# **Введение**

Неопределенная и напряженная социальная, экономическая и экологическая обстановка, сложившаяся в данный период времени, способствует росту агрессивных проявлений, особенно в подростковой среде, как на индивидуальном уровне, так и на уровне группы. Подростки, как особая социальная и возрастная группа, оказались наиболее восприимчивыми к деструктивным внешним воздействиям: СМИ, компьютерные игры, поведение взрослых и др. Ситуация роста агрессивного поведения подростков затрагивает общество в целом и вызывает беспокойство и тревогу у педагогов, родителей. Поэтому можно с уверенностью сказать, что проблема агрессии в подростковой среде является одной из самых злободневных как в нашей стране, так и за рубежом.

Данная проблема изучалась и изучается большим количеством ученых, таких как А. Бандура (1999), Л. Берковиц (2001), Г.Э. Бреслав (2006), Р. Бэрон (2009), К.С. Лебединская (1988), Н.Д. Левитов (1964), Ю.Б. Можгинский (1999), А. Налчаджян (2007), А.А. Реан (1996), Д. Ричардсон (2009), Л.М. Семенюк (2008), И.А. Фурманов (1996) и др. Несмотря на большое количество проведенных исследований, наличие неразрешенных вопросов и многочисленных научных дискуссий, проблема агрессии остается привлекательной и находится в центре внимания психологической науки.

Актуальность исследования психических состояний и агрессивного поведения детей подросткового возраста обусловлена не только ростом различных форм и видов агрессивного поведения, но и отсутствием системы подготовки специалистов по проблемам профилактики и коррекции агрессивного поведения, но и понижением уровня психического возбуждения для снижения агрессивности.

Данные относительно психических состояний агрессивных подростков носят противоречивый характер и требуют уточнения. Так как они оказываются важными для формирования агрессивных установок, мы считаем необходимым выявление и изучение психических реакций подростков, оказывающих влияние на агрессию.

Цель исследования: выявить особенности психических состояний у подростков с различным уровнем агрессивности. М.б. так: выявить характер взаимосвязей компонентов психического состояния и агрессивности подростков.

Гипотеза исследования: существуют различия психического состояния у подростков с различным уровнем агрессивности. То есть, доминирующее психическое состояние оказывает влияние на проявление агрессивности.

Объект исследования: агрессивность и психическое состояние подростков.

Предмет исследования: особенности взаимосвязей психического состояния у подростков и различными проявлениями агрессивности.

Задачи исследования:

. Выявить характеристики агрессивных проявлений у подростков;

. Выявить компоненты психических состояний у подростков;

. Провести сравнительный анализ психических состояний у подростков с различными проявлениями агрессивности;

. Разработать методические рекомендации по коррекции агрессивных проявлений у детей.

Методы исследования**:** методы математической обработки данных.

Методики исследования**:** «Опросник Баса - Дарки» (Карелин А., 2007), тест школьной тревожности Филипса (Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н., 2006), «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка (Райгородский Д.Я., 2006), «Тип эмоциональной реакции на воздействие стимулов окружающей среды» В.В. Бойко (Райгородский Д.Я., 2006), методика «САННТУВ» А.Н. Николаева (А.Н. Николаев, 2011).

Экспериментальная база: в исследовании приняли участие 30 подростков 12-14 лет: из группы риска (ГР) - 16 подростков, из которых 10 мальчиков и 6 девочек, и контрольной группы (КГ) - 14 подростков, из которых 9 мальчиков и 5 девочек. Все испытуемые учащиеся 7-8 классов. Подростки из ГР состоят на внутри школьном учете (ВШУ) - 10 человек, по делам несовершеннолетних (ПДН) - 6 человек. 8 подростков обучаются в классах коррекции (социально-педагогическая запущенность), 8 - в классах по традиционной программе.

Практическая значимость: результаты исследования и рекомендации по профилактике и коррекции проявлений агрессивного поведения подростков могут быть использованы в деятельности психолого-педагогических служб школ, социально-реабилитационных и специализированных центров сопровождения «трудных» детей и подростков.

# **1. Теоретические аспекты изучения агрессивности у подростков**

**.1 Психические состояния как психологическая проблема**

Несмотря на то, что психическим состояниям посвящено достаточно много как теоретических (методологических), так и практических исследований, все же, существует достаточно много проблем, которые затрудняют изучение данного феномена, ибо «несмотря на большое число работ по данной проблеме, следует признать, что проблема состояний в психологии разработана еще недостаточно: отсутствует единое понимание и определение состояний человека, имеются разногласия по вопросу о сущности, функциях и методах диагностики, об особенности их влияния на деятельность» (Чирков В.И., 1983, с. 1) и, в связи с этим, «…несмотря на интенсивное изучение проблемы психических состояний, очень многое в ней остается неясно» (Немчин Т.А., 1983, с. 7).

Ряд исследователей отмечают, что «современная психология не выработала какую-нибудь определенную устоявшуюся точку зрения на эту проблему. Даже само понятие «психическое состояние» понимается неоднозначно» (Загайнов Р.М., 1972, с. 4). Таким образом, «…до сих пор не дано удовлетворительного определения понятия «состояние», хотя использование его широко распространено» (Ильин Е.П., 1978, с. 326) и, следовательно, на данный момент «…точное определение понятия «психическое состояние» дать весьма трудно» (Немчин Т.А., 1983, с. 12).

Как уже отмечалось, одной из объективных трудностей при изучении данного психологического феномена является тот факт, что «различные авторы дают разные определения понятия «психическое состояние»» (Немчин Т.А., 1983, с. 13).

Основываясь на анализе литературы, Г.В. Лозовая пришла к выводу, что на сегодняшний момент для определения психического состояния исследователями, можно обнаружить лишь одну, самую существенную его характеристику - психическое состояние не является ни психическими процессами, ни свойствами личности (Лозовая Г.В., 2000).

По мнению Г.В. Лозовой (2000) исследовательские подходы делятся на несколько категорий: «процессуальные», «личностные», «смешанные» и «средовые».

Согласно данной классификации исследовательских подходов, авторы первой группы дают определение понятия «психическое состояние», отталкиваясь от понятия «психический процесс». Сторонники процессуального подхода, С.Л. Рубинштейн (1946) и В.Н. Мясищев (1960), рассматривают психическое состояние как фон, на котором протекают психические процессы. По мнению В.М. Мясищева, психическое состояние выступает общим функциональным уровнем психической деятельности, на фоне которого развиваются психические процессы, и заключается в переживании человеком отражения общего фона психической деятельности.

Сторонники «личностного» подхода при определении понятия «психическое состояние», соответственно, отталкиваются от понятия «личность» и «свойства личности». Они отмечают, что состояния зависят и опосредуются не только и не столько внешними (объективными), сколько внутренними обстоятельствами, то есть свойствами личности (Пуни А.Ц., 1969, 1975), от которых и зависит, какова будет эта реакция. Подчеркивается, что психическое состояние - это «именно проявление личности, а не состояние какого-либо ее свойства или процесса» (Пуни А.Ц., 1975, с. 6).

Некоторые авторы не столь категоричны в своей позиции и пытаются совместить оба подхода. К сторонникам «смешанного» подхода можно отнести Н.Д. Левитова (1964) и К.К. Платонова (1984). Так, Н.Д. Левитов формулирует понятие «психического состояния» следующим образом: «…это - целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности» (1964, с. 18).

Сторонники последнего подхода при определении интересующего нас понятия делают акцент на моменте связи психического состояния и окружающей среды, зависимости первого от последней. Согласно определению Ю.Е. Сосновиковой (1968, 1978), психическое состояние - это относительно устойчивое проявление всех компонентов психики, имеющее определенную напряженность и выражающее степень уравновешивания человека со средой в данный период времени. Таким образом, то или иное психическое состояние возникает в связи с определенной ситуацией (то есть оно ситуативно), и выступает как реакция на ситуацию, как способ адаптации к ней.

Проведя анализ всех изложенных выше определений, Г.В. Лозовая пришла к выводу, что психическое состояние - это психическое явление, имеющее свою, ярко выраженную специфику относительно психических процессов и свойств личности, возникающее в результате действия на индивида комплекса факторов (объективных и субъективных) и оказывающее прямое влияние на процесс, результат и успешность осуществляемой индивидом деятельности (Лозовая Г.В., 2000).

Психическое состояние, как психический феномен, имеет ряд особенностей или специфических черт. Как отмечают некоторые исследователи, специфика состояния как психического явления заключается в том факте, что оно связано с отражением не объективной, а субъективной реальности (Чирков В.И., 1983). Следует отметить, что в состояниях отражается отношение не только к многочисленным элементам действительности, но и к собственной личности (Аболин А.М., 1975).

Г.В. Лозовая (2000) отмечает, что на данный момент среди исследователей нет единства также по вопросу о соотношении таких понятий, как состояние и отношение. Говоря о соотношении понятий «психическое состояние» и «отношение» следует отметить точку зрения некоторых исследователей, которые весьма обоснованно доказывают, что «системообразующей характеристикой компонентного состава любого психического состояния является отношениечеловека…» (Юрченко В.Н., 1983, с. 4), которое, в свою очередь, является детерминантой настроения (Ганзен В.А., 1984). Другие же исследователи полагают, что отношение - это фактор формирования психического состояния (Мясищев В.М., 1969; Немчин Т.А., 1983).

Второй особенностью состояния как психического феномена является то обстоятельство, что отражение субъективной реальности осуществляется не в виде образов, а в виде переживаний, не имеющих локализации ни в окружающем мире, ни в самом организме человека (Рубинштейн С.Л., 1940; Чирков В.И., 1983 и другие).

А.Ц. Пуни (1975) отмечает, что психические состояния всегда детерминированы; физиологической основой психических состояний является определенный функциональный уровень коры головного мозга, психические состояния проявляются как переживание и выражаются в поведении. Все состояния имеют определенную длительность, которая может колебаться в значительных пределах. Состояния также характеризуются мерой.

Следующая особенность состояний - наличие определенных временных характеристик. А.О. Прохоров пишет, что «состояние как психическое явление было представлено в психологии и преимущественно исследовалось в плоскости временной оси. Именно временной фактор был одним из ведущих дискриминантов, дифференцирующих категории психических явлений в психологии» (1998, с. 9).

В связи с этим многие исследователи подразделяют состояния на различные виды: продолжительные, относительно малопродолжительные, кратковременные (Сосновикова Ю.Е., 1975), мимолетные, длительные и хронические (Ильин Е.П., 1980), доминирующие и промежуточные (Марищук В.Л., 1974).

Отдельный вопрос - это проблема соотношения понятий «психическое состояние» и «настроение». С точки зрения некоторых исследователей - понятия настроения и состояния, по сути, синонимичны (Левитов Н.Д., 1964; Рубинштейн С.Л., 1940), с точки зрения других настроение является устойчивым компонентом (или показателем) психических состояний (Ганзен В.А., 1984; Куликов Л.В., 2000; Мясищев В.Н., 1996).

Следующий вопрос - это вопрос о роли психических состояний в жизнедеятельности индивида. Одной из главных функций состояния как психического феномена, наравне с регулятивной (Ганзен В.А., 1984), следует считать адаптивную функцию, которая «…заключается в установлении соответствия между актуализированными потребностями индивида и его возможностями и ресурсами с учетом конкретных условий существования, особенностей деятельности и поведения» (Куликов Л.В., 2000, с. 12). Т.А. Немчин (1983) полагает, что психическое состояние отражает уровень гомеостаза и адаптированности человека, и решающим фактором формирования психического состояния является не объективная сущность «опасности» или «трудности» ситуации, психология, а субъективная оценка ее человеком, или отношение (Мясищев В.М., 1969).

В изучении психических состояний, как на теоретическом, так и на практическом (в особенности) уровне существует несколько специфических «проблем», которые следует учитывать.

Одной из проблем при изучении состояний является их «двойственность», так как некоторые из них могут оказаться как ситуативным состоянием, так и чертой личности.

Другая проблема - это проблема классификациипсихических состояний. Самой известной является классификация состояний в соответствии с делением психики на сферы: эмоциональные, познавательные, мотивационные, волевые (Левитов Н.Д., 1964 и др.). Достаточно часто эмоциональные состояния выделяют в качестве отдельного класса состояний, что не вполне правомерно, так как такое выделение возможно лишь теоретически, так как эмоции и состояния неразрывно связаны (Куликов Л.В., 2000).

Ю.Е. Сосновикова (1972) отмечает, что классифицировать психические состояния можно по нескольким основаниям: 1) по принципу временной характеристики (кратковременные, длительные, затяжные и т.п.); 2) по доминированию компонентов (относительно простые, сложные, состояния, напряжение компонентов которого одинаково высокое или низкое); 3) по степени адекватности ситуации; 4) по причинам, вызвавшим данное состояние.

Также исследовательница предлагает другие принципы для классификации: 1) по возрастному принципу; 2) по характеризующей их ведущей деятельности; 3) по видам труда, в которых эти состояния возникают; 4) по принципу значимости; 5) по степени выраженности личностных свойств, а также по: 6) по степени напряженности; 7) по силе; 8) по причинам, их вызвавшим (Сосновикова Ю.Е., 1975).

Н.Д. Левитов (1964) указывает еще несколько подразделений для классификации психических состояний. Так, состояния могут быть: 1) личностными и ситуативными; 2) глубокими и поверхностными; 3) оказывающими положительное или отрицательное влияние на человека; 4) продолжительные и краткие; 5) более или менее осознанные.

В.А. Ганзен (1984) предложил достаточно сложную систему классификации психических состояний. Все психические состояния подразделяются на три больших группы: 1) волевые (праксические - положительные и отрицательные и мотивационные - органические и ориентировочные); 2) аффективные состояния (гуманитарные и эмоциональные, которые могут быть и положительными, и отрицательными); 3) состояния сознания (состояния внимания). Следует отметить, что данная классификация является наиболее полной.

Таким образом, единой классификации психических состояний на сегодняшний момент не существует, и каждый исследователь может выбрать ту классификацию, которая соответствует его практическим интересам.

Подобная ситуация сложилась и в вопросе об «уровнях» или иерархической структуре психического состояния. Самой общепринятой является концепция разделения психологической (состоящей из переживаний и чувств) и физиологической составляющей состояния (изменение ряда функций) (Ильин Е.П., 1978).

В.И. Чирков, изучая психофизиологические состояния, подразделил их на три группы их показателей: физиологические (которые, как утверждает автор, не могут служить однозначными индикаторами качества и интенсивности состояний), психофизиологические и психологические (Чирков В.И., 1983).

В.А. Ганзен (1981, 1984) выделил четыре структурных уровня: физиологический, психофизиологический, психологический и социально-психологический.

В.Н. Юрченко (1980) уточнила структуру психического состояния В.А. Ганзена. Данная структура состоит из следующих подстуктур: иерархической, координационной и объединяющей три группы характеристик: общих, особенных и индивидуальных. Иерархическая подструктура состоит из уровней: физиологического (нейрофизио-логические, морфологические, биохимические, физиологические изменения), психофизиологический (изменения в вегетатике, психомоторике, сенсорике), психологический (изменения настроений и отношений человека), социально - психологический (изменения в поведении и деятельности).

Таким образом, можно заметить, что на сегодняшний момент не существует единства и в этой проблеме. Различные исследователи, исходя из выдвинутых ими оснований, предлагают разное количество «уровней». Таким образом, и эта проблема оказывается в состоянии ожидания своего разрешения. Кроме того, следует отметить, что вычленение различных «уровней» состояния весьма условно и имеет лишь теоретическое значение.

Но, как отмечает Г.В. Лозовая (2000), одной из самых глобальных проблем, имеющей к тому, же серьезное практическое значение, является проблема диагностики психических состояний. С ней соглашается и Ю.Я. Киселев: «общепризнанной методики диагностики психического состояния не существует» (1983, с. 101).

Как отмечает крупный исследователь данной проблемы, далеко не все психические состояния (и прежде всего эмоциональные) могут быть диагностирован с помощью эксперимента (Левитов Н.Д., 1964). Наблюдение же, как способ диагностики состояний, хоть и широко применяется, но все же во многом зависит от уровня «субъективизма» исследователя.

Долгое время психические состояния в основном изучались по вегетативным реакциям(Ольнянская Р.П., 1950; Смирнов К.М., 1953; Пуни А.Ц., 1950 и другие). В качестве показателей вегетативной реакции использовались: частота сердечных сокращений (ЧСС), максимальное кровяное давление, тремор, и т.д., которые уже давно были признаны явно недостаточными и которые «…уже не могут оцениваться как принципы» (Исаков П.К., 1974, с. 3).

В последнее время все чаще используется метод субъективной оценки состояния, которому доверяет достаточно большое количество исследователей (Вяткин Б.А., Мерлин В.С., 1975; Ильин Е.П., 1978, 1980; Некрасова Ю.Б., 1994; Чирков В.И., 1982 и другие). Подобное «доверие» основывается на утверждении, что «каждое психическое состояние есть, прежде всего, переживание, и очень важно знать, как человек сам понимает свое переживание и какое у него к нему отношение» (Левитов Н.Д., 1964, с. 35) и поэтому «…субъективным ощущениям и переживаниям вполне можно доверять, так как в большинстве случаев обнаружилось совпадение различных субъективных переживаний с различными психофизиологическими сдвигами» (Ильин Е.П., 1978, с. 329). Мы полагаем, что эта точка зрения является достаточно научно обоснованной и в ходе практических исследований не следует пренебрегать подобным методом.

Особый вопрос, которого следует коснуться - это вопрос о психических состояний индивида, возникающих в процессе деятельности, так как «среди факторов, которые определяют эффективность трудовой деятельности человека, важную роль играют состояния человека, возникающие в деятельности и сопровождающие весь процесс ее выполнения» (Чирков В.И., 1983, с. 1). В.Н. Юрченко предлагает системный подход к исследованию психического состояния, «…центральной, системообразующей характеристикой которого является отношение человека к выполняемой деятельности, имеющее как объективные (качество и производительность труда, трудовая инициатива, уровень дисциплины и т.д.), так и субъективный (удовлетворенность выполняемой деятельностью) показатели» (1980, с. 6).

Исследователями отмечена тесная связь состояний субъекта и уровня его адаптированности в деятельности, так как «высокий уровень адаптации человека как субъекта деятельности достигается при оптимальных перестройках деятельности, специфика которых зависит от его психического состояния, обеспечивающего поддержание эффективности этой деятельности в условиях дезадаптирующих влияний» (Николаев А.Н., 1984, с. 4).

Таким образом, психические состояния - это весьма привлекательная (как в теоретическом, так и в практическом плане) для исследователей область психологической науки, актуальность изучения которой уже давно обоснована ведущими специалистами в данной области (Ганзен В.А., 1981, 1984; Ильин Е.П., 1978; Левитов Н.Д., 1964; Сосновикова Ю.Е., 1968, 1972, 1975). Тем не менее, несмотря на большой исследовательский интерес, существует множество вопросов, которые еще ждут своего решения

**1.2 Определение, содержание понятия «агрессии», виды агрессивного поведения**

психический подросток агрессивность

Анализ подходов и исследований отечественных и зарубежных ученых по проблеме агрессивности и агрессивного поведения свидетельствует о многообразии понимания этого сложного психологического феномена. При этом одни исследователи смешивают понятия агрессии и агрессивности (т.е. форму поведения и свойство личности), другие предлагают слишком узкие определения, не охватывающие все виды и формы проявления агрессивного поведения (агрессию прямую и косвенную, физическую и вербальную, активную и пассивную, враждебную и инструментальную, рациональную и аффективную, непосредственную и смещенную, конструктивную и деструктивную, проактивную и реактивную, социализированную и асоциальную и т.д.). Большинство современных определений агрессии совмещает в себе три разные точки зрения: позицию внешнего наблюдателя, позицию субъекта агрессии, т.е. самого агрессора, и позицию объекта агрессии, т.е. жертвы, пострадавшей от агрессии, при этом практически все современные ученые далеки от исходного, «родного» значения и склонны рассматривать агрессию как явление непременно негативное (Бреслав Г.Э., 2006, с. 41).

В зарубежной психологии (Басс А., 2002; Бреслав Г.Э., 2006; Бэрон Р., 2009; Паренс Г.А., 2007; Ричардсон Д., 2009; Фромм Э., 2004 и др.) прослеживается тенденция к стремлению большинства ученых трактовать агрессию как любую форму поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Агрессию предполагают рассматривать:

· преимущественно как модель поведения, а не как эмоции, мотива или установки;

· как действие, посредством который агрессор намеренно причиняет ущерб своей жертве;

· в качестве результата агрессивных действий негативных последствий: выставление кого-либо в невыгодном свете, очернение или публичное осмеяние, лишение чего-то необходимого, отказ в любви и нежности могут при определенных обстоятельствах быть названы агрессивными, при этом нанесение телесных повреждений не является обязательным условием;

· в качестве агрессивных только тех действий, которые причиняют вред или ущерб живым существам, в отличие от более широких определений, при которых под агрессией понимаются действия, причиняющие ущерб не только человеку или животному, но и вообще любому неживому объекту;

· только в тех случаях, когда реципиент или жертва стремятся избежать подобного обращения (Паренс Г.А., 2007, с. 87).

В отечественной науке достаточно четко прослеживается тенденция к выделению понятий «агрессия» и «агрессивность» и их четкому разграничению (Бреслав Г.Э., 2006; Дмитриева Т., 2002; Можгинский Ю.Б., 1999; Реан А.А., 1996; Фурманов А.И., 1996 и др.). Определяя агрессию как индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического вреда или ущерба либо на уничтожение другого человека или группы людей, современные исследователи рассматривают агрессивность с разных позиций (Бэрон Р., 2009, с. 41).

Т.Г. Румянцева (1991) рассматривает агрессивность как форму социального поведения, так как агрессивное поведение человека осуществляется в контексте социального взаимодействия.

Л.М. Семенюк (2008) говоря об агрессивности в личностных характеристиках подростка, определяет ее как форму протеста против непонимания взрослых, как результат неудовлетворенности своим положением в обществе, что проявляется и в соответствующем поведении.

А.А. Реан понимает под агрессивностью такое свойство личности, которое выражается в готовности к агрессии. Основными критериями, позволяющими отнести агрессивность к свойствам личности, являются: выражение данным свойством некоторого отношения к определенным сторонам действительности; формирование в процессе социализации и образования постоянного комплекса социальных связей; относительная изменчивость под воздействием социальных условий; относительная устойчивость, постоянство, одинаковость при повторных проявлениях (Реан А.А., 1996, с. 5).

Однако наиболее полным и точным является определение агрессивности, данное Л.М. Семенюком, считающим, что агрессивность − это относительно устойчивая личностная черта, проявляющаяся в готовности субъекта к агрессивному поведению, то есть к последовательности действий, направленных на нанесение физического или психологического ущерба, вплоть до уничтожения объекта, другого человека или группы людей. С другой стороны, агрессия может быть определена как «мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.)» (Семенюк Л.М., 2008, с. 34).

Между тем существует мнение о неравнозначности сущностных характеристик агрессии и агрессивного поведения, причем агрессия в таком случае может считаться чем-то вроде поведенческой модели, выражающейся в собственно агрессивном поведении. В этом случае само поведение не может быть оценено с точки зрения своей деструктивности, либо конструктивности, поскольку его мотивационный компонент относится к модели поведения, а именно к агрессии.

Психологический словарь под редакцией В.П. Зинченко (1999) и Б.Г. Мещерякова (1999) агрессивное поведение определяет как одну из форм реагирования на различные неблагоприятные в физическом и психическом отношении жизненные ситуации, вызывающие стресс, фрустрацию и т.п. состояния.

Опираясь на все вышесказанное, можно утверждать, что в структуре агрессивности агрессия относится к ее поведенческому компоненту.

Согласно одной из классификаций агрессию можно разделить на:

· физическую − использование физической силы против другого лица или объекта − и вербальную - выражение негативных чувств через вербальные реакции, через их форму (ссора, крик) и / или содержание (угроза, проклятья, ругань);

· прямую - непосредственно направленную против какого-либо объекта или субъекта − и косвенную, выражающуюся в действиях, которые окольным путем направлены на другое лицо (злобные сплетни, шутки и т.д.), а также действиях, характеризующихся не направленностью и неупорядоченностью (взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топаний ногами, битье кулаками по столу и пр.);

· инструментальную − агрессию, являющуюся средством достижения какой-либо цели − и враждебную − агрессию, выраженную в действиях, целью которых является причинение вреда объекту агрессии (Алфимова М.Б., 2000, с. 114).

Агрессия проявляется вовне в виде некоего поведенческого акта, а в протекании подобных актов, как хорошо знают психологи, значительную, а порой и определяющую роль играют именно модели поведения. Не унаследованные от животных предков задатки, не некая абстрактная субстанция - нет, мы сталкиваемся именно с актом поведения. И этот модус агрессии открывает возможность повлиять на нее, снизить ее уровень, смягчить формы ее проявления, вообще свести ее на нет, используя разнообразные культурные модели поведения. Также, агрессия как некое предзаданное начало с развитием цивилизации обретает новые пути, облегчающие возможность ее проявления (Бэрон Р., 2009). Но эта, же цивилизация, перекрытая мощным пластом культуры, открывает возможности направить агрессивные импульсы в русло творчества или состязания.

Агрессивные действия выступают в качестве средства достижения какой-либо значимой цели (инструментальная агрессия); как способ психической разрядки, замещения, удовлетворения блокированной потребности и переключения деятельности; как способ удовлетворения потребности в самореализации и самоутверждении. Агрессивность, как всякая личностная черта, свойство, имеет различную степень выраженности: от почти полного отсутствия до предельного развития. Каждая личность обладает определенной степенью агрессивности (Бэрон Р., 2009).

Агрессивное поведение - это не врожденная биологическая реакция, а одна из форм поведения, обусловленная социальными связями и отношениями. Агрессивное поведение человека зависит от их личностных качеств, формирующих эмоциональную и поведенческую реакцию на конфликтную ситуацию, в которой, помимо враждебно агрессивной, насильственной стороны, существует план ненасильственных (ассертивных) действий.

С позиций комплексного подхода в психологии агрессивная активность может быть классифицирована на: физическую - вербальную - экспрессивную; активную - пассивную; прямую - косвенную - символическую; гетероагрессию - аутоагрессию; реактивную - спонтанную - компенсаторную; инструментальную - целевую - привычную (Бэрон Р., 2009).

Важным вариантом дихотомического представления агрессии является выделение агрессии враждебной и инструментальной.

**1.3 Особенности агрессивного поведения подростков**

В настоящее время детская и подростковая агрессия и родственные ей формы поведения являются важнейшими проблемами исследования, хотя тема агрессии общезначима и актуальна уже на протяжении многих десятилетий. В течение последнего столетия было проведено множество теоретических и практических исследований, в которых с самых разных точек зрения изучалось рано проявляющееся агрессивное поведение у детей и подростков.

Различные методологические и концептуальные подходы к объяснению детской и подростковой агрессивности не позволяют однозначно трактовать предпосылки возникновения этого феномена. Агрессивность в подростковом возрасте - явление неоднородное, в котором за внешне схожей картиной проявлений могут лежать различные причины: биологические (наследственность); психологические (нарушения в мотивационной, эмоционально-волевой, нравственной, деятельностной сферах); социально-педагогические (дезинтеграция семьи, нарушение психических связей в системе детско-родительских отношений, особенности стиля воспитания. (Смирнова Е.О., 2002).

Теоретический анализ работ по проблеме детской и подростковой агрессивности показал, что в зарубежной литературе тема агрессии и агрессивности обсуждается очень широко: создано большое число теоретических концепций, проводятся многочисленные экспериментальные исследования, направленные на выявление причин и факторов, способствующих развитию агрессивного поведения у детей и подростков. В частности, изучаются: связи между отношением родителей к агрессивным действиям своих детей и агрессивным поведением со стороны детей; взаимосвязь легитимного насилия и девиантного агрессивного поведения; взаимосвязь агрессивного поведения детей и подростков с уровнем интеллекта; половые различия в качестве и количестве агрессии у детей и подростков и т.д. (Семенюк Л.М., 2008).

Многообразие западных концепций можно условно разделить на две группы. Первая группа включает в себя теории, в которых агрессивность трактуется как врожденное, инстинктивное свойство индивида. Вторую группу составляют концепции, рассматривающие агрессивность как приобретаемую характеристику поведения. В отечественной науке первые работы по проблеме агрессивности проводились в 1920-1930-е годы, и большинство исследователей того периода подчеркивали роль неблагоприятных социальных условий в формировании агрессивности у детей и подростков, к которым относились беспризорность, последствия гражданской войны, разруха. Затем в 1930-е годы. При изучении детской агрессивности основной акцент исследователи делали на взаимоотношениях в семье и недостатках в обучении - на отсутствии индивидуального подхода к детям (Титаева Т.М., 2002).

В дальнейшем исследование проблемы детской и подростковой агрессивности в отечественной психологии велось по следующим направлениям:

· изучение связи развития агрессивности со структурой самосознания ребенка;

· изучение особенностей общения педагога детского сада с дошкольниками и детей в детском коллективе, способствующих развитию агрессивного поведения;

· изучение проявления агрессивности у детей в контексте проблемы психических нарушений и т.д. (Можгинский Ю.Б., 1999, с. 55).

В последние десятилетие в исследовании детской и подростковой агрессии наибольшее внимание уделялось: изучению биологических причин агрессивности; роли семьи и семейных отношений в формировании агрессивного поведения; поиску путей коррекции психических отклонений, трудностей в поведении, в том числе и агрессивного поведения; специфике агрессивного поведения учащихся различных половозрастных групп; изучению психологических особенностей подростков-нарушителей; влиянию СМИ на развитие агрессивного поведения у детей и подростков, а также изучению взаимосвязи легитимизации насилия и склонности к агрессивным формам поведения (Цветкова А.Л, 2006, с. 58).

Проблема агрессивности в подростковом возрасте приобретает особенную актуальность. Пубертатный период, характеризующийся половым созреванием, изменением социальной ситуации развития, а также серьезными интрапсихическими преобразованиями подготавливает благоприятную почву для различных форм проявления агрессии и даже жестокости. Г.Э. Бреслав в качестве основных психологических особенностей, провоцирующих агрессивное поведение детей и подростков, выделяет среди прочего недостаточный уровень развития коммуникативных навыков и нарушения в отношениях со сверстниками. По мнению Г.Э. Бреслава (2006), в это время в душе будущих юношей и девушек сталкиваются два соперничающих друг с другом влечения: потребность в близости и принадлежности другому и стремление сохранить и утвердить собственную идентичность. Ощущение одиночества, утрата целостности мира, несоответствие своего реального «Я» идеалам (часто ложным), а также стремление оборвать свою зависимость от родителей, потребность в самостоятельном принятии жизненно важных решений приводит к необходимости проявления агрессии. Эта агрессия далеко не всегда является деструктивной. Г.Э. Бреслав (2006), как и ряд других авторов (Э. Фром, 2004; А.А. Реан, 1996;), считает, что у детей, как и у взрослых, существует две формы проявления агрессии: недеструктивная агрессивность и враждебная деструктивность. Первая, являясь необходимым механизмом адаптации, побуждает ребенка к конкуренции в окружающем мире, защите своих прав и интересов, и служит для развития познания и способности положиться на себя. Вторая, неадаптивная по своей природе, деструктивна и характеризуется стремлением к причинению вреда ради получения удовольствия (Бреслав Г.Э., 2006, с. 91).

Агрессия подростка выражается как: самоцель, удовлетворяющая потребность в самореализации и самоутверждении (в этом случае можно говорить об агрессивной личности); в качестве средства достижения другой значимой цели; способ психологической разрядки; форма защитного приспособительного поведения (Бреслав Г.Э., 2006, с. 85).

Признаки проявления агрессивности у подростков:

· они ожидают от окружающих враждебности,

· они недооценивают собственную враждебность,

· в своих проблемах они винят окружающих и обстоятельства,

· они редко выражают свои чувства словами, предпочитая действие,

· часто не думают о последствиях своих поступков,

· завышают интенсивность своих эмоций: гнев вместо грусти или раздражения,

· они невосприимчивы к чувствам окружающих, у них низкий уровень эмпатии (умение принимать чувства других людей),

· их не волнует страдание, ответная агрессия, возможность быть отвергнутыми сверстниками,

· ценят превосходство и месть превыше дружбы,

· они менее склонны к компромиссам, чем другие дети,

· полагают, что их агрессивные действия дают ощутимые результаты, уменьшая агрессивность окружающих,

· не задумываются (скорее просто не знают) о собственной значимости, у них ограниченный выбор реакций на проблемную ситуацию (Лебединская К.С., 1988, с. 79).

Анализ работ отечественных исследователей, занятых практическими аспектами проблемы детской агрессивности, показывает, что усилия современных ученых направлены преимущественно на детальное изучение одного из аспектов проблемы, тогда как другие составляющие остаются недостаточно разработанными. Т.П. Смирнова (2002), Г.Э. Бреслав (2006) делают акцент на психологической коррекции агрессивного поведения, выделяя лишь диагностические критерии. С.Л. Колосова (1988) рассматривает особенности, истоки и генезис детской и подростковой агрессивности. Н.М. Платонова (1988), М.Б. Алфимова (2000), анализируя возможности использования различных форм и методов диагностической, коррекционной, профилактической работы с агрессивными детьми и подростками, ориентируется в большей степени на подростковый возраст.

Таким образом, из вышеприведенного теоретического обзора мы видим, что, в основном, предметом изучения детской и подростковой агрессивности оказывается ее внешняя поведенческая сторона - агрессивные реакции и показатели, влияющие на ее возникновение.

Следует различать агрессию и агрессивность. Агрессия есть совокупность определенных действий, причиняющих ущерб другому объекту; а агрессивность обеспечивает готовность личности, на которую направлена агрессия, воспринимать и интерпретировать поведение другого соответствующим образом.

Существующие на сегодняшний день теории агрессии по-разному объясняют причины и механизмы агрессивного поведения человека. экспериментально наиболее подтверждены фрустрационная теория агрессии и теория социального научения.

Агрессивность личности может быть способом защиты её самоотношения на уровне ее социальной активности.

Агрессивное поведение подростков определяется влиянием семьи, сверстников, а также средств массовой информации.

**1.4 Особенности психических состояний у подростков**

О переходном периоде обычно говорят как о периоде повышенной эмоциональности, что проявляется в легкой возбудимости, страстности, частой смене настроений и т.п. Однако в этом случае необходимо различать общую эмоциональную реактивность и различные специфические аффекты и влечения. Некоторые особенности психических реакций переходного периода коренятся в гормональных и физиологических процессах. Физиологи объясняют подростковую психическую неуравновешенность и характерные для нее резкие смены настроения, переходы от экзальтации к депрессии и от депрессии к экзальтации с нарастанием в пубертатном возрасте общего возбуждения и ослаблением всех видов условного торможения.

Однако эмоциональные реакции и поведение подростков, не говоря уже о юношах, не могут быть объяснены лишь сдвигами гормонального порядка. Они зависят также от социальных факторов и условий воспитания, причем индивидуально-типологические различия, сплошь и рядом превалируют над возрастными. Одно из первых мест занимает эмоционально-психологическая атмосфера в семье. Чем более она неспокойна, напряжена, тем с большей яркостью будет проявляться эмоциональная неустойчивость у подростка (Лебединская К.С., 1988).

Тем большими по амплитуде будут перепады настроения, нервные срывы, тем большая вероятность развития сначала акцентуаций характера и личности, а затем психопатий. Психологические трудности взросления, противоречивость уровня притязаний и образа «Я» нередко приводят к тому, что эмоциональная напряженность, типичная для подростка, захватывает и годы юности.

Эмоциональные проблемы подросткового возраста имеют разные истоки. Подростковый синдром дисморфомании - озабоченности своим телом и внешностью, страха или бреда физического недостатка. Резкое увеличение в переходном возрасте количества личностных расстройств обусловлено главным образом тем, что у детей таких расстройств не бывает вовсе из-за неразвитости их самосознания. Болезненные симптомы и тревоги, появляющиеся у подростков, - часто не столько реакция на специфические трудности самого возраста, сколько проявление отсроченного эффекта более ранних психических травм (Крайг Г., 2008).

Рост тревожности в подростковом возрасте может являться следствием определенных внутриличностных конфликтов и неадекватного развития самооценки, а также конфликтов подростков как со сверстниками, общение с которыми имеет особую значимость, так и с взрослыми (родителями, педагогами), с которыми подросток активно борется за автономию. В этом возрасте еще активно продолжается процесс обучения способам преодоления жизненных трудностей и негативных психических состояний, особая роль в успешности которого принадлежит эмоционально поддерживающим взаимоотношениям со стороны референтной группы. Успешное овладение этими способами может предотвратить закрепление тревожности как устойчивого личностного образования (Дубинко Н.А., 2007).

Фрустрационная теория упускает из виду, что на самом деле важнейшую роль для каждого конкретного человека играет психологическая значимость фрустрации. Завися от общей обстановки и особенностей индивида, его жизненного (адаптивного) опыта сила фрустрации может быть различной. Следовательно, именно психологическая значимость в этом случае определяет будут ли реакции человека агрессивными или нет. В связи с этим Э. Фромм (2004) указывал, что определяющим фактором для прогнозирования последствий фрустрации и их интенсивности является характер индивида. От его своеобразия зависит, во-первых, что вызывает в человеке фрустрацию и, во-вторых, насколько интенсивно и каким способом он будет реагировать на фрустрацию.

Типичными чертами подростков является также раздражительность и возбудимость. Физиологи объясняют это бурным половым созреванием, наступающим в этот период жизни. Отличительной особенностью физиологических проявлений подростков является то, что они могут эмоционально реагировать на слабые стимулы и не откликаться на сильные. Наконец, может быть такое состояние нервной системы, когда раздражительность вообще вызывает неожиданную, неадекватную реакцию.

В этот период жизни у девочек могут наблюдаться перепады настроения, повышенная слезливость, обидчивость. У мальчиков отмечается двигательная расторможенность, они чрезмерно подвижны, и даже тогда, когда сидят, их руки, ноги, туловище, голова ни на минуту не находятся в состоянии покоя (Крайг Г., 2008).

Изменения во внешнем облике потенциально являются для девушек более болезненными, чем для юношей, так как внешность является для них более значимой. Поэтому у девушек Я-концепция сильнее коррелирует с оценкой привлекательности своего тела, чем с оценкой его эффективности. Уверенность в собственной физической привлекательности также взаимосвязана с успешностью в межличностном общении и проявляется в самопрезентациях внешности. Правильно сформированное представление о себе, соответствие физического развития стандартам, принятым в группе ровесников и друзей эмоционально переживается девушками сильнее и чаще влияет на обобщенное самоотношение, а также является определяющим фактором в социальном признании и положении в группе, успешной половой идентификации (Райс Ф., 2010).

Психическое развитие в подростковом возрасте напрямую связано с изменением отношений подростка со сверстниками и родителями. В то время как общение со сверстниками приобретает для него характер острой потребности, в отношениях с родителями наблюдается стремление к обособлению, эмансипации. Особенно значимыми в этот период становятся дружеские отношения, предполагающие стремление к полному пониманию и принятию другого. Хотя способность понимания эмоций другого человека в этом возрасте находится на начальном этапе своего развития, отмечается постепенное увеличение с возрастом способностей к сочувствию и содействию, являющихся компонентами общей способности к эмпатии. Согласно И.М. Юсупову (2002), эмпатия - это целостный психологический феномен, связующий между собой сознательную и подсознательную инстанции психики, цель которого - «проникновение» во внутренний мир другого человека или антропоморфизированного объекта. Данные зарубежных исследователей говорят о выраженных связях между эмпатийностью и нравственным поведением. Именно способность к эмпатии, способствуя снижению общей, повышенной в подростковом возрасте тревожности и агрессивности, является основой для дружеских отношений. Высокоэмпатийные дети свои неудачи в межличностном взаимодействии склонны объяснять внутренними причинами, с другой стороны, дети с низкими показателями эмпатии дают им экстернальную оценку. Кроме того, экспериментально было выявлено, что установка на сочувственное отношение к другому способствует появлению чувства вины за наблюдаемое неблагополучие объекта, что может снизить вероятность проявления агрессии (Дмитриева Т., 2002).

У большинства людей переход из подросткового возраста в юношеский сопровождается улучшением коммуникативности и общего психического самочувствия. Эмоционально неуравновешенные, с признаками возможной психопатологии, подростки и юноши составляют статистически меньшинство в своей возрастной группе, не превышающее 10-20 процентов от общего числа, т.е. почти столько же, сколько и у взрослых (Румянцева Т.Г., 1992).

Обсуждение и анализ данных позволили определить различие в психологических особенностях личности детей с различным уровнем агрессивности. На основании проведенного корреляционного анализа была составлена типология агрессивных детей и установлены значимые независимые переменные, определяющие возникновение агрессивности в поведении.

Тип агрессивного подростка (мальчика) отличается относительным единообразием мотивационной сферы, в которой прослеживаются две тенденции: к поддержанию психического равновесия и социальному благополучию (доминирование мотивов комфорта и достижение социального статуса). Это свидетельствует о стремлении к благоприятным условиям жизни, учебы и отдыха, завоеванию влияния на окружающих, но вместе с тем, и об отсутствии мотивационных тенденций, связанных с самоактуализацией и стремлением к развитию личности. В рамках общей типологии агрессивного подростка можно выделить три группы детей (Семенюк Л.М., 2008, с. 74).

. Мальчики с невротическими тенденциями. Общей характеристикой таких детей является высокая тревожность, возбудимость в сочетании с быстрой истощаемостью, повышенная чувствительность к раздражителям, которая вызывает неадекватные аффективные вспышки, проявляющиеся в реакциях возбуждения, раздражения и гнева, направленных против кого-либо из ближайшего окружения.

. Мальчики с психотическими тенденциями. Отличительной особенностью этих детей являются психическая неадекватность личности. Они характеризуются аутичностью, обособленностью, отгороженностью от событий окружающего мира. Все их поступки, чувства, переживания в большей степени подчинены внутренним, эндогенным законам, чем влияниям со стороны окружающих. Вследствие этого их мысли, чувства и поступки часто возникают немотивированно и кажутся, поэтому странными и пародоксальными.

. Мальчики с депрессивными тенденциями. Отличительной особенностью таких подростков является тоскливое настроение, угнетенное состояние, подавленность, сниженная психическая и двигательная активность, склонность к соматическим нарушениям. Для них свойственна более слабая адаптация к ситуационым событиям, всевозможным психотравмирующим переживаниям. Любая сколько-нибудь напряженная деятельность для них трудна, неприятна, протекает с чувством чрезмерного психического дискомфорта, быстро утомляет, вызывает ощущение полного бессилия и истощения. По данным В. Десятникова (2004), подростки с депрессивными нарушениями отличаются непослушанием, леностью, неуспеваемостью, драчливостью, часто убегают из дома.

В общении агрессивные мальчики отдают предпочтение прямолинейно-агрессивному стилю межличностных отношений, характеризующемуся прямолинейностью, настойчивостью, несдержанностью, вспыльчивостью, недружелюбием в отношении окружающих. Тип стиля межличностных отношений зависит от направленности и преобладающего вида агрессивных реакций детей.

Тип агрессивного подростка (девочки) отличается наличием мотивационных тенденций к поддержанию жизнеобеспечения, комфорта, общения. Это свидетельствует о преобладании в их мотивационной сфере мотивов поддержания над развивающими мотивами. Такую мотивационную структуру можно определить как потребительскую (регрессивный профиль), выполняющую, главным образом, обеспечивающую, а не развивающую личность функцию. Агрессивность в основном характерна для двух категорий детей.

. Девочек с психотическими тенденциями. Общим для них является повышенная напряженность и возбудимость, чрезмерная забота о собственном престиже, болезненная реакция на критику и замечание, эгоистичность, самодовольство и чрезмерное самомнение.

. Девочки экстровертированного типа. Особенностью этих девочек является активность, честолюбие, стремление к общественному признанию, лидерству. Их отличает потребность в общении с людьми, стремление к праздности и развлечениям, тяга к острым, возбуждающим впечатлениям. Они часто рискуют, действуют импульсивно и необдуманно, легкомысленно и беззаботно из-за низкого самоконтроля влечений. Поскольку контроль над желаниями и поступками ослаблен, они часто бывают, агрессивны и вспыльчивы. Вместе с тем эти девочки обладают неплохой способностью к волевой регуляции эмоций: даже при встрече со значительными трудностями они могут проявить выдержку и самообладание, умеют «настроиться и собраться», когда это необходимо (Семенюк Л.М., 2008).

Таким образом, указанные половые и личностные особенности в психических проявлениях агрессивных подростков должны быть учтены в разработки развивающих и психокоррекционных программ.

**1.5 Особенности влияния психических состояний на агрессивность**

В последнее время наблюдается интерес исследователей к проблеме психических состояний человека.

Ряд крупных ученых считают, что в области психических состояний еще множество нерешенных проблем (Е.П. Ильин, 2005; Л.В. Куликов, 2000; А.О. Прохоров, 1994 и др.).

Л.В. Куликов (2000) отмечает, что диагностика психических состояний, прогноз их развития и регуляции затруднены именно из-за недостаточной их изученности.

На сегодняшний день существуют проблемы, связанные с отсутствием бесспорного подхода к определению понятия психического состояния, особенностей его структуры и, что особенно актуально, его видов.

Е.П. Ильин отмечает, что в широком понимании состояние - это «реакция функциональных систем на внешние и внутренние воздействия, направленная на получение полезного для организма результата» (2005, с. 17).

Обращаясь к понятию психического состояния, целесообразно обратиться к Л.В. Куликову (2000), который психическое состояние понимает как внутреннюю характеристику психики, составляющую психических процессов, относительно устойчивую во времени. Это не отвергает приведенного выше определения, а продолжает его. Психическое состояние можно определить как реакцию психики на внешние и внутренние воздействия, проявляющуюся как переживание человека.

Е.П. Ильин (2005) предлагает достаточно убедительный список компонентов структуры состояний человека (уровни реагирования):

физиологический (соматический, вегетативный, психомоторный),

психический (переживания, психические процессы),

поведенческий (деятельность, общение, поведение).

Наиболее сложным, но необходимым является классификация видов психических состояний. Ильин отмечает, что «дать удовлетворительную классификацию состояний очень трудно, если вообще возможно» (Ильин Е.П., 2005, с. 38). Достаточно сказать, что на сегодняшний день даже не определен их состав.

Попыток классификации психических состояний предпринималось много, однако до сих пор не выбран единый критерий для этого. Как справедливо отмечает Е.П. Ильин (2005), пока нет «единого стержня», с помощью которого можно было бы создать список различных состояний. Вместе с тем сам автор (2005) предлагает разделять психические состояния следующим образом:

мотивационно-волевые (мотивационные - увлеченность, лень, апатия, растерянность и волевые - мобилизационной готовности, сосредоточенности, рассеянности, решимости, сдержанности);

эмоциональные, связанные (прогноз и связанные с ним состояния, ожидание, тревога, страх);

эмоциональные, связанные с достижением цели (удовлетворение, воодушевление и эйфория, гордость, фрустрационные состояния);

коммуникативные (веселье, смущение, стыд, презрение, влюбленность, ревность) и когнитивные (удивление, интерес).

Такая классификация представляется как вполне удачная. Однако применить ее относительно трудно. Дело в том, что каждое из психических состояний обладая ярко выраженной спецификой, проявляется лишь в специфических условиях, то есть редко.

На первый взгляд кажется, что самочувствие человека - это чисто физиологическое состояние. Однако это не так. В самочувствии отражена интегральная оценка (психологическое явление) физического состояния. Самочувствие - психическое состояние, вызванное общим ощущением физического благосостояния (Куликов Л.В., 2000; Сеченов М.И., 1947).

Состояние активности характеризует высокий уровень психической функциональной мобилизации (Мясищев В.Н., 1996). Высокий уровень состояния активности по утверждению Л.В. Куликова проявляется в ясности сознания, скорости реакций, энергичном поведении, стремлении находить решения и изменять любую ситуацию в благоприятную сторону, в преодолении трудностей (2000).

Настроение Н.Д. Левитов (1964) называл общим эмоциональным состоянием. Л.В. Куликов его характеризует так: настроение является устойчивым психическим состоянием умеренной или слабой интенсивности, проявляющееся как эмоциональный фон психической жизни человека (2000).

Состояние напряжения является состоянием оценки и переживания собственной мобилизации физических и умственных сил. Оно свойственно человеку в период достаточно выраженного какого-либо другого состояния (например, состояния активности). Высокий уровень выраженности напряжения называют напряженностью.

Тревожность (как состояние тревоги, реактивная по Ч.Д. Спилбергеру, 1983), по мнению Е.П. Ильина, представляет собой состояние острого бессодержательного (беспредметного) беспокойства (2005).

Психическое возбуждение А.Н. Николаевым понимается как состояние, которое количественно характеризует степень переживания «много - мало» (2005). По мнению автора, другие состояния лишь качественно характеризуют уровень психического возбуждения. Если это так, то психическое возбуждение является интегрирующим состоянием. Ю.Я. Киселев (1983) так и отмечает: психическое возбуждение - это наиболее универсальный механизм адаптации человека к трудным условиям. Некоторые авторы отождествляют два понятия - психическое возбуждение и напряжение, что ошибочно изначально. Если напряжение - это состояние переживания самомобилизации собственных сил, то психическое возбуждение - это степень волнения.

Однако точный ответ на вопрос в отношении состояний (виды или компоненты) может дать эмпирическое исследование. Характер взаимосвязей самочувствия, активности, настроения, напряженности, тревожности, уверенности и психического возбуждения покажет их особенности, которые, в свою очередь, покажут их самобытность и то, насколько они феноменостичны.

Расстройства настроения имеют важное значение в процессе формирования агрессивного поведения. Эмоциональные симптомы отражают состояние психики, являются своего рода проекцией, «видимой частью айсберга», внешним выражением глубинных психических процессов, в том числе процессов зарождения и развития агрессивности. Параметры эмоций на протяжении онтогенетического, по мнению Г.А. Паренса (2007) развития свидетельствуют о той или иной степени выраженности расстройств психики, причем как «видимой», так и «невидимой» ее части. Они свидетельствуют о степени свободы воли в агрессивном поступке.

Формирование и развитие агрессивности тесно связаны с динамикой аффективных симптомов. Наблюдая аффективную патологию, мы можем прогнозировать развитие агрессивных тенденций. Симптомы депрессии могут появляться задолго до манифестирования признаков патологической жестокости. Различные типы эмоций сопровождают этапы зарождения, последующего развития и кульминации агрессии. Это своего рода сигналы, говорящие о глубине поражения, направленности патологической агрессии и перспективе ее воплощения в криминальном акте.

Не менее актуально рассматривать агрессию не только как поведение, но и как психическое состояние, выделяя познавательный, эмоциональный и волевой компоненты. Познавательный компонент заключается в понимании ситуации как угрожающей, в видении объекта для нападения. Некоторые психологи, например, Р. Лазарус (1970), считают основным возбудителем агрессии угрозу, полагая, что угроза вызывает стресс, а агрессия уже является реакцией на стресс. Но далеко не всякая угроза вызывает агрессию, и не всегда агрессивное состояние провоцируется угрозой.  
 Важен и эмоциональный компонент агрессивного состояния - здесь, прежде всего, выделяется гнев: часто при подготовке и в процессе осуществления агрессии человек испытывает сильную эмоцию гнева, ярости. Но не всегда агрессия сопровождается гневом и не всякий гнев приводит к агрессии. Эмоциональные переживания недоброжелательности, злости, мстительности также часто сопровождают агрессивные действия, но они далеко не всегда приводят к агрессии. Волевой компонент агрессивного действия четко выражен: присутствует целеустремленность, настойчивость, решимость, инициативность, смелость.

Задача диагностики психических состояний так же не является окончательно решенной (Киселев Ю.Я., 1983; Лозовая Г.В., 2000).

В психологии большое распространение получил метод Диагностики агрессивного поведения Басса - Дарки (Карелин А., 2007).

## **2. Эмпирическое исследование психического состояния у подростков с различным уровнем агрессивности**

**.1 Организация и методики исследования**

Исследование психического состояния у подростков с различным уровнем агрессивности было проведено в Муниципальном бюджетном образовательном учреждении «Пыталовская средняя общеобразовательная школа имени А.А. Никонова» Пыталовского района Псковской области. Выборку составили 30 подростков 12-14 лет: из группы риска (ГР) - 16 подростков, из которых 10 мальчиков и 6 девочек, и контрольной группы (КГ) - 14 подростков, из которых 9 мальчиков и 5 девочек. Все испытуемые учащиеся 7-8 классов.

Таким образом, в исследовании принимают участие 2 группы: состоящая из группы риска 16 человек и контрольная - из 14 человек. Группы различаются по половым признакам, в каждой есть и мальчики и девочки.

Была выдвинутагипотеза исследования**:** существуют различия психического состояния у подростков с различным уровнем агрессивности.

. Методика «Опросник Баса-Дарки» (Карелин А., 2007).

Цель: определить уровень вербальной и невербальной агрессивности подростков. Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки, рассмотрели агрессию как комплексный феномен.

Опросник состоит из восьми субшкал, являющихся важными показателями агрессии: физическая агрессия (нападение); косвенная агрессия; раздражительность; негативизм; обида; подозрительность; вербальная агрессия; чувства вины (добавочная шкала).

. Методика «Тест школьной тревожности» Филипса (Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н., 2006).

Тест позволяет изучить уровень и характер тревожности у подростков, связанной со школой. Анализируется общее психическое внутреннее состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством. Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора):

· Общая тревожность в школе - общее психическое состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

· Переживания социального стресса - психическое состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего - со сверстниками).

· Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успех, достижения высокого результата и т.д.

· Страх самовыражения - негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявлении себя другим, демонстрации своих возможностей.

· Страх ситуации проверки знаний - негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно - публичной) знаний, достижений, возможностей.

· Страх не соответствовать ожиданиям окружающих - ориентация на значимость других в оценке своих результатов поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидание негативных оценок.

· Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу - особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

· Проблемы и страхи в отношениях с учителями - общий негативный эмоциональный фон отношений с взрослыми школе, снижающий успешность обучения ребенка.

3. Методика «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка (Райгородский Д.Я., 2006).

Предназначена для диагностики таких психических состояний как: тревожность, фрустрация, агрессивность и ригидность. В методике предлагается описание уровней различных психических состояний.

. Методика «Тип эмоциональной реакции на воздействие стимулов

окружающей среды» В.В. Бойко (Райгородский Д.Я., 2006).

Методика предназначена для диагностики преобладающего типа эмоциональной реакции на различные по характеру стимулы окружающей среды. Учитывается два параметра:

. Тип эмоциональной реакции: эйфорическая активность вовне, рефрактерная активность вовнутрь, дисфорическая активность вовне.

. Характер стимулов:

· положительные - обладают позитивным личностным смыслом или социальным значением (хорошая погода, радость на душе, комплимент окружающих, шутка);

· амбивалентные (или нейтральные) - они двойственны по своей природе, в них можно обнаружить либо положительный, либо негативный смысл - все зависит от установок самой личности, от ее тенденции приписывать вещам, явлениям, людям хорошие или плохие качества (амбивалентны как стимулы - новый деловой партнер вообще, телевизионная передача, сомнительные идеи, окружающие люди, жизнь в целом, обычная обстановка на работе);

· отрицательные - отрицательные смысл, значение (ощущение усталости, надо пройти интеллектуальное испытание, трудное обстоятельство в жизни).

При доминировании эйфорической формулы эмоциональная система в целом настроена на позитивные стимулы.

Рефрактерная эмоциональная реакция говорит о том, что эмоциональная система восприятия пасует перед разными влияниями - положительными, отрицательными и амбивалентными. В окружающей действительности она выбирает преимущественно амбивалентные стимулы. При этом они «застревают» в личности, остаются в виде переживаний неприятного осадка, размышлений, затаенной грусти, злобы.

При доминировании дисфорической формулы положительные и отрицательные стимулы сводятся к негативным переживаниям, а эмоциональная система в целом настроена на негативные стимулы.

. Методика изучения психических состояний САННТУВ А.Н. Николаева (А.Н. Николаев, 2011).

Методика создана для изучения психических состояний. Она представляет собой набор шкал семантического дифференциала (со строго заданными интервалами), позволяющим оценить по два признака следующих семи состояний: самочувствия, активности, настроения, напряжения, тревожности, уверенности и психического возбуждения.

**2.2 Анализ результатов исследования**

В эмпирическом исследовании мы выявили особенности агрессивных проявлений и психических состояний у подростков.

По показателям «индекса агрессивности», полученным по методике «Диагностика состояния агрессивности у подростков» А. Басса и А. Дарки (Карелин А., 2007), подростки были разделены на три подгруппы:

· агрессивные подростки - 16 учащихся (53,3%) с высоким уровнем агрессивности (индекс агрессивности выше нормы 21 ± 4;

· умеренно агрессивные подростки - 9 учащихся (30%) со средним уровнем агрессивности (индекс агрессивности соответствует норме 21±4);

· неагрессивные подростки - 5 учащихся (16,7%) с низким уровнем агрессивности (индекс агрессивности ниже нормы 21±4).

Скрытые формы агрессивности, отраженные в индексе враждебности, выявлены в ГР - высокого уровня выраженности, среднего уровня враждебности в КГ.

На основе экспериментального изучения была сформирована картина агрессии подростков. Результаты диагностики агрессии испытуемых представлены в таблице 1.

Таблица 1. Сравнительная таблица по обобщенным уровням агрессии в ГР и КГ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Показатели | Девочки ГР | Девочки КГ | dд | Мальчики ГР | Мальчики КГ | dм |
| I | 76 | 46 | 10 | 76 | 66 | 10 |
| II | 52 | 40 | 12 | 45 | 35 | 10 |
| III | 62 | 46 | 16 | 67 | 50 | 17 |
| IV | 31 | 12 | 19 | 33 | 23 | 10 |
| V | 50 | 40 | 10 | 45 | 35 | 10 |
| VI | 65 | 52 | 13 | 60 | 54 | 6 |
| VII | 83 | 50 | 33 | 75 | 60 | 15 |
| VIII | 59 | 50 | 9 | 56 | 51 | 5 |

Условные обозначения: I - физическая агрессия, II - вербальная агрессия, III - косвенная агрессия; IV - негативизм, V - раздражение, VI - подозрительность, VII - обида, VIII - чувство вины.

Анализ данных показывает, что у мальчиков в 12-14 лет происходит затухание физической агрессии, а у девочек наблюдается рост этой формы агрессивности. В 12-14 лет отмечается снижение вербальной агрессии у мальчиков, при постоянном нарастании этой агрессии у девочек.

Анализ полученных в исследовании результатов позволяет сделать вывод о том, что в целом на протяжении подросткового возраста, как обобщенные, так и частные показатели агрессивности значимо меняются как в сторону увеличения, так и снижения. Полученные данные баллы позволяют нам составить таблицу «Процентное соотношение изменений показателей уровней агрессий», в которой мы фиксировали низкий, средний и высокий уровни, в результате чего определили, сколько испытуемых приходится на каждый уровень. Данные отразили в таблице 2.

Таблица 2. Процентное соотношение изменений показателей уровней агрессий

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Группа | | Косвенная агрессия | | | Физическая агрессия | | | Вербальная агрессия | | |
|  | | Н | С | В | Н | С | В | Н | С | В |
| ЭГ | Д | - - | 3 50% | 3 50% | 2 33% | 1 17% | 3 50% | - - | 2 333% | 4 67% |
|  | М | - 36% | 6 60% | 4 40% | 1 10% | 5 50% | 4 40% | 2 20% | 6 60% | 2 20% |
| КГ | Д | 1 210% | 3 60% | 1 20% | 1 20% | 3 60% | 1 20% | 1 20% | 2 40% | 2 40% |
|  | М | - - | 6 67% | 3 33% | 2 22% | 5 56% | 2 22% | 5 56% | 4 444% | - - |

Условные обозначения: Н - низкий уровень, С - средний уровень, В-высокий уровень.

Так было обнаружено, что у подростков наиболее выраженным становится негативизм, отмечается рост физической, а также вербальной агрессивности. Агрессивность же физическая и косвенная повышается несущественно, так же как и уровень негативизма.

В подростковом возрасте значимо изменяются все частные формы агрессивности, при этом уровень физической агрессии у девочек возрастает, а остальные снижаются. Следовательно, подростки становятся менее обидчивыми и раздражительными, реже демонстрируют негативизм, вербальные и косвенные способы проявления агрессии. Вместе с тем, они более осторожны и недоверчивы к окружающим. Если рассматривать физическую агрессивность, то она проявляется у 60-70% мальчиков, тогда как у девочек эта форма агрессивности отмечается, лишь у 30-60%. Вербальная агрессивность отмечается у 36-72% мальчиков и 28-60% подростков-девочек. Негативизм значительно сильнее у подростков-мальчиков 68 - 82%, наблюдался только у 36-60% девочек этого возраста. Уровень косвенной агрессивности подростков-девочек 66%, у мальчиков до 72%.

Исследуя результаты по методике «Тест школьной тревожности» Р. Филипса (Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н., 2006), мы определили общий показатель тревожности, а также составили таблицу, которая помогла нам определить общий уровень тревожности ученика по каждому фактору и ведущий параметр в частности.

В данной группе преобладает высокий (55,6%) и повышенный (40,7%) уровни школьной тревожности, что отображено на рис 1.



Рис. 1. Общий уровень тревожности

Анализ уровня тревожности по каждому фактору представлен в таблице 3 в процентах от общего числа учащихся.

Таблица 3. Результаты исследования уровня тревожности

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Показатели тревожности | Высокий | Повышенный | Низкий |
| 1 | Общая тревожность в школе | 14,9 | 74 | 11,1 |
| 2 | Переживания социального стресса | 18,6 | 70,3 | 11,1 |
| 3 | Фрустрация потребности в достижении успеха | 7,5 | 62,9 | 29,6 |
| 4 | Страх самовыражения | 22,2 | 59,2 | 18,6 |
| 5 | Страх ситуации проверки знаний | 22,2 | 62,9 | 14,9 |
| 6 | Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | 25,9 | 59,2 | 14,9 |
| 7 | Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | 18,6 | 59,2 | 22,2 |
| 8 | Проблемы и страхи в отношениях с учителями | 22,2 | 55,6 | 22,2 |

Таким образом, у наибольшего количества учащихся на момент исследования показателями высокой тревожности являются страх не соответствовать ожиданиям окружающих (25,9%), страх ситуации проверки знаний (22,2%), страх самовыражения (22,2%), проблемы и страхи в отношениях с учителями (22,2%). Это может быть обусловлено определенным уровнем социальной дезадаптации, учебной неуспешностью, проблемами общения с учителями, а так же определенными личностными особенностями учащихся.

Анализ результатов исследования по методике «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка (Райгородский Д.Я., 2006), дал нам возможность рассмотреть фрустрацию и ригидность как базовые критерии динамики развития внутренних групповых процессов, необходимых для формирования взаимоотношений в детском коллективе. Высокие (и выше среднего) показатели отражают нежелание членов группы проявлять инициативу, сниженный фон активности.

Результаты исследования психических состояний подростков представлены в таблице 4.

Таблица 4. Результаты исследования психических состояний по методике Г. Айзенка

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Психическое состояние | Степень выраженности | | |
|  | высокая | средняя | низкая |
| тревожность | 34% | 16% | 50% |
| фрустрация | 34% | 50% | 16% |
| агрессивность | 50% | 34% | 16% |
| ригидность | 68% | 16% | 16% |

Согласно полученным результатам в группе выявлен высокий уровень тревожности у 34% испытуемых из-за неадекватной реакции большинства подростков на стрессоры. Агрессивность у 50% испытуемых сопровождается ригидными, «застывшими» установками личности (68%). Большинство испытуемых (50%) испытывают фрустрацию, что может быть вызвано неудовлетворенностью актуальных потребностей личности. Подобное явление встречается при смене стиля взаимодействия (педагог) либо изменении направленности интересов части воспитанников. Для предотвращения снижения инициативы и роста негативных реакций необходимо изменить систему отношений и стиля взаимодействия «педагог - воспитанник». Необходима психокоррекционная и развивающая работа.

По методике диагностики эмоциональной реакции на воздействие стимулов окружающей среды В.В. Бойко (Райгородский Д.Я., 2006), были получены следующие результаты. Показатели по шкале «типы эмоциональной реакции» позволили выделить следующие группы испытуемых: с преобладанием дисфорического типа эмоциональной реакции - 18 человек (60%), с преобладанием рефрактерного - 6 человек (20%), эйфорического - 6 человек (20%).

Исходя, из данных можно сказать, что большинство подростков (60%) свойственны следующие характеристики: стремление к разрушению, враждебная активность, пессимизм, недовольство, разочарование, преобладание злобы и непринятия.

Для второй группы подростков характерно: размеренный образ жизни, избирательность контактов, предпочтение подчиненных ролей, склонность к одиночеству, фантазирование, изобретательность, размышления о мрачном, закрытость чувств (20%).

Для третьей группы характерно: созидательная и конструктивная активность, стремление коллективным формам деятельности, созидательность идей, оптимизм, умение радоваться, проявление положительных чувств, принятие людей (20%).

Таким образом, для агрессивных подростков характерен дисфорический и рефрактерный тип реакции на стимулы окружающей среды (80%). Данные индивидуально-психологические особенности необходимо учитывать в профилактической и коррекционной работе.

Далее были проанализированы психические состояния подростков с различными проявлениями агрессивности. Результаты анализа представлены

Таблица 5. Представленность психических состояний и реакций на стимулы среды в поведении подростков с разным уровнем агрессивности

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровень агрессивности | Психические состояния (средняя оценка в баллах) | | | |
|  | тревожность | фрустрация | агрессивность | ригидность |
| Низкий | 7,5 | 5,8 | 6,2 | 9,5 |
| Средний | 10,5 | 11,2 | 13,5 | 12,6 |
| Высокий | 15,5 | 16,4 | 15,6 | 16,8 |

Выявлено, что высокий и средний уровень тревожности (15,5 и 10,5) характерен подросткам со средним и высоким уровнем общей агрессивности, и в меньшей степени подросткам с низким уровнем агрессивности.

Наиболее фрустрированы (16,4) подростки с высоким уровнем общей агрессивности, а также испытуемые со средним уровнем агрессивности (11,2).

Ригидность присуща подросткам с разными проявлениями и уровнем агрессивности, в большей степени испытуемым с высоким уровнем общей агрессивности (16,8). Показатели даны по средним значениям в баллах.

Изучение психических состояний подростков проводилось с помощью методики изучения психических состояний человека (САННТУВ) А.Н. Николаева (2001, с. 84-84).

На основе полученных результатов мы выявили, что в ГР большинство учащихся испытывают психическое возбуждение, напряжение и тревожность, когда в КГ большинство подростков испытывают психическое напряжение, плохое самочувствие и тревожность. Данные результаты представлены в таблице 6, 7.

Таблица 6. Результаты исследования психических состояний подростков по методике САННТУВ ГР

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Параметры | ГР | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | ∑ |
| Самочувствие | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 5 | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 8 | 5 | 7 | 5 | 72 |
| Активность | 9 | 7 | 6 | 6 | 7 | 9 | 9 | 8 | 10 | 7 | 9 | 6 | 6 | 9 | 7 | 6 | 99 |
| Настроение | 8 | 7 | 8 | 7 | 6 | 8 | 8 | 8 | 9 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 7 | 8 | 101 |
| Напряжение | 14 | 9 | 10 | 9 | 8 | 14 | 9 | 14 | 14 | 8 | 14 | 10 | 10 | 14 | 9 | 10 | 143 |
| Тревожность | 11 | 8 | 9 | 9 | 9 | 11 | 11 | 11 | 11 | 10 | 11 | 9 | 9 | 11 | 8 | 9 | 129 |
| Уверенность | 5 | 8 | 9 | 8 | 7 | 5 | 5 | 5 | 5 | 9 | 5 | 9 | 9 | 5 | 8 | 9 | 89 |
| Психическое возбуждение | 12 | 7 | 9 | 6 | 7 | 12 | 12 | 12 | 9 | 10 | 12 | 9 | 9 | 12 | 7 | 9 | 126 |

Полученные данные представим в процентном соотношении и отразим на рисунке 2.



Рис. 2. Процентное распределение данных по методике САННТУВ ГР

Из рисунка мы видим, что все психические состояния находятся примерно на одинаковом уровне. Присутствует напряжённость и тревожность в отношениях, как с учителями, так и со сверстниками. Также подростки отличаются излишней возбуждённостью, что говорит об их эмоциональной неустойчивости.

Таблица 7. Результаты исследования психических состояний подростков по методике САННТУВ КГ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Параметры | КГ | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | ∑ |  |
| Самочувствие | 12 | 7 | 6 | 5 | 4 | 8 | 2 | 7 | 12 | 12 | 6 | 6 | 8 | 12 | 107 |  |
| Активность | 4 | 8 | 8 | 8 | 9 | 12 | 14 | 2 | 4 | 4 | 8 | 8 | б | 4 | 93 |  |
| Настроение | 10 | 8 | 10 | 11 | 12 | 9 | 11 | 13 | 9 | 10 | 10 | 10 | 7 | 10 | 140 |  |
| Напряжение | 10 | 6 | 9 | 8 | 6 | 8 | 14 | 14 | 10 | 10 | 9 | 9 | 6 | 10 | 129 |  |
| Тревожность | 10 | 8 | 9 | 10 | 8 | 7 | 8 | 7 | 10 | 10 | 9 | 9 | 8 | 10 | 123 |  |
| Уверенность | 8 | 6 | 9 | 7 | 4 | 7 | 14 | 14 | 8 | 9 | 9 | 9 | 7 | 8 | 119 |  |
| Психическое возбуждение | 8 | 6 | 9 | 7 | 4 | 7 | 14 | 14 | 8 | 9 | 9 | 9 | 7 | 6 | 117 |  |

Из таблицы видно, что больше всего в группе подростки испытывают плохое настроение и напряжение, а также тревожность, что характерно для данных подростков.

Полученные данные представим в процентном соотношении и отразим на рисунке 3.



Рис. 3. Процентное распределение данных по методике САННТУВ КГ

По рисунку мы видим, что процентное соотношение в данной группе одинаковое.

Нельзя соотнести полученные показатели с какой-то определённой нормой, поскольку все психические состояния зависят от текущей или предстоящей деятельности. Мы в очередной раз подтвердили, что дети в исследуемых группах подвержены, тревожности и агрессии, имеют повышенную эмоциональную возбуждённость и отсутствие уверенности в себе. Мы можем утверждать, что психическое состояние подростка напрямую влияет на его поведение, в нашем случае, тревожность, эмоциональная неустойчивость, неуверенность, порождает агрессию.

Таким образом, преобладание дисфорического и рефрактерного типов реакции у агрессивных и умеренно агрессивных подростков сопровождается симптомами тревожности, ригидности и ощущением общей неудовлетворенности в большей степени, чем у неагрессивных подростков.

С целью улучшения психического состояния и повышения социальной адаптированности у подростков с различными проявлениями агрессивности необходимо психолого-педагогическое сопровождение. Эта работа должна включать мероприятия, направленные на активное социально-психологическое обучение подростков, ознакомление с приемами саморегуляции и снятия избыточного психопсихического напряжения, обучению навыкам межличностной коммуникации, делового сотрудничества со взрослыми. Таким образом, психокоррекционная работа будет способствовать повышению самооценки и самоотношения «трудных» подростков в среде сверстников, удовлетворению фрустрированных потребностей в принятии и одобрении со стороны значимых взрослых, улучшению самочувствия и настроения.

Выявленные различия были подвергнуты статистическому анализу по критерию Маннна-Уитни.

Определить значение U-критерия Манна - Уитни по формуле:

где n1 - количество единиц в первой выборке (нынешняя культура), n2 - количество единиц во второй выборке (предпочитаемая культура), Тх - сумма рангов, - эмпирическое значение критерия, - критическое значение критерия.

Сформулируем гипотезы:: Показатели психического состояния в группе неагрессивных подростков не ниже уровня признака в группе агрессивных и умеренно агрессивных подростков.: Показатели психического состояния в группе неагрессивных подростков ниже уровня признака в группе агрессивных и умеренно агрессивных подростков.

Рассчитаем результат: Uэмп = 6

Обратимся к таблице критических значений. Uкр = 13 (p ≤ 0,05), Uкр = 7 (p ≤ 0,01).

Ответ: Полученное эмпирическое значение Uэмп(6) находится в зоне значимости. Н0 отклоняется. Поэтому можем сказать о различиях показателей психического состояния у подростков с различными проявлениями агрессивности.

Определим с помощью критерия Стьюдента, эффективна ли методика «Диагностика состояния агрессивности у подростков» А. Басса и А. Дарки

Вычисление значения t осуществляется по формуле:



где  - разности между соответствующими значениями переменной X и переменной У, а d - среднее этих разностей;вычисляется по следующей формуле:



Число степеней свободы *k* определяется по формуле k=n-1.

205:16 = 12,81

√3275 - (205\*25) / 16 / 240 = √2,702 = 1,643

Tэмп = 1,281 / 1,643 = 0,77

Число степеней свободы = 15.

t эмп < tкр при р = 0,05, следует сделать вывод, что различия не являются статистически значимыми.

**2.3 Методические рекомендации по коррекции агрессивных проявлений у детей**

Коррекция агрессии подростков направлена на перевод ее в социально приемлемые формы. Коррекционная работа по профилактике отклоняющегося поведения с подростками имеет свои особенности: на начальных этапах не показаны групповые формы, не говоря уже о практически неизбежной отрицательной консолидации подростков в группе, индивидуальная работа с подростком является более эффективной. С самого начала, параллельно, необходимо начинать работу с семьёй. После диагностики семейных отношений и степени их дисгармоничности должна следовать психокоррекционная работа как индивидуальная, так и групповая. Но основной акцент следует делать на индивидуальной работе с подростком. Совершенно неэффективными оказываются общие беседы о необходимости «хорошо себя вести». Особое место в коррекционной работе следует уделять формированию круга интересов подростка также на основе особенностей его характера и способностей. Необходимо стремиться к максимальному сокращению периода свободного времени подростка - «времени праздного существования и безделья» за счёт привлечения к положительно формирующим личность занятиям: чтение, самообразование, занятие музыкой, спортом, и т.д. При непродуктивной деятельности в период свободного времени - «ничегонеделанье» - неизбежен скорый возврат подростка в асоциальную компанию и рецидив делинквентности.

Исходя из того, что развитие ребёнка осуществляется в деятельности, а подросток стремится к утверждению себя, своей позиции, как взрослый, среди взрослых, то необходимо обеспечить включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создаёт возможности подростку реализовать и утвердить себя на уровне взрослых. Психологический смысл этой деятельности состоит для подростка в том, что участвуя в ней, он фактически приобщается к делам общества, занимает в нём определённое место и удерживает свою новую социальную позицию среди взрослых и сверстников. В процессе этой деятельности подросток признаётся взрослыми, как равноправный член общества. Это создаёт оптимальные условия и для реализации его потребностей. Такая деятельность предоставляет подростку возможность развития его самосознания, формирует нормы его жизнедеятельности. Но методы и принципы такой деятельности требуют значительной корректировки при включении в неё подростков, отличающихся повышенной агрессивностью. Так, нужно канализировать действенную агрессию в вербальную (словесную), представляющую меньшую опасность для окружающих. И если у человека высокий, но «окультуренный» уровень агрессивности, то он просто любит делать окружающим такие замечания.

Еще более приемлемой формой коррекции истинной агрессии является направленность на преодоление, разрушение внешних препятствий. Однако необходимо не только найти общие пути канализации агрессивных тенденций, но и давать выход сиюминутной агрессии. Иногда родители опасаются, что предпринимаемые ребенком разрушительные действия приведут к развитию, усилению агрессивности. Надо объяснить им, что, напротив, разрядка агрессии снижает уровень ее напряженности. После такой разрядки полезны успокаивающие занятия, вроде игр с песком, водой и / или релаксация. И лишь после того как непосредственный агрессивный импульс отработан, возможны совместные занятия, в которых разрушительные порывы ребенка можно переадресовать с партнера на внешние препятствия на пути к общей цели.

Для агрессивных мальчиков с выраженным мускулинным (мужским) типом ценностей целесообразно впрямую работать с идеалом «настоящего мужчины», подключая к прочим представлениям об эталоне мужественности такие качества как сдержанность, владение собой.

При защитной агрессии рекомендуется, прежде всего, работа по обучению средствам общения. Кроме того, необходимо снять тревожность, чему способствует теплая эмоциональная атмосфера домашнего общения, душевный комфорт, ибо за защитной агрессией стоит ощущение небезопасности, угрозы внешнего мира.

При выраженной защитной агрессии полезно обучать ребенка боевому искусству как целостному комплексу приемов самообладания, релаксации и самозащиты. Водить детей в спортивные школы, приучать дома к ежедневной гимнастике, подсовывать гантели и эспандеры, железные гири и боксёрские перчатки. Пусть колотят друг друга в мирной драке. Только бы не допустить, чтобы агрессия накапливалась, подобно статическому электричеству. Оно ведь имеет свойство взрываться болезненными разрядами. Так можно придать мальчику, опасающемуся нападения, уверенность в себе.

Рекомендации родителям по общению с агрессивным подростком:

. Быть внимательным к нуждам и потребностям подростка.

. Демонстрировать модель неагрессивного поведения. Показывайте подростку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нечестных высказываний о своих друзьях или коллегах, строя планы «мести».

. Быть последовательным в наказаниях подростка, наказывать за конкретные поступки. Четко разделять санкции и наказания.

. Наказания не должны унижать подростка.

. Обучать приемлемым способам выражения гнева. Дайте возможность выплеснуть свою агрессию, сместить ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку или разорвать «портрет» его врага и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.

. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.

. Обучать распознанию собственного психического состояния и состояния окружающих людей.

. Развивать способность к эмпатии.

. Расширять поведенческий репертуар подростка.

. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.

. Организовать занятия спортом, прежде всего плавание.

Профилактическая деятельность не может ограничиваться лишь мерами индивидуального воздействия и коррекции, применяемыми непосредственно к несовершеннолетнему. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения подростка. Прежде всего, необходима организация системы развёрнутой деятельности, создающей жёсткие условия и определённый порядок действий, и постоянный контроль.

При условии последовательности, постепенности приобщения агрессивных подростков, к различным видам социально признаваемой деятельности - трудовой, спортивной, художественной, организаторской и других, - важно соблюдать принципы общественной оценки, преемственности, чёткого построения этой деятельности. Терпение и внимание к подростку, его нуждам и потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими - вот что поможет родителям наладить взаимоотношения с сыном или дочерью.

Повышение культуры общения важно для подросткового возраста потому, что связано, прежде всего, со становлением личности взрослого человека и усвоением новых форм и способов межличностного взаимодействия, которые отсутствовали в детстве. Как подчеркивает А.А. Востриков, есть дети, которые легко адаптируются к новым для себя взаимоотношениям с людьми, но для многих освоение навыков общения с взрослыми затруднено. Эти сложности, если они становится непреодолимыми, значительно влияют на дальнейшее развитие характера и личностных особенностей старшеклассников и нередко сказываются на дальнейшей судьбе. Он предлагает создание модели коррекции агрессивного поведения личности, которая опирается на трехфазную структуру деятельности в зависимости от уровня снижения агрессивного поведения. Взяв за основу трехступенчатую деятельностную модель И.А. Зимней (2004), можно использовать модель коррекции агрессивного поведения детей.

**Заключение**

. Актуальность выбранной темы курсовой работы подтверждается множеством практических исследований, поскольку рост проявления агрессивного поведения, особенно у подростков, вызывает тревогу всего общества. Несмотря на повышенный интерес к указанной проблематике, в психологической литературе нет единой точки зрения на механизмы агрессивного поведения, как нет единого определения этого понятия. Наиболее близкое к проблеме настоящего исследования определение: «Агрессия - мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам (правилам) сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.)» (С.Н. Ениколопов, 2001).

. Трудновоспитуемость подростков в критические периоды в свое время послужила отправной точкой для их изучения. В этот период наблюдается строптивость, негативизм, падение успеваемости и работоспособности, возрастание количества конфликтов детей подросткового возраста. Внутренняя жизнь многих детей в это время сопровождается острыми внутренними переживаниями. Обострение отношений в семье нередко приводит к обострениям, являющимся причиной формирования психопатий, негативный характер развития. Отмечено, что во время кризиса совершается скорее разрушительная, нежели созидательная работа, ребенок не только приобретает, но и теряет из приобретенного прежде.

. В литературе отмечают, что отличительными особенностями агрессивных подростков являются: достаточная сила процессов торможения и возбуждения, высокий уровень эргичности, скорости протекания психических процессов, эмоциональной лабильности и эмоциональной чувствительности, низкая фрустрационная толерантность в сочетании со склонностью к открытому агрессивному поведению, негативная установка на социальное взаимодействие и соблюдение общественных норм и правил. Выделяют психофизические связи (функциональная асимметрия полушарий головного мозга и свойства нервной системы), индивидуально типологические особенности (свойства темперамента: активность, эмоциональность, экстраверсия-интроверсия и т.д.), некоторые личностные особенности и особенности самосознания испытуемых.

. В ходе эмпирического исследования подтвердилось выдвинутое нами предположение о том, что существуют различия психического состояния у подростков с различным уровнем агрессивности. У подростков с разным уровнем проявления агрессии отмечаются особенности психического состояния: преобладание дисфорического и рефрактерного типов реакции у агрессивных и умеренно агрессивных подростков сопровождается симптомами тревожности, ригидности и ощущением общей неудовлетворенности. Чем выше показатели тревожности и ригидности, тем выше уровень агрессивности и ниже фон психического состояния. Результаты эмпирического исследования указали на необходимость системного психолого-педагогического сопровождения агрессивных подростков.

. Системное психологическое сопровождение агрессивных подростков может быть обеспечено с помощью подготовки специалистов: необходимость владения теоретическими и практическими аспектами проблемы агрессивности в школе, приобретения знаний о возможных причинах, условиях, механизмах возникновения агрессивности в поведении детей. Процесс образования и воспитания агрессивного подростка должен быть дифференцированным, к каждому ребенку следует подбирать индивидуализированный подход в соответствии с его типологическими личностными особенностями. Практика помощи подросткам и их родителей дает возможность осуществления системного психологического сопровождения агрессивных подростков - подбору диагностических методик, техник, игр, упражнений для ведения профилактической и коррекционной работы.

**Библиографический список**

1. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. - Казань: Изд-во Казанского университета, 1987. - 262 с.

2. Алфимова М.Б., Трубников В.И. Психогенетика агрессивности // Вопросы психологии. - 2000. - №6. - С. 112 - 116.

3. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия: изучение влияния воспитания и семейных отношений. М., 1999. - 215 с.

. Вяткин Б.А., Мерлин В.С. Личность и стресс. / Материалы второго Всесоюзного симпозиума «Психический стресс в спорте». - Пермь, 1975. - с. 5-12.

. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. - СПб.: прайм-Еврознак, 2001. - 512 с.

6. Бреслав Г.Э. Психокорекция детской агрессивности. Учебное пособие. - Спб, 2006. - 144 с.

. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. - СПб.: Питер. - 2009. - 464 с.

8. Воспитательная работа с педагогически запущенными подростками в школе, семье и по месту жительства / Автор-составитель А.С. Новоселова. - Самара, 2005.

9. Ганзен В.А., Юрченко В.Н., Системный подход к анализу, описанию и экспериментальному исследованию психических состояний человека / Психические состояния / Под ред. А.А. Крылова. - Л., 1981 (Экспер. и прикл. Психология; Вып. 10). - с. 58-64.

10. Дмитриева Т., Шостакович Б. Агрессия и психическое здоровье. - М.: Юридический центр Пресс, 2002 - 464 с.

11. Дубинко Н.А. К проблеме условий и движущих факторов агрессии // Социально - педагогическая работа. - 2007. - №4. - С. 85-92.

. Загайнов Р.М. Исследование психических состояний, возникающих в связи со значимой деятельностью в спорте (на материале бокса). Автореф…. дисс. канд. психол. наук. - Л., 1972. - 18 с.

13. Зимняя И.А. Педагогическая психология. - М.: Педагогика, 2004. - 384 с.

14. Ильин, Е.П. Психофизиология состояний человека / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2005. - 412 с.

15. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания: (деятельность и состояния). Учеб. Пособие. - М.: Просвещение, 1980. - 199 с.

16. Ильин Е.П. Оптимальные состояния человека как психофизиологическая проблема. // Психологический журнал, 1981- №5. - с. 35-41.

17. Ильин Е.П. Теория функциональной системы и психофизиологические состояния. / Теория функциональных систем в физиологии и психологии / Ред. Б.Ф. Ломов и др. - М.: Просвещение, 1978. - с. 326-340.

. Исаков П.К. Психический стресс в спорте. / Психический стресс в спорте. Материалы Всесоюзного симпозиума. - М., 1974. - с. 3-16.

19. Киселев, Ю.Я. Оценка психического возбуждения в реальных условиях спортивной деятельности / Ю.Я. Киселев // Стресс и тревога в спорте: Международный сборник научных статей. - М.: Физкультура и спорт, 1983. - С. 99-107.

20. Крайг Г. Психология развития. - СПб.: Питер. - 2008. - 992 с.

21. Кулаков С.А. Практикум по клинической психологии и психотерапии подростков. - СПб: Речь, 2004. - 464 с.

22. Куликов Л.В. Проблема описания психических состояний. / Психические состояния / Сост. И общая редакция Л.В. Куликова. - СПб.: «Питер», 2000. - с. 11-44.

23. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования. / Эмоциональный стресс / Под реакции. Л. Леви, В.Н. Мясищева. - Л.: Медицина, 1970. - 380 с.

. Лебединская К.С. и др. Подростки с нарушениями в аффективной сфере. - М.: Педагогика. - 1988. - 165 с.

. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека. - М.: Просвещение, 1964. - 320 с.

. Левитов Н.Д., Психическое состояние беспокойства, тревоги. // Вопросы психологии, 1969 - №1, с. 11-20.

. Лозовая Г.В. Методологические проблемы изучения стресса. / Психологические основы педагогической деятельности. Вып. 1, - СПб.: СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2000, с. 32-34.

. Марищук В.Л. Функциональные состояния и работоспособность. / Методология исследований по инженерной психологии и психологии труда. Человек. 1 / Под ред. А.А. Крылова. - Л., 1974. - с. 87-95.

. Можгинский Ю.Б. Агрессия подростков. Эмоциональный и кризисный механизм. - СПб: МВД-СПбГУ. - 1999. - 128 с.

. Мясищев В.Н. Основные проблемы и современное состояние психологии отношений человека / Психологическая наука в СССР, т. 2. - М.: АПН РСФСР, 1960. - с. 38-42.

31. Мясищев В.Н. Структура личности и отношения человека к действительности.: Доклад на совещании по вопросам психологии личности. - М., АПН РСФСР, 1956, с. 10.

. Мясищев В.Н. Личность и отношения человека. / Проблемы личности. - М.: Наука, 1969. - с. 34-44.

33. Мясищев В.Н. Психические состояния и отношения человека. // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. - СПб., 1996, №1. - с. 8-14.

. Найдиффер Р.М. Определение и формирование оптимального уровня психического возбуждения. / Стресс и тревога в спорте: Международный сб. Научных статей. / Сост. Ю.Л. Ханин. - М.: ФиС, 1983, с. 189-204.

35. Налчаджян А.А. Агрессивность человека. - СПб.: Питер, 2007. - 736 с.

36. Некрасова Ю.Б. О психических состояниях, их диагностике, управлении и направленном формировании (в процессе социореабилитации заикающихся). // Вопросы психологии, 1994, №6. - с. 37-41.

. Немчин Т.А. Состояния нервно-психического напряжения. - Л.: Изд-во Ленингр. Университета, 1983. - с. 167.

. Никитина О.С. Уверенность в своих силах как фактор достижения успеха в деятельности. Автореф…. дисс. канд. психол. наук - Ленинград, 1981. - 15 с.

39. Николаев, А.Н. Психология тренерской деятельности в детско-юношеском спорте. Дисс…. докт. психол. наук / А.Н. Николаев - СПб, 2005. - 402 с.

40. Николаев А.Н. Психологические основы педагогической деятельности: Материалы 4-й межвузовской конференции / Под.ред. Николаева А.Н., Вып. 2. - СПб.: СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2011. - с. 81-81

41. Ольшанская Е. Агрессия под контролем // Семья и школа. 2007. №7/8.

42. Ольнянская Р.П. Кора головного мозга и газообмен. - М.: Просвещение, 1950 - 80 с.

43. Осницкий А.К. Психологический анализ агрессивных проявлений учащихся // Вопросы психологии. - 1994. - №3. - С. 61 - 67.

44. Паренс Г.А. Агрессия наших детей. - М.: Форум. - 2007. - 152 с.

45. Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н. Девиантный школьник. Профилактика и коррекция отклонений. - М.: ТЦ Сфера, 2006. - 192 с.

46. Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий. - 2-е изд. - М.: Высш. шк., 1984. - 174 с.

. Подросток на перекрестке эпох: Проблемы и перспективы социально-психологической адаптации подростков. - М.: Генезис. - 2007. - 280 с.

. Прохоров А.О. Психология неравновесных состояний. - М.: Просвещение, 1998. - 200 с.

49. Прохоров, А.О. Психические состояния и их функции / А.О. Прохоров. - Казань: КГУ, 1994. - 182 с.

50. Психологические основы педагогической деятельности:Материалы 4-й межвузовской конференции **/** Под ред. Николаева А.Н.**,** Вып. 2, - СПб.: СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2001. - с. 81-84.

51. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б. Г Мещерякова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Педагогика-Пресс, 1999. - 440 с.

52. Пуни А.Ц. Проблема личности в психологии спорта. Лекция для слушателей факультета повышения квалификации. - М.: Изд-во ГЦОЛИФК, 1980. - 28 с.

. Рабочая книга практического психолога: Технология эффективной профессиональной деятельности / Науч. ред. А.А. Деркач. - М., 2006.

54. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб.: Питер. - 2010. - 624 с.

55. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. - Самара: Издательский Дом «БАХРАХ», 2006 - 672 с.

56. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности / А.А. Реан // Психологический журнал. - 1996. - №5. - С. 3-18

57. Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у детей. - М.: Сфера. - 2001. - 190 с.

58. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - М.: Учпедгиз, 1940. - 340 с.

59. Румянцева Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии // Вопросы психологии. - 1991. - №1. - С. 81-88.

60. Румянцева Т.Г. Агрессия и контроль // Вопросы психологии. - 1992. - №5/6. - С. 81-88.

. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. - М.: «Флинта». - 2008. - 96 с.

62. Сеченов, И.М. Избранные философские и психологические сочинения / И.М. Сеченов. - М.: Красный пролетарий, 1947. - 647.с.

63. Смирнова Е.О, Хузеева Г.Р. Психологические особенности и варианты детской агрессивности // Вопросы психологии. - 2002. - №1. - С. 33-38

64. Смирнов К.М. Условно - рефлекторные механизмы в регуляции физиологических функций при физических упражнениях. Докт. дисс. - Ленинград, 1953.

65. Спилбергер Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги. / Стресс и тревога в спорте: Международный сб. Научных статей. / Сост. Ю.Л. Ханин. - М.: ФиС, 1983, с. 12-24.

66. Титаева Т.М. Агрессивность в подростковом возрасте. Превентивные меры управления агрессией // Психолого-педагогический журнал. - 1999.- №3.

67. Ушанова А.А. Структуры личности подростков с разными уровнями проявления агрессивных реакций // Ярославский педагогический вестник. - 2008. - №4. - С. 144-149.

. Ушанова А.А. Причины (механизмы) патологической агрессии подростков // Психологическое сопровождение профессионального образования: Сборник материалов Международной научно-практической конференции 6-7 декабря 2006 г. - Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2006. - С. 234-235.

. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. - М.: АСТ, 2004. - 67 с.

70. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. - Мн., 1996. - 120 с.

71. Цветкова А.Л. Особенности поведения конфликтных подростков // Актуальные проблемы теории и практики социальной педагогики: материалы 9-х научно-педагогических чтений факультета социальной педагогики. /под ред. Л.В. Мардахаева. - М.: Перспектива, 2006.

72. Чижова С.Ю., Калинина О.В. Детская агрессивность: 100 ответов на родительские «почему?». - Ярославль: Академия развития. - 2001. - 160 с.

73. Чирков В.И. О применении субъективных методов при оценке психофизиологических состояний. / Актуальные вопросы физиологии труда.: Тез. Докл. У111 Всесоюзной научной конференции по физиологии труда, ч. 3. - Горький, 1982. - с. 107-108.

. Шильштейн Е.С. Особенности презентации Я в подростковом возрасте // Вопросы психологии. - №2. - 2000. - С. 56-59.

. Юрченко В.Н. Исследование психического состояния человека в процессе производственной деятельности. Автореф…. дисс. канд. психол. наук. Л., 1980. - 19 с.