

Калязіна Т.В.

м. Київ

ПІДГОТОВКА ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ У СИСТЕМІ ОСВІТИ ДО ЗАПОБІГАННЯ ПРОЯВАМ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

У статті визначається роль практичних психологів системи освіти у запобіганні та подоланні проявів агресивності у підлітків. Наводяться результати емпіричного дослідження психологічних чинників підліткової агресивності та пропонується корекційна програма щодо запобігання проявів агресивності у підлітків.

Ключові слова: *прояви агресивності, підліток, практичний психолог, підготовка практичних психологів у системі освіти.*

Постановка проблеми

Сучасна людина живе у час суспільних трансформацій. Політична та соціальна нестабільність, міжнаціональна та релігійна нетерпимість, екологічне неблагополуччя, перебудова традиційної сім'ї, постійно зростаючий потік суперечливої інформації створюють складність для адаптації та породжують соціальне напруження, яке повсякчас набирає форми агресивних дій на всіх рівнях суспільства — від міжнаціонального тероризму та злочинів проти особистості до сварок у сім'ї [4].

Особливо гостро в сьогоденні постає проблема зростання дитячої та підліткової агресивності, що повсякчас призводить до злочинності та асоціальності. Підліток з агресивною поведінкою створює багато проблем для довколишніх. Проблема підліткової агресивності гостро постає оскільки: по-перше, агресивні прояви поведінки можуть набути кримінального характеру; по-друге, невирішені проблеми та протиріччя перехідного періоду, складності з поведінкою та способи реагування на провокативні ситуації, закріпившись, переносяться в доросле життя, де їхня корекція є більш складною. Водночас агресивність є проблемою і для самого підлітка, оскільки його психіка є ще недостатньо зрілою для самостійного вирішення життєвих проблем, тому необхідною для нього є правильно організована допомога дорослих. Кваліфіковану допомогу щодо запобігання проявам власної агресивності підліток передусім може отримати від практичного психолога освітнього закладу, в якому він навчається. Проте підлітки, зазвичай, не усвідомлюють деструктивність проявів власної агресивності і тому навряд будуть звертатися до практичних психологів за допомогою у розв'язанні такої проблеми. Тому важливим є вміння практичних психологів, які працюють у системі освіти, не просто помічати прояви агресивності у підлітків, а й усвідом-

лювати можливі причини її виникнення, шляхи запобігання та подолання. [3; 6; 8; 9].

Слід зауважити, що окремі аспекти зазначеної теми вже були предметом уваги дослідників. Так, зокрема, розроблялися теоретичні концепції агресивності (А.Адлер, Ф.Аллан, А.Бандура, А.Басс, Л.Бендер, Л.Берковіц, Р.Берон, А.Даркі, Х.Дельгадо, Дж.Доллард, К.Лоренц, Н.Міллер, А.Налчаджян, Д.Річардсон, З.Фрейд, Е.Фромм); з'ясовувались причини агресивності дітей, підлітків і юнаків (О.Дроздов, Ю.Можгінський, Н.Платонова, А.Реан, І.Фурманов); досліджувались особливості проявів агресивності у соціально дезадаптованих школярів (Н.Максимова). Разом з тим проблему чинників виникнення агресивності у підлітковому віці в сучасних умовах, зокрема індивідуально-психологічні та соціально-психологічні причини, досліджено недостатньо.

Аналіз теоретичних даних щодо визначення поняття агресивності дає можливість трактувати її як стійку установку, готовність до здійснення агресивних дій. Агресивні дії, тобто агресія, — це специфічна форма поведінки, яка спрямована на інші об'єкти і має на меті нанесення їм шкоди [1; 10; 11].

Отже, мета дослідження полягає в допомозі практичним психологам закладів освіти у з'ясуванні індивідуально-психологічних і соціально-психологічних причин виникнення агресивності в підлітковому віці та знаходженні шляхів запобігання та подолання її проявів.

Виклад основного матеріалу

Дослідження проводилося на базі ліцею МАУП і гімназії № 296 у м. Києві. На всіх етапах дослідження у ньому брали участь 53 учні дев'ятих класів віком від 13 до 14 років, з яких 22 особи навчалися в державній школі (гімназія №296), а 31 — у приватній (ліцей МАУП).

Для досягнення мети був використаний комплекс теоретичних та емпіричних методів, до якого увійшли: загальний якісний і кількісний аналіз даних щодо висунутої проблеми, спеціальні методики (опитувальник ворожості Баса-Даркі, проєктивна методика «Тест руки», опитувальник самоставлення Пантелєєва-Століна, методика «Шкала тривожності» Прихожан, методика дослідження самооцінки особистості, опитувальник суб'єктивної локалізації контролю С.Пантелєєва та В.Століна, модифікована форма *B* опитувальника FPI, опитувальник «Підлітки про батьків», соціометричне дослідження статусу підлітка у колективі однолітків, методика «Сімейна соціограма», проєктивна методика «Малюнок сім'ї»), а також методи статистичного опрацювання кількісних даних [12].

На першому етапі дослідження було встановлено рівні прояву загального рівня агресивності серед досліджуваних (табл. 1; 2). Для цього використовувалися дані, отримані за допомогою опитувальника агресивності Баса-Даркі та методики «Тест руки».

Таблиця 1

Рівні прояву агресивності у досліджуваних підлітків

Рівні прояву	Кількість досліджуваних, %
Низький	22,6
Середній	30,2
Високий	47,2

Як видно з табл. 1, високий рівень агресивності властивий 47,2% досліджуваних, середній — 30,2%, а низький — 22,6% досліджуваних. Такі показники рівня агресивності можна пояснити віковими особливостями підліткового періоду розвитку особистості (різкі фізіологічні зміни, розбіжність між вимогами та можливостями організму, прагнення до самоутвердження у колективі однолітків і дорослих, прагнення довести свою спроможність приймати дорослі та відповідальні рішення та ін.) [8].

За результатами аналізу отриманих даних встановлено розподіл рівнів агресивності серед хлопців і дівчат (табл. 2).

Таблиця 2

Рівні прояву агресивності у досліджуваних підлітків залежно від статі

Стать	Низький рівень агресивності, %	Середній рівень агресивності, %	Високий рівень агресивності, %
Дівчата	23,5%	35,3%	41,2%
Хлопці	21,1%	21,1%	57,9%

Як видно з табл. 2, у дівчат порівняно з хлопцями більш, ніж на третину вище показник середнього рівня агресивності (35,3% — у дівчат і 21,1% — у хлопців), показники низького рівня агресивності майже однакові у дівчат і у хлопців (23,5% — у дівчат та 21,1% — у хлопців). Показник високого рівня агресивності на чверть вищий у хлопців порівняно з дівчатами (57,9% та 41,2% відповідно).

На наступному етапі було проаналізовано особливості проявів агресивності за методикою Баса-Даркі (табл. 3).

Таблиця 3

Особливості проявів агресивності у досліджуваних підлітків (за методикою Баса-Даркі)

Прояви агресивності	Середній бали
Почуття провини	6,34
Вербальна агресія	6,17
Образа	6,01
Негативізм	5,96
Фізична агресія	5,51
Непряма агресія	5,43
Роздратування	5,08
Підозрілість	5,08

Як випливає з даних, наведених у табл. 3, найбільш виражені прояви агресивності у підлітків такі:

- почуття провини — 6,34;
- вербальна агресія — 6,17;
- образа — 6,01;
- негативізм — 5,96.

У процесі соціалізації підлітків певні прояви агресивності виконують кілька важливих функцій: допомагають обстоювати свої інтереси, здобувати самостійність у поглядах і вчинках, захищають від зовнішньої загрози, сприяють адаптації. З цієї причини прояви агресивності поділені на «доброякісно-адаптивні» та «деструктивно-дезадаптивні». На такі, що заважають нормальному перебігу соціалізації підлітків, тобто на деструктивно-дезадаптивні прояви агресивності й спрямовані заходи щодо їх запобігання [1, 3].

У структурі агресивності визначають кілька рівнів: мотиваційний, емоційний; процеси саморегуляції; когнітивне перетворення інформації; зовнішні прояви та дії. Не відкидаючи можливого впливу біологічних і генетичних факторів на агресивні вчинки або мотиви, більшість дослідників вважають, що на всі випадки проявів агресивності значною мірою впливають унікальні набуті навички індивідів, різноманітні аспекти когнітивних процесів (мислення, пам'ять, інтерпретація власних емоційних станів та ін.) і розмаїття соціальних і середовищних факторів. Тому з'явилась точка зору, що агресією можна керувати за допомогою ліквідування факторів, що сприяють проявам агресивності. Наприклад, звести до мінімуму або взагалі припинити перегляд підлітками телепередач зі сценами насильства; контролювати час перебування підлітків за комп'ютером і прибрати ігри з агресивною тематикою. Залучати до таких заходів необхідно батьків і рідних з проведенням роз'яснювальної роботи. Це перший етап роботи практичного психолога в закладах освіти щодо запобігання проявам агресивності у підлітків. Проте реально ліквідувати всі фактори, що спричинюють агресивність у підлітків, неможливо. Однією з найбільш ефективних і адекватних форм психологічного впливу на осіб, схильних до агресивної поведінки, спеціалісти вважають поведінкову корекцію (це другий етап діяльності психолога щодо впливу на підліткову агресивність) [5; 7; 10].

У результаті аналізу емпіричного дослідження був встановлений взаємозв'язок між проявами агресивності та психологічними чинниками, такими як:

- рівень самооцінки (при заниженому та завищеному рівнях самооцінки рівень проявів агресивності підвищується);
- рівень тривожності (при підвищенні рівнів шкільної, самооцінної та міжособистісної тривожності рівень проявів агресивності підвищується);
- самоставлення особистості (при зниженні самоповаги, аутосимпатії, самовпевненості, саморозуміння та підвищенні самозвинувачення рівень проявів агресивності підвищується);

- сприймання підлітками ставлення до них батьків (при підвищенні директивності, ворожості, автономності у ставленні батьків до підлітків в останніх спостерігається підвищення рівня агресивності);

- статус у колективі однолітків (при зниженні ділового та неформального статусу підлітків у шкільному колективі рівень їхньої агресивності підвищується). Отже діяльність практичних психологів в закладах освіти щодо профілактики та зменшення проявів агресивності у підлітків слід спрямувати на зниження рівнів шкільної, самооцінної та міжособистісної тривожності, вживання заходів для досягнення підлітками адекватного рівня самооцінки, а також для підвищення самоповаги, аутосимпатії, самовпевненості, саморозуміння. Для підвищення статусу підлітків у групі однолітків можливе використання заходів щодо згуртованості класних колективів. Як видно з результатів емпіричного дослідження, на рівень підліткової агресивності впливають взаємини між підлітками та батьками, тому діяльність практичного психолога, зокрема шкільного, повинна бути спрямована також на роз'яснювальну роботу з батьками щодо причин і наслідків підліткової агресивності [8].

З метою допомоги практичним психологам у закладах освіти щодо запобігання та подолання проявів агресивності у підлітків нами розроблено та запропоновано програму занять з соціально-психологічного тренінгу, розраховану на 24 години. Рекомендовано проводити заняття один раз на тиждень упродовж восьми тижнів, тривалість одного заняття — 3 год.

Заняття № 1. «Знайомство. Навіщо ми тут зібралися». Метою цього заняття є створення сприятливих умов у групі, ознайомлення з основними принципами роботи соціально-психологічного тренінгу, первинне засвоєння прийомів саморозкриття, активного стилю спілкування, а також ознайомлення з поняттям агресивності та її проявами. Для цього пропонуються такі вправи: «Вступ до роботи», «Правила», «Наші сподівання», «Ознайомлення», «Хлопки по колу», «Ознайомлення з поняттям «агресивність» та її проявами», «Малюємо агресивність» (у ході роботи кожен учасник отримує аркуш паперу А4 і кольорові олівці та малює своє бачення проявів агресивності, потім кілька учасників представляють свої роботи групі та розповідають, що на них зображено), «Альтернативні варіанти прояву агресивності», підведення підсумків, ритуал прощання [2; 5].

Заняття № 2. «Який я насправді?». Метою заняття є закріплення навичок самоаналізу та сприяння більш глибокому саморозкриттю. Для цього виконуються вправи: «Продовжуємо знайомство»; опитування на самовизначення; «Прийняття себе» (в ході цієї вправи кожен учасник отримує аркуш паперу, поділений на дві половини: на одній він пише 5 власних недоліків, а на другій — власні достоїнства; потім усі учасники поділяються на групи з 3–4 осіб і розповідають про те, що вони написали); «Яка я людина?»; «Всі — деякто — тільки я»; «Які ми»; «Приємно сказати»; ритуал прощання [2, 5].

Заняття № 3. «Мої права та права інших людей». Метою заняття є ознайомлення з принципами взаємодії з іншими людьми, повага до власної думки та думки доколишніх. Вправи: ритуал привітання; «Атоми»; «Мої права»; «Індивідуальне сприймання» (учасникам пропонують по черзі роз-

містити членів групи за кольором очей, обговорення); «Мій герб»; «Хто я?»; «Моє відображення»; ритуал прощання [2; 5].

Заняття № 4. «Почуття власної гідності». Метою є поглиблення процесів саморозкриття, отримання позитивного зворотнього зв'язку для посилення самооцінки та актуалізації особистості. Вправи: ритуал привітання; «Точка опори» (кожен учасник упродовж 2-х хв. розповідає групі про сильні сторони своєї особистості); «Скульптура»; «Я»; «Мої достоїнства»; «Найкращий. . .»; «Чорне й біле»; ритуал прощання [2; 5].

Заняття № 5. «Розрізнення впевненої та невпевненої поведінки». Мета: навчитися розрізняти впевнену та невпевнену поведінку, відпрацювання прийомів впевненої поведінки. Вправи: ритуал привітання; «Відтворення»; «Сила слова»; «Дзеркало»; «Місто впевненості» (учасники придумують разом розповідь про місто, де живуть невпевнені в собі люди, по черзі доповнюючи розповідь один одного, потім — розповідь про місто впевнених людей); «Коло впевненості»; «Я — господар»; прощання [2; 5].

Заняття № 6. «Впевнена поведінка». Мета: тренування навичок впевненої поведінки. Вправи: «Мій девіз на даний час»; «Фраза»; «Я — висловлювання» (учасники, розігруючи сценки, оволодівають навичками асертивної поведінки, вчаться в конфліктних ситуаціях передавати повідомлення без звинувачень); «Набуття навичок упевненості»; прощання.

Заняття № 7. «Емоції та почуття». Мета: актуалізація досвіду та знань, що відносяться до емоційної сфери, тренування навичок у прояві власних емоцій, оволодіння експрес-вправами для вираження негативних емоцій. Вправи: «Істивне-неістивне», «Конфлікт емоцій» (кожен з учасників намагається грати роль емоцій, а потім по чергово всі розповідають про свої відчуття); «Агресивна та беззахисна істота»; експрес-вправи для зниження рівня негативних емоцій, у тому числі й агресивності; «Дерево почуттів» (упродовж 40 хв. кожен учасник виліплює з пластиліну свої почуття); прощання [2, 5].

Заняття № 8. «Подорож по життю». Мета: закріплення уявлень учасників про власну унікальність, сприяння формуванню адекватної самооцінки, актуалізація особистісних ресурсів. Вправи: ритуал привітання; «Каруселі»; «Мій всесвіт» (кожен з учасників групи на окремому аркуші паперу малює літеру Я в центрі та проводить від неї лінії до «інших планет»: мої улюблені заняття, колір, тварина, звук, кращий друг та ін.); «Що ж у нас вийшло?»; «Валіза»; «Подарунки»; прощання [2; 5].

Для з'ясування ефективності корекційної програми запобігання агресивності у підлітків було організовано повторне психодіагностичне дослідження за такими методиками: методика дослідження ворожості Баса-Даркі, проективна методика виявлення рівнів агресивності «Гест руки»; методика визначення самооцінки; методика визначення рівнів шкільної, самооцінної та міжособистісної тривожності Прихожан.

Після опрацювання отриманих даних, їх порівняли з даними до проведення корекційної програми запобігання агресивним проявом у підлітків в експериментальній і контрольній групах досліджуваних (табл. 4).

Таблиця 4

Розподіл досліджуваних за рівнем агресивності в експериментальній і контрольній групах до та після проведення корекційної програми

Рівні агресивності	Кількість досліджуваних, %			
	Експериментальна група		Контрольна група	
	До корекційної роботи	Після корекційної роботи	До корекційної роботи	Після корекційної роботи
Низький	23	25	22,2	22,1
Середній	31	36	33	33,2
Високий	46	39	44,8	44,7

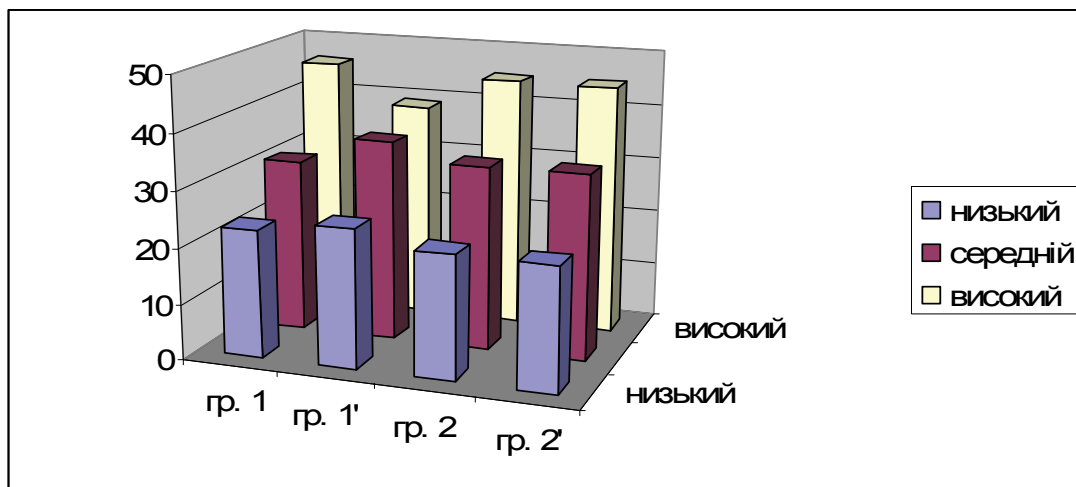


Рис. 1. Співвідношення досліджуваних з різними рівнями агресивності в експериментальній і контрольній групах до та після проведення корекційної програми:

- гр.1 — експериментальна група до проведення корекційної програми;
- гр.2 — контрольна група до проведення корекційної програми;
- гр.1' — експериментальна група після проведення корекційної програми;
- гр.2' — контрольна група після проведення корекційної програми.

Як видно з табл. 4 та рис. 1, в експериментальній групі кількість досліджуваних з низьким рівнем агресивності зросла на 2%, з середнім — на 5%, а з високим — зменшилася на 7%; в контрольній групі відбулися такі зміни: кількість досліджуваних з низьким рівнем агресивності зменшилася на 0,1%, з середнім — зросла на 0,2%, а з високим — зменшилася на 0,1%.

У результаті аналізу ефективності запропонованої корекційної програми щодо запобігання та подолання проявів агресивності у підлітків за допомогою багатофункціонального статистичного критерію Фішера встановлено, що у досліджуваних з'явилася тенденція до зниження рівня агресивності, встановлення адекватної самооцінки та зниження рівня самооцінної та міжособистісної тривожності.

Висновки

На рівень агресивності в підлітковому віці впливає кілька індивідуально-психологічних (самооцінка особистості; рівні шкільної, самооцінної та міжособистісної тривожності; саморозуміння; самовпевненість; самозвинувачення; самоприйняття особистості) та соціально-психологічних (особливості сприймання підлітками ставлення до них батьків; діловий і неформальний статус особистості у шкільному колективі однолітків) чинників. Певні особливості підліткового віку, а саме: біологічні диспропорції у рівні й темпах розвитку, «криза незалежності», «почуття дорослості», тобто суперечності між новими потребами дітей і спроможністю їх задовольнити, між зрослішими фізичними та інтелектуальними можливостями і старими формами взаємин з дорослими, між зростаючими вимогами до підлітків і звичними, невідповідними формами їхньої поведінки повсякчас перешкоджають особистості своєчасно та адекватно реагувати на прояви власної агресивності. І одним з фахівців, хто повинен своєчасно відреагувати на прояви підліткової агресивності, є шкільний психолог. Тому важливою є проблема підготовки практичних психологів до з'ясування причин і шляхів запобігання й подолання проявів агресивності у підлітків, яку слід здійснювати в умовах системи післядипломної педагогічної освіти.

ЛІТЕРАТУРА

1. Агрессия у детей и подростков: учеб. пособие / под ред. Н.М.Платоновой. — С.Пб.: Речь, 2006. — 336 с.
2. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф.Анн: Серия «Эффективный тренинг». — С.Пб.: Питер, 2008. — 272 с.
3. Бандура А. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений / А.Бандура, Р.Уолтерс. — М.: Просвещение, 1999. — 453 с.
4. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия, контроль / Леонард Берковиц. — С.Пб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. — 510 с.
5. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога / И.В.Вачков. — М.: Ось-89, 2002. — 223 с.
6. Вікова психологія / за ред. Г.С.Костюка. — К.: Рад. шк., 1976. — 456 с.
7. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. / О.В.Скрипченко, Л.В.Долинська, В.В.Огороднійчук та ін. — К.: Просвіта, 2001. — 416 с.
8. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба / И.В.Дубровина. — М., 1991. — 456 с.
9. Трухін І., Шпак О. Психолого-технологічні основи шкільного виховання: навч. посіб. для студ. пед. ВНЗ / І.Трухін, О.Шпак. — Дрогобич: Вимір, 2003. — 406 с.

10. Налчаджян А. Агрессивность человека / А.Налчаджян. — Серия «Мастера психологии» — С.Пб.: Питер, 2007. — 736 с.

11. Психология подростка: учеб. / под редакцией А.А.Реана. — С.Пб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. — 480 с.

12. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: в 2 кн. — Кн.1: Система работы психолога с детьми разного возраста: учеб. пособие / Е.И.Рогов. — М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006. — 383 с.

В статье определяется роль практических психологов системы образования в предупреждении и устранении проявлений агрессивности у подростков. Приводятся результаты эмпирического исследования психологических причин подростковой агрессивности и предложена коррекционная программа, которая направлена на предупреждение проявлений агрессивности у подростков.

Ключевые слова: проявления агрессивности, подросток, практический психолог, подготовка практических психологов в системе образования.

In article the role of practical psychologists of an education system in the prevention and elimination of displays of aggression at teenagers is defined. Also results of empirical research of the psychological reasons of teenage aggression are resulted and the correctional program which is directed on the prevention of displays of aggression at teenagers is offered.

Key words: aggression displays, the teenager, the practical psychologist, preparation of practical psychologists in an education system.