

Міністерство освіти і науки України
Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя
Факультет економіки і менеджменту
(повна назва факультету)
Кафедра психології
(повна назва кафедри)

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня

бакалавра

(назва освітнього ступеня)

на тему: Психологія агресивної поведінки сучасних підлітків:

діагностично-корекційний аспект

Виконав(ла): студент(ка) 4 курсу, групи БПс-41
спеціальності 053 психологія

(шифр і назва спеціальності)

Вальчук Ю. В.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Керівник Періг І. М.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Нормоконтроль Моначин І. Л.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Завідувач кафедри Вишньовський В. В.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Рецензент Кирич Н. Б.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Тернопіль
2022

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ.....	7
1.1. Агресія як психологічний феномен.....	7
1.2. Види та форми агресивної поведінки.....	12
1.3. Чинники агресивної поведінки підлітків.....	16
Висновки до розділу I.....	19
РОЗДІЛ II ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ І ПРИЧИН АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ.....	21
2.1. Діагностичний інструментарій виявлення особливостей підліткової агресії.....	21
2.2. Аналіз результатів діагностичного дослідження.....	25
Висновки до розділу II	36
РОЗДІЛ III ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ДОСЛІДНА РОБОТА З ПОДОЛАННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ.....	36
3.1. Програма корекції агресивної поведінки сучасних підлітків.....	36
3.2. Аналіз результатів експериментально-дослідної роботи.....	44
Висновки до розділу III.....	48
РОЗДІЛ IV. ОХОРОНА ПРАЦІ ТА БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ...48	48
4.1. Охорона праці вчителя під час проявів агресії зі сторони учнів.....	48
4.2. Види, порядок проведення та реєстрації інструктажів із безпеки життєдіяльності для учнів.....	53
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	55
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	58
ДОДАТКИ.....	68

ВСТУП

Актуальність проблеми. Зростання рівня агресивності теперішнього суспільства зараз набуло особливої гостроти. Економічна і політична нестабільність в світі продукують умови неодмінного стресу для кожної особистості, що проявляється у спалахах агресії. Цьому сприяє і посилення соціально-економічних проблем в сучасному соціумі: дестабілізація економіки, спад виробництва, зниження старої системи цінностей та життєвого рівня населення державизумовлює внутрішні конфлікти, агресію та напругу.

У підлітковому середовищі проблематика агресивності набуває особливої значущості, адже відображає одну з глибоких суспільних проблем: істотне зростання соціальної нестабільності на тлі зростання злочинності, підвищення жорстокості, та виявлень соціально-культурної нетолерантності. Підлітки виступають соціально вразливою та конформною віковою категорією та стають «першопрохідцями» у значній кількості агресивних дій.

У іноземній психологічній науці досліджуванню агресивної поведінки людини присвячені доробки Р. Аткинсона, А. Басса, Р. Берона, Л. Берковіца, В. Гесса, Р. Джекобса, Дж. Долларда, Л. Ерона, Д. Зілманна, К. Лоренца, Н. Міллера, Д. Річардсона, З. Фройда, Х. Хекхаузена та інших вчених. У вітчизняній психології проблема агресії висвітлена в працях А. Александрова, В. Астапова, Н. Алікіної, Т. Болєєва, Л. Іванової, Л. Конишевої, А. Налчаджяна, В. Петрова, О. Хреннікова, Т. Рум'янцевої, А. Реана, В. Устінової, В. Степанова, Л. Токарської, І. Фурманова, Т. Янданова та ін. Вітчизняні дослідники розглядають агресивну людину як таку, яка інтегрує в собі внутрішні та зовнішні впливи, а зарубіжні науковці зосереджують увагу на пошуку окремих детермінант прояву агресії.

Доречно зауважити, що з-поміж українських дослідників істотну увагу агресії, зокрема і у вибраній нами віковій категорії, приділяли Л. Божович, Л.

Виготський, Р. Немов, І. Кон, та ін. Ґрунтовні та практичні дослідження окремих проблемних аспектів агресії здійснюють у своїх працях сучасні вчені М. Алфімова, М. Бутовська, М.Белей, В. Крайнюк, Н. Максимова, О. Мушинська, К. Милютіна, О.Павлик, В. Трубнікової та ін.

В сучасному соціумі агресивність підлітків зростає, і прояви агресивності також змінюються на більш жорстокі. Підлітки часто стають як ініціаторами агресії, так і жертвами її прояву з боку ровесників. Така девіантна поведінка викликає занепокоєння педагогів і психологів.

З урахуванням досліджень фахівців, а також рівнем науково-теоретичної і практичної розробленості означеної проблеми було обрано тему наукового дослідження – **«Психологія агресивної поведінки сучасних підлітків: діагностично-корекційний аспект»**.

Мета дослідження – дослідити особливості агресивної поведінки сучасних підлітків, її причини, наслідки та апробувати методи корекції.

Завдання дослідження:

1. Обґрунтувати сутність поняття «агресія» як психологічного феномена.
2. Проаналізувати види та форми агресивної поведінки.
3. Охарактеризувати чинники агресивної поведінки підлітків.
4. Представити діагностичний інструментарій виявлення особливостей підліткової агресії.
5. Здійснити аналіз результатів діагностичного дослідження на констатувальному етапі експерименту.
6. Розкрити причини та методи корекції агресивної поведінки сучасних підлітків.
7. Розробити та апробувати програму корекції агресивної поведінки сучасних підлітків та оцінити її ефективність.

Об’єкт дослідження – агресивна поведінка сучасних підлітків.

Предмет дослідження – причини та методи корекції агресивної

поведінки підлітків.

У ході дослідження проблеми були використані такі **методи науково-педагогічного дослідження**: теоретичні методи: аналіз філософської, психологічної, педагогічної літератури; аналітичні методи: вивчення вітчизняного й зарубіжного досвіду стосовно діагностики й корекції агресивності підлітків; практичні: констатувальний (опитувальник агресії Басса-Даркі, «Особистісна агресивність і конфліктність» Є. Ільїн, П. Ковальов, «Самооцінка рівня агресивності» В.Бойко), формувальний (програма корекції агресивної поведінки, яка включала психологічні етюди, вправи, читання та складання психотерапевтичних та медитативних казок, малювання, ліплення з пластиліну, робота з ситуаційними малюнками, релаксаційні вправи, мозковий штурм, обговорення проблемних ситуацій, інформаційні повідомлення), контрольний експеримент.

Теоретична цінність полягає в уточненні дефінітивно-сутнісного поля проблеми, систематизації наукових досліджень фахівців з проблеми агресивної поведінки сучасних підлітків.

Практична цінність полягає в тому, що розроблена «Програма корекції агресивної поведінки сучасних підлітків» може використовуватися під час написання наукових статей та монографій, психологами, вчителями, батьками, соціальними працівниками у роботі з девіантними дітьми.

Експериментальною базою дослідження були Кременецька ЗОШ №1 ім. Галини Гордасевич (експериментальна група – 32 особи, 15 хлопців, 17 дівчат) та Кременецька гімназія №3 (контрольна група – 30 осіб, 14 хлопців, 16 дівчат), м.Кременець Тернопільської області.

Структура дипломної роботи. Робота складається зі вступу, чотирьох розділів і висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг роботи – 85 сторінок друкованого тексту, основний зміст викладено на 58 сторінках. Список використаних джерел містить 116 найменувань.

РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ

1.1. Агресія як психологічний феномен

Розвиток нинішнього суспільства характеризується перемінами у соціальній, економічній, політичній, інформаційній галузях країни, що сприяє зростанню кількості аномалій в особистісному розвитку та поведінці членів суспільства. Особливе занепокоєння викликають різноманітні прояви агресивної поведінки, які стали розповсюдженим явищем у різних освітніх установах.

Проблема агресивної поведінки людини за своєю природою і за формами прояву досить багатогранна, її дослідження є предметом досліджень психологічної, педагогічної, філософської, соціологічної, юридичної науки.

Слово агресія здавна існує в європейських мовах (лат. *"aggressio"* - нападати), однак, зміст цього терміну суттєвим чином змінився. Так, до початку ХІХ століття агресивним вважалося будь-яка активна поведінка (і доброзичлива, і ворожа). Згодом значення цього терміну змінилося, стало більш обмеженим.

У психолого-педагогічній літературі можна зустріти багато визначень агресії. Зокрема, під агресією розуміють:

- «налаштування на домінування (панування)» (Т.Моррісон) [79];
- «високий рівень активності, прагнення до самоствердження» (Л.Бендер) [18];
- «реакцію особистості на ворожу людині навколишню дійсність» (К.Хорні, Е.Фромм) [108];
- «реакцію, внаслідок якої інший організм отримує больові стимули; як акт руйнування чи атаки, тобто дій, котрі шкодять другій особі або об'єкту. Агресивність людська є поведінковою реакцією, що

характеризується вираженням сили з метою завдати шкоди або збитків особистості чи суспільству» (Р.Берон) [19];

- «вроджену реакцію людини для захисту займаної території» (К.Лоренц) [54];

- фізичну дію чи загрозу такої дії зі сторони якоїсь особини, які зменшують свободу або генетичну пристосованість іншої особини (Р.Уілсон) [79];

- «будь-яка поведінка, що містить загрозу або завдає шкоду іншим. Певні автори зазначають, що для того щоб ті чи інші дії вважались агресією, вони повинні містити в собі намір образи або власне образу, а не просто призводити до таких наслідків» (А.Басс) [16].

У іноземній психології агресію, в будь якій формі вияву, розбирають як «поведінку, спрямовану на образу чи заподіяння шкоди іншій живій істоті» (А. Бандура, Л. Берковіц, Р. Берон, Дж.Доллард, Н. Зільман, К. Лоренц, Н. Міллер, Д. Річардсон, З.Фрейда ін.) [8; 13; 19; 54; 60; 107].

Є. Змановска вважає агресією «будь-яку тенденцію (палке бажання), що проявляється в реальній поведінці чи навіть у фантазуванні, з метою підкорення собі інших чи домінування над ними. Агресія виключає цілу низку доволі частих агресивних проявів, зокрема, таких як аутоагресія, агресію, спрямовану на неживі предмети тощо» [37].

Незважаючи на розрізнення у трактуванні агресії в різних авторів, думка завдання шкоди іншому суб'єкту визнається всіма науковцями. Як зазначає А.А. Реан, «вчинити шкоду (збиток) людині можна і шляхом вчинення шкоди будь-якому об'єкту, від стану котрого і якого залежить фізичне або психологічне благо людини» [79].

Здійснивши порівняльний аналіз існуючих концепцій О.Мойсеєва зазначає, що «поза чисто дескриптивними підходами до проблеми агресії, усю гамму інтерпретацій проблеми можна звести до трьох основних концептуальних напрямків: спонукання агресивні є вродженими (З. Фройд, К.

Лоренц, Е. Фроммта ін.);агресія є відповіддю на фрустрацію (Дж. Доллард, Л. Берковіц та ін.); агресивна поведінка є результатом соціального наuczіння (А. Бандура та ін.)» [65] .

Незважаючи на те, що ці концептуальні напрями принципово відрізняються один від одного, тим не менш вони не є повністю зв'язані і у своїй сукупності створюють досить цілісну систему наукових уявлень про природу і закономірності функціонування агресії.

Щонайперше, науковці наголошують, що «слід чітко відокремити самовпевнену, наполегливу, енергійну, цілеспрямовану поведінку від агресивної, тобто деструктивної поведінки, спрямованої на завдання шкоди, болю» [38]. Такий підхід об'єднує всіх визначних дослідників агресії. Наприклад, видатний спеціаліст із цієї проблеми Л. Берковіц визначає агресію як «будь-яку форму поведінки, націлену на завдання кому-небудь фізичної чи психологічної шкоди» [13; с. 24]. Наближену думку висловлює Девід Майерс, який характеризує агресію як «фізичну чи вербальну поведінку, спрямовану на завдання шкоди кому-небудь» [56; с. 485]. Зазначимо, що таке визначення агресії не розповсюджується на ті випадки, коли людині завдається шкода випадково, нецілеспрямовано.

Наближено характеризує агресію інший відомий психолог –Е.Аронсон. За його трактуванням, «агресія - це поведінка, спрямована на те, щоб завдати шкоди чи болю іншій людині» [2]. Е.Аронсонтакож говорить про два різновиди агресії: по-перше, це агресія як самоціль, яку він називає «ворожою», і по-друге, це агресія, яка слугує будь-якій іншій цілі, чи «інструментальна» агресія [там само].

Цінним є визначення, сформульоване Р. Берном та Д. Річардсоном: «Агресія – це усяка форма поведінки, направлена на образу або нанесення шкоди іншій живій істоті, яка не хоче подібного відношення» [19; с. 26]. Відповідно до цього формулювання, Р. Берон та Д. Річардсон розглядають агресію «як модель поведінки, а не як емоцію, установку чи мотив. Негативні

емоції, установки та мотиви поєднуються у єдиній моделі особливої форми поведінки, спрямованої на завдання шкоди. Наявність негативних емоцій, мотивів та установок, незважаючи на їх важливу роль в агресивній поведінці, не є необхідною умовою вчинення агресивних дій» [19, с. 27].

Існує й інша концепція – еволюціоністська, яка акцентує на вродженість агресії і бере початок у поглядах К. Лоренца. Згідно його поглядів «агресивність яка виникає з вродженого інстинкту боротьби за існування. Зокрема агресія сприяє підвищенню ймовірності збереження біологічного виду. Мета агресії є універсальною як для тварин, так і для людей» [54].

У концепції К. Лоренца виділяються два різновиди агресії: міжвидова та внутрішньовидова. Автор коментує: «Міжвидова агресія нечасто зустрічається порівняно з внутрішньовидовою агресією й проявляється у обопільних контактуваннях тварин, які відносяться до різних біологічних видів. Міжвидова агресія зазвичай направлена на самозбереження та самозахист: це видобування поживи, збереження потомства і захист його від нападків «чужинців», оборона життєвого простору. Внутрішньовидова агресія, яка проявляється у взаємних контактах особин одного і того ж біологічного виду, на відміну від міжвидової агресії, зустрічається майже у всіх хребетних» [54].

Слід зауважити, що інший відомий фахівець у цій області Л. Берковіц критикував як фрейдівський, так і лоренцівський погляди на агресію. Він приділяє особливу увагу відсутності емпіричних підтверджень цих теоретичних постулатів: «Дослідникам не тільки не вдалося знайти центри «агресивної енергії» ні в організмі тварини, ні в організмі людини... але й немає достатньо доказів того, що підмінена агресивна діяльність принесе користь очищення (катарсис) та зменшить наступний потяг до агресії», - підкреслює Л. Берковіц у своїй книзі «Агресія: причини, наслідки та контроль» [13].

Концепція фрустраційної детермінації агресії була переглянута,

зокрема Л.Берковіцем. Він був переконаний, що «фрустрація лише створює психологічні умови для виникнення злості. У результаті фруструючих впливів у психіці особистості створюється емоційна готовність до агресивних реакцій. Фрустрація породжує тенденцію до агресії. Заперечний афект - першорядний підбурювач агресивних задатків» [13, с.70].

Третій концептуальний підхід до проблеми агресії - це теорія соціального навчіння, яка відрізняється від двох попередніх тим, що у ній агресивна поведінка розглядається як результат формуючого впливу соціального середовища.

Найвідомішим прихильником цієї концепції був А.Бандура, на думку якого «людина здатна навчитися агресивній поведінці насамперед тому, що така поведінка у деяких випадках навіть заохочується. Крім того, часто людина, спостерігаючи за агресивною поведінкою іншої, емоційно співпереживаючи й оцінюючи акт агресії, сприймає це як певну поведінкову модель, властиву соціуму» [8]. У теорії А. Бандури висувається «принцип цілісної інтерпретації агресії на основі трьох чинників:

- 1) способів засвоєння подібних дій;
- 2) чинників, що провокують їхню появу;
- 3) умов, за яких вони закріплюються» [8,с.48].

О.Мосйєєва зазначає, що «закріпленню моделі агресивної поведінки сприяє також життєвий досвід, особливо, якщо така поведінка була заохоченою ззовні. Крім того, у процесі соціального навчіння агресії особливе місце посідають засоби масової інформації. Такого типу вплив форму людину холонокровною перед прикладами жорстокості і насильства» [65].

Підводячи підсумки, погоджуємось з думкою О.Мойсеєвої, яка наголошує, що «суть агресії може бути зрозуміла лише на основі системного, комплексного підходу щодо дослідження цієї проблематики за рахунок незгоди зі звичними способами пояснення феномену агресії» [63].

Незважаючи на помітні розбіжності щодо визначень агресії, чимало фахівців в області соціальних наук приходять до думки, що найбільш вдало і емкісно його сутність розкривається у другому визначенні, адже саме в ньому представлено як категорію наміру, так і назріле завдання образи або шкоди іншим.

Отож, в своєму подальшому науковому дослідженні ми керуватимемось таким трактуванням: «Агресія – це будь-яка форма поведінки, котра спрямована на образу чи вчинення шкоди іншій живій істоті, що не бажає схожого ставлення».

1.2. Види та форми агресивної поведінки

Сьогодні відзначається зростанням агресивності як в цілому суспільства, так і в окремих соціальних інституціях. Зростання інтенсивності проявів агресії спостерігається також у всіх вікових категоріях. Дослідження агресивної поведінки є нереальним без аналізу причин, що її викликають.

Аналіз наукових досліджень і публікацій дозволяє стверджувати, що вплив спадкових та біологічних детермінант агресивної поведінки представлено в роботах К. Лоренца, З.Фрейда, Д. Зільмана; соціальних факторів – Р. Берона, А. Бандури, Д. Річардсон; психологічних детермінант – Д. Доллард, Л. Берковіц, Н. Міллер та ін.; вплив хімічних речовин на приплив агресії досліджували К. Леонард, С. Тейлор, Т. Румянцева, Р.Шунтіх та ін. Взаємозалежність агресії та гендерної приналежності проаналізовано в працях відомих вчених, як: Г. Берд, Е. Бімен, К. Мойєр, Г. Кларк, та ін.

Як бачимо, у науковій літературі широко представлені різноманітні аспекти вивчень феномену агресії та агресивної поведінки, проте сьогодні немає однієї класифікації причин виявлення агресивної поведінки.

Дослідження наукових джерел, представлене у попередньому підрозділі даної наукової роботи дозволив зробити певні логічні підсумки про те, що дефініція «агресія» є досить загальною і показує дію або

намір, який має на меті нанесення збитків іншим людям. Дефініція «агресивна поведінка» є більш «вузькою» і вважається однією із форм реагування на різні несприятливі у фізичному та психічному напрямку ситуації із життя. Форми реагування можна систематизувати в залежності від типів агресії.

Однією з розповсюджених є класифікація видів агресивної поведінки розроблена Е. Фроммом [108]. Науковець розділив усі прояви агресивної поведінки на два стрижневі види: доброякісну і злоякісну агресію. «Доброякісна агресія є біологічно призначеною агресією, як реакцією на небезпеку вільним інтересам індивіда; вона властива тваринам і людям; має вибуховий характер і проявляє себе досить спонтанно як реакція на погрозу, а її результат — елімінація самої загрози або її причини. Злоякісна агресія спрямована на задоволення потреб самого агресора. Злоякісна агресія притаманна лише людині [108].

Зауважимо, що Л.Божович визначила дві стрижневі форми прояву агресії: пряма фізична дія і словесна агресія через залякування, образу[69].

С. Славіна доповнила класифікацію Л. Божович, висунувши такі форми:

1. фізичного нападу(удар, укуси);
2. вербальний напад (принизити, крикнути, образити);
3. порушення прав інших осіб або особи(забрати щось із силою) [12].

Значущими є дослідження С.Березки про причини та види агресивної поведінки. Науковиця проаналізувала низку праць і представила таку класифікацію видів агресивної поведінки:

– інструментально-ворожа (Ю.Борисов). «Інструментальна – це агресивна дія, яка застосовується задля досягнення конкретної та зазначеної мети. А ворожа агресія здійснюється, для того аби завдати та спричинити кому-небудь біль та страждання» [12];

– класифікація проявів агресивної поведінки залежно від

починання нападу: «ініціативна або початкова агресія (агресором тут є таким собі зачинателем конфлікту) і захисна (коли агресія виступає реакцією на агресію)» (С.Фешбек) [12];

- індивідуальна та соціально-групова (Т.Румянцева)[12];
- розподіл агресивної поведінки по відношенню до живих та неживих предметів (С. Фешбек) [12].

У психологічному словнику Ю.Приходько [74] запропоновано систематизувати агресивну поведінку на: ворожнечу, реактивну, інструментальну[74].

Зазначимо також, що в психолого-педагогічній літературі виділяють агресію за спрямованістю на об'єкт. Це:

1) Гетероагресія– передбачає спрямування агресивних дій на зовнішні живі і неживі об'єкти.

2) Аутоагресія–передбачає направлення на самого себе (може виявлятися у самоприниженні, самоцькуванні, самозвинуваченні і т.д.) [19].

Зазначені види агресії мають різну мету, функцію та причину створення. Для кращого розуміння суті феномену агресії С.Березка пропонує виокремити причин її появи та розвитку. Науковиця зазначала, що детермінанти агресивної поведінки аналізуються залежно від таких підходів: інстинктивний, біологізаторський, фрустраційний, соціальний [12].

Р.Павелків пропонує наступну класифікацію форм агресивних і ворожихреакцій:

1. Фізична агресивність (напад) – використання фізичної силипроти іншої живої істоти.

2. Непряма агресія – дії, які обхідними шляхами яка зачіпає іншу особу (плітки, злобні жарти), також і ні на кого не направлені вибухи злості (тупання ногами, крик, биття кулаками по столу, гримання дверима і ін.).

3. Вербальна агресія – вираз негативних відчуттів як через такі форми (лайка,крик, сварка), так і через сутність словесних відповідей (погрози,

лайка).

4. Схильність до роздратування – готовність до вияву при найменшому збудженні, запальності, грубості.

5. Негативізм – поведінка, зазвичай направлений проти авторитету або керівництва. Може розростатися від пасивного опору до активної боротьби проти звичних законів і звичаїв[68].

В.Іванова пропонує своє бачення форм ворожих реакцій:

1. «Образа – ненависть до тих, що знаходяться поряд та оточують, зумовлена відчуттям гніву на весь світ, гіркоти, жалю за дійсні чи уявні страждання.

2. Підозрілість – недовіра й обережність по відношенню до суспільства та людей, засновані на переконанні, що оточуючі мають намір заподіяти шкоду»[39].

Х.Лапій та Л.Марковець визначають різноманітні прояви агресії: «цільова (здійснення агресії в якості раніше запланованого акту, ціль якого – нанесення шкоди або пошкодження об'єкта) та інструментальна (засіб досягнення деякого результату, який сам собі не є агресивним)» [53].

Структуру агресивного прояву запропонували в своїх роботах також А.Осинський, Н.Левітов:

- 1) за спрямованістю: агресія, яка спрямована назовні; аутоагресія;
- 2) за метою: інтелектуальна і ворожа агресія;
- 3) за методом вираження: фізична вербальна агресія;
- 4) за ступенем вираженості: пряма та непряма;
- 5) за наявністю ініціативи: ініціативна та захисна агресія [51].

Необхідно розмежовувати поняття «агресія» та сама «агресивність». Більшість психологів скажуть, що агресивність – це властивість яка є вродженною кожного живого організму, здатність до самої активності, направленої на задоволення особистих потреб.

Науковець А.Басс засвідчує, що «агресія – це яка завгодно поведінка,

що включає загрозу чи наносить шкоду іншим» [79]. Однак, існує інший погляд стосовно тлумачення агресії і з хорошої точки зору: деякі науковці під агресією розуміють активність, потяг самоствердитися, внутрішню силу, яка дає людині силу протидіяти зовнішнім умовам.

Р.Павелків вважає, що «ненависть, розлюченість, бажання помститися теж можуть бути одною із форм захисту, однак породжують чимало особистісних проблем і змушують страждати тих хто оточує. Така форма агресії виникає і активізується внаслідок сильних неприємних почуттів (надмірний біль, дистрес)» [69].

Отже, агресивність як емоційний стан чи риса особистості у підлітковому віці може виражатися якісно і кількісно та мати різний рівень прояву: від майже абсолютної відсутності до найвищого прояву. Відсутність її призводить до конформності індивіда, його пасивності. А надмірний розвиток агресивності починає зумовлювати всю поведінку особистості, яка може стати конфліктною, нестриманою, нездатною до співробітництва.

1.3. Чинники агресивної поведінки підлітків

Для визначення причин агресивної поведінки підлітків та детального розкриття даного підрозділу вважаємо необхідним коротко охарактеризувати підлітковий вік.

Підлітковий вік – це своєрідний «третій світ» [69], який існує між дитинством і дорослістю. Р.Павелків виокремлює такі трактування: «Біологічно – це вік статевого дозрівання, поруч збільш зрілими і другі біологічні системи організму. Психологічно – період складного формування сучасної особистісної і соціальної ідентичності, якому притамані максимальні і диспропорції в рівнях та темпах розвитку. Підліток здобуває нові домашні і шкільні зобов'язання. Проходить завершення орієнтації дитини на жіночу і чоловічу діяльність. Підлітковий вік подібний на місток між дитинством та

зрілістю, по якому кожен зобов'язаний пройти, аби стати відповідальною і творчою дорослою людиною» [69].

У традиційній класифікації підлітковим прийнято вважати час розвитку індивіда від 10–11 до 14–15 років. Психологи умовно розподіляють підлітковий вік на два періоди: власне підлітковий (11–15 років), та ранній юнацький (16–19 років).

У психологічній літературі навколо підліткового віку є широка термінологія, яка має синонімічний ряд: «критичний вік», «критичний період», «перехідний вік» [64].

Агресія в підлітковому віці є однією з найгостріших та актуальних проблем. Адже підлітковий вік вважають одним із найбільш критичних у становленні особистості та сенситивним у проявах агресії. Р.Павелків розвиває думку, що «перехід до підліткового віку означається переїменами умов, які позначаються на особистісному становленні особи. Вони торкаються фізіології організму, взаємин, котрі складаються у підлітка із дорослими людьми і однолітками, інтелекту та здібностей, рівня розвитку пізнавальних процесів. Підлітковий вік надзвичайно суперечливий, і деякі батьки не можуть зрозуміють поведінку підлітків в цьому віці, не мають поняття, чому їхня дитина ураз стала егоцентричною, впертою, свавільною» [68].

Вагомими є переконання Ю.Можгинського, який «виділяє такі специфічні риси особистості підлітка в цей період: емоційна нестійкість; сором'язливість; агресивність; висока конфліктність як і в родині, так і в школі; максималізм; підвищена тривожність; прагнення до самостійності; небажання примірюватися з надмірним батьківським піклуванням» [62].

Науковці (К.Бютнер, А.Бандура, А.Реан) [8; 20; 85] зазначають, підлітки отримують знання про моделі агресивної поведінки з джерел: родина, засоби масової інформації, упевненість в тому, що їх (підростків) не люблять, вони рефлексивно відчують, що їм необхідна любов.

Також на розвиток агресивності підлітка можуть впливати також природні особливості його темпераменту, наприклад, емоції, які сприяють формуванню таких рис характеру, схильність до роздратувань, запальність, невміння стримувати себе.

Проаналізувавши психолого-педагогічну літературу, С. Березка [12] створила авторську класифікацію факторів, які впливають на появлення та розвиток агресивної поведінки:

1. «Біологічні фактори» – спадково-характерологічні, резидуально-органічні та індивідуальні особливості здоров'я людини.
- 2.«Соціальні фактори»: мікрофактори, мезофактори та макрофактори.
3. «Особистісний фактор»– індивідуальні та особливі фактори особистості, наприклад: рівень самоконтролю; наявність вольових якостей, деяких особистісних рис, особливості пережитого досвіду, гендер.
4. «Хімічні фактори» –споживання психотропних речовин,алкоголю, наркотиків, деяких медикаментів пришвидшує розвиток агресивної поведінки людини [12].

На нашу думку така загальна класифікація потребує уточнень вікових особливостей проявів агресивної поведінки. Виявлення причин агресивної поведінки є одним з провідних факторів успішної корекційної роботи. Особливо, коли це стосується підліткового віку.

Ю.Можгинський акцентує увагу, що агресивна поведінка підлітків має певні особливості. За словами науковця, це:

1. «Жертвами агресії та агресивності стають близькі люди – рідні, друзі. Це – феномен «самознищення», адже такі дії направлені на саму руйнацію споріднених зв'язків – життєвого існування людини.
2. Не всі агресивні підлітки походять із того як їх виховували у сім'ї або неблагополучних родин, багато хто, навпаки, має заможних та турботливих батьків.
3. Агресія часто утворюється без конкретної причини» [61].

Значущими є наукові розвідки А.Реана, які підтверджують, що у підлітковому віці у хлопців та дівчат є певні періоди з більш низьким та більш вищим рівнем агресивної поведінки. При цьому в дітей даного віку має перевагу фізична агресивність, а от найменше виражена агресивність яка є непрямую. Вербальна агресія і негативізм перебувають на тому ж самому щаблі розвитку.

Підтримує вище сказану думку Г.Киричук, наголошуючи, що «нестерпні біль і дистрес змінюють ворожу не деструктивну агресію на протилежну, що викликається бажанням усунути біль» [43].

Таким чином, можемо узагальнити, що основними причинами виникнення агресивної поведінки підлітків можуть виступати: неблагополуччя сім'ї, низька педагогічна культура сім'ї, нерозуміння дорослими труднощів підлітків, недостатній рівень виховної роботи у загальноосвітніх закладах, відставання в навчанні, негативний вплив з боку оточуючих, зневага з боку однолітків, недостатня впевненість підлітка в собі, надмірна зайнятість батьків та конфлікти з батьками.

Отже, негативний мікроклімат, що має місце в багатьох сім'ях, зумовлює виникнення грубості, відчуженості, неприязні певної частини підлітків, палке бажання робити все всупереч проханню оточуючих, що продукує об'єктивні передумови для прояву демонстративної непокори, агресивності та рушійних дій.

Висновки до розділу I

Проблема агресивної поведінки людини за своєю природою і за формами прояву досить багатогранна, її дослідження є предметом досліджень психологічної, педагогічної, філософської, соціологічної, юридичної науки. Науковці пропонують різні трактування феномену агресії. В своєму подальшому науковому дослідженні ми керуватимемось таким трактуванням: «Агресія – це будь-яка форма поведінки, котра спрямована

(націлена) на образу та заподіяння шкоди іншій істоті яка є живою, яка не хоче подібного ставлення».

Сьогоднішня відзначається зростанням агресивності в цілому суспільстві, а також і в окремих соціальних інституціях. Зростання інтенсивності проявів агресії спостерігається також у всіх вікових категоріях.

Підлітковий вік – це своєрідний «третій світ», який існує між дитинством і дорослістю. У традиційній класифікації підлітковим прийнято вважати період розвитку від 10-11 до 14-15 років.

Провідними причинами виникнення агресивної поведінки підлітків можуть виступати: нерозуміння дорослими труднощів підлітків, неблагополуччя сім'ї, низька педагогічна культура сім'ї, недостатній рівень виховної роботи у загальноосвітніх закладах, негативний вплив з боку оточуючих, відставання в навчанні, недостатня впевненість підлітка в собі, зневага з боку однолітків, надмірна зайнятість батьків тощо.

Сукупність негативних біологічних, психологічних, сімейних та інших соціально-психологічних факторів спотворює увесь спосіб життя підлітків. Специфічним для них є порушення емоційних відносин з навколишніми людьми. Спосіб життя, оточення, стиль та коло спілкування сприяють розвитку і устанавленню агресивної поведінки.

РОЗДІЛ II ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРИЧИН І ПРОЯВІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

2. 1. Діагностичний інструментарій виявлення особливостей підліткової агресії

Агресивна поведінка підлітків легко виявляється за допомогою спостереження. Проте для підтвердження та уточнення результатів спостереження психологи використовують спеціальні методики діагностики агресивності. Розгляньмо деякі з них, які, на нашу думку, є валідні та інформативні не лише у констатації наявності та вираженості агресії чи агресивності як особистісної властивості, а й сприяють виявленню певних індикаторів, котрі за сприятливих умов можуть прискорювати і поглиблювати розвиток цього явища.

Представимо деякі з них (за посібником Белей М.Д. Психологічна сутність агресії та її вплив на девіантну поведінку підлітків: методичні рекомендації для студентів спеціальностей «Практична психологія в галузі освіти». Івано-Франківськ: Приватний підприємець Бойчук А.Б., 2019. 102 с.) [9]:

1. Діагностика комунікативної толерантності(В.В. Бойко)
2. Особистісна агресивність і конфліктність (І.Б.Дерманова)
3. Опитувальник ауто- і гетеро агресії (Е.П.Ільїн)
4. Методика А. Ассінгера «Діагностика схильності до агресивної поведінки»
5. Опитувальник «Міні-мульти» (скорочений та адаптований Ф.Б.Березіним та М.П.Мірошніковим)

Детальніше зупинимось на методиках, які ми використали у своєму науковому дослідженні.

Опитувальник агресії Басса-Даркі

Опитувальник агресії Басса-Даркі був створений А. Бассом і А. Даркі в 1957 році і призначений для діагностики агресивних і ворожих реакцій. При створенні анкети автори спиралися на положення про те, що агресивну поведінку можна розділити на два основних типи:

- 1) мотиваційна агресія як самоцінність;
- 2) інструментальна агресія як засіб.

Крім того, на думку вчених, обидва види агресії можуть сприйматися (а отже, керуватися свідомістю) і не усвідомлюватися (бути поза контролем), перебуваючи у вигляді різноманітних емоційних переживань (гніву, ворожості тощо).

Цей діагностичний опитувальник дозволяє об'єктивізувати та диференціювати різноманітні прояви агресії та ворожості, які автори методики представили у таких типах реакцій:

- 1) Фізична агресія - спрямування фізичної сили на іншу людину.
- 2) Непряма агресія - обхід агресії, спрямованої на іншу людину або кого-небудь.
- 3) Роздратування - прояв негативних почуттів при найменшому порушенні (запалення, грубість).
- 4) Негативізм - манера в поведінці пасивного опору активним діям, протистояння звичаям і законам.
- 5) Образа – заздрість і ненависть до оточуючих за реальні та уявні вчинки.
- 6) Підозрілість - у діапазоні недовіри та обережності в ставленні до людей, щоб вірити, що інші планують і завдають шкоди.
- 7) Вербальна агресія - вираження негативних почуттів (крик, крик), а також через зміст словесних вигуків (лайків, погроз).
- 8) Почуття провини - ілюструє можливе переконання, що він погана людина, а також усвідомлення нею каяття.

Методика призначена для обстеження обстежених у віці від 14 років. Анкета складається з 75 тверджень, на які випробуваний повинен дати ствердну («так») або негативну («ні») відповідь. При складанні анкети автори керувалися такими принципами:

питання має стосуватися лише однієї форми агресії.–

питання формулюються таким чином, щоб мінімізувати та послабити вплив на реакцію соціальної бажаності (громадське схвалення).–

Відповіді оцінюються за восьми шкалами, індекс ворожості та агресії аналогічний. При цьому звертається увага на можливість досягнення чіткого значення, що демонструє ступінь агресії.

Текст опитувальника пропонуємо у додатку А.

Підсумовуючи отримані у результаті розвідки відповіді, психолог встановлює рівень різних типів виявів агресивності.

**Методика «Особистісна агресивність і конфліктність»(Є.П. Ільїн,
П.А.Ковальов)**

Методика призначена для виявлення та самої схильності суб'єкта до конфліктності й агресивності особистісних характеристик. Критерії: непоступливість, запальність, образливість, нетерпимість до думки інших, компромісність, мстивість, наступальність, підозрілість.

Експериментатор пропонує 80 суджень. При згоді з твердженням в реєстраційному бланку у відповідній клітинці слід поставити знак «+» («так»), у разі незгоди - знак «-» («ні»).

Сам опитувальник представлений у додатку Б.

За кожен відповідь так або ні, котра співпадає з ключем нараховується 1 бал. Таким чином діапазон можливих підсумкових балів знаходиться у межах від 0 до 10.

«Самооцінка рівня агресивності і латентного екстремізму» В.В.

Бойко (в модифікації Н.П. Фетіскіна)

Методика дозволяє визначити форми проявів агресивності, потреби в

ній, ступінь агресивного збудження та здатність до гальмування агресивних реакцій, способи переключення агресивності.

Представлені респондентам судження стосуються деяких форм поведінки, характерних для стану підвищеного збудження, напруженості або негативного ставлення до кого- або чого-небудь. На чистому аркуші паперу, поруч з номером судження, пропонується поставити свої відповіді у формі «так» (+) або «ні» (-).

Опитувальник дає змогу вивести «індекс агресії» із врахуванням 11 параметрів, кожен з них оцінюється окремо в інтервалі від 0 до 5 балів. За кожну відповідь, що узгоджується із «ключем», нараховується по одному балу; підраховується сума за першими 11 шкалами. Чим вона більше, тим більша схильність до прояву агресії.

Шкали прояву агресії: «Нездатність гальмувати агресію», «Спонтанність агресії», «Невміння переключати агресивність на діяльність або неживі об'єкти», «Анонімна агресія», «Аутоагресія», «Провокація агресії в оточуючих», «Ритуалізація агресії», «Схильність до відображеної агресії», «Задоволення від агресії», «Схильність заражатися агресією від самого натовпу», «Розплата за саму агресію», «Схильність до екстремізму».

Отже, науковцями розроблено низку діагностичних методик для виявлення агресії, особливостей її прояву, різних її форм та видів.

2.2. Аналіз результатів діагностичного дослідження

Після аналізу теоретичних джерел з проблеми підліткової агресії ми перейшли до експериментального дослідження, яке реалізовували у Кременецькій ЗОШ №1 ім. Галини Гордасевич (експериментальна група, 32 особи) та Кременецькій гімназії №3 (контрольна група, 30 осіб).

Проаналізувавши низку вищезазначених методик на констатувальному етапі дослідження для діагностики особливостей підліткової агресії ми використали такий діагностичний інструментарій:

- 1) Опитувальник агресії Басса-Даркі [10];
- 2) «Особистісна агресивність і конфліктність» Є. Ільїн, П. Ковальов [10];
- 3) «Самооцінка рівня агресивності» В.Бойко[10].

Опитувальник агресії Басса-Даркі направлений на виявлення властивих особистості деструктивних тенденцій. Надумку авторів, визначивши їх рівень можна прогнозувати можливість проявів відкритої мотиваційної агресії. Тест дозволяє дає змогу виявити основні негативні переживання, деструктивні тенденції, взаємини, а також оцінки подій. Тепер методика Басса-Даркі широко використовується у вітчизняній психологічній практиці та за кордоном. Даний тест несе особливу цінність ще й тому, що сам прояв агресивності має бути співвіднесений з її мотивацією, внутрішніми цілями та намірами агресора. Так вважає більшість дослідників.

Опрацювавши отримані результати кожні прояви агресії ми вважали за 100% і установлювали її високий, середній і низький рівень. Адекватно до отриманих результатів, можна говорити, що:

- у досліджуваних підлітків найвищого рівня сягає фізична агресія (58 %) – вони можуть використовувати фізичну силу проти іншої особи, і ця тенденція проявляється як у хлопців, так і в дівчат. Іноді сварки переростають у бійки, доходять до стусанів, особливо в тих випадках, коли сою правдивість досліджуваний не може довести за допомогою слова

- вербальна агресія (51%) – учні можуть обзивати один одного, виражаючи особисту неприязнь до когось з класу, коментувати поведінку, зовнішній вигляд, звички однолітків, також це завважується і під час спілкування через соціальні мережі, де діти перебувають багато часу, утворюючи групи та обмінюючись інформацією.

- негативізм (46 %) – ця форма поведінки може проявлятися проти вчителів, проти встановлених у соціальному середовищі звичаїв і законів.

Часто учні вступають у незрозумілу дискусію з дорослими, намагаються довести свою правоту, але це роблять не завжди керуючись власними симпатіями.

- образа (49%) – такі підлітки відчувають заздрість і ненависть за дійсні або уявні страждання. Учні цієї групи часто ображаються на дорослих: батьків та вчителів, вони вважають їх винуватими у незадоволенні їхніх потреб. Нерішення таких ситуацій призводить до конфліктів та непорозумінь.

- найменше проявляється почуття провини (11 % опитаних) та підозрілість(18 %).

Представимо отримані результати в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Рівні агресії за результатами опитувальника Басса-Даркі(у %)

№	Шкали	Рівні		
		Високий	Середній	Низький
1.	Фізична агресія	58	24	18
2.	Вербальна агресія	51	33	16
3.	Непряма агресія	36	44	20
4.	Негативізм	46	36	18
5.	Роздратування	34	44	22
6.	Підозрілість	18	46	36
7.	Образа	49	31	20
8.	Почуття провини	15	25	60

Підсумовуючи та узагальнивши отримані дані, доцільно говорити, що високий рівень агресії у середньому за сукупними показниками має 39% підлітків, середній – 35% та низький – 26% опитаних. Проілюструємо діаграмою 2.1.

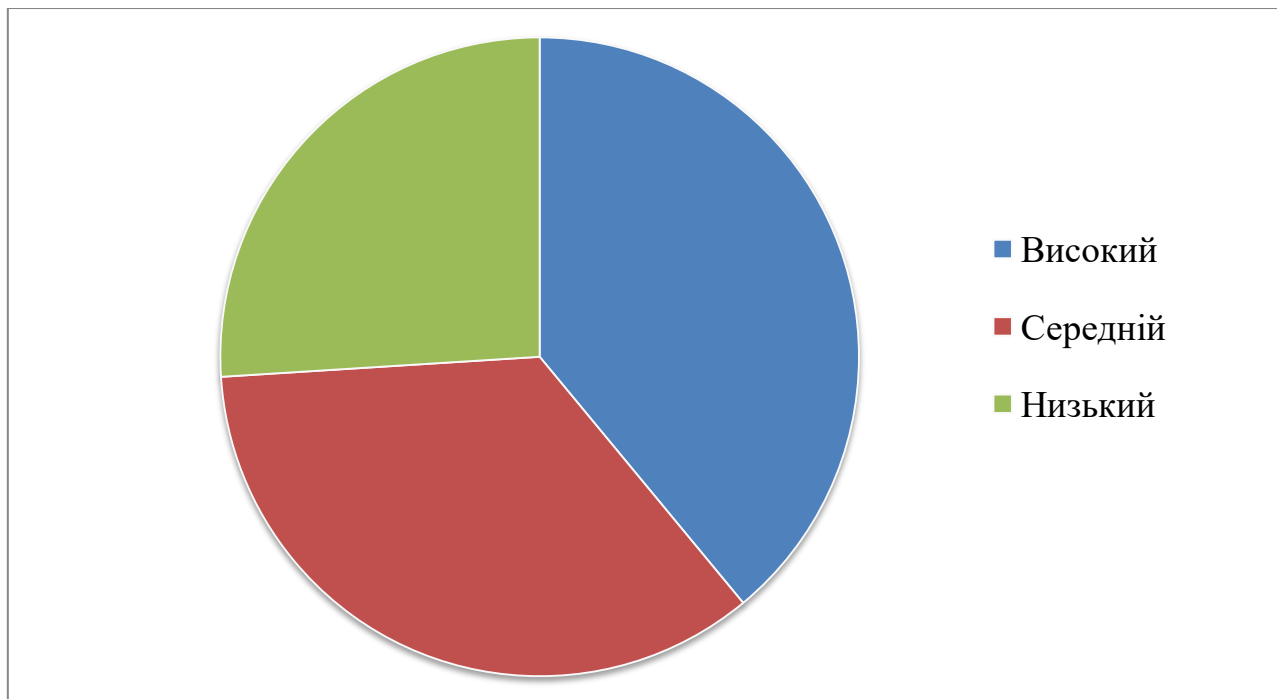


Рис. 2.1. Рівні підліткової агресії за результатами опитувальника Басса-Даркі (%)

Розглянемо, як розподіляються види агресивності у респондентів з високим рівнем агресії. Найбільша кількість осіб – 58%, визначила у себе наявність фізичної агресивності, для якої характерно використання фізичної сили. Вербальну агресію, яка характеризується вираженням негативних почуттів через образу словом, відзначається у 51% осіб. Високі показники діагностовано і щодо непрямой агресії, яка свідчить про використання агресії обхідним шляхом – у вигляді пліток, образливих жартів, вибухів люті – у 36% опитуваних. Негативізм, як опозиційна форма поведінки проти авторитету і керівництва, яка виражається у вигляді пасивного супротиву або активних дій, виявлений також у 46% респондентів. Роздратування характерне 34% опитуваних; підозрілість – 18% опитуваних; образа, як вияв заздрості і ненависті до оточуючих – 49% опитуваних.

Як бачимо, найвищі показники у підлітків з високим рівнем агресивності проявляються у фізичній та вербальній агресії, а також

негативізм. Зазначимо, що часто у однієї особи відзначаються агресія за усіма трьома видами шкал. Тобто, респонденти з високим рівнем агресивності можуть не лише жорстко висловлюватись, застосовуючи лайку, прокльони, погрози, а й використовувати фізичну силу – штовхати, бити, щипати. Крім того, у досліджуваних цієї групи відзначається ще й значний опір авторитетним людям (вчителям, батькам) у формі негативізму. Це можемо пояснити тим, що нерідко агресивні люди є лідерами авторитарного типу і досить погано підпорядковуються самі.

Отже, високий рівень агресивності характеризується наступними складовими: фізична та вербальна агресія, негативізм.

Для підлітків з середнім рівнем агресивності характерні підозрілість – 46%, непряма агресія та роздратування – по 44%. У меншій мірі, ніж підліткам з високим рівнем, їм властиві негативізми – опозиційна форма поведінки, спрямована здебільшого проти авторитету самої людини чи керівника (36%). Така поведінка має тенденцію наростати від пасивності опору до активної боротьби проти звичаїв і законів які є установлені. Варто зазначити, що досліджувані, у яких діагностовано середній рівень агресивності, досить часто проявляють образу, заздрість і ненависть до оточуючих, зумовлену відчуттям гіркоти, гніву на увесь світ за справжні або уявні страждання (31%).

Зазначимо, що підлітки зазначеної групи, проявляють агресію ситуативно, залежно від ситуації, настрою, емоційного стану та низки інших факторів, представлених нами у інших підрозділах наукової роботи.

Проаналізуємо розподіл видів агресії у підлітків з низьким рівнем агресивності. Фізична агресивність характерна для 18% опитуваних. Осіб з виявленням вербальної агресивності зафіксовано 16%. Діагностована і непряма агресія (20%), яка обхідним шляхом спрямована на іншу особу і проявляється у злих плітках, жартах, а іноді і ні на кого не спрямовується – це вибух люті, що проявляється у крику, тупотінні ногами, биття кулаками

по столу і т. ін. Ці спалахи гніву характеризуються невизначеною направленістю і нерегульованістю. Негативізм проявляється у 18% осіб. Роздратованість, що проявляється у готовності при щонайменшому збудженні до прояву імпульсивності, різкості, грубощів, виявлено у 22%, підозрілість – у 36%, образа – 20% осіб. Найбільше притаманне цій групі почуття провини – у значної кількості – 60% опитуваних.

Зазначимо, що підліткам цієї групи характерні переконання в тому, що він (вона) погана людина, чинить жорстоко, показує наявність у нього докорів сумління. Їм властива недовіра і обережність стосовно інших людей, що ґрунтуються на переконанні про намір оточуючих образити, заподіяти шкоду. Досить часто вони схильні до роздратування, імпульсивні, готові при щонайменшому збудженні проявити різкість, грубощі.

Таким чином, можемо стверджувати, що низький рівень агресивності містить високі показники за шкалами «почуття провини», «підозрілість», «роздратування».

Для уточнення результатів Опитувальника Басса-Даркі ми використали методику «Особистісна агресивність і конфліктність» Є. Ільїна, П. Ковальова, яка розроблена для установлення уподобання суб'єкта до агресивності та конфліктності як особистісних рис. Методика покликана встановити схильність суб'єкта до конфліктів та агресії як особистісна характеристики. Побудовано як запитувальник з ключем. За наслідками відповідей можливо визначити узагальнені показники за такими шкалами: наступальність, запальність, компромісність, мстивість, образливість, нетерпимість до думки інших, непоступливість, підозрілість. Опісля кожне з шальованих значень стає специфічним складником більш системних знаків, зокрема: позитивної або негативної агресивності та конфліктності. Представимо отримані результати у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Рівні агресії за результатами методики «Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїн, П.А.Ковалев(%)

Шкали	Рівні		
	Високий	Середній	Низький
Позитивна агресивність	35	41	24
Негативна агресивність	43	31	26
Конфліктність	53	32	15

Проілюструємо діаграмою 2.2.

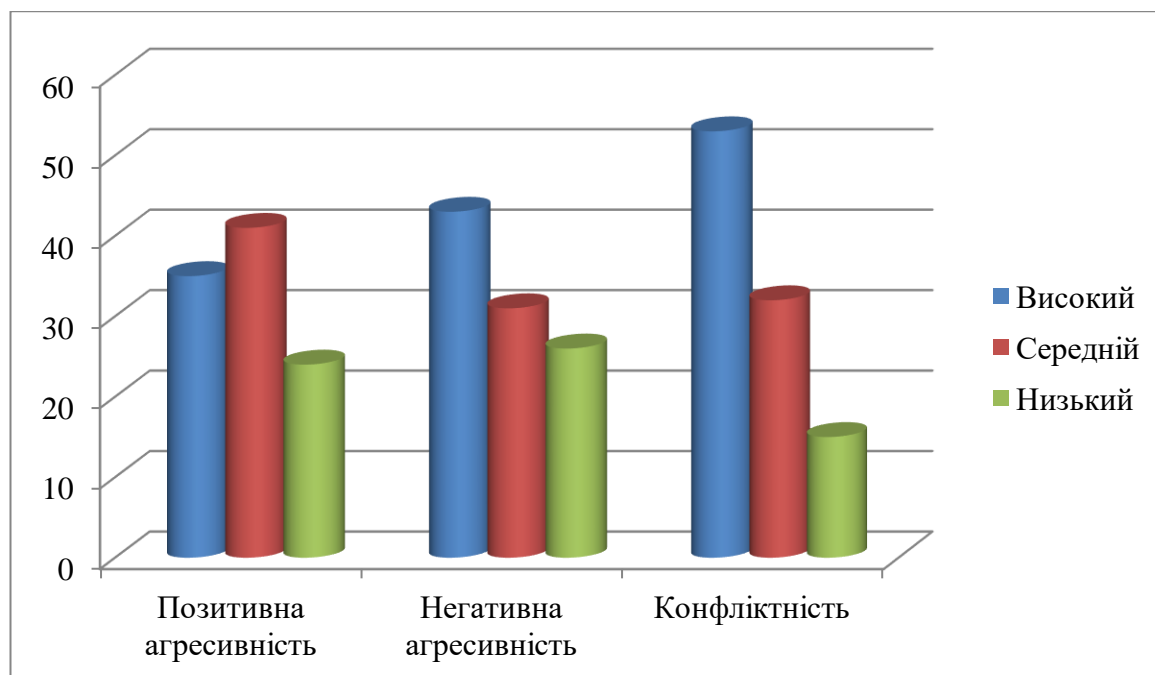


Рис.2.2. Рівні агресії за результатами методики «Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїн, П.А.Ковалев (%)

Як бачимо, найвищий показник ми отримали за шкалою «Конфліктність» (53% – високий рівень прояву, 32% – середній, 15% – низький). До цієї шкали включено бали за критеріями «безкомпромісності», «запальності», «уразливості», «підозрелості». До цієї групи увійшли конфліктні підлітки, які сприймаючи агресію як

природній прояв, використовують цей захисний механізм в будь-якій ситуації. Вони амбіційні, непоступливі у поведінці і це формує у них деструктивний спосіб подолання суперечок та труднощів. У конфліктних респондентів агресивність виявляється за рахунок акумуляції негативних емоцій.

За шкалою «Негативна агресивність» також домінує високий рівень прояву – 43% і приблизно однакова кількість респондентів перебувають на середньому (31%) та низькому (36%) рівнях. У показники цієї шкали входить сума балів, набрана показниками "нетерпимість до думки інших", "мстивість". Важливо відзначити, що у підлітків з високим рівнем негативної агресивності зафіксовано високий рівень агресивності за опитувальником Басса-Даркі, зокрема їм властива фізична та вербальна агресія, негативізм, часті прояви непрямой агресії.

Показники шкали «Позитивна агресивність» наступні: високий рівень – 35%, середній – 41%, низький – 24%. Сумарні бали за шкалами "наступальність (напористості)", "непоступливість" дає узагальнений показник позитивної агресивності досліджуваного. Зазначимо, що позитивна агресивність зазвичай виконує захисну функцію, або ж функцію виходу із складної або небажаної ситуації і є адекватною реакцією особистості на несприятливі умови соціуму. Її можна тлумачити як самозахисну поведінку, що спрямована на досягнення обраної мети та задоволення бажань і яка впливає на ефективність діяльності. Негативна агресивність, навпаки, характеризує дії, які мають дестабілізуючий вплив, завдають шкоду оточуючим та становлять суспільну небезпеку.

Порівнявши результати Опитувальника Басса-Даркі та методики «Особистісна агресивність і конфліктність» Є. Ільїна, П. Ковальова слід зазначити, що серед учнів з вираженою конфліктністю та негативною агресивністю рівень ворожості та рівень фізичної та вербальної агресивності вищий, порівняно з підлітками з низьким рівнем за відповідними шкалами.

Особливо це простежується за такими шкалами як фізична агресія, непрямая агресія, негативізм, роздратування та підозрілість.

Для перевірки і вищої валідності діагностованого явища ми використали методику «Самооцінка рівня агресивності і латентного екстремізму» **В.В. Бойко** (в модифікації Н.П. Фетіскіна) [59, с. 18-21]. Методика дозволяє визначити форми проявів агресивності, потреби в ній, ступінь агресивної збудженості та здатність до гальмування агресивних реакцій, способи переключення агресивності. Опитувальник дає змогу вивести «індекс агресії» з урахуванням 11 параметрів, які оцінюються окремо, в інтервалі від 0 до 5 балів.

Опрацювавши та узагальнивши результати дослідження ми отримали кількісні показники, які пропонуємо у таблиці 2.3. та діаграмі 2.3.

Таблиця 2.3

**Рівні агресивності і латентного екстремізму за методикою
В.Бойко**

Показники	Бали	Кількість осіб (у %)
Дуже низький рівень агресії	від 0 до 8 балів	6
Невисокий рівень агресії і латентного екстремізму	Від 9 до 20 балів	16
Середній рівень агресії і латентного екстремізму	Від 21 до 30 балів	28
Підвищений рівень агресії і латентного екстремізму	Від 31 до 40 балів	31
Дуже високий рівень агресії і латентного екстремізму	Від 41 балу	19

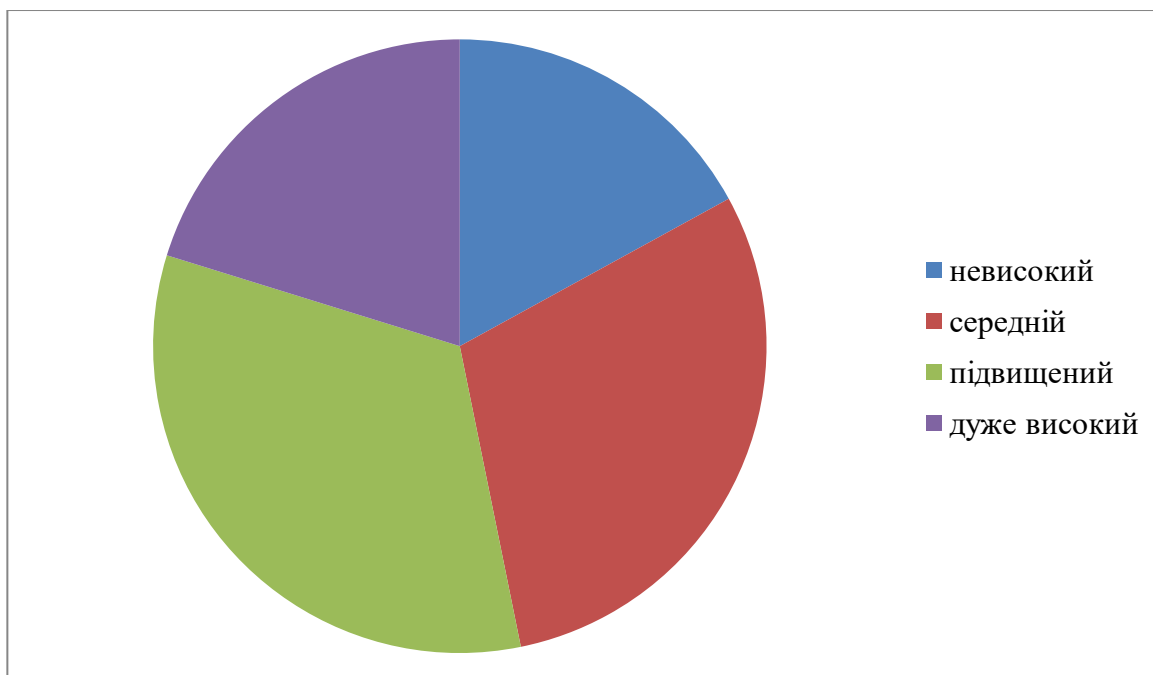


Рис. 2.3. Рівні агресивності і латентного екстремізму за методикою В.Бойко (%)

Таким чином, результати діагностичних методик показали, що дуже високий і підвищений рівень агресії і латентного екстремізму виявили близько половини досліджуваних підлітків (19% і 31% відповідно) – це учні, які прагнуть та застосовують різноманітні форми агресії значної інтенсивності, такі досліджувані часто невірноважені та жорстокі у взаєминах з оточуючими. Можна стверджувати, що такі підлітки отримують задоволення від агресії, легко переймають агресію з натовпу, піддаються на провокації агресії з боку оточуючих тощо.

Підлітків з середнім рівнем агресивності виявилось понад чверть досліджуваних (28%) – їм властиві деякі агресивні прояви або їх помірно вираження, вони помірно агресивні, достатньо успішні у стосунках з оточуючими. Їх агресивність зазвичай виражається у спонтанності, анонімності і слабкій здатності до гальмування ворожих та негативних реакцій.

Підлітки з невисоким рівнем агресивності віддають перевагу більш доброзичливим формам взаємин, уникають агресивних проявів у будь-

яких ситуаціях, що може бути обумовлено недостатньою впевненістю у власних силах та можливостях. Так, 16% учнів проявляють спонтанну агресію, яка характерна невмінням переключатися на діяльність і неживі об'єкти (зазвичай, в цьому й немає необхідності).

Ще 6% показали результат «дуже низький (відсутній) рівень агресії». Їх відповіді можуть свідчити про нещирість респондента або про його палке бажання відповідати соціальним нормам. Це зустрічається у осіб зі зниженою самокритичністю та завищеними домаганнями.

Аналізуючи результати описаних діагностичних методик, ми звернули увагу на результати двох підлітків. За попередніми показниками у Андрія М. яскраво виражена вербальна, фізична, непрямая форма агресивності та образа. Учень має проблеми у навчанні, йому поставлений діагноз ЗПР, оскільки він має пологову травму. Саме в підлітковому віці хлопець почав агресивно ставитись до однокласників, може бити або штовхати без причини, часто говорить грубі слова, замкнутий у собі.

Так само дуже нас насторожили результати Валерії К., адже у дівчини високі показники по схильності до роздратування, почуття провини, образа та підозріливості. Учениця є відмінницею і старається буди найкращою, проте вона надто емоційна, часто буває розгніваною і причиною будь-яких негараздів вважає саме себе, негативно відноситься до однокласників, котрі не уважні на уроках, вона ігнорує спілкування з ними, внаслідок цього не має близьких друзів.

На нашу думку, результати дослідження у цих підлітків свідчать про конфліктність характеру, присутність психопатичних проявів поведінки, що впливатиме на подальше формування їх характеру. Батькам цих дітей рекомендовано звернутись до фахівця-психолога.

Отже, можемо узагальнити, що рівень агресії у сучасних підлітків є високий. Діти проявляють її у вербальній та фізичній формі. Це явище є руйнівним для соціуму тому потребує більш глибокого аналізу причин

виникнення та методів корекції, які ми розглянемо у наступному розділі.

Висновки до розділу II

Отже, підсумуємо: агресивна поведінка підлітків елементарно діагностується за допомогою спостереження. Для підтвердження результатів спостереження психологи застосовують спеціальні методики діагностики агресивності: «Опитувальник ауто- і гетеро агресії», «Діагностика схильності до агресивної поведінки» (А.Асінгер), «Особистісна агресивність і конфліктність», «Методика виявлення стриманості-нестриманості і типу агресивної поведінки» та ін.

На констатувальному етапі дослідження для діагностики особливостей підліткової агресії ми використали такий діагностичний інструментарій: «Опитувальник агресії Басса-Даркі»; «Особистісна агресивність і конфліктність» (Є. Ільїн, П. Ковальов), «Самооцінка рівня агресивності» (В.Бойко). На нашу думку, це методики валидні та інформативні не лише у констатації наявності та вираженості агресії чи агресивності як особистісної властивості, а й сприяють виявленню певних індикаторів, котрі за сприятливих умов можуть прискорювати і поглиблювати розвиток цього явища.

Проаналізувавши результати вищезазначених методик ми виявили, що рівень агресії у сучасних підлітків є високий. Діти проявляють її у вербальній та фізичній формі. Це явище є руйнівним для соціуму тому потребує більш глибокого аналізу причин виникнення та методів корекції.

Отже, отримана у результаті констатувального дослідження інформація буде служити основою для проведення формувального етапу дослідження – розробки і впровадження програми корекційних заходів для подолання підліткової агресії.

РОЗДІЛ III ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ДОСЛІДНА РОБОТА 3 ПОДОЛАННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

3.1. Програма корекції агресивної поведінки сучасних підлітків

Результати проведеного нами дослідження виявили необхідність розробки корекційної програми, спрямованої на профілактику та корекцію агресивності в підлітковому віці.

Розроблена програма впроваджена у експериментальній групі – 8 класі Кременецької ЗОШ №1 ім. Галини Гордасевич. Кількість учасників – 32 (15 хлопців і 17 дівчат). Представимо детальніше.

Таблиця 3.1

Програма корекції агресивної поведінки сучасних підлітків

Загальна інформація

Мета корекційної програми	знизити рівень агресії, допомогти підліткам оволодіти навичками самоконтролю, емоційної регуляції та безпечними способами вирішення конфліктів, формувати у дітей конструктивні поведінкові реакції в проблемних ситуаціях; розвивати емпатію й адекватний рівень самооцінки.
Завдання	<ul style="list-style-type: none"> – знизити емоційне напруження учасників та рівень ситуативної агресії; – унормувати та адекватизувати самооцінку; – стимулювати до вдосконалення власної особистості та роботи над собою; – сприяти усвідомленню власних емоцій та поведінки; – формувати навички регуляції власних емоційних станів та самоконтролю; – поспостерігати рівень напруженості дитини, агресії, гніву, навичок самоконтролю; – формувати уміння та навички конструктивного спілкування та поведінки в конфліктних ситуаціях.
Структура програми	Програма складається з 12 занять. Тривалість 1-го заняття – 45-50 хвилин.

	Періодичність проведення занять – 1 раз на тиждень.
Форма проведення	Групова
Методи	психологічні етюди, вправи, ігротерапія, читання та складання психотерапевтичних та медитативних казок, малювання, ліплення з пластиліну, робота з ситуаційними малюнками, релаксаційні вправи, мозковий штурм, обговорення проблемних ситуацій, інформаційні повідомлення
Очікувані результати:	знижений рівень агресивності; оволодіння навиками самоконтролю і емоційної саморегуляції; сформовані вміння конструктивної комунікації; стала адекватна самооцінка; висока мотивація до вдосконалення власної особистості.

План корекційної роботи

1. Заняття на тему «Знайомство»

Мета: Знайомство учасників один з одним, підвищення позитивного настрою і об'єднання дітей, емоційне і м'язове розслаблення.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Презентація імені», «Вироблення правил групової взаємодії», «Угоди», «Снігова куля», «Алфавіт», «Жестові етюди», «Краш-бум-бенг», «Що ти робиш?», «Рефлексія».

2. Заняття на тему «Самооцінка та само презентація»

Мета: зняти емоційне напруження учасників; формування позитивної самооцінки; вчити осмислювати власні позитивні якості; сприяти підняттю почуття особистісної значущості; формувати вміння турбуватися про інших, альтруїстичні форми поведінки.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», етюд «Посмішка по колу», «Чарівний кошик», «Мені приємно, коли..», «Ніхто не знає, що я...», «Я ніколи не...», інформаційне повідомлення «Самооцінка у житті людини», асоціації до слова «самооцінка», «Мої сильні та слабкі сторони», «Емоційні загадки», «Я - вітер», психологічний етюд «Люблю...», «Рефлексія».

3. Заняття на тему «Єдність групи»

Мета: організувати атмосферу довіри; сприяти зняттю емоційного напруження, збільшити ступінь адаптації у колективі; розвивати вміння розпізнавати емоційні почуття та стани інших людей; розвивати співчутливість, милосердя; викликати позитивні емоції в учасників.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Гіпнотичні руки (Дзеркало)», «Компліменти», «Сонце в долоні», «Шосте чуття», «Головом'яч», «Груповий портрет», «Загальний ритм», комунікативна техніка «Я-повідомлення», «Транспорт», «Острів», «Пять добрих слів», «Снігова куля», «Рефлексія».

4. Заняття на тему «Реагування на агресію»

Мета: корекція агресивності, зниження вербальної агресії; усвідомлення соціально прийнятних норм поведінки, налагодження зворотних зв'язків з однолітками, встановлення довірливих стосунків, стимуляція гуманних почуттів; ауторелаксація.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Недружній шарж», «Музика куль», «Битви на кулях», «Дзвінка куля», «Знайомство з почуттям злості», інформаційне повідомлення «Агресія як явище», Мозковий штурм, «Повітряна куля», казкотерапія «Як злість Олю і Толю в полон піймала», етюд «Слухаємо себе», «Опануй себе», «Рефлексія».

5. Заняття на тему «Вербалізація гніву»

Мета: навчити підлітків вербалізації почуття гніву, його художнього зображення, розвивати здатність сприймати гнів через сенсорні канали та долати гнів за допомогою саморегуляції.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Листи гніву», «Скульптури», «Пластичне зображення гніву» (ліплення), «Злюка», «Малюнок гніву», «Галерея негативних портретів», «Який гнів на смак, дотик тощо», «Тікай, злосте, тікай», «Рефлексія».

6. Заняття та тему «Саморегуляція»

Мета: вчити підлітків прийомів саморегуляції, уміння володіти собою у ситуаціях, котрі провокують їх гнів; закріплювати соціально прийнятні правила поведінки; розвивати спроможність бути уважним до інших; виховання співчуття і терпимості.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Правила конфліктної взаємодії», «Музичні імпровазації», «Скульптура настрою (стану)», «Дротяна людина», «Обладунки (костюм)», «Контраст», казка про чайника Арчі, «Яка твоя вага», «Опануй себе», «Перекличка», «Рефлексія».

7. Заняття на тему «Ефективна взаємодія»

Мета: формувати в учасників конструктивні форми поведінки, вчити результативної комунікації в проблемних ситуаціях; розвивати навички емоційної саморегуляції, вміння опановувати негативні реакції та почуття.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Симфонія конфлікту», «Не подобається — подобається», «Карта поведінки», «Робота з ілюстраціями», казка «Могутній дуб і маленький кабанчик», «Розминки з кулями», «Блокнот самоспостереження», «Єдиний ритм», «Корабель серед скель», етюд «Подаруй доброту», «Рефлексія».

8. Заняття на тему «Зняття напруження»

Мета: вправлятися у вміннях усувати надмірне емоційне напруження й особистісну тривожність підлітків, опановувати техніками релаксації; вчити помічати і запобігати негативним емоціям інших .

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Дротяна розминка», «Снігова баба», м'язова релаксація з використанням глибокого дихання, «Зсунь камінь», «Розслаблення у позі морської зірки», «Лимон», «Муха», казка про вулкан, «Черепашка», «Бурулька», «Рефлексія».

9. Заняття на тему «Позитивна комунікація»

Мета: закріплювати конструктивні навички спілкування, удосконалювати вміння самоусвідомлення і самоконтролю поведінки, розвивати повагу до моральних цінностей; формувати альтруїстичні почуття у підлітків.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Реконструкція позитивного образу через дитячі спогади», «Скарбничка гарних вчинків», «Самоцінність», етюд «Добрий хлопчик», «Мені в тобі подобається...», «Чарівна крамничка», «Хто похвалить себе краще за всіх», «Зошит моїх досягнень», «Компліменти», «Рефлексія».

10. Заняття на тему «Усвідомлення емоцій»

Мета: формувати здатність до усвідомлення власного емоційного світу та почуттів інших людей, розвиток емпатії; розвиток у підлітків здатності до розуміння, співпереживання та співчуття.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Ставлення до світу», «Як зробити підлітка агресивним», «Пара протилежностей», «Голосно й тихо», «Погляд на світ (Фоторепортаж)», «Робота з фотокартками», «Метафоричний автопортрет», «Символічне зображення емоцій (ігри із картками)», «Танці-протилежності», «Галерея образів», рольова гра «Агресор у ролі жертви», «Я сумний (радісний), коли...», «Рефлексія».

11. Заняття на тему «У світі людей»

Мета: практикувати і закріплювати прийнятні форми вираження гніву; закріплювати ціннісні орієнтири, моральні уявлення і судження; розвивати почуття взаємодопомоги та взаємоповаги.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Гіпнотичні руки», «Сила гніву», «Гнів на сцені», «Компліменти», «Сонце в долоні», «Шосте чуття», «Так-діалог», «Ні-діалог», Обговорення Декларації прав людини, «Стосунки», «Вінні-Пух та всі інші», «Рефлексія».

12. Фінал

Мета: позитивне закріплення спроможності розв'язувати проблеми соціально-адаптованими методами; закріплення гуманних почуттів, моральних уявлень, розвиток навичок взаємодопомоги та взаємоповаги; формування емпатії, доброзичливості, довіри до людей; отримання зворотного зв'язку.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Транспорт», «Музика куль», «Якби я був...», «Стонога», «Груповий портрет», «Міміка», «Зобрази тварину», «Повір мені», «Карнавал звірів», етюд «Подаруй доброту», «Рефлексія», «Вогник по колу».

Зазначимо, що заняття корекційної програми проводились нами у формі тренінгів. Тренінг – це форма інтерактивного навчання, першорядне завдання котрого – сформувати в учасників уміння і навички, розвинути особистісні й професійні якості, опрацювати теоретичну інформацію [27].

Тренінги були досить динамічними, наповненими психологічною атмосферою, конфіденційністю, внутрішньою відкритістю, індивідуальною й груповою рефлексією. Розв'язуючи усілякі змодельовані ситуації і питання, аналізуючи їх, підлітки набували нового досвіду, сприятливого підвищенню їхньої емпатії, толерантності, доброзичливості, емоційній рівновазі.

Нами також були проведені тренінги, основним замислом яких було створення атмосфери позитиву і доброзичливості, до того ж значна увага приділялася формуванню особистісних якостей підлітків, їхніх ціннісних орієнтацій, емоцій, умінню стримувати агресію, аналізувати та коригувати свою поведінку тощо.

Оскільки зміст деяких вправ повторювався у декількох заняттях, у додатку Г ми наводимо зміст основних вправ та ігор, запропонованих у програмі.

Крім тренінгових ігор та вправ нами у програму включені і інші методи. Наприклад:

Малювання на тему «Мій гнів».

Психолог просить учасників подумати, коли вони найбільше зляться, й намалювати свій гнів. Після цього пропонує розірвати аркуш із малюнком на крихітні шматочки і зазначає, що тепер кожен із учасників переміг свій гнів, що їхнього гніву більше не існує.

Комунікативна техніка «Я-повідомлення».

Під час обговорення та вирішення конфліктних ситуацій доречно користуватися технікою «Я - повідомлення», яка є одним із способів подолання стану агресивності у тому випадку, коли ми можемо стати ініціатором конфлікту.

Психокорекційні казки розроблені для того, щоб м'яко впливати на поведінку людини. Вони допомагають скоригувати поведінку учасників, їх особистісні риси (бездумність, настроєність, сором'язливість, жадібність тощо). Психокорекційні казки також можуть сприяти формуванню у підлітків увічливості, доброти та турботи. Вигадати таку розповідь нескладно: слід визначити героя; відобразити його життя (яке дуже схоже на життя слухача); поставити героя у проблемну ситуацію, яка стосується дитини; розказати, як рішення прийняв герой казки (можна запропонувати альтернативну модель поведінки).

Медитативні казки створені для того, щоб допомогти зняти емоційний стрес, налаштувати на позитивне і ствердне сприйняття зовнішнього світу тощо. Головна особливість медитативної казки – відсутність конфліктності та негативних персонажів. Найпоширеніша форма медитативних казок – подорожі (додаток Д).

Також нами пропонувались **інформаційні повідомлення** про агресію,

причини її виникнення, наслідки та способи подолання.

Слід зауважити, що результативність психокорекційної програми була помітна майже відразу. Підліткам сподобалася така форма роботи, більшість охоче взаємодіяли, виявляли бажання саморозвиватися та вдосконалювати власний рівень доброзичливості, навички боротьби зі проявами агресії. Про це зокрема свідчать їхні позитивні відгуки.

3.2. Аналіз результатів експериментально-дослідної роботи

Після впровадження «Програми корекції агресивної поведінки сучасних підлітків» нами був проведений контрольний етап експериментального дослідження, мета якого – перевірити ефективність розробленої та апробованої програми.

До контрольного експерименту було залучено 62 підлітки (32 особи експериментальної та 30 – контрольної груп).

Ефективність сформованості досліджуваної якості оцінювалася відповідно до отриманих результатів попередніх розділів та за допомогою комплексу методик, використаного під час констатувального етапу дослідження. Це дало змогу проаналізувати динаміку результатів і забезпечило можливість для порівняння кількісних даних до і після апробації розробленої нами програми в експериментальній та контрольній групах.

Охарактеризуємо проведену роботу більш детально. Отож, на контрольному етапі експериментального дослідження ми використали такий діагностичний інструментарій:

1. Опитувальник агресії Басса-Даркі [10];
2. «Особистісна агресивність і конфліктність» Є. Ільїн, П. Ковальов [10];
3. «Самооцінка рівня агресивності» В.Бойко [10].

Проаналізувавши та узагальнивши результати контрольного зрізу за опитувальником агресії Басса-Даркі, ми виявили позитивну динаміку, що

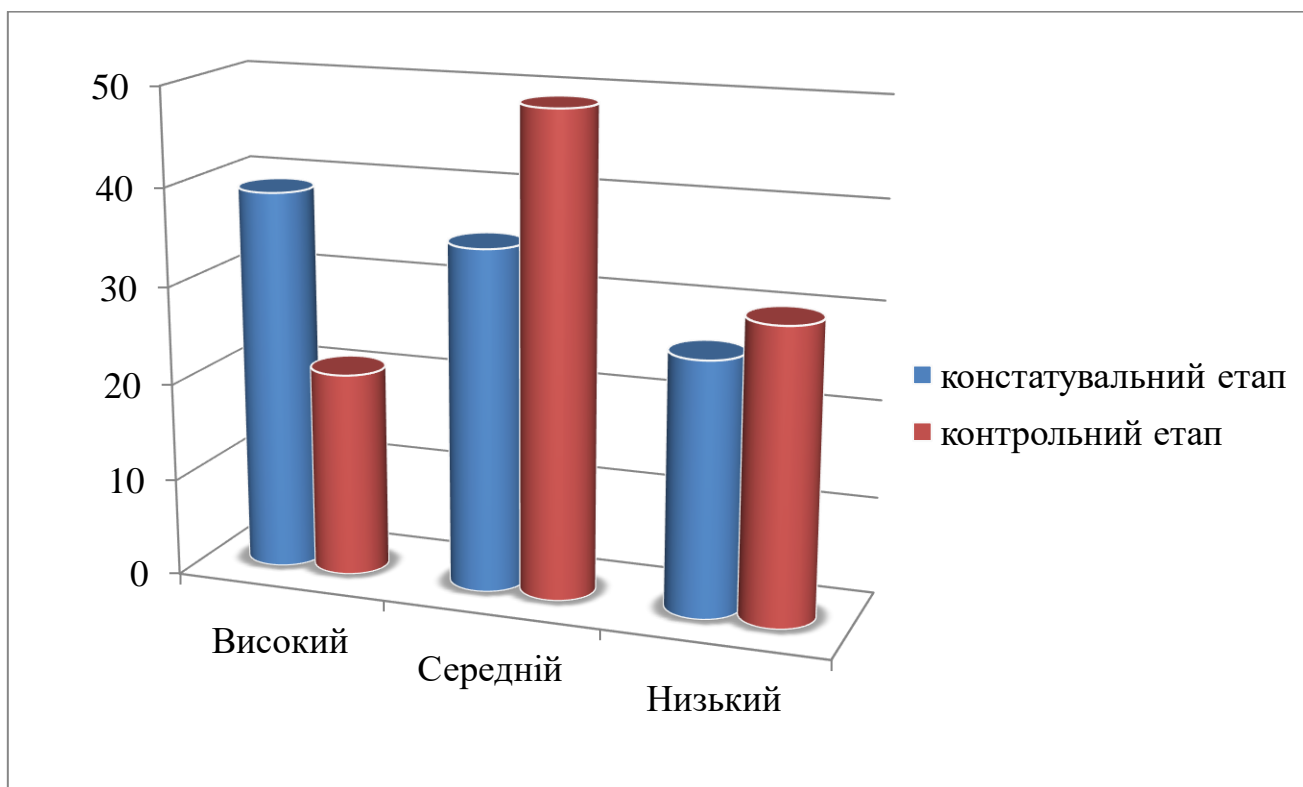
відображено в таблиці 3.1. Динаміку показників експериментальної групи проілюструємо діаграмою 3.1.

Таблиця 3.1

Рівні підліткової агресії за результатами опитувальника Басса-Даркі (%)

Рівні готовності	Етапи експерименту				Динаміка	
	Констатувальний		Контрольний			
	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
Високий	39	36	21	32	-18	-4
Середній	35	40	49	43	+14	+3
Низький	26	24	30	25	+4	+1

Рис. 3.1. Рівні підліткової агресії за результатами опитувальника Басса-Даркі (експериментальна група)



Рівні агресії підлітків на контрольному етапі експерименту за

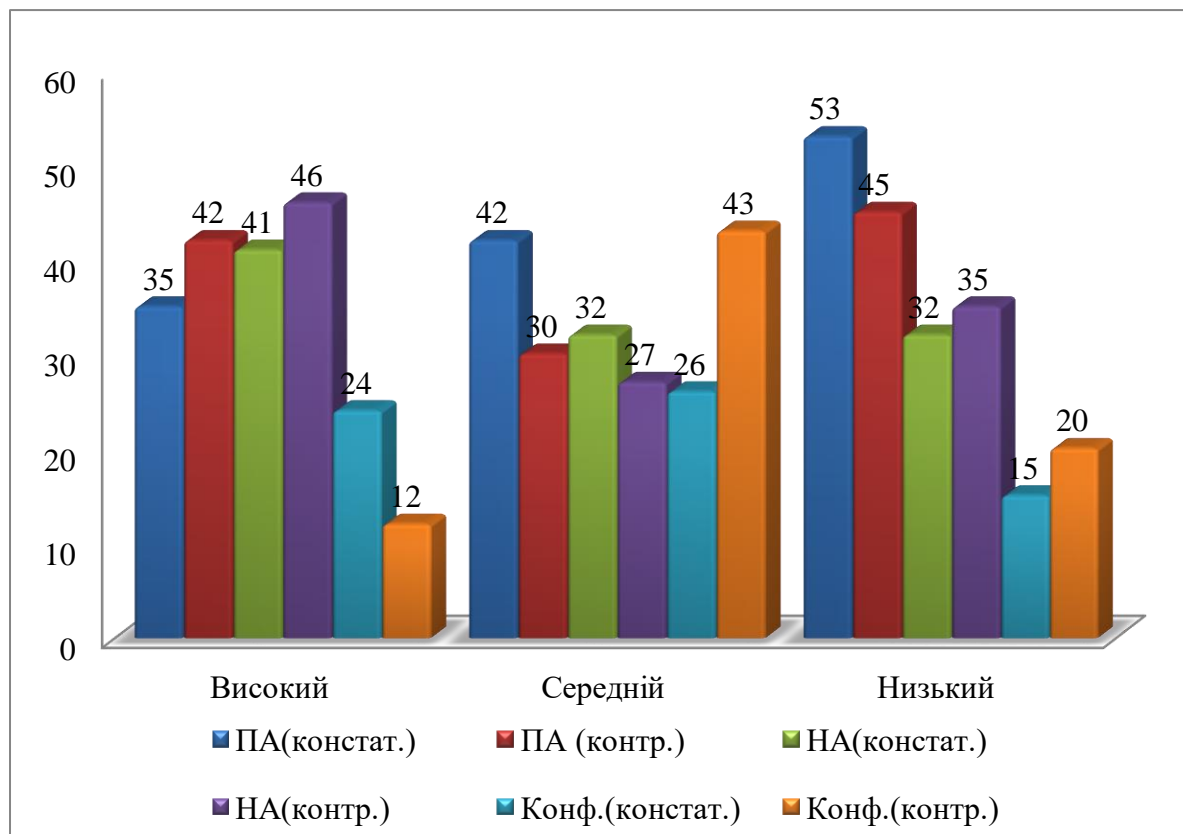
результатами методики «Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П.Ільїна, П.А.Ковальова зафіксовано у таблиці 3.2 та рис.3.2.

Таблиця 3.2

Рівні агресії за результатами методики «Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїн, П.А.Ковальов (%)

Шкали	Рівні											
	Високий				Середній				Низький			
	Конст		Контр		Конст		Контр		Конст		Контр	
	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
Позитивна агресивність	35	34	42	36	41	40	46	41	24	26	12	23
Негативна агресивність	42	42	30	40	32	31	27	30	26	27	43	30
Конфліктність	53	52	45	50	32	34	35	34	15	14	20	16

Рис. 3.2. Рівні підліткової агресії за результатами опитувальника



**«Особистісна агресивність і конфліктність» Є.П. Ільїн,
П.А.Ковальов(експериментальна група)**

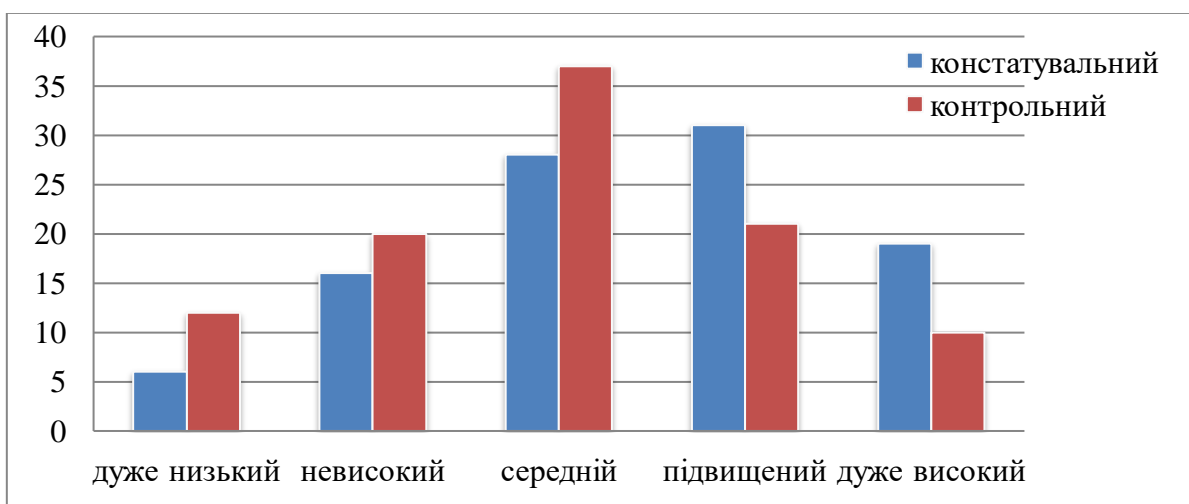
Для перевірки діагностованого явища ми використали методикау «Самооцінка рівня агресивності і латентного екстремізму» В.В. Бойко. Результати контрольного зрізу відображені у таблиці 3.3 та рис.3.3.

Таблиця 3.3

**Рівні самооцінки агресивності і латентного екстремізму за
методикою В.Бойко (%)**

Показники	Кількість осіб				Динаміка	
	Констатувальний		Контрольний			
	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
Дуже низький рівень агресії	6	7	12	8	+6	+1
Невисокий рівень агресії і латентного екстремізму	16	17	20	19	+4	+2
Середній рівень агресії і латентного екстремізму	28	26	37	31	+9	+5
Підвищений рівень агресії	31	30	21	27	-10	-3
Дуже високий рівень агресії	19	17	10	15	-9	-2

**Рис.3.3. Рівні самооцінки агресивності і латентного екстремізму
за методикою В.Бойко (експериментальна група)**



Отже, здійснивши якісний і кількісний аналіз результатів контрольного зрізу можемо стверджувати, що розроблена нами і впроваджена програма корекційних заходів для подолання агресивної поведінки сучасних підлітків є ефективною.

Висновки до розділу III

Таким чином, результати проведеного нами діагностичного дослідження виявили необхідність розробки корекційної програми, спрямованої на профілактику та корекцію агресивності в підлітковому віці.

Метою «Програми корекції агресивної поведінки сучасних підлітків» було зниження рівня агресії, допомога підліткам у оволодінні навичками самоконтролю, емоційної регуляції та безпечними способами вирішення конфліктів, формування у досліджуваних конструктивних поведінкових реакцій в проблемних ситуаціях; розвиток емпатії й адекватного рівня самооцінки. Зміст використаних вправ розкритий у підрозділі 3.1.

Після впровадження Програми нами був проведений контрольний етап експериментального дослідження, мета якого – перевірити ефективність розробленої та апробованої програми. До контрольного експерименту було залучено 62 підлітки (32 особи експериментальної та 30 – контрольної груп).

Ефективність сформованості досліджуваної якості оцінювалася за допомогою комплексу методик, використаного під час констатувального етапу дослідження. Це дозволило виявити та проаналізувати динаміку результатів і забезпечило перспективу для порівняння кількісних даних до та після апробації авторської корекційної програми в експериментальній та контрольній групах.

Здійснивши якісний і кількісний аналіз результатів контрольного зрізу можемо стверджувати, що розроблена нами і впроваджена Програма є ефективною.

РОЗДІЛ IV. ОХОРОНА ПРАЦІ ТА БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

4.1. Охорона праці вчителя під час проявів агресії зі сторони учнів

Рекомендації педагогам щодо спілкування з дітьми схильними до правопорушень

1. Проявляйте витримку під час спілкування з проблемними підлітками.
2. Терпляче і наполегливо пояснюйте неправильність їхніх поглядів і поведінки.
3. Намагайтесь переконувати і відкривати «важким» підліткам гідні та цікаві життєві перспективи.
4. Постійним повчанням не закріплюйте у підлітків, схильних до правопорушень, негативну оцінку своїх учинків.
5. Не перешкоджайте їхній участі у звичайних молодіжних об'єднаннях.
6. Уникайте надто наполегливо і безцеремонно втягувати таких підлітків в суспільні справи колективу учнів.
7. Сприяйте організації педагогами та батьками спільних масових заходів, що з'єднують підлітків з різною поведінкою, світосприйняттям, успішністю.
8. Залучайте «важких» підлітків в суспільно - корисні трудові справи, використовуючи притаманну їм завзятість в досягненні поставленої мети, прагнення до першості, частково усвідомлене почуття їхньої соціальної неповноцінності.
9. По можливості, з метою перевиховання підлітків, які вже зробили помилку в житті, змініть обставини та звичні їм форми поведінки, виказуйте їм довіру, схвалюйте їхні досягнення.
10. Виховуйте у таких підлітків вміння не тільки підкорятися, а й командувати, не принижуючи та не уражуючи інтереси однолітків.

Прийоми, які можна використовувати під час роботи з агресивними дітьми

1. Якщо агресія є усвідомленим, контрольованим актом з боку дитини, то для дорослого важливо не піддатися на таку маніпуляцію. При цьому доречно досить різко присікати агресивні дії або (якщо це не завдасть серйозної шкоди самій дитині та оточенню) ігнорувати їх.

2. Якщо агресія є виявом садомазохістських схильностей, психолог має працювати спільно з психотерапевтом і психіатром.

3. Якщо агресія є виявом гніву, можливе використання різноманітних стратегій впливу:

- навчати дітей контролювати свої емоції і способи регулювання негативних почуттів без шкоди для оточення (цю стратегію використовують, якщо агресія виявляється у прямій формі). Наприклад, треба вчити змінювати пряму агресію на непряму за допомогою предметів-замінників, позбуватися внутрішнього напруження через активні дії, заняття спортом, рухливі ігри, вияв символічної агресії;

- розвивати в дитини вміння знижувати рівень емоційного напруження через фізичну релаксацію (для цього використовують).

Методи керування пасивно-агресивною поведінкою учнів

1. Зрозуміти, що пасивно-агресивна дитина може викликати в педагога у відповідь негативні почуття і неконструктивну поведінку.

2. Зрозуміти, що мета пасивно-агресивної дитини — вивести вчителя з рівноваги, домогтися, щоб він втратив контроль над собою.

3. Зрозуміти, що всі пасивно-агресивні тактики — це неприйнятні способи вираження гніву та злості.

4. Проаналізувати, як ви сприймаєте чиєсь роздратування і виражаєте свій гнів, щоб упевнитися, що ви самі не реалізуєте у своїй поведінці пасивно-агресивний стиль.

Поради вчителям по роботі з дітьми агресивної поведінки

З агресивною дитиною не можна розмовляти на підвищених тонах — таким чином ви провокуєте посилення агресивних імпульсів. Послідовне використання спокійної, плавної мови дасть дитині змогу переключитися і почати слухати вас. При цьому особливо важливо визнати право дитини позбуватися своєї енергії різними способами, після чого вона почне прислухатися, у вас з'явиться шанс допомогти їй опанувати конструктивні методи виходу агресивних імпульсів.

Деякі діти під впливом дорослих довгий час здатні стримувати свої агресивні імпульси навіть тоді, коли інші зачіпають їхню особистість («Битися недобре! Не зважай!»). Щоправда, ніхто не вчить не чути образ на свою адресу. Наслідок — час від часу в такої витриманої дитини відбувається сильний вилив емоцій. І якщо вона вже вдарить кривдника у такому стані, то не дивно, що це може призвести до його травмування. Тому, як співають у пісні, «честь должна быть спасена мгновенно». Тоді буде набагато менше проблем.

Агресивні вияви можна знімати за допомогою спеціальних вправ. Наприклад, навчити дитину зосереджувати увагу в момент імпульсу на своїх руках і навмисне стискати кулаки з максимальним напруженням. Гіпернапруження обов'язково зміниться релаксацією м'язів. І якщо агресія не минає, то принаймні стає керованою.

Добре допомагає агресивним дітям і психофізичне тренування. Навички виконання вправи «Левітація рук» дозволяють зменшити загальний рівень агресивності й навчитися керувати собою в кризових ситуаціях.

Правила роботи з агресивними дітьми:

1. Бути уважним до потреб дитини.
2. Демонструвати модель неагресивної поведінки.
3. Бути послідовним у покаранні дитини, карати за конкретні вчинки.
4. Покарання не повинні принижувати дитину.

5. Навчати прийнятних способів вираження гніву.

6. Давати дитині можливість виявляти гнів безпосередньо після фрустрації.

7. Розвивати здатність до емпатії.

8. Розширювати поведінковий репертуар дитини.

9. Відпрацьовувати навички регулювання конфліктних ситуацій.

10. Учити брати відповідальність на себе.

Правила покарання агресивних дітей та підлітків

- Покарання не повинно шкодити здоров'ю дитини — ні фізичному, ні психічному. Понад те, воно має бути корисним.

- Якщо є сумніви, покарати чи ні, не карайте, навіть якщо вже зрозуміли, що надто м'які, довірливі й нерішучі. Жодної «профілактики», жодних покарань про всяк випадок».

- За один раз — одне. Навіть якщо провин багато, покарання може бути суворим, але тільки одне за все відразу» а не по одному за кожну провину. Салат із покарань — страва не для дитячої душі! Не можна карати за рахунок любові. Хай там ідо трапилося, не обмежуйте дитину в схваленні й заохоченні, на які вона заслуговує.

- Термін давності. Краще не карати, ніж карати із запізненням. Покарання із запізненням навіюють дитині минуле, не дають стати іншою.

- Покараний — пробачений. Інцидент вичерпано. Сторінку перегорнуто. Про старі гріхи ні слова. Не заважайте починати життя спочатку!

- Без приниження. Хай там що сталося, хай там якою є провина, покарання не повинно сприйматися дитиною як перемога нашої сили над її слабкістю, як приниження. Якщо дитина вважає, що ми несправедливі, покарання подіє тільки у зворотний бік.

- Дитина має боятися не покарання, не гніву, а нашого засмучення. Слід розуміти, що, не будучи досконалою, вона не може не засмучувати тих,

хто її любить.

4.2. Види, порядок проведення та реєстрації інструктажів із безпеки життєдіяльності для учнів

Інструктажі з безпеки життєдіяльності проводяться з учнями і містять питання охорони здоров'я, пожежної, радіаційної безпеки, безпеки дорожнього руху, реагування на надзвичайні ситуації, безпеки побуту тощо.

Учні, які інструктуються, розписуються в журналі, починаючи з 9-го класу.

Вступний Інструктаж – проводиться на початку занять один раз на рік з усіма учнями (при зарахуванні учня до школи, у разі переходу учня з однієї школи до іншої), а також з студентами, які прибули в школу для проходження виробничої практики. Вступний інструктаж проводить служба охорони праці школи.

Запис про проведення вступного інструктажу робиться на окремій сторінці журналу обліку навчальних занять.

Первинний Інструктаж – проводиться з учнями класу на початку заняття у кожному кабінеті, майстерні, спортзалі тощо (вересень), наприкінці навчального року перед початком канікул, а також за межами школи, де навчально-виховний процес пов'язаний з використанням небезпечних або шкідливих для здоров'я факторів (хімічних, фізичних, біологічних), у гуртках, перед уроками трудового навчання, фізкультури, перед спортивними змаганнями, вправами на спортивних снарядах. Цей інструктаж проводиться з учнями, а також з батьками, які беруть участь у позанавчальних заходах.

Первинний Інструктаж проводиться:

– перед виконанням кожного навчального завдання, пов'язаного з використанням різних матеріалів, інструментів, приладів, механізмів на початку уроку, заняття, практичної роботи тощо;

– на початку вивчення кожного нового предмета (розділу, теми) навчального плану (програми) – із загальних вимог безпеки, пов'язаних з тематикою і особливостями проведення цих занять.

Первинний Інструктаж, який проводиться перед початком кожного практичного заняття (практичної, лабораторної роботи тощо), реєструється в журналі обліку навчальних занять виробничого навчання на сторінці предмета в розділі про запис змісту уроку, заняття. Позаплановий інструктаж – проводиться у разі:

- порушення учнями вимог нормативно-правових актів з охорони праці, що може призвести чи призвело до травм, аварій, пожеж тощо;
- зміни умов виконання навчальних завдань (лабораторних робіт, виробничої практики, професійної підготовки тощо);
- нещасних випадків за межами школи.

Цільовий Інструктаж – проводиться з учнями під час організації масових заходів (екскурсій, походів, спортивних заходів, змагань), під час проведення громадських, позанавчальних робіт (прибирання території, приміщень, дослідницької роботи на навчально-дослідній ділянці тощо).

Первинний, позаплановий, цільовий інструктажі проводять відповідні вчителі, керівники гуртків, майстер виробничого навчання або завідувачі кабінетів тощо за відповідними інструкціями чи програмами.

Відмітка про проведення первинного, позапланового та цільового інструктажів робиться в журналі реєстрації первинного, позапланового, цільового інструктажів з безпеки життєдіяльності учнів, який зберігається в кожному кабінеті, майстерні, спортивному залі та іншому робочому місці.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

У процесі написання наукової роботи ми дійшли таких висновків:

1. Проблема агресивної поведінки особистості дуже різнобічна, її дослідження є предметом наукових пошуків психологів, педагогів, філософів, соціологів, юристів та науковців інших галузей. Фахівці пропонують різні трактування феномену агресії. В своєму науковому дослідженні ми опирались на таке трактування: «Агресія – це будь-яка форма поведінки, котра направлена на образу та (або) заподіяння шкоди іншій живій істоті, що не хоче подібного ставлення».

2. Сьогодні відзначається зростанням агресивності в суспільстві та окремих соціальних інституціях. Агресивність як емоційний стан чи риса особистості у підлітковому віці може виражатися якісно і кількісно та мати неоднаковий ступінь прояву: від цілковитої відсутності до найвищого прояву. Відсутність її призводить до конформності індивіда, його пасивності. А надмірний розвиток агресивності починає зумовлювати всю поведінку особистості, яка може стати конфліктною, нестриманою, нездатною до співробітництва

3. Основними причинами виникнення агресивної поведінки підлітків можуть виступати: неблагополуччя сім'ї, низька педагогічна культура сім'ї, недостатній рівень виховної роботи у загальноосвітніх закладах, відставання в навчанні, негативний вплив з боку оточуючих, зневага з боку ровесників, нерозуміння дорослими труднощів підлітків, недостатня впевненість підлітка в собі, надмірна зайнятість батьків та конфлікти з батьками.

4. Агресивна поведінка підлітків елементарно виявляється під час спостереження. Для аргументації результатів спостережень фахівці

застосовують спеціальні методики діагностики досліджуваного нами феномена агресивності: «Опитувальник ауто- і гетеро агресії», «Діагностика схильності до агресивної поведінки» (А.Асінгер), «Особистісна агресивність і конфліктність», «Методика виявлення стриманості-нестриманості і типу агресивної поведінки», «Діагностика ворожості за шкалою Кука-Медлей» та ін.

На констатувальному етапі дослідження для діагностики особливостей підліткової агресії ми використали такий діагностичний інструментарій: «Опитувальник агресії Басса-Даркі»; «Особистісна агресивність і конфліктність» (Є. Ільїн, П. Ковальов), «Самооцінка рівня агресивності» (В.Бойко). Проаналізувавши результати вищезазначених методик ми виявили, що рівень агресії у сучасних підлітків є високий. Діти проявляють її у вербальній та фізичній формі. Це явище є руйнівним для соціуму тому потребує більш глибокого аналізу причин виникнення та методів корекції.

5. Науковці, виокремлюють такі провідні шляхи подолання гресії: катарсис та усвідомлення почуттів, бажань, тобто формування психорегуляції поведінки; адекватна модель, або заохочення чи покарання; зміни поведінкових реакцій через схвалення, покарання, подання неагресивних моделей, розширення поведінкового репертуару, розвиток сприймання; сублимація енергії у соціально прийнятне русло.

6. Результати проведеного нами діагностичного дослідження виявили необхідність розробки корекційної програми, спрямованої на профілактику та корекцію агресивності в підлітковому віці. Програма реалізовувалась у Кременецькій ЗОШ №1 ім.Галини Гордасевич, складалась з 12 занять, тривалістю 45-50 хвилин. Заняття проводились у формі тренінгів, а основними методами, які ми використали під час проведення корекційних занять були тренінгові вправи, ігротерапія, психологічні етюди, читання та складання психотерапевтичних та медитативних казок, малювання, ліплення з пластиліну, робота з ситуаційними малюнками, релаксаційні вправи,

мозковий штурм, обговорення проблемних ситуацій, інформаційні повідомлення.

Після впровадження «Програми корекції агресивної поведінки сучасних підлітків» нами був проведений контрольний етап експериментального дослідження, мета якого – перевірити ефективність розробленої та апробованої програми. Ефективність сформованості досліджуваної якості оцінювалася за допомогою комплексу методик, використаного під час констатувального етапу дослідження. Це дозволило виявити та проаналізувати динаміку результатів і порівняти кількісні та якісні дані перед і після апробації розробленої нами авторської програми в експериментальній та контрольній групах.

Здійснивши якісний і кількісний аналіз результатів контрольного зрізу, можемо стверджувати, що розроблена нами і впроваджена програма корекційних заходів для подолання агресивної поведінки сучасних підлітків є ефективною.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агрессия и психическое здоровье / под ред. Т.Б. Дмитриевой, Б.В. Шостакович. М., 2002. 464 с.
2. Агрессия у детей и подростков: учебное пособие / под ред. Н.М. Платоновой. СПб.: Речь, 2006. 336с.
3. Алексеева М. І. Взаємодія батьків і дітей як фактор соціалізації підростаючої особистості. *Актуальні проблеми психології: традиції і сучасність*: тези міжнародних наукових Костюківських читань. Т 1. К.: Ін-т психології АПН України, 1993. С. 11–18.
4. Алфімова М. В., Трубников В. И. Психогенетика агрессивности. *Вопросы психологии*. 2000. №6. С. 112–121.
5. Алфімова М. В., Трубников В. І. Психогенетика агрессивности. *Вопросы психологии*. 2000. №6. С. 112–121.
6. Асеева Ю.О., Аушева М. С. Аналіз рівня агресивності та ворожості серед сучасних підлітків. *Освіта та наука без меж – 2018*: матеріали XIV міжн. наук.-практ. конф. молодих науковців, 24–26 червня 2018 р. Перемишль. С. 104–107
7. Афиногенова С. В. Биологический и психологический пол в связи с профессиональными и спортивными интересами в подростковом и юношеском возрасте: автореф. дис. ... канд. наук. СПб., 2007. 19 с.
8. Бандура А., Уолтерс Р. Підросткова агресія. К., 2000. 256 с.
9. Белей М. Д. Психологічна сутність агресії та її вплив на девіантну поведінку підлітків: методичні рекомендації для студентів спеціальностей «Практична психологія в галузі освіти». Івано-Франківськ: Приватний підприємець Бойчук А.Б., 2019. 102 с.
10. Белей М. Д., Гоян І. М. Методи психодіагностики: інструментарій та процедурні особливості. Івано-Франківськ, 2010. 256 с.
11. Белозерова Л. И. Основы теории и методики воспитательной работы школы с трудными детьми. Киров, 1994. 365 с.

12. Березка С. В. Причини та види агресивної поведінки особистості. *Психологічні науки*. 2017. №9. С. 85–93.
13. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия, контроль. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. 510 с.
14. Благута Р. І. Профілактика делінквентності неповнолітніх: психолого-правові аспекти: монографія. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2008. 176 с.
15. Благута Р. І. Психологічні засади профілактики делінквентності неповнолітніх: дис. ... канд. юрид. наук: 19.00.06. Київ, 2016. 228 с.
16. Бовть О. Б. Агресивні реакції та шляхи їх корекції в молодших школярів: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06. К., 2011. 15 с.
17. Болтівець С. І. Проблеми визначення детермінант девіацій у поведінці дітей. *Проблеми девіантної поведінки: історія, теорія, практика: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.* К., 2002. С. 53–59.
18. Бондарчук О. І. Психологія девіантної поведінки: курс лекцій. К.: МАУП, 2006. 88 с.
19. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб.: Питер, 2001. 352 с.
20. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми: пер. с нем. М.: Педагогика, 1991. 144 с.
21. Валавко С. М., Аксенова Ю. Ю. Концепции агрессивного поведения детей дошкольного возраста: современный взгляд. *Специальное образование*. 2015. № 2. С. 17–28.
22. Волкова Е. В. Скажем «нет» агрессии! *Психологическая газета*. 2003. № 5. С.26–29.
23. Волянська О. В. Проблема агресивної поведінки підлітків: фактори та механізми соціалізації. *Вісник Національного університету «Юридична академія імені Ярослава Мудрого»*. 2016. №3 (30). С. 117–134.
24. Гаркавець С. О. Психологічні особливості системи цінностей правопорушника: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06. Харків, 2001.

15 с.

25. Головин С. Ю. Словарь практического психолога. Минск-Москва: Харвест-Аст. 2001. 798 с.
26. Горькова І. А. Медико-психологічне дослідження формування характеру делінквентних підлітків. Харків, 2002. 87 с.
27. Гончаренко С. У. Український тлумачний словник. Київ: Наука, 1997. 613 с.
28. Діагностичний інструментарій психолога / упоряд. Т. Гончаренко. К.: Шкільний світ, 2008. 128 с.
29. Декларація прав людини і громадянина. URL: <http://kr-admin.gov.ua/mol/molod/2.pdf> (дата звернення: 23.09.2021 р.).
30. Дроздов О. Ю. Соціально-психологічні фактори динаміки агресивної поведінки молоді: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06. Чернігів, 2003. 206 с.
31. Дроздов О. Агресіологія як міждисциплінарна галузь наукових досліджень. *Соціальна психологія*. 2006. №1 (15). С.43–49.
32. Еникеев М. И. Общая и юридическая психология. М.: Юридическая литература, 1996. Ч. 4. 469 с.
33. Є проблема, є вирішення! / під ред. С. Бажеріної. Київ, 2004. 96с.
34. Журавльов В. С. Чому агресивні підростки. *Психолог*. 2001. №2. С.12–18.
35. Запухляк О. К. Зв'язок злочинності неповнолітніх з їх агресивністю. *Особистість у розбудові відкритого демократичного суспільства в Україні*. Дрогобич: Коло, 2005. С. 319–326.
36. Златогорська О. Метод в теорії і на практиці. Програма корекції агресивної поведінки підлітків. *Шкільний психолог*. 2003. № 30.
37. Змановская Е. В. Девиантология: психология отклоняющегося поведения: учеб пособие для студ. высш. учеб. Заведений. М.: Академия, 2003. 288 с.

38. Ісаєв Д. Д., Журавльов І. І., Дементьєв В. В. Типологічні моделі поведінки підлітків з різними формами адиктивної поведінки. Мелітополь, 2007. 264 с.
39. Іванова В. В. Причини та форми агресивної поведінки підлітків. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. №5. С. 14–16.
40. Казміренко Л. І., Тужеляк Н. М. Проблема агресії як соціальний феномен в юридико-психологічному дискурсі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2011. №4. С. 444–454.
41. Канатаєв Ю. А. Психологія конфлікту. Х. : ВАХЗ, 2002. 345 с.
42. Карпінська Т. Основні методи та прийоми попередження і контролю агресивної поведінки. *Психологія і суспільство*. 2014. №4. С. 104–111.
43. Киричук Г. Асоціальна поведінка підлітків (агресивність упідлітків). *Психологічна газета*. 2005. №7. С. 16–17.
44. Ковалев П. А. Возрастно-ролевые особенности отражения в сознании структуры собственной агрессивности и агрессивного поведения: автореф. дис. ... канд. наук. СПб., 1996. 19 с.
45. Козырева Е. В. Соотношение стилей воспитания и ауто-гетероагрессивности подростков. *Ананьевские чтения-2004: тезисы научно-практической конференции*. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2004. С. 397-398.
46. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться. *Семья и школа*. 2006. № 11. С. 15–18.
47. Кузнецова Л. М. Психолого-педагогічна корекція дитячої агресивності. *Початкова школа*. 1999. № 3. С. 24–27.
48. Куликова Л. М. Гуманістична педагогіка: система пріоритетів. Гуманістична педагогіка: соціально-психологічна адаптація дітей в умовах навчального закладу. Харків, 2009. Ч.1. С. 125-197.
49. Лановенко І. П. Боротьба з груповими правопорушеннями. Київ, 2001. 165 с.

50. Лаут Г. В. Корекція поведінки дітей і підлітків. К.: «Академия», 2015. 224 с.
51. Левитов Н. Д. Психическое состояние агрессии. *Вопросы психологии*. 1972. №6. С. 17–20.
52. Личко А. Е., Попов Ю. В. Делинквентное поведение, алкоголизм и токсикомании у подростков. Москва, 1988.
53. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Л.: Медицина, 1983. 256 с.
54. Лоренц К. Агрессия. М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. 272 с.
55. Лукинюк В. Т. Прояви агресії в обдарованих дітей. *Обдарована дитина*. 2000. №7. С. 8–12.
56. Лящ О. П. Концептуальна модель психологічної профілактики агресивних проявів. *Психолого-педагогічні аспекти розвитку і формування особистості людей з особливими потребами*. 2020. Розділ 4. С. 252–257.
56. Майерс Д. Соціальна психологія / пер. с англ. О. Бричка. Х.: «Екопрес», 2004. 510 с.
57. Мелоян А. Е. Аналіз феномена агресії в психологічних дослідженнях. *Вісник ХДПУ ім. Г. С. Сковороди*. Вип. 7. Х., 2001. С. 126-130.
58. Методи корекції афективних станів дітей (агресивність, гіперактивність, тривожність, імпульсивність): практичний poradnik / упор. Воловодівська Ж. О. та ін. Вінниця, 2020. 40 с.
59. Мізерна О. О. Корекційна тренінгова програма «Самовдосконалення» для подолання агресивних проявів серед підлітків. *Практична психологія та соціальна робота*. 2003. № 4. С.25-30.
60. Міллер А. І. Протиправна поведінка неповнолітніх: генеза і рання профілактика. Київ: Наукова думка, 1985. 159 с.
61. Можгинский Ю. Б. Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм. СПб, 1999. 267 с.

62. Можгинский Ю. Б. Подходы к анализу тяжелых форм антисоциального поведения в детском и подростковом возрасте. *Юридическая психология*. 2009. №1. С.8–12.
63. Мойсеєва О. Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції. *Психологічні проблеми роботи з делінквентами*. *Юридична психологія*. 2015. №1. С.139–147.
64. Мойсеєва О. Є. Психологія агресії в дитячому та підлітковому віці. К.: Видавництво ТОВ «3 Медіа», 2010. 212 с.
65. Мойсеєва О. Є. Історико-психологічний аналіз феномену агресії. *Психологічні науки*. 2015. Том 2. №10 (91). С.211–218.
66. Мушинська О. В. Гендерні особливості смислової сфери особистості неповнолітніх правопорушників: автореф. дис.... канд. психол. наук: 19.00.06 / Національний університет внутрішніх справ. Харків, 2005. 15 с.
66. Огоренко В. В., Тимофеев Р. М., Шорніков А. В. Агресивна поведінка: від теорії до практики. *Український вісник психоневрології*. 2021. Том 29. Випуск 3 (108). С. 48–51.
67. Орбан-Лембрик Л. Е. Залежність поведінки особистості від впливу проблемного соціуму. *Психологія і суспільство*. 2004. №1. С.71–82.
68. Павелків Р.В. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Випуск 30. С. 483–494.
69. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Кондор. 2011. 468 с.
70. Павлик О. М. Особливості мотиваційної сфери неповнолітніх: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06. Харків, 2005. 206 с.
71. Павлик О. М. Прагнення до «гострих» відчуттів як один із мотивів протиправної поведінки неповнолітніх. *Право і безпека*. 2004. №4. С. 24–28.

72. Паренс Г. Агрессия наших детей. Москва: Форум, 1997. 160 с.
73. Пилипенко І. О., Кацера А. О. Ціннісно-мотиваційна сфера девіантних підлітків. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: зб. наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / За ред. С.Д.Максименка. К., 2002. Т. IV, х.4. С. 211–215.
74. Приходько Ю. О., Юрченко В. І. Психологічний словник-довідник: навчальний посібник. К.: Каравела, 2012. 328 с.
75. Програма корекції агресивної поведінки підлітків. URL: <https://vseosvita.ua/library/programa-korekcii-agresivnoi-povedinki-pidlitkiv-99997.html> (дата звернення: 21.09.2021 р.).
76. Психокорекційна програма зі зниження агресивності для дітей, що мають завищений рівень агресивності. URL: <https://vseosvita.ua/library/psihokorekcijna-programa-zi-znizenna-agresivnosti-26981.html> (дата звернення: 21.09.2021 р.).
77. Психологические тесты / под. ред. А. А. Карелина. В 2-х т. М.: ВЛАДОС, 2003. 547 с.
78. Психология подростка / под ред. А. А. Реана. СПб.: ООО Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. 480 с.
79. Психология человеческой агрессивности: хрестоматия / сост. К. В. Сельченко. Мн.: Харвест, 1999. 656 с.
80. Психологічна діагностика і корекція особистості важковиховуваних дітей і підлітків: навч. посібник / О. Г. Антонова-Турченко, Е. І. Драніщева, Л. С. Дробот. К.: ІЗМН, 1997. 312 с.
81. Психологічні ігри та вправи / упорядники: І. А. Слободянюк, О. О. Холодова, О. І. Олексенко. Вінниця: Континент-ПРИМ, 1998. 32 с.
82. Психология личности: словарь-справочник / за ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. К.: Рута, 2001. 324 с.
83. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика: методики и тесты: учеб. пособ. Самара: Издательский Дом «БАХАРАХ-М». 2000. 672 с.

84. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / под общ. ред. А.А.Реана; пер. с англ. Ф. Райс. СПб.: Питер, 2000. 624 с.
85. Реан А. А. Детская агрессия. *Педагогика и психология*. 2002. №4. С. 37–42.
86. Резнікова О. А., Солодка О. В. Психологічні особливості поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. №2. С. 168–177.
87. Рибачук В. М. Особливості прояву агресивної поведінки у підлітковому віці. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 2015. №1-2. С. 147–152.
88. Развитие рефлексии у подростков: методичні рекомендації / упорядник: Савицька О. В. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Под. держ. пед. універ.: Інформ.-видавнич. відділ, 1999. 26 с.
89. Розіна І. Психологічні особливості прояву агресивної поведінки в підлітковому віці. URL: <http://oldconf.neasmo.org.ua/node/277> (дата звернення: 16.09.2021 р.).
90. Румянцева Т. Г. Агрессия и контроль. *Вопросы психологии*. 1992. №5/6. С. 35–40.
91. Румянцева Т. Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии. *Вопросы психологии*. 1991. №1. С. 81–87.
92. Сельченко К. В. Психология человеческой агрессивности: хрестоматія. Мн.: Харвеет. 2003. 656 с.
93. Семенюк Л. М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. М., 1996. 267 с.
94. Ситковская О. Д. Психология уголовной ответственности. М.: Издательство НОРМА. 1998. 285 с.
95. Сінельнікова Т. В., Тарковська А. М. Особливості корекційної роботи з агресивними підлітками в рекреаційних закладах. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2011/11_2011/40.pdf (дата

звернення: 15.08.2021 р.).

96. Скрипка Г. Неможливе можливо – тренуймося! *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2017. №4. С.4–10.

97. Соціально-психологічна робота з підлітками схильними до агресії: методичний посібник. Хмельницький; Відділ освіти, молоді та спорту Хмельницької районної адміністрації. 2014. 185 с.

98. Сухая М. А., Уточкина О. А. Связь самосознания с агрессивностью. *Ананьевские чтения 2007: материалы научнопрактической конференции*. СПб., Изд-во СПбГУ. 2007. С. 122–124.

99. Сухенко Я. В. Превенція агресивності та насилля в освітньому середовищі: методичні рекомендації. Полтава: ПОІППО, 2010. 79 с.

100. Тимошенко В. І. Агресивна поведінка: її сутність та причини. *Бюлетень Міністерства юстиції України*. 2015. №6 (164). С.55–64.

101. Уханова А. І. А агресивна поведінка в контексті психічного здоров'я старших школярів. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія*. 2017. Том 22. Випуск 1 (43). С. 97–107.

102. Файдюк О. В, Снітко М. А. Сутність соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків у загальноосвітніх навчальних закладах. URL: <http://studscientist.kubg.edu.ua/index.php> (дата звернення: 23.09.2021 р.).

103. Федорченко Т. Є. Профілактичні стратегії роботи з батьками агресивної дитини. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. Вип. 14. 2019. С.535–541.

104. Фельдштейн Д. И. Психолого-педагогические проблемы соотношения биологического и социального. *Советская педагогика*. 1984. №5. С. 52–56.

105. Фетискин Н. П. Психология девиантного поведения: диагностика и методы профилактики. М.: Кострома. 2003. С. 116–118.

106. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-

психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. 490 с.

107. Фрейд З. Психология бессознательного: сб. произведений / под ред. М. Г. Ярошевского. М.: Просвещение, 1990. 448 с.

108. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М.: АСТ, 2004. 637 с.

109. Фурманов И. А. Особенности поведения родителей, допускающих сексуальное, физическое и эмоциональное насилие. *Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф*: материалы IX Между-народной конференции. Мн.: НИО, 2003. С. 123–124.

110. Холод Н. І. Вплив засобів масової інформації на агресивну поведінку дітей. *Таврійський вісник освіти*. 2013. №1. С. 130–135.

111. Хузеева Г. Р., Смирнова Е. О. Психологические особенности агрессивных дошкольников. *Вопросы психологии*. 1996. №3. С. 5–14.

112. Цап Н. М. Агресивність дитини: за і проти. *Практична психологія та соціальна робота*. 1999. №6. С. 12–13.

113. Шевандрин Н. І. Психодіагностика, корекція і розвиток особистості. Суми: Еней, 2010. 184 с.

114. Шевчук В. Особливості прояву агресії у молодшому та старшому підлітковому віці у дітей із уповільненим психічним розвитком. *Молодий вчений*. 2020. 35 (81), С. 334–337.

115. Шипунова Т. В. Агресія і насильство як елементи соціальної реальності. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2017. Випуск 1 (40). С.96-100.

116. Ярмоленко Г. П. Проявление агрессивности и враждебности в межличностном взаимодействии (на примере студенческой молодежи): автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2014. 20 с.

ДОДАТОК А

Опитувальник агресії Басса-Даркі

Інструкція. Уважно прочитайте кожне судження: якщо ви згодні з ним, то ставте знак «+», якщо ні, ставте знак «-».

Текст опитувальника

1. Часом я не можу впоратися з бажанням заподіяти шкоду іншому.
2. Іноді я пліткую про людей, яких не люблю.
3. Я легко дратуюся, але швидко заспокоююся.
4. Якщо мене не попросять по доброму, я не виконаю прохання.
5. Я не завжди одержую те, що мені належить.
6. Я знаю, що люди говорять про мене «поза очі».
7. Якщо я не схвалюю поведінки друзів, я даю їм це відчути.
8. Коли мені траплялося обдурити кого-небудь, я відчував гризіння совісті.
9. Мені здається, що я не здатний ударити людину.
10. Я ніколи не дратуюся настільки, щоб кидатися предметами.
11. Я завжди поблажливий до чужих недоліків.
12. Якщо мені не подобається встановлене правило, мені хочеться порушити його.
13. Інші вміють майже завжди користуватися сприятливими обставинами.
14. Я тримаюся насторожено з людьми, що ставляться до мене трохи більш дружньо, ніж я очікував.
15. Я часто буваю незгодний з людьми.
16. Іноді мені на думку спадають такі речі, від яких мені соромно.
17. Якщо хто-небудь першим ударить мене, я не відповім йому тим же.
18. Коли я дратуюсь, я грюкаю дверима.
19. Я набагато дратівливіший, ніж здається.
20. Якщо хтось уявляє себе начальником, я завжди дію йому всупереч.
21. Мене трохи засмучує моя доля.
22. Я думаю, що багато людей не люблять мене.
23. Я не можу втриматися від суперечки, якщо люди не згодні зі мною.
24. Людям, які ухиляються від роботи, повинно бути властиве почуття провини.
25. Той, хто ображає мене і мою родину, запрошується на бійку.
26. Я не здатний на грубі жарти.
27. Мене охоплює лють, коли наді мною насміхаються.
28. Коли люди вдають із себе начальників, я роблю все, щоб вони не зазнавалися.
29. Майже щотижня я бачу кого-небудь, хто мені не подобається.
30. Досить багато людей заздять мені.
31. Я вимагаю, щоб люди поважали мене.

32. Мене гнітить те, що я мало роблю для своїх батьків.
33. Люди, що постійно дратують вас, заслуговують на те, щоб їх «надавали» по носі.
34. Я ніколи не буваю похмурих від злості.
35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я заслуговую, я не засмучуюся.
36. Якщо хтось прагне вивести мене зі стану рівноваги, я не звертаю на це увагу.
37. Хоча я і не показую цього, мене іноді гризе заздрість.
38. Іноді мені здається, що з мене глузують.
39. Навіть якщо я злюся, я не використовую грубувату лексику.
40. Мені хочеться, щоб мої гріхи були прощені.
41. Я рідко даю здачі, навіть якщо хто-небудь ударить мене.
42. Коли виходить не по моєму, я іноді ображаюся.
43. Іноді люди дратують мене однією своєю присутністю.
44. Немає людей, яких би я по справжньому ненавидів.
45. Мій принцип: «Ніколи не довіряти «чужинцям».
46. Якщо хто-небудь дратує мене, я готовий сказати, що я про нього думаю.
47. Я роблю багато такого, про що згодом шкодую.
48. Якщо я розлючуся, я можу вдарити кого-небудь.
49. З дитинства я ніколи не виявляв вибухів гніву.
50. Я часто почувуюся як порохова бочка, що готова вибухнути.
51. Якби всі знали про мої почуття, мене б вважали людиною, з якою нелегко працювати.
52. Я завжди думаю про те, які таємні причини змушують людей робити що-небудь приємне для мене.
53. Коли на мене кричать, я починаю кричати у відповідь.
54. Невдачі засмучують мене.
55. Я б'юся не рідше і не частіше ніж інші.
56. Я можу згадати випадки, коли я був настільки злим, що брав річ, яка потрапляла мені під руку, і ламав її.
57. Іноді я відчуваю, що готовий першим почати бійку.
58. Іноді я відчуваю, що життя поводить мене зі мною несправедливо.
59. Раніше я думав, що більшість людей говорить правду, але тепер я в це не вірю.
60. Я лаюся тільки від злості.
61. Коли я вчиняю неправильно, мене мучить совість.
62. Якщо для захисту своїх прав мені потрібно застосувати фізичну силу, я застосовую її.
63. Іноді я виражаю свій гнів тим, що грюкаю кулаком по столу.
64. Я буваю грубуватий щодо людей, які мені не подобаються.
65. У мене немає ворогів, які б хотіли мені нашкодити.
66. Я не вмю поставити людину на місце, навіть якщо вона на це

заслуговує.

67. Я часто думаю, що жив неправильно.
68. Я знаю людей, що здатні довести мене до бійки.
69. Я не засмучуюся через дріб'язки.
70. Мені рідко приходить на думку, що люди намагаються розлютити чи образити мене.
71. Я часто тільки загрожую людям, хоча і не збираюся виконувати погрози.
72. Останнім часом я став занудою.
73. У суперечці я часто підвищую голос.
74. Я намагаюся зазвичай ховати своє погане ставлення до людей.
75. Я краще погоджуся з чим-небудь, ніж стану сперечатися.

ДОДАТОК Б

**Методика «Особистісна агресивність і конфліктність»
(Є.П. Ільїн, П.А.Ковальов)**

Методика призначена для виявлення схильності суб'єкта до конфліктності й агресивності як особистісних характеристик.

Експериментатор пропонує 80 суджень. При згоді з твердженням в реєстраційному бланку у відповідній клітинці слід поставити знак «+» («так»), у разі незгоди - знак «-» («ні»).

Текст опитувальника

1. Мене легко розізлити, але я швидко заспокоююсь.
2. У суперечках я завжди намагаюся захопити ініціативу.
3. Мені частіше за все не віддають належне за мої справи.
4. Якщо мене не попросять по-хорошому, я не поступлюся.
5. Я намагаюся робити все, щоб уникнути напруженості у відносинах.
6. Якщо у ставленні до мене поступають несправедливо, то я мовчки накликаю на кривдника всякі нещастя.
7. Я часто злюся, коли мені заперечують.
8. Я думаю, що поза очі про мене говорять погано.
9. Я набагато більш дратівливий (-лива), ніж здається.
10. Думка, що напад - кращий захист, правильна.
11. Обставини майже завжди є сприятливішими для інших, ніж для мене.
12. Якщо мені не подобається встановлене правило, я намагаюся його не виконувати.
13. Я намагаюся знайти таке рішення спірного питання, яке б задовольнило усіх.
14. Я вважаю, що добро ефективніше помсти.
15. Кожна людина має право на свою думку.
16. Я вірю в чесність намірів більшості людей.
17. Мене охоплює лютя, коли з мене насміхаються.
18. У суперечці я часто перебиваю співрозмовника, нав'язуючи йому мою точку зору.
19. Я часто ображаюся на зауваження інших, навіть якщо і розумію, що вони справедливі.
20. Якщо хтось корчить з себе важливу персону, я завжди роблю йому наперекір.
21. Я пропоную, як правило, середню позицію.
22. Я вважаю, що гасло з мультфільму: «Зуб за зуб, хвіст за хвіст» справедливий.
23. Якщо я все обдумав (а), то я не потребує поради інших.
24. З людьми, які зі мною привітніші, ніж я сподівався, я тримаюся

насторожено

25. Якщо хтось прагне мене рознервувати, я не звертаю на це уваги.
26. Я вважаю нетактовним не давати висловитися в суперечці іншій стороні.
27. Мене ображає відсутність уваги з боку оточуючих.
28. Я не люблю піддаватися в грі навіть з дітьми.
29. У суперечці я намагаюся знайти те, що влаштує обидві сторони.
30. Я поважаю людей, які не пам'ятають зла
31. Судження «Одна голова добре, а дві ще краще» справедливе.
32. Судження «Не обдуриш - не проживеш» теж справедливе.
33. У мене ніколи не буває спалахів гніву.
34. Я можу уважно і до кінця вислухати аргументи свого опонента.
35. Я завжди ображаюся, якщо серед нагороджених за справу, в якій я брав участь (а), немає мене.
36. Якщо в черзі хтось намагається довести, що він стоїть попереду мене, я йому не поступаюся.
37. Я намагаюся уникати загострення відносин.
38. Я часто уявляю ті покарання, які могли б звалитися на голови моїх кривдників.
39. Я не вважаю, що я дурніший за інших, тому їх думка мені не указ.
40. Я засуджую недовірливих людей.
41. Я завжди спокійно реагую на критику, навіть якщо вона здається мені несправедливою.
42. Я завжди переконано відстоюю свою правоту.
43. Я не ображаюся на дружні жарти, навіть якщо вони злі.
44. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за рішення важливого для всіх питання.
45. Я намагаюся переконати іншого прийти до компромісу.
46. Я вірю, що за зло можна відплатити добром, і дію відповідно до цього.
47. Я часто звертаюся до колег, щоб дізнатися їхню думку.
48. Якщо мене хвалять, значить, цим людям від мене щось потрібно.
49. У конфліктній ситуації я добре володію собою.
50. Мої близькі часто ображаються на мене за те, що в розмові з ними я їм «рота не даю відкрити».
51. Мене не чіпає, якщо при похвалі за виконану загальну роботу не згадують моє ім'я.
52. Ведучи переговори з людиною, що займає вищу від мене посаду, я намагаюся їй не заперечувати.
53. У рішенні будь-якої проблеми я віддаю перевагу «золотій» середині.

54. У мене негативне ставлення до мстивих людей.
55. Я не думаю, що керівник повинен зважати на думку підлеглих, адже відповідати за все йому.
56. Я часто боюся каверз з боку інших людей.
57. Мене не обурює, коли люди ненароком штовхають мене на вулиці або в транспорті.
58. Коли я розмовляю з кимось, мене так і прориває якомога швидше викласти свою думку.
59. Іноді я відчуваю, що життя чинить зі мною несправедливо.
60. Я завжди намагаюся вийти з вагона раніше за інших.
61. Навряд чи можна знайти таке рішення, яке б усіх задовольнило.
62. Жодна образа не повинна залишатися безкарною.
63. Я не люблю, коли інші лізуть до мене з порадами.
64. Я підозрюю, що багато хто підтримує зі мною знайомство з користі.
65. Я не вмію стримуватися, коли мені незаслужено дорікають.
66. Я більше люблю атакувати, ніж захищатися.
67. Мені жаль надмірно образливих людей.
68. Для мене не має великого значення, чия точка зору в суперечці виявиться правильною — моя чи чужа.
69. Компроміс не завжди є найкращим вирішенням спору.
70. Я не заспокоююся до тих пір, поки не помщуся кривднику.
71. Я вважаю, що краще порадитися з іншими, ніж приймати рішення одному.
72. Я сумніваюся в щирості слів більшості людей.
73. Зазвичай мене важко вивести з себе.
74. Якщо я бачу недоліки у інших, я не соромлюся їх критикувати.
75. Я не бачу нічого образливого в тому, що мені говорять про мої недоліки.
76. Будь я на базарі продавцем, я не став (а) би поступатися в ціні за свій товар.
77. Піти на компроміс — значить показати свою слабкість.
78. Чи справедлива думка про те, що якщо тебе вдарили по одній щоці, то треба підставити й іншу?
79. Я не відчуваю себе ущемленим, якщо думка іншого виявляється більш правильною.
80. Я ніколи не підозрюю людей в нечесності.

За кожну відповідь «так» або «ні», котра співпадає з ключем, нараховується 1 бал. Таким чином діапазон можливих підсумкових балів знаходиться у межах від 0 до 10.

Відповіді «так» на питання 8, 24, 32, 48, 56, 64, 72 і відповіді «ні» на питання 16, 40, 80 - схильність до підозрілості.

Сума балів за шкалами «наступальність (напористості)», «непоступливість» дає сумарний показник позитивної агресивності

суб'єкта. Сума балів, набрана за шкалами «нетерпимість до думки інших», «Мстивість», - показник негативної агресивності суб'єкта.

Сума балів за шкалами безкомпромісності, запальності, уразливості, підозрілості - узагальнений показник конфліктності

ДОДАТОК В**Правила роботи тренінгової групи:**

1. Турбуватись про конфіденційність життя групи.
2. Прагнути стати активним учасником подій, що відбуваються.
3. Не відмовлятися від права сказати «Ні», а також від права самому вирішувати, як поводитися в тій чи іншій ігровій ситуації.
4. Намагатися бути відвертим, давати достовірні свідчення.
5. Прагнути слухати того, хто говорить, не перебиваючи.
6. Орієнтуватися на активність, беручи участь у подіях, процедурах, ситуаціях, що виникають у ході роботи групи.
7. Мати право висловити свою думку з будь-якого питання.
8. Використовувати звертання на «ти» під час роботи групи.
9. Висловлюватися тільки від свого імені про те, що сприймається, відчувається, переживається, відбувається тут і зараз.
10. Не говорити про присутніх у третій особі.

Правила роботи групи (варіант 2)

1. Цінувати час.
2. Говорити по черзі.
3. Говорити коротко і по темі.
4. Говорити тільки від свого імені.
5. Правило «плюс».
6. Правило добровільної активності.
7. Право того, хто говорить.
8. Правило «безоцінне».
9. Правило конфіденційності.
10. Пунктуальність.

ДОДАТОК Г

Зміст тренінгових ігор та вправ, використаних у корекційній програмі

Вправа «Привітання»

Мета: знайомство учасників один з одним, підвищення позитивного настрою.

Діти разом з психологом сидять в крузі. Всім пропонується проспівати привітання одне одному.

Вправа «Привітання»

Мета: налаштувати групу на спільну роботу, прийняти правила роботи групи під час тренінгу.

Хід вправи: учасники стають у коло. За годинниковою стрілкою, починаючи з ведучого, висловлюють свої вітання, називають імена. Потім передають імпульс натисканням на праву руку сусіда. Вправа завершена, коли імпульс дійде до ведучого.

Вправа «Привітання»

Мета: створити атмосферу довіри, зняти напруження.

Слова тренера: Доброго дня! Так ми звикли вітатися кожного дня. А чи знаєте ви скільки способів є вітатися? Ось як вітаються, наприклад, індуси, китайці, чукчі? Зараз я буду вас знайомити з цими способами вітання, а ви, по колу, одне одного саме таким чином і привітаєте. Згода? Тоді почали:

- обійми й трикратне цілування по черзі в обидві щоки (Росія)
- легкий уклін зі схрещеними на грудях руками (Китай)
- рукостискання та поцілунок в обидві щоки (Франція)
- легкий уклін долоні складені перед чолом (Індія)
- легкий уклін, руки витягнуті уздовж тулуба (Японія)
- поцілунок у щоки, долоні лежать на передпліччях партнера (Іспанія)
- просте рукостискання і погляд в очі (Німеччина)
- м'яке рукостискання обома руками, торкання тільки кінчиками пальців (Малайзія)
- потертися носами (ескімоська традиція)

Вправа «Угоди»

Мета: підвищення позитивного настрою і об'єднання дітей, емоційне і м'язове озслаблення, прийняття правил групової взаємодії.

Інструкція: «Ми тут зібралися для того, щоб навчитися контролювати свої емоції і відчуття, підвищити упевненість в собі. Давайте створимо свої власні «правила гри», про які знатимемо тільки ми з вами і які допоможуть зробити нашу роботу легкою і цікавою. Наприклад, перше правило: «Не гніватися». А які ще повинні бути правила в нашій групі?».

Вправа «Компліменти»

Мета: позитивне налаштування учасників, позитивна взаємодія один з одним, емоційне і м'язове розслаблення.

Ведучий пропонує учасникам сказати компліменти один одному.

Він кидає м'яч одному з учасників і говорить йому комплімент. Наприклад: «Сергійку, ти дуже справедлива особистість і позитивна людина» або «Катю, у тебе гарна зачіска». Інший учасник кидає м'яча тому, кому хоче висловити комплімент і так далі. Важливо припильнувати, щоб комплімент був сказаний кожному учасникові.

Вправа «Загальний ритм»

Мета: підвищення згуртованості групи.

Учасники стоять у колі. Ведучий кілька разів плескає в долоні з певною швидкістю, задаючи ритм, який група повинна підтримати в такий спосіб: учасник, що знаходиться праворуч ведучого, робить один плеск, за ним наступний і т.д., так, аби створювалося відчуття, начебто в заданому ритмі плескає одна людина, а не всі члени групи по черзі. Ця вправа рідко вдається з першого разу. Після кількох спробних кіл зі гри поступово вибувають учасники, які порушують загальний ритм.

Варіація вправи: Ведучий плескає в долоні який-небудь нескладний музичний ритм. Потім кожний по черзі її повторює, можливе одночасне відбивання ритму всією групою.

Вправа «Чарівна крамниця»

Мета: дати учасникам можливість з'ясувати, яких якостей їм бракує для того, щоб вважатися толерантними людьми.

Ведучий просить учасників групи уявити, що є крамниця незвичайних «речей»: терпіння, поблажливості, прийняття інших, почуття гумору, чуйності, довіри, альтруїзму, терпимості до розбіжностей, уміння володіти собою, доброзичливості, схильності не засуджувати інших, гуманізму, уміння слухати, допитливості, здатності до співпереживання. Ведучий виступає в ролі продавця, що обмінює одні якості на інші. Викликається один із учасників. Він може придбати одну чи кілька «речей», яких у нього немає.

Наприклад, покупець просить у продавця «терпіння». Продавець з'ясовує, скільки йому потрібно «терпіння», навіщо воно йому, у яких випадках він хоче бути «терплячим». Як плату продавець просить у покупця щось замість, наприклад, той може розплатитися «почуттям гумору», якого в нього з надлишком.

Вправа «Хто похвалить себе краще від усіх»

Мета: розвиток навичок ведення позитивного внутрішнього діалогу про самого себе; розвиток здатності до самоаналізу.

Ведучий розпочинає бесіду: «В кожного бувають приступи нудьги, «кислого» настрою, коли здається, що ти нічого не вартий у цьому житті, нічого в тебе не виходить. У такі моменти забуваються всі власні досягнення, здобуті перемоги, здібності, радісні події. Але кожному з нас є чим пишатися». Ведучий пропонує учасникам виконати подібну роботу.

Учасникам роздають бланки з таблицями, у яких вони повинні

самостійно заповнити наступні графи.

«Мої кращі риси»: у цей стовпчик учасники повинні записати риси чи особливості свого характеру, що їм у собі подобаються і складають їх сильну сторону.

«Мої здібності і таланти»: сюди записуються здібності і таланти в будь-якій галузі, якими людина може пишатися.

«Мої досягнення»: у цій графі записуються досягнення учасника в будь-якій галузі.

Ведучий на свій розсуд (залежно від рівня довіри у групі) пропонує членам групи зачитати свої пам'ятки.

Заповнені пам'ятки залишаються в учасників.

Вправа «П'ять добрих слів»

Мета: одержання зворотного зв'язку від групи, підвищення самооцінювання, самопізнання, можливість зробити приємне іншій людині.

Учасники діляться на підгрупи(по п'ять осіб).

Інструкція: «Кожен з вас має обвести свою руку на аркуші і на долоні написати своє ім'я. Потім ви передаєте свій аркуш сусідові праворуч, а самі одержуєте малюнок від сусіда ліворуч. В одному з «пальчиків» отриманого чужого малюнка ви пишете яку-небудь привабливу, на ваш погляд, якість її власника (наприклад, «Ти дуже добрий», «Ти завжди заступаєшся за слабких», «Мені дуже подобаються твої вірші» тощо). Інша людина робить запис на іншому пальчику тощо, поки аркуш не повернеться до власника».

Коли всі написи будуть зроблені, ведучий збирає рисунки і зачитує «компліменти», а група повинна здогадатися, кому вони призначаються.

Наприкінці вправи учасники забирають аркуші зі своїми долоньками.

Питання для обговорення:

- Які почуття в тебе виникли, коли ти читав написи на своїй «руці»?
- Чи всі твої достоїнства, про які написали інші, тобі відомі?

Вправа «Зрозумій мене»

Мета: зрозуміти думки і почуття співрозмовника, його думку.

Учасники сидять у колі. Ведучий пропонує кожному по черзі коротко розповісти про ситуацію, коли з ним учинили несправедливо (агресивно, інтолерантно). Сусід, що сидить ліворуч, має переказати цю історію якомога точніше, а також спробувати зрозуміти і передати почуття оповідача. Автор історії оцінює, зокрема, точність переказу. Вправу можна проводити по колу.

Вправа «Краш-бум-бенг»

Мета: налагодження групової взаємодії.

Усі учасники сидять у колі та разом виконують наступні дії: 1 раз стукають по колінах, 1 раз ляскають у долоні, 1 раз клацають пальцями правої руки, 1 раз клацають пальцями лівої руки. Ведучий починає виконання вправи і на клацання правої руки називає своє ім'я, а на клацання

лівої руки - ім'я когось із кола. Та людина, чиє ім'я назвали, на клацання правої руки називає своє ім'я, а на клацання лівої руки – ім'я будь-якого учасника з кола тощо.

Вправа «Очі в очі»

Мета: концентрація на думках і почуттях іншої людини.

Учасники діляться на пари. Упродовж 3 хвилин партнери мовчки дивляться один одному в очі, намагаючись зрозуміти думки і почуття, ніби спілкуючись очима. Потім учасники діляться своїми відчуттями з групою.

Питання для обговорення:

- Чи вдалося комусь зрозуміти одне одного без слів?
- Які почуття відчувають люди під час тривалого контакту очима?
- Чи виникає відчуття розуміння, довіри, духовної близькості?

Вправа «Знайомство з почуттям злості»

Мета: навчити підлітків вербалізації почуття гніву, його художнього зображення.

Детальний розгляд піктограми «Злість», порівняння її з піктограмою «Радість». Запитання до учасників:

- Коли буває весело?
- Чому сумно?
- Коли людисердяться?
- Чому зляться?
- На що схожа злість?
- Яка злість на смак?
- Якого кольору може бути злість?

За командою ведучого «Зло, зло, зло...» кожна дитина своєю мімікою зображує Зло. За командою «Добро» – зображують добру й ласкаву дитину.

Гра «Злюка»

Мета: розвивати здатність сприймати гнів через сенсорні канали.

Один з учасників групи сідає на стілець. У рухах у нього рушник або легкакосинка. Всі інші учасники бігають довкола нього і всіляко дражнять, намагаючись розлютити: кривляються, торкаються його, лоскочуть. Психолог стежить за тим, щоб діти не допускали образливих слів. Після умовногосигналу злюка перетворюється на добру дитину.

Вправа «Тікай, злосте, тікай!»

Мета: навчити підлітків вербалізації почуття гніву, розвивати здатність долати гнів за допомогою саморегуляції.

Учасники лежать на килимку по колу. Між ними подушки. Заплющивши очі, вони починають бити ногами по підлозі, а руками по подушках з криком: «Тікай, злість, тікай!». Тривалість – до 3 хв. Потім лягають у позу «зірки» Іспокійно лежать, слухаючи музику.

Вправа «Опануй себе»

Мета: розвивати здатність долати гнів за допомогою саморегуляції.

Психолог навчає учасників прийому. Він говорить, що як тільки дитина відчуває занепокоєння, то їй хочеться когось стукнути, щось кинути, є дуже простий спосіб довести собі свою силу: потрібно обхопити долонями лікті і сильно притиснути руки до грудей – це поза витриманої, сильної духом людини.

Гра «Чарівний кошик»

Мета: підвищення самооцінки і самоповаги.

Інструкція: «Кожен з вас на листку паперу повинен написати теплі слова, які він чув на свою адресу. Підписувати свої записки не треба. Потім я пройду і позбираю їх в «чарівний кошик». Потім я буду по черзі читати записки. Ви ж спробувати відгадати, в якій ситуації були сказані ці добрі і ласкаві слова».

Вправа «Недружній шарж»

Мета: навчитися контролювати свої емоції і гнів.

Цей ігровий прийом допоможе більш гідно вийти з ситуації, коли підліток сильно розсерджені й «виливає» свої відчуття на того, хто його образив, кричачи, обзиваючись, штовхаючись. Ведучий пропонує намалювати карикатуру на цю людину. Коли малюнок буде закінчений, пропонується підписати його.

Питання для обговорення: як себе зараз відчуваєш і що хочеться зробити з цим «недружнім шаржем».

Вправа «Листок гніву»

Мета: виразити свій гнів не на кривдника, а на лист паперу.

Ведучий пропонує вилити свій гнів на листок паперу, який потім можна зім'яти й викинути.

Вправа «Не подобається — подобається»

Ведучий просить підлітка поділити чистий аркуш паперу на дві половини й записати відповіді на запитання:

- 1) що мені не подобається у школі;
- 2) що мені не подобається вдома;
- 3) що мені не подобається взагалі в житті.

Відповіді на ці запитання учень записує в лівій частині аркуша.

Після цього пропонують серію позитивних запитань, відповіді на які записуються в правій частині аркуша:

- 1) що мені подобається у школі;
- 2) що мені подобається вдома;
- 3) що мені подобається взагалі в житті.

Підлітки розповідають спочатку про те, що їм не подобається, потім — про те, що їм подобається у школі, вдома й у житті. Важливо дотримуватися послідовності відповідей: спочатку негативні, потім позитивні.

Вправа «Емоційні загадки»

Мета: розвиток навичок віддзеркалення і пізнання зовнішніх емоційних проявів.

Учасники діляться на дві команди. Вправа проходить в три серії. У першій серії кожна команда замислює яку-небудь емоцію із переліку ведучого, після чого відправляє свого представника команді-суперниці. Завдання делегата — невербально зобразити своїм соратникам задумане слово.

У другій серії командам пропонується задумати будь-яке переживання.

У третій серії команди мають право задумати взагалі будь-яке слово, що має відношення до емоційної сфери.

Вправа «Муха»

Мета: зняття напруги лицьової мускулатури.

Коментар: «Сядьте зручно: руки вільно покладіть на коліна, плечі і голова опущені, очі закриті. У думках уявіть, що на ваше обличчя намагається сісти муха. Вона сідає то на ніс, то на лоб, то на рот, то на очі. Ваше завдання: не розплющуючи ока і не піднімаючи рук з колін, зігнати настирливу муху».

Вправа «Лимон»

Мета: управління станом м'язової напруги і розслаблення.

Коментар: «Сядьте зручно: руки вільно покладете на коліна долонями вгору, плечі і голова опущені, очі закриті. У думках уявіть собі, що у вас в правій руці лежить лимон. Починайте поволі його стискати до тих пір, поки не відчуєте, що «вижали» весь сік. Розслабтеся. Запам'ятаєте свої відчуття. Тепер уявіть собі, що лимон знаходиться в лівій руці. Повторите вправу. Знов розслабтеся і запам'ятайте свої відчуття. Потім виконайте вправу одночасно двома руками. Розслабтеся. Насолодіться станом спокою».

Вправа «Бурулька»

Мета: управління станом м'язової напруги і розслаблення.

Коментар: «Встаньте, закрийте очі, руки підніміть вгору. Уявіть, що ви — бурулька або морозиво. Напружте всі м'язи свого тіла. Запам'ятаєте ці відчуття. Замріть в цій позі на 1-2 хвилини. Потім уявіть, що під впливом сонячного тепла ви починаєте поволі танути. Розслабляйтеся».

Вправа «Повітряна куля»

Мета: управління станом м'язової напруги і розслаблення.

Коментар: «Станьте, закрийте очі, руки підніміть вгору, наберіть повітря. Уявіть, що ви — велика повітряна куля, наповнена повітрям. Постійте в такій позі 1-2 хвилини, напружуючи всі м'язи тіла. Потім уявіть, що в кулі з'явився невеликий отвір. Поволі починайте випускати повітря, одночасно розслабляючи м'язи тіла. Запам'ятаєте відчуття в стані розслаблення».

Вправа «Міміка»

Мета: емоційна гімнастика.

Тренер послідовно повертається до різних учасників і за допомогою

міміки і пози зображає для кожного з них деякий емоційний вираз. Останній може звернутися до допомоги тих, хто сидить поряд. Потім тренер пропонує продовжити цей ряд емоційних виразів комусь з підлітків. Тепер уже тренер і інші учасники відгадують емоційні стани, що зображуються.

Вправа «Зобрази тварину»

Мета: самовираження, емоційне розкріпачення.

Необхідно зобразити тварину, яку тобі назвуть. Можна використовувати жести, міміку, але не можна говорити.

Питання для обговорення: як ти почувався, коли не міг говорити? Чи важко передати інформацію без словесної комунікації?

Вправа «Сигнали гніву»

Мета: усвідомлення учасниками свого гніву через тілесні відчуття.

Хай кожен пригадає яку-небудь ситуацію, в якій він дуже сильно гнівався. Запитаєте його, як його гнів давав про себе знати до бійки? Коли людина гнівається, вона може відчувати, як стискаються кулаки, приливає кров, стає важко дихати, напружуються м'язи живота і тому подібне. Це і є сигнали гніву, що попереджають про його зростання. Якщо ж ми вчасно відмітимо його сигнали, то ми зможемо керувати цим відчуттям.

Вправа «Гнів на сцені»

Мета: цей ігровий корекційний прийом, заснований на зоровому представленні образу свого негативного відчуття.

Тренер пропонує уявити, як виглядав би гнів на сцені театру. В образі кого виступав би актор, що грає гнів, – монстра, людини, тварини, а може бути, безформної плями? Якого кольору був би його костюм? Яким він був би на дотик – гарячим або холодним, шорстким або гладким?? Яким голосом говорив би? Якими інтонаціями? Як би він рухався по сцені?

Гра «Мені в тобі подобається»

Мета: закріпити вміння знаходити позитивні риси у своїх товаришах.

Стоячи в кругу, всі беруться за руки. Дивлячись в очі сусіда, дитина говорить: «Мені подобається в тобі...». Той, що приймає киває головою і відповідає: «Дякую, мені дуже приємно!» Вправа продовжується по кругу. Далі обговорюються відчуття, які отримали учасники при виконанні даного завдання.

Вправа «Так-діалог» (один говорить – інший погоджується).

Мета: навчити дітей конструктивним формам поведінки та основам комунікації.

Робота в парах. Пари створюються за розрахунком: Я-ТИ. Задача кожного по черзі говорити, а іншого погоджуватися зі сказаним, навіть якщо він не зовсім згоден з висловлюванням.

Вправа «Ні-діалог» (культурна відмова). Продовжується робота в парах. Задача кожного по черзі говорити, а іншого – дати культурну відмову.

Вправа «Я у гніві»

Мета: розвиток навичок самоконтролю.

Необхідно пригадати ситуацію, коли ви були не просто злими, а розгніваними; відчуйте свій гнів; покажіть його за допомогою міміки і погляньте на себе у дзеркало.

Обговорення:

- Які фізичні характеристики супроводжують вираження гніву?
- Який вигляд зі сторони має розгнівана людина?
- Чи приємно спілкувати з розгніваною людиною?
- Розгнівана людина адекватно оцінює ситуацію?

Вправа «Нападник і той, хто захищається»

Мета: формування комунікативних навичок; розвиток навичок самоконтролю.

Учасники об'єднуються в пари і по черзі перебувають у ролі «нападника» та «жертви». «Нападник» говорить своєму партнерові, як той має поводитися, сварить і критикує його. «Той, хто захищається», виправдовується при цьому обоє мають витримувати свою роль. Через 3 хвилин ролі міняються.

Обговорення:

- Як ви почувалися в обох ролях?
- Чи відчували ви гнів або приниження, коли були в ролі «того, хто захищається»?
- Ви звинувачували чи карали в ролі «нападника»?
- Як часто в реальному житті буваєте в тій чи іншій ролі?

Вправа «Упевнений – невпевнений - грубий «

Мета: формування впевненої поведінки; розвиток навичок взаємодії з іншими людьми.

Учасникам пропонуються три персонажі (це можуть бути м'які іграшки з нагрудними візитними картками: «Упевнений», «Невпевнений», «Грубий»). Від імені цих персонажів учасникам треба продемонструвати поведінку в певних ситуаціях (кожна ситуація розглядається з позиції названих персонажів):

1. Тебе викликають до дошки, а ти не вивчив уроку, тоді ти вчителю говориш...

2. Ти граєш у захопливу комп'ютерну гру, а батьки хочуть, аби ти сідав за уроки, тоді ти їм говориш...

3. Приятель не повернув вчасно твою річ, яка тобі дуже потрібна. Ти йому кажеш...

Обговорення:

- Як поведяться грубі люди, невпевнені, впевнені?
- З якими людьми приємніше мати справу?
- Якими б хотіли бути учасники? Що для цього треба?

Вправа «Повітряна кулька»

Мета: розвиток навичок взаємодії з іншими людьми, зняття емоційної напруги.

Кожному учаснику роздають повітряні кульки. Після того, як кожен учасник отримає свою кульку, психолог каже наступне: «Кожен з вас повинен зберегти свої кульки в руках протягом 2 хв. і максимально багато вибити кульок у сусідів. Час пішов», і слідкує за часом.

Вправа «Повір мені»

Мета: вироблення внутрішнього самоконтролю і неагресивних способів вирішення особистих проблем.

Учасники вибирають комісію у складі 3 чоловік, яку один з учасників повинен переконати в тому, що саме він навів лад у класі, раніше ним же приведеному в розгромлений стан. Ситуація: «Один з учнів інтенсивно готувався до контрольної роботи. Проте допустив декілька помилок. На незадовільну оцінку він відреагував з такою злістю і гнівом, що після уроків розгромив весь клас. Потім, невідомо чому, навів лад, проте вчителі не вірять, що це він зробив із власної волі». Комісія кожному що відповідає присуджує очки, від 0 до 5 балів.

На завершальному етапі проводиться обговорення найважливіших моментів роботи.

Вправа «Що таке добре і що таке погано».

На ватмані діти повинні намалювати одну позитивну та негативну свою рису характеру і розповісти про кожну намальовану рису, інші погоджуються або ні, пояснюють чому. Коротка абетка рис характеру, роздрукована в плакатному форматі, вивішується на фліп-чарті, слугує як інформаційна скарбничка, до якої діти можуть звернутися за допомогою під час виконання вправи.

Вправа «Поганий настрій».

Робота в парах. Пари створюються за розрахунком: А-Я. Задача кожного по черзі втішити людину з поганим настроєм.

Вправа «Я вважаю, що можу...».

Кожний говорить і записує на листочках у вигляді промінців, що він може (наприклад: посміхатись, радіти життю...), а потім клеїмо ці промінці на плакат із зображенням сонечка.

Вправа «Жестові етюди»

Мета: навчитися кращого розуміння учасників групи, передачі своїх думок, почуттів і дій жестами, тренування спостережливості; розвитку фантазії.

Насамперед, керівник групи пояснює підліткам, що жест - це важливий знак спілкування. Він допомагає точніше зрозуміти мовця. Кожен учасник групи одержує завдання передати жестами, без допомоги міміки й мови, певну ситуацію.

Так, один учасник групи показує жестами закінчену ситуацію, включаючи в неї інших членів групи (наприклад, відкриває кран, мие руки, набирає воду в долоні й передає її по колу, закриває кран, отримує залишки води з іншого кінця, струшує руки). Інші учасники групи показують свої

ситуації.

Наступне завдання - показати колір жестом. Кожен учасник по черзі зображує свій улюблений колір жестами, а всі інші відгадують. При цьому не можна показувати на предмети подібного кольору.

ДОДАТОК Д

Психокорекційні та медитативні казки

«Могутній дуб і маленький кабанчик»

На одній сонячній галявині в середині густого лісу жила сім'я кабанчиків: тато, мама, п'ять дочок і маленький кабанчик-синочок. Дорослі кабани дуже любили своїх діток, а дітки любили своїх батьків.

На тій же галявині, де жили кабани, ріс могутній дуб. Дуб був величезним: його коріння йшли глибоко в землю, а гілки піднімалися високо в небо. У тіні його великої крони можна було сховатися від спекотного сонця, а за могутнім стовбуром від проливних дощів і колючих вітрів. Але найголовніше, щороку на дубі дозрівало так багато смачних жолудів, що кабани могли харчуватися ними все літо і всю осінь. Восени, коли жолудів ставало мало, кабани розривали ґрунт у пошуках солодких корінців або харчувалися гілочками. Але маленький кабанчик не хотів їсти корінці і гілочки, він любив тільки жолуді.

І ось одного разу, коли на землі навколо дуба не виявилось жодного плоду, кабанчик розбігся і з усієї сили вдарив по дереву копитцями. На землю впало кілька дозрілих плодів. Тоді він знову розбігся і знову вдарив по дубу, і на землю знову впало кілька плодів. Тепер кожен раз, коли кабанчик хотів жолудів, він розбігався і бив по дереву.

Батьки говорили йому, що не можна бити по дубу копитцями, потрібно бути терплячим і вихованим. Мама вчила сина: «Ти можеш ввічливо попросити у могутнього дуба скинути кілька стиглих жолудів на землю, або дочекатися, коли жолуді дозріють і самі впадуть на землю, або коли подує вітер і зірве плоди з гілочок. Але бити по дереву копитцями не можна!». Тільки синочок не слухався своїх батьків.

З того місця стовбура, куди кабанчик бив копитцями, впала кора, і утворилася велика-превелика рана.

Минуло літо. Осінь змінилася холодною зимою, і сім'я кабанчиків пішла на зимовище в гущавину лісу. А дуб, поранений і побитий, залишився мерзнути на своїй галявині.

Настала весна, кабанчик-синочок, зміцнілий і подоросліший, разом з родиною повернувся на галявину і ... не впізнав свій улюблений дуб. На всіх деревах вже розпустилися молоді листочки. І тільки могутній дуб стояв сумний. Його гілочки більше не тягнулися до неба, його коріння не шукали воду глибоко в землі, його могутній стовбур став тоншим і слабкішим.

«Що з тобою трапилося? Чому на твоїх гілочках немає листочків? А де маленькі квіточки, які перетворюються в солодкі жолуді? Хто посмів тебе образити? – питав кабанчик у дуба, обходячи його навколо. – Може, це зимові холоди тебе знесли? А може, снігові хуртовини тебе застудили? А можливо...».

І раптом кабанчик побачив на стовбурі дуба велику рану.

– Хто посмів тебе так поранити? – запитав він у дуба.

– Це сліди твоїх копитаць, – сумно зітхнув дуб. Через ці рани мене покидають сили. Хоча моє коріння як раніше шукає у землі цілющу вологу і дбайливо несе до стовбура, вода не може дійти до верхніх гілочок і напоїти їх.

– Чому? – засмутився кабанчик.

– Подивися уважно на мою рану, і ти сам зрозумієш чому, – відповіло дерево.

Кабанчик підійшов до дуба ближче і побачив, як з рани часто-часто падають крапельки. Крапельки схожі на сльози. Дуб плакав, йому було дуже боляче.

Соромно стало кабанчику, сіл він поруч з деревом і теж заплакав: «Чому він не слухав маму? Як він міг так жорстоко вчинити з улюбленим дубом? Що тепер робити?». Раптом на гілку дуба сіла сорока, побачила вона сумного кабанчика і питає:

– Кабанчик, що сталося? Чому ти плачеш? Хто тебе образив?

– Ні, сорока, не мене образили, а я образив. Скалічив я свій улюблений дуб. Не ховатися нам більше в його тіні, не їсти солодких жолудів, – відповів кабанчик і заплакав ще дужче.

– Не плач, кабанчик. Я знаю, як горю твоєму допомогти. На далекому болоті росте диво-трава, сила у тій траві лікувальна. Зірви її вночі і принеси разом з болотною водою до дуба. Спочатку промий рану болотною водою, а потім наклади на неї чудо-траву. Тільки пам'ятай: траву накладаєш, а сам примовляй. Ось рана і заросте, – пострекотала сорока і полетіла геть.

– Що примовляти? – навздогін закричав кабанчик. – Які слова?

– Чарівні ... – пролунав голос птахи.

У той же вечір кабанчик відправився на далеке болото. Жаби допомогли йому знайти чудо-траву і принесли кілька латаття, наповнених болотною водою.

Рано вранці кабанчик повернувся на галявину до могутнього дуба. Він підійшов до дерева, обережно промив рану болотною водою, дбайливо наклав на неї чудо-траву і сам не помітив, як почав примовляти:

– Я більше ніколи не буду по тобі бити копитцями. Вибач мене. Все буде добре. Пробач мені, будь ласка...

І сталося диво. Рана на дубі швидко затягнулася, гілочки весело потягнулися до ранкового сонечка. Кабанчику почулося, ніби десь, зовсім поруч, розпочався святковий салют, це на гілочках почали дружно лопатися бруньки і розпускатися молоді листочки.

Того літа вдячний дуб вродив так багато жолудів, що їх вистачило кабанчикам до наступного року. А кабанчик більше ніколи не бив копитцями по дереву і стежив, щоб і інші тваринки не кривдили його улюблений дуб.

Психокорекційна казка про вулкан

Психолог разом з дитиною складають казку про вулкан та малюють ілюстрації до неї. Психолог звертає увагу на головних героїв казки, ситуації, загальних настроїв. Задає уточнюючі запитання. Може провокувати головного героя на вияв агресії та ставити його у складні ситуації, що вимагають емоційної реакції. На середині роботи психолог запитує у дитини чи хоче вона аби батьки прочитали цю казку, доповнили її, взяли участь у створенні. Якщо так – спостерігає за їх спільною роботою не втручаючись у процес. Після завершення казки та ілюстрацій усі роботи, що сьогодні зробила дитина психолог кладе у спеціальну коробку, яку підписує іменем дитини та пояснює, що в цій коробочці будуть зберігатися усі його роботи. Вона добре захищена і ніхто її не знайде без його дозволу.

«На далекому острові в тихому океані жив вулкан. Він був молодим, всього 8 сотень років. Він був розташований в самому центрі острова і височів над рештою гір та пагорбами. На його схилах було багато рослинності – квіти, трави, дерева та кущі. На деревах гніздилися пташки і вирощували своїх пташенят. В гущі рослин мешкали кабанчики з потомством, дикі лиси сімєю, великі і малі тваринки. Всі вони жили в мирі та злагоді.

Тільки періодично з вулканом траплялось дещо таке, що все довкола рухалося. Це називається виверженням. Із надр вулкана виривалася вогняна лава, яка бурлила і кипіла, ніби від гніву. Потрапляючи на схили, де жили лісові тварини, лава ламала дерева, обпікала землю, і на ній вже не могли рости трава і квіти. З часом тварини навчилися передбачати виверження, бо всередині вулкана спочатку щось стукотіло, гриміло і тряслася земля. В цей момент звірі тікали, рятуючись, а ось рослини не могли.

В один момент тварини і рослини почули грюкіт і відчували підземні поштовхи. Звірі зібралися покинути схили вулкана, але всі рослини звернулися до них з проханням.

-Сходіть, поговоріть з вулканом. Розкажіть, що виверженням він приносить руйнування. Можливо він навіть не знає про це.

Звірі трішки боялися, але все ж пішли до вулкана.

-Поважний вулкан. Ми, звірі і рослини, живемо на твоїх схилах і багато сотень років ти був спокійний і тихий. І нам добре жити поряд з тобою. Але скоро твоя лава вирветься на поверхню і зруйнує наші будинки, можуть загинути рослини і дерева довкола тебе. Ми прохаємо, спробуй приборкати свій гнів, ти можеш вператися і зупинити потік лави. Ми знаємо, що лише

тобі під силу вгамувати і погасити свій внутрішній вогонь. Ми будемо тобі вдячні!

Почув вулкан прохання звірів і рослин, і так як він був миролюбивим і розуміючим, то зупинив виверження. Лава в середині нього охолола, перестала вирувати і кипіти, і стала текти спокійно і рівно в його надрах. Вулкан лише видихав гарячий дим у повітря і він розсіювався в просторі, віддаючи тепло.

Звірі проголосили:

-О великий і могутий вулкан, ти дійсно дужий. Дякуємо тобі!

Тварини повернулися в свої помешкання, а вулкан був щасливий і задоволений, що навчився керувати внутрішньою напругою і потоком лави».

Автор Гриза Тетяна Олександрівна