция статистически значима.

Связь по показателю «приспособление»

	Значения А	Р анг А	Значения В	Р анг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	6	7.5	11	7.5	0	0
2	4	5.5	11	7.5	-12	144
3	6	7.5	11	7.5	0	0
4	6	7.5	10	4	3.5	12.25
5	6	7.5	9	8.5	9	81
6	5	1.5	9	8.5	3	9
7	5	1.5	9	8.5	3	9
8	5	1.5	9	8.5	3	9
9	5	1.5	8	7	14.5	210.25
10	4	5.5	8	7	8.5	72.25
11	4	5.5	8	7	8.5	72.25
12	4	5.5	9	8.5	-3	9
13	4	5.5	9	8.5	-3	9
14	3	9	9	8.5	-9.5	90.25
15	3	9	8	7	2	4
16	3	9	8	7	2	4
17	3	9	8	7	2	4
18	5	1.5	8	7	14.5	210.25

9	6	7.5	11	7.5	0	0
0	3	9	11	7.5	-18.5	342.25
1	2	3	8	7	-4	16
2	3	9	8	7	2	4
3	3	9	9	8.5	-9.5	90.25
4	2	3	9	8.5	-15.5	240.25
5	2	3	9	8.5	-15.5	240.25
6	2	3	8	7	-4	16
7	2	3	8	7	-4	16
8	4	5.5	8	7	8.5	72.25
9	5	1.5	8	7	14.5	210.25
0	6	7.5	11	7.5	0	0
суммы		65		65	0	2197

Результат: $r_s = 0.511$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
0	.360	.470

Ответ: Корреляция значима.

Связь по показателю «тревожность»

	Значения А	Ранг А	Значения В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
	15	1	8	8	-6.5	42.25
	16	7	8	8	-0.5	0.25
	18	2	8	8	16.5	272.25
	19	3	9	2	10	100
	16	7	9	2	-12.5	156.25
	18	2	9	2	4.5	20.25
	17	1	9	2	-4	16
	17	1	9	2	-4	16
	17	1	9	2	-4	16
0	17	1	7	2	13.5	182.25
1	18	2	7	2	22	484
2	18	2	7	2	22	484
3	17	1	7	2	13.5	182.25
4	16	7	8	8	-0.5	0.25
5	16	7	8	8	-0.5	0.25
6	16	7	8	8	-0.5	0.25
7	16	7	8	8	-0.5	0.25
8	17	1	9	2	-4	16
9	18	2	9	2	4.5	20.25

0	18	4.5	9	0	4.5	20.25
1	18	4.5	9	0	4.5	20.25
2	18	4.5	10	9.5	-5	25
3	15	.5	10	9.5	-28	784
4	18	4.5	9	0	4.5	20.25
5	18	4.5	9	0	4.5	20.25
6	17	6	9	0	-4	16
7	16	.5	9	0	-12.5	156.25
8	16	.5	9	0	-12.5	156.25
9	16	.5	9	0	-12.5	156.25
0	16	.5	9	0	-12.5	156.25
суммы		65		65	0	3540

Результат: $r_s = 0.212$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
0	.36	.47

Ответ: Корреляция не достигает уровня статистической значимости.

Связь по показателю «фрустрация»

	Значения А	Ранг А	Значения В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	11	4	5	1	-6	36
2	11	4	5	1	-6	36
3	11	4	5	1	-6	36
4	11	4	5	1	-6	36
5	14	1	5	1	0.5	0.25
6	14	1	5	1	0.5	0.25
7	14	1	6	1	-8.5	72.25
8	14	1	6	1	-8.5	72.25
9	14	1	6	1	-8.5	72.25
0	11	4	6	1	-15	225
1	11	4	6	1	-15	225
2	11	4	6	1	-15	225
3	11	4	6	1	-15	225
4	16	7	6	1	-2.5	6.25
5	17	2	6	1	1	1
6	18	2	6	1	6.5	42.25
7	18	2	6	1	6.5	42.25
8	18	2	6	1	6.5	42.25
9	18	2	4	4	22	484
0	15	1	4	4	10	100

1	18	6	4	4	22	484
2	18	6	4	4	22	484
3	17	0.5	4	4	16.5	272.25
4	16	7	4	4	13	169
5	16	7	4	4	13	169
6	16	7	9	8	-11	121
7	16	7	9	8	-11	121
8	18	6	9	8	-2	4
9	18	6	9	8	-2	4
0	18	6	9	8	-2	4
суммы		65		65	0	3811.5

Результат: $r_s = 0.152$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	0.05	0.01
0	.36	.47

Ответ: Корреляция не достигает уровня статистической значимости.

Связь по показателю «агрессивность»

Г	Значения	Р	Значения	Р	d (ранг А -	d ²
---	----------	---	----------	---	-------------	----------------

	A	анг А	В	анг В	ранг В)	
	19	7.5	5	0.5	17	289
	20	9.5	5	0.5	19	361
	18	1.5	5	0.5	11	121
	18	1.5	5	0.5	11	121
	17	3.5	5	0.5	3	9
	17	3.5	5	0.5	3	9
	18	1.5	6	9.5	2	4
	17	3.5	6	9.5	-6	36
	16	.5	6	9.5	-14	196
0	16	.5	6	9.5	-14	196
1	16	.5	6	9.5	-14	196
2	16	.5	6	9.5	-14	196
3	16	.5	6	9.5	-14	196
4	18	1.5	6	9.5	2	4
5	18	1.5	6	9.5	2	4
6	20	9.5	6	9.5	10	100
7	18	1.5	6	9.5	2	4
8	18	1.5	6	9.5	2	4
9	17	3.5	4	4	9.5	90.25
0	17	3.5	4	4	9.5	90.25

1	18	1.5	4	4	17.5	306.25
2	17	3.5	4	4	9.5	90.25
3	16	.5	4	4	1.5	2.25
4	16	.5	4	4	1.5	2.25
5	16	.5	4	4	1.5	2.25
6	16	.5	9	8	-22.5	506.25
7	16	.5	9	8	-22.5	506.25
8	18	1.5	9	8	-6.5	42.25
9	18	1.5	9	8	-6.5	42.25
0	19	7.5	9	8	-0.5	0.25
суммы		65		65	0	3727

Результат: $r_s = 0.71$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
0	.36	.47

Ответ: Корреляция статистически значима.

Связь по показателю «ригидность»

	Значения А	Ранг А	Значения В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	9	7	5	9	-2.5	6.25
2	9	7	5	9	-2.5	6.25
3	9	7	5	9	-2.5	6.25
4	9	7	5	9	-2.5	6.25
5	9	7	5	9	-2.5	6.25
6	9	7	4	2	4.5	20.25
7	9	7	4	2	4.5	20.25
8	9	7	4	2	4.5	20.25
9	9	7	6	1	-12.5	156.25
0	9	7	4	2	4.5	20.25
1	9	7	6	1	-12.5	156.25
2	9	7	6	1	-12.5	156.25
3	9	7	6	1	-12.5	156.25
4	17	2	7	2	-4	16
5	17	2	6	1	1.5	2.25
6	18	2	6	1	7	49
7	17	2	6	1	1.5	2.25
8	16	1	6	1	-3.5	12.25
9	16	1	6	1	-3.5	12.25
0	16	1	6	1	-3.5	12.25

1	16	6	5	.5	6.5	42.25
2	16	6	5	.5	6.5	42.25
3	18	6.5	5	.5	17	289
4	18	6.5	5	.5	17	289
5	20	0	5	.5	20.5	420.25
6	18	6.5	11	.8	-1.5	2.25
7	18	6.5	11	.8	-1.5	2.25
8	17	1	11	.8	-7	49
9	17	1	11	.8	-7	49
0	18	6.5	11	.8	-1.5	2.25
суммы		65		65	0	2031

Результат: $r_s = 0.548$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
.0	.360	.470

Ответ: Корреляция статистически значима.

Связь по показателю «вербальная агрессия»

	Значения А	Р анг А	Значения В	Р анг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	33	10	22	27	-17	289
2	44	15.5	22	27	-11.5	132.25
3	45	17.5	22	27	-9.5	90.25
4	56	24.5	22	27	-2.5	6.25
5	65	27	22	27	0	0
6	69	30	22	27	3	9
7	67	29	22	27	2	4
8	66	28	16	18	10	100
9	47	20	16	18	2	4
0	44	15.5	16	18	-2.5	6.25
1	42	14	16	18	-4	16
2	46	19	16	18	1	1
3	38	12.5	16	18	-5.5	30.25
4	58	26	16	18	8	64
5	55	23	16	18	5	25
6	38	12.5	16	18	-5.5	30.25
7	56	24.5	16	18	6.5	42.25
8	54	22	16	18	4	16
9	37	11	8	15.5	5.5	30.25
0	48	21	8	15.5	15.5	240.25

1	45	7.5	8	.5	12	144
2	15	5	8	.5	-0.5	0.25
3	12	4	8	.5	-1.5	2.25
4	16	6	8	.5	0.5	0.25
5	22	8	8	.5	2.5	6.25
6	22	8	8	.5	2.5	6.25
7	22	8	8	.5	2.5	6.25
8	8	1	8	.5	-4.5	20.25
9	9	.5	9	1.5	-9	81
0	9	.5	9	1.5	-9	81
суммы		65		65	0	148

Результат: $r_s = 0.67$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
0	.36	.47

Ответ: Корреляция статистически значима.

Связь по показателю «физическая агрессия»

	Значения А	Р анг А	Значения В	Р анг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	55	2	22	2	-2	4
2	45	2	22	2	-4	16
3	77	2	22	2	3.5	12.25
4	72	2	22	2	2	4
5	77	2	22	2	3.5	12.25
6	69	2	22	2	1	1
7	66	2	22	2	0	0
8	48	2	22	2	-3	9
9	57	2	22	2	-1	1
0	22	1	9	1	8	64
1	22	1	9	1	8	64
2	22	1	9	1	8	64
3	17	1	9	1	3	9
4	15	1	9	1	-1	1
5	16	1	9	1	1	1
6	18	1	9	1	4	16
7	16	1	9	1	1	1
8	16	1	9	1	1	1
9	21	1	9	1	5	25
0	22	1	9	1	8	64

1	22	9	9	1	8	64
2	9	5	9	1	-6	36
3	9	5	9	1	-6	36
4	9	5	9	1	-6	36
5	9	5	9	1	-6	36
6	9	5	9	1	-6	36
7	9	5	9	1	-6	36
8	9	5	9	1	-6	36
9	9	5	9	1	-6	36
0	9	5	9	1	-6	36
суммы		65		65	0	757.5

Результат: $r_s = 0.831$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
.0	.36	.47

Ответ: Корреляция статистически значима.

Связь по показателю «предметная агрессия»

	Значения А	Р анг А	Значения В	Р анг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
	55	4	16	2	2	4
	45	2	16	2	0	0
	77	8.5	16	2	6.5	42.25
	72	6	16	2	4	16
	77	8.5	16	2	6.5	42.25
	69	5	21	6	-1	1
	77	8.5	21	6	2.5	6.25
	48	3	21	6	-3	9
	77	8.5	22	9	-0.5	0.25
0	22	9	22	9	-10	100
1	22	9	22	9	-10	100
2	22	9	8	5	12.5	156.25
3	17	3	8	5	6.5	42.25
4	15	0	8	5	3.5	12.25
5	19	5	8	5	8.5	72.25
6	18	4	8	5	7.5	56.25
7	16	1.5	8	5	5	25
8	16	1.5	8	5	5	25
9	21	6	8	5	9.5	90.25

0	22	9	8	.5	12.5	156.25
1	22	9	8	.5	12.5	156.25
2	8	.5	8	.5	-5	25
3	9	6	9	6	-10	100
4	9	6	9	6	-10	100
5	9	6	9	6	-10	100
6	8	.5	8	.5	-5	25
7	9	6	9	6	-10	100
8	9	6	9	6	-10	100
9	9	6	9	6	-10	100
0	9	6	9	6	-10	100
суммы		65		65	0	1863

Результат: $r_s = 0.586$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
0	.36	.47

Ответ: Корреляция статистически значима.

Связь по показателю «эмоциональная агрессия»

	Значения А	Ранг А	Значения В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
	66	5.5	55	8	-2.5	6.25
	45	2	55	8	-6	36
	77	9.5	55	8	1.5	2.25
	72	8	55	8	0	0
	77	9.5	55	8	1.5	2.25
	66	5.5	16	8.5	7	49
	66	5.5	16	8.5	7	49
	66	5.5	16	8.5	7	49
	57	3	16	8.5	4.5	20.25
0	22	9.5	16	8.5	1	1
1	21	7	16	8.5	-1.5	2.25
2	22	9.5	17	4	-4.5	20.25
3	17	4	17	4	-10	100
4	15	0	17	4	-14	196
5	16	2	16	8.5	-6.5	42.25
6	18	5.5	16	8.5	-3	9
7	16	2	6	.5	8.5	72.25
8	16	2	6	.5	8.5	72.25
9	18	5.5	6	.5	12	144

0	22	9.5	6	.5	16	256
1	22	9.5	6	.5	16	256
2	9	.5	6	.5	3	9
3	8		8	.5	-6.5	42.25
4	9	.5	9	2.5	-6	36
5	9	.5	9	2.5	-6	36
6	8		8	.5	-6.5	42.25
7	9	.5	9	2.5	-6	36
8	9	.5	9	2.5	-6	36
9	8		8	.5	-6.5	42.25
0	9	.5	8	.5	-2	4
суммы		65		65	0	1669

Результат: $r_s = 0.629$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
0	.36	.47

Ответ: Корреляция статистически значима.

Связь по показателю «самоагрессия»

	Значения А	Ранг А	Значения В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
	55	8	55	8	-10	100
	45	6	55	8	-12	144
	77	8	55	8	0	0
	72	6	55	8	-2	4
	77	8	55	8	0	0
	69	4.5	16	0	4.5	20.25
	66	2.5	16	0	2.5	6.25
	48	7	16	0	-3	9
	57	9	16	0	-1	1
0	22	.5	16	0	-12.5	156.25
1	22	.5	16	0	-12.5	156.25
2	22	.5	16	0	-12.5	156.25
3	77	8	16	0	8	64
4	58	0	16	0	0	0
5	59	1	16	0	1	1
6	66	2.5	16	0	2.5	6.25
7	69	4.5	6	.5	23	529
8	82	0	6	.5	28.5	812.25
9	22	.5	8	.5	-1	1

0	24	4	1	8	.5	8	5.5	30.2
1	25	5	1	8	.5	8	6.5	42.2
2	17		1	8	.5	8	-7.5	56.2
3	22	.5	7	8	.5	8	-1	1
4	22	.5	7	8	.5	8	-1	1
5	22	.5	7	8	.5	8	-1	1
6	22	.5	7	8	.5	8	-1	1
7	22	.5	7	8	.5	8	-1	1
8	22	.5	7	8	.5	8	-1	1
9	22	.5	7	8	.5	8	-1	1
0	22	.5	7	8	.5	8	-1	1
суммы		65	4		65	4	0	230

Результат: $r_s = 0.488$

Критические значения для $N = 30$

	p	
	.05	.01
0	.36	.47

Ответ: Корреляция статистически значима.

