**Введение**

**Актуальность.** Проблема исследования агрессивности является одной из наиболее актуальных проблем современного мира. Так как, агрессивность формируется преимущественно в процессе ранней социализации в детском и подростковом возрасте, то именно этот возраст наиболее благоприятен для профилактики и коррекции. Этим и объясняется актуальность изучения особенностей агрессивных проявлений подростков. В последнее время появились публикации по агрессивности детей и подростков, но многие аспекты проблемы остаются до сих пор мало изученными, например, в доступных нам источниках не было найдено исследований, посвященных изучению особенностей агрессивных проявлений подростков с различным уровнем тревожности. Понимание механизмов формирования агрессии позволит оказать полноценную психологическую помощь в социализации подростков, гармонизации их отношений с окружающей средой, позволит снизить риск дезадаптации и риск агрессивного поведения.

**Цель работы:** изучение особенностей агрессивных проявлений подростков с различным уровнем тревожности.

**Предмет:** особенности агрессивного поведения подростков 14-15 лет с различным уровнем тревожности.

**Объект исследования:** подростки 14-15 лет, обучающиеся в 9 «б» классе МОУ СОШ № 48 г. Оренбурга (11 девочек, 11 мальчиков).

**Гипотеза исследования:** возможно, что существует взаимосвязь между уровнем агрессивности подростков и уровнем их тревожности.

**Задачи исследования:**

**1.** Проведение теоретического анализа научной литературы по проблеме исследования.

**2.** Организация эксперимента и выбор методов исследования.

**3.** Определение показателей форм агрессивного поведения подростков.

**4.** Определение уровня агрессивности подростков.

**5.** Выявление уровня ситуативной и личностной тревожности подростков.

**6.** Проведение сравнительного анализа особенностей агрессивного поведения подростков с различным уровнем ситуативной и личностной тревожности.

**Методы исследования:** наблюдение, метод экспертных оценок, опросник Басса-Дарки; методика Ч.Д.Спилбергера.

**1. Особенности агрессивного поведения и тревожности подростков**

**1.1 Агрессия как социально-психологический феномен**

**.1.1 Основные теоретические подходы к пониманию агрессии и агрессивности**

В переводе с греческого слово «агрессия» означает «идти вперед», «приближаться». Как в любом фундаментальном понятии, здесь соединены противоположные тенденции. «Приближаться» ведь можно как с целью налаживания контакта, так и с какой-либо враждебной целью. На эту особенность агрессии, ее противоположные грани, указывали многие исследователи, такие как К.Меннингер [12], Р.Мэй [15] и др. Необходимо разграничивать понятия «агрессия» и «агрессивность». *Агрессия* - это поведение (индивидуальное или коллективное), направленное на нанесение физического, либо психологического вреда или ущерба [16]. *Агрессивность* - относительно устойчивая черта личности, выражающаяся в готовности к агрессии, а так же в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное. В силу своей устойчивости и вхождения в структуру личности, агрессивность способна предопределять общую тенденцию поведения [16].

К настоящему времени наработан ряд теоретических представлений об истоках, видах и функциях агрессивного поведения. Каждый из них правильно отражает определенные аспекты проблемы агрессии и агрессивности.

*Теория влечений.* Одним из основоположников этой теории является З.Фрейд [24]. Он считал, что в человеке существует два наиболее мощных инстинкта: сексуальный (либидо) и инстинкт смерти. Первый - рассматривался как стремления, связанные с созидательными тенденциями в поведении человека - любовью, заботой, близостью. Второй - несет в себе энергию разрушения, его задачей является «приводить все органически живущее к состоянию безжизненности» - это злоба, ненависть, деструктивность.

Новое звучание тема агрессии получила благодаря работам одного из основоположников этологии К. Лоренца [11], который утверждал, что агрессивный инстинкт много значил в процессе эволюции, выживания и адаптации человека. Но стремительное развитие научно-технической мысли и прогресс обогнали естественно текущее биологическое и психологическое созревание человека и привели к замедлению развития тормозных механизмов агрессии, что неизбежно влечет периодическое внешнее выражение агрессии.

Другой представитель психоанализа Э.Фромм [25] рассматривал два совершенно разных вида агрессии. Это оборонительная, «доброкачественная» агрессия, которая служит делу выживания человека; она имеет биологические корни и затухает, как только исчезает опасность или угроза жизни. Другой вид представляет «злокачественная» агрессия - это деструктивность и жестокость, которые свойственны только человеку и определяются различными психологическими и социальными факторами.

*Фрустрационная теория* возникла как противопоставление концепциям влечений: здесь агрессивное поведение рассматривается как ситуативный, а не эволюционный процесс. Основоположником этого направления исследования человеческой агрессивности считается Дж.Доллард. Согласно его воззрениям, агрессия - это не автоматически возникающее в организме человека влечение, а реакция на фрустрацию: попытка преодолеть препятствие на пути к удовлетворению потребностей, достижению удовольствия и эмоционального равновесия. Рассматриваемая теория утверждает, что, во-первых, агрессия всегда есть следствие фрустрации, и, во-вторых, фрустрация всегда влечет за собой агрессию [16].

Представителем теории обусловливания агрессии фрустрацией является Л.Берковитц [5]. Во-первых, он ввел новую дополнительную переменную, характеризующую возможные переживания, возникающие в результате фрустрации - гнев, как эмоциональную реакцию на фрустрирующий раздражитель. Во-вторых, он признает, что агрессия не всегда является доминирующей реакцией на фрустрацию и при определенных условиях может подавляться.

В концептуальную схему «фрустрация-агрессия» Л.Берковитц ввел три существенные поправки: а) фрустрация не обязательно реализуется в агрессивных действиях, но она стимулирует готовность к ним; б) даже при состоянии готовности агрессия не возникает без надлежащих условий; в) выход из фрустрирующей ситуации с помощью агрессивных действий воспитывает у индивида привычку к подобным действиям [2].

Следует отметить, что в процессе своего развития фрустрационный подход претерпел значительные изменения и разделился на два относительно самостоятельных течения. Сторонники первого течения остались приверженцами фрустрационно-агрессивной гипотезы и продолжают в основном исследовать условия, при которых ситуация фрустрации ведет к возникновению агрессивных действий. Сторонники второго течения (например, С.Розенцвейг) создали собственную концепцию фрустрации, в основу которой положен анализ фрустрационных ситуаций, классификации и типологии реакций на фрустрацию.

*Теория социального научения* А.Бандуры [1], на основе которой Л.Берковиц [2] создал свою теорию агрессии, в отличие от других, гласит, что агрессия представляет собой усвоенное поведение в процессе социализации через наблюдение соответствующего способа действий и социальное подкрепление. Теория социального научения - это, в первую очередь, изучение человеческого поведения, ориентированного на образец. Образец в данном случае рассматривается как средство межличностного воздействия, благодаря которому возможно формирование отношений или способа действий человека. Поэтому существенное внимание здесь уделяется изучению влияния первичных посредников социализации, а именно родителей, на обучение детей агрессивному поведению. В частности было доказано, что поведение родителей может выступать в качестве модели агрессии и, что у агрессивных родителей обычно бывают агрессивные дети.

В свете данного исследования представляют особый интерес взгляды К.Юнга [28], который ввел понятие агрессивных архетипов коллективного бессознательного. Активизации этих архетипов способствует нарушение целостности психического мира человека. В этом процессе немалая роль отводится нестабильности психики в период пубертатного (подросткового) кризиса. Наступает нарушение взаимосвязи разных уровней сознания, расстройство психосинтеза (по Р.Ассаджиоли), в результате чего ослабляется защита и становится возможным проникновение в сознание агрессивных архетипов коллективного бессознательного.

Даже такой весьма краткий обзор ряда теорий агрессивности дает представление о многофакторности ее происхождения.

Также необходимо выделить различные типы и виды агрессии. Во-первых, различают реактивную и спонтанную агрессию; экспрессивную, враждебную и инструментальную агрессию. Экспрессивная агрессия представляет собой непроизвольный взрыв гнева и ярости, нецеленаправленный и быстро прекращающийся, причем источник нарушения спокойствия не обязательно подвергается нападению. Наиболее важно различение враждебной и инструментальной агрессии. Целью первой является главным образом нанесение вреда другому, в то время как вторая направлена на достижение цели нейтрального характера, а агрессия используется при этом лишь в качестве средства [11].

Среди форм агрессивных реакций, встречающихся в различных источниках, необходимо выделить следующие:

§ *Физическая агрессия* (нападение) - использование физической силы против другого лица.

§ *Косвенная агрессия* - действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.).

§ *Вербальная агрессия* - выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань).

§ *Склонность к раздражению* - готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.

§ *Негативизм* - оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

Таким образом, рассмотрев основные теоретические концепции агрессии, примем за рабочее следующее обобщающее определение этого явления: *агрессия* - это индивидуальное или коллективное поведение или действие, направленное на нанесение физического или психического вреда либо даже на уничтожение другого человека или группы.

**1.1.2 Возрастные и гендерные особенности агрессивного поведения**

Агрессивные действия у ребенка можно наблюдать уже с самого раннего возраста. В первые годы жизни агрессия проявляется почти исключительно в импульсивных приступах упрямства. Причиной такого поведения является блокирование желаний или намеченной программы действий в результате применения воспитательных воздействий [22].

В более позднем возрасте на первый план все активнее выдвигаются конфликты и ссоры с ровесниками, связанные с обладанием вещами, чаще всего игрушками [19]. В этот же период развития возрастает число случаев использования детьми физического насилия, вспышки ярости становятся более целенаправленными. В дальнейшем ребенок постепенно научается контролировать свои агрессивные импульсы и выражать их в приемлемых рамках. Проявления агрессивности в этом возрасте, главным образом, зависят от реакции и отношения родителей к тем или иным формам поведения. Если родители относятся нетерпимо к любым проявлениям открытой агрессии, то в результате могут формироваться символические формы агрессивности, такие как нытьё, фырканье, упрямство, непослушание и другие виды сопротивления [11].

В этом возрасте малыш сталкивается с целой системой, новых для его опыта запретов, ограничений и социальных обязанностей. Невольно, попадая в конфликтную ситуацию между ненасытной любознательностью, спонтанным интересом ко всему новому и родительским «нельзя», ребенок испытывает сильнейшую депривацию возможности удовлетворения своих потребностей. Невозможность разрешения этого конфликта приводит к тому, что в нем просыпаются злость, отчаяние, агрессивные тенденции [22].

В дальнейшем проявления агрессивности во многом связаны с процессами поло-ролевой идентификации ребенка. Влияние ближайшего окружения и процессов осознания собственной половой принадлежности на формирование агрессивных форм поведения очень хорошо можно проследить, если сравнить поведение мальчиков и девочек [19].

Сторонники различных психологических школ объясняют это по-разному. Психоаналитическое направление, опирающееся на постулат о врожденности тенденций к агрессивному поведению и проявлению гнева, доказывает, что у мальчиков эти тенденции проявляются в большей степени, чем у девочек. В рамках бихевиористического направления также отмечается большая агрессивность мальчиков по сравнению с девочками, но это объясняется разными для первых и вторых социально одобряемыми моделями поведения.

С возрастом происходит смена форм агрессии: частота простого физического нападения уменьшается за счет роста более «социализированных» форм, таких как оскорбление или соперничество [22]. Отмечается еще одна примечательная особенность поведения детей: с возрастом агрессивность детей все больше приобретает враждебную окраску.

В последующем при переходе от младшего школьного к юношескому возрасту меняется соотношение таких поведенческих реакций как физическая, вербальная, косвенная агрессия. У мальчиков на протяжении всех возрастных этапов устойчиво доминируют физическая агрессия и негативизм, а у девочек - негативизм и вербальная агрессия. Возможно, это связано с тем, что агрессия мальчиков направлена «наружу», а девочек - «вовнутрь». А.А.Реан [20] отмечает, что если в процессе развития ребенок не научается контролировать свои агрессивные импульсы, то в дальнейшем это «грозит» преимущественной ориентацией на сверстников - в подростковом возрасте, и склонностью к разгульному поведению, деструктивным поступкам - в юношеском.

Таким образом, характер агрессивного поведения во многом определяется возрастными и гендерными особенностями. Каждый возрастной этап имеет специфическую ситуацию развития и выдвигает определенные требования к личности. Адаптация к возрастным требованиям нередко сопровождается различными проявлениями агрессивного поведения.

**.1.3 Общая характеристика подросткового возраста**

Существует множество фундаментальных исследований, гипотез и теорий подросткового возраста. В концепции Ж.Пиаже, в возрасте от 11-12 лет и до 14-15 лет осуществляется последняя фундаментальная децентрация - ребенок освобождается от конкретной привязанности к данным в поле восприятия объектам и начинает рассматривать мир с точки зрения того, как его можно изменить [10].

Л. С. Выготский [5] подчеркивал, что в подростковом возрасте, имеет место период разрушения и отмирания старых интересов, и период созревания новой биологической основы, на которой впоследствии развиваются новые интересы. Л. С. Выготский перечислил несколько основных групп наиболее ярких интересов подростков, которые он назвал доминантами. Это - «эгоцентрическая доминанта» (интерес подростка к собственной личности); «доминанта дали» (установка подростка на обширные, большие масштабы, которые для него гораздо более субъективно приемлемы, чем ближние, текущие, сегодняшние); «доминанта усилия» (тяга подростка к сопротивлению, преодолению, к волевым напряжениям, которые иногда проявляются в упрямстве, хулиганстве, борьбе против воспитательского авторитета, протесте и других негативных проявлениях); «доминанта романтики» (стремление подростка к неизвестному, рискованному, к приключениям, к героизму).

Л. С. Выготский [5], как и Ж. Пиаже, особое внимание обращал на развитие мышления в подростковом возрасте. Главное в развитии мышления - овладение подростком процессом образования понятий, который ведет к высшей форме интеллектуальной деятельности, новым способам поведения. Л. С. Выготский отмечал также еще два новообразования возраста - это развитие рефлексии и на ее основе самосознания.

В концепции Д. Б. Эльконина подростковый возраст, как всякий новый период, связан с новообразованиями, которые возникают из ведущей деятельности предшествующего периода. Учебная деятельность производит «поворот» от направленности на мир к направленности на самого себя. Центральное новообразование этого возраста возникновение представления о себе как «не о ребенке»; подросток начинает чувствовать себя взрослым, стремится быть и считаться взрослым, он отвергает свою принадлежность к детям, но у него еще нет ощущения подлинной, полноценной взрослости, но зато есть огромная потребность в признании его взрослости окружающими. Виды взрослости многообразны: подражание внешним признакам взрослости - курение, игра в карты, употребление вина, особый лексикон, стремление к взрослой моде в одежде и прическе, косметика, украшения, приемы кокетства, способы отдыха, развлечений, ухаживания.

Общение со своими сверстниками - ведущий вид деятельности в этом возрасте. Именно здесь осваиваются нормы социального поведения, нормы морали, здесь устанавливаются отношения равенства и уважения друг к другу 10].

Л. И. Божович [3] отмечала, что к началу переходного возраста в общем психическом развитии появляются новые, более широкие интересы, личные увлечения и стремление занять более самостоятельную, более «взрослую» позицию в жизни. Однако в переходном возрасте еще нет возможностей (ни внутренних, ни внешних), чтобы занять эту позицию.

Из вышесказанного следует, что большинство психологов [3, 5, 9, 21] считает, подростковый период переходным к взрослости, и что особенности его протекания накладывают отпечаток на всю последующую жизнь, в подростковом возрасте в силу сложности и противоречивости особенностей растущих детей, внутренних и внешних условий их развития могут возникать ситуации, которые нарушают нормальный ход личностного становления, создавая объективные предпосылки для возникновения и проявления агрессивности.

**1.1.4 Причины и специфика проявления агрессивности на разных стадиях подросткового возраста**

Современный подросток живёт в мире, сложном по своему содержанию и тенденциям социализации. Подростки больше других возрастных групп страдают от нестабильности социальной, экономической и моральной обстановки в стране [9].

Так как личность подростка формируется не сама по себе, а в окружающей его среде, можно говорить о том, что дети подросткового возраста зависимы от микросреды и конкретной ситуации. Одним из определяющих элементов микросреды в отношениях формирующих личность, является семья. При этом решающим является не её состав - полная, неполная, распавшаяся, - а нравственная атмосфера, взаимоотношения, которые складываются между взрослыми членами семьи, между взрослыми и детьми.

Разные авторы [20, 21, 26] выделяют различные типы неблагополучных семей, где появляются дети с отклонениями в поведении.

А.Е.Личко выделяет 4 неблагополучные ситуации в семье: 1)гиперопёка различных степеней: от желания быть соучастником всех проявлений внутренней жизни детей (его мыслей, чувств, поведения) до семейной тирании; 2) гипоопёка, нередко переходящая в безнадзорность; 3) ситуация, создающая "кумира" семьи - постоянное внимание к любому побуждению ребёнка и неумеренная похвала за весьма скромные успехи; 4) ситуация, создающая «золушек» в семье - появилось много семей, где родители уделяют много внимания себе и мало детям.

Сочетание неблагоприятных биологических, психологических, семейных и других социально-психологических факторов искажает весь образ жизни подростков. Характерным для них становится нарушение эмоциональных отношений с окружающими людьми [13]. Подростки попадают под сильное влияние подростковой группы, нередко формирующей асоциальную шкалу жизненных ценностей. Сам образ жизни, среда, стиль и круг общения способствуют развитию и закреплению девиантного, и в частности, агрессивного поведения. Таким образом, имеющий место отрицательный микроклимат во многих семьях обуславливает возникновение отчуждённости, грубости, неприязни определённой части подростков, стремления делать всё назло, вопреки воле окружающих, что создаёт объективные предпосылки для появления демонстративного неповиновения, агрессивности и разрушительных действий.

Интенсивное развитие самосознания и самокритичности приводит к тому, что ребёнок в подростковом возрасте обнаруживает противоречия не только в окружающем мире, но и собственного представления о себе [13].

На первой стадии подросткового периода (в 10-11 лет) ребёнка характеризует весьма критичное отношение к себе, отмечая преобладание отрицательных черт и форм поведения, в том числе грубости, жестокости, агрессивности. При этом у детей этого возраста преобладает физическая агрессивность и менее всего выражена агрессивность косвенная. Вербальная агрессия и негативизм находятся на одной ступени развития [26].

Ситуативно-отрицательное отношение к себе сохраняется и на второй стадии подросткового возраста (в 12-13 лет), обуславливаясь, в значительной мере, оценками окружающих, как взрослых, так и сверстников. В этом возрасте наиболее выраженным становится негативизм, отмечается рост физической и вербальной агрессии, тогда как агрессивность косвенная, хоть и даёт сдвиг по сравнению с младшим подростковым возрастом, всё же менее выражена [26]. агрессия возрастной гендерный тревожность

На третьей стадии подросткового возраста (в 14-15 лет) наблюдается сопоставление подростком своих личностных особенностей, форм поведения с определёнными нормами, принятыми в референтных группах [26].

Стихийно складывающиеся компании сверстников объединяют подростков, близких по уровню развития, интересам. Группа закрепляет и даже культивирует девиантные ценности и способы поведения, оказывает сильное влияние на личностное развитие подростков, становясь регулятором их поведения. Утрачиваемое подростками чувство дистанции, ощущение допустимого и недопустимого приводит к непредсказуемым событиям. Существуют особые группы, для которых характерна установка на немедленное удовлетворение желаний, на пассивную защиту от трудностей, стремление перекладывать ответственность на других. Бессодержательно проводимое время толкает подростков на поиск новых «острых ощущений». Алкоголизация и наркотизация теснейшим образом вплетаются в структуру девиантного образа жизни подростков. Установлено, что среди подростков, осуждённых за агрессивные преступления, 90% совершили преступления в нетрезвом состоянии [14].

Ю.Б.Можгинский [13] отмечает, что многие агрессивные поступки подростков являются следствием личностного кризиса. Часто можно видеть, как разлад личности, одиночество и оторванность от мира, несоответствие своего Я неким, зачастую ложным, идеалам сопутствуют жестокой агрессии. С кризисными процессами самосознания тесно связаны специфически подростковые реакции группирования, значение которых в формировании мотивов преступления огромно. Повинуясь законам группы, подростки идут на невероятно жестокие преступления для того, чтобы, как им кажется, восстановить жизненно важную для них связь собственного Я с группой.

Таким образом, агрессивное поведение для подросткового возраста - достаточно обычное явление и на всём протяжении подросткового периода наблюдается чётко выраженная динамика агрессивности. В процессе социализации подростка агрессивное поведение имеет ряд важных функций. В норме оно освобождает от страха, помогает отстаивать свои интересы, защищает от внешней угрозы, способствует адаптации. В связи с этим можно говорить о двух видах проявления подростковой агрессии - «доброкачественно-адаптивной» и «деструктивно-дезадаптивной».

**1.2 Тревожность как социально-психологический феномен**

**.2.1 Основные теоретические подходы к пониманию тревожности**

Тревожность в современной мировой науке рассматривается с различных позиций, многочисленными научными течениями, учеными. Как указывает Р.Мэй, это «центральная проблема современной цивилизации», как важнейшая характеристика нашего времени: «XX век - век тревоги»[15]. Перед тем как рассматривать тревожность, подчеркнем разницу между тревогой и страхом. Как указывает В.М.Астапов, разница проста: страх - это реакция на конкретно существующую угрозу; а тревога- это состояние неприятного предчувствия без видимой причины [19]. Таким образом, можно сделать вывод, что тревога это базисная реакция, общее понятие, а страх - это выражение того же самого качества, но в объективной форме (на определенный объект). Именно поэтому тревога в дальнейшем будет рассматриваться в тесной связи со страхом.

По К. Ясперсу, тревожность (экзистенциальный страх) - одна из благотворных сил, дающих человеку возможность перейти из повседневного бытия («бытия в мире») в экзистенциальный план бытия, мир свободной воли. Тревожность - важный элемент, сталкивающий человека с «напряжением пограничной ситуации», т. е. такой, которая только и позволяет человеку прорваться к подлинной свободе как выходу за пределы бытия. Именно подобные ситуации позволяют, а точнее, заставляют человека оставаться человеком, чувствующим ответственность за свою экзистенциальную сущность [29].

По мнению Р. Мэя, «тревожность - состояние человеческого существа в конфликте с небытием, конфликте, который 3.Фрейд мифологически изобразил в своем инстинкте смерти. Одна сторона этой борьбы - это борьба против чего-то в самом себе, но это все равно борьба за существование, за реализацию своих возможностей» [15].

Научно-психологическое исследование тревожности, как указывает А.М.Прихожан [18], началось с Ч. Дарвина. Его взгляды на страх основываются на двух основных положениях: во-первых, на том, что способность к переживанию страха, являясь врожденной особенностью человека и животных, играет значительную роль в процессе естественного отбора; во-вторых, на том, что на протяжении жизни множества поколений этот адаптивный механизм совершенствовался, поскольку побеждал и выживал тот, кто оказался наиболее искусным в избегании и преодолении опасности. Это обеспечивает, по Дарвину, и особые свойства страха, в том числе и возможность изменения его интенсивности - от умеренного внимания до крайнего ужаса. Дарвину принадлежит и описание типичных проявлений страха - от выражения лица и мимики до таких висцеральных реакций, как усиленное сердцебиение, увеличение потоотделения, пересыхание горла, изменение голоса [7].

Согласно взглядам классиков теории научения, тревожность и страх - очень близкие явления. И тревожность, и страх - эмоциональные реакции, возникающие на основе условного рефлекса. Они, в свою очередь, создают почву для широкого репертуара инструментальных, оперантных реакций избегания, на основе которых и происходит социализация индивида, и возникают (в случае закрепления неадаптивных форм) невротические и психические нарушения.

Большинство исследователей тревожности согласны в том, что проблема тревожности как проблема собственно психологическая - и в научном, и в клиническом плане - была впервые поставлена и подверглась специальному рассмотрению в трудах 3. Фрейда.

Классической работой 3. Фрейда по проблемам тревожности считается книга «Торможение. Симптом. Тревожность», которая была переведена на русский язык и издана под названием «Страх». 3.Фрейд определял тревожность как неприятное эмоциональное переживание, являющееся сигналом антиципируемой опасности. Содержание тревожности - переживание неопределенности и чувство беспомощности. Тревожность характеризуется тремя основными признаками:

) специфическим чувством неприятного;

) соответствующими соматическими реакциями, прежде всего усилением сердцебиения;

) осознанием этого переживания.

Интересна и позиция 3.Фрейда по проблеме видов и форм тревожности. Он выделял три основных вида тревожности: 1) объективную (реальный страх) - на опасность во внешнем мире; 2) невротическую - на опасность, не определяемую и не известную; 3) моральную тревожность - «тревожность совести».

Вопросы, которые ставил 3.Фрейд, и в настоящее время во многом остаются актуальными. Они, как уже неоднократно отмечалось, имели громадное влияние на последующее изучение тревожности, далеко выходящее за пределы психоанализа. Непосредственное же развитие его теория получила в школах психоанализа и неопсихоанализа, а также у тех авторов, которые, начав с психоанализа, нашли в дальнейшем свои собственные теоретические пути, например К.Роджерс, Э.Эриксон, Ф.Перлз.

Таким образом, рассмотренные теории позволяют сделать вывод о том, что позиции в изучении тревожности различны. Однако, в основном, тревожность рассматривается как эмоциональное состояние личности, которое оказывает негативное воздействие на психику человека.

**1.2.2 Причины и особенности проявления тревожности в подростковом возрасте**

Вопрос о причинах тревожности является центральным и вместе с тем наименее исследованным в изучении этой проблемы. Ответ на него во многом зависит от того, рассматривается ли она как личностное образование и/или как свойство темперамента. С ответом на этот вопрос связано представление о способах преодоления тревожности, хотя далеко не всегда определяется им полностью.

При понимании тревожности как свойства темперамента («психодинамическая» тревожность, по терминологии B.C. Мерлина) в качестве основных факторов признаются природные предпосылки - свойства нервной и эндокринной систем, в частности слабость нервных процессов [18].

В школе B.C. Мерлина проведен ряд исследований, сопоставляющих тревожность, которую авторы объясняют свойствами темперамента - «психодинамическую», и «тревожность ожиданий в социальном общении». Последняя рассматривается как свойство личности и связывается, как это видно из названия, с особенностями общения.

Вопрос о природных предпосылках тревожности чрезвычайно сложен. В ряде исследований И.А.Мусиной, этот вопрос решается через представление о двух типах факторов, продуцирующих состояние тревоги, - безусловных (куда входит и вегетативное, или «психовегетативное», реагирование) и обусловленных. Предполагается, что многократное повторение ситуаций, в которых актуализируются указанные типы факторов, ведет к закреплению тревожности как устойчивого образования[18].

Понимание тревожности как относительно устойчивой личностной характеристики заставляет обратить особое внимание на роль в ее возникновении и закреплении личностных и социальных факторов, прежде всего, особенностей общения.

Причиной возникновения тревоги в подростковом возрасте часто является внутренний конфликт, противоречивость стремлений подростка, когда одно его желание противоречит другому, одна потребность мешает другой. Внутреннее противоречивое состояние подростка может быть вызвано: противоречивыми требованиями к нему, исходящие из разных источников (или даже из одного источника: бывает, что родители противоречат сами себе, то позволяя, то грубо запрещая одно и то же); неадекватными требованиями, несоответствующие возможностям и стремлениям ребенка; негативными требованиями, которые ставят ребенка в униженное, зависимое положение. Во всех трех случаях возникает чувство "потери опоры"; утраты прочных ориентиров в жизни, неуверенность в окружающем мире [18].

В основе внутреннего конфликта в раннем подростковом возрасте (11 - 12 лет) может лежать внешний конфликт - между родителями, между семьей и школой, между сверстниками и взрослыми. Однако смешивать внутренний и внешний конфликты совершенно недопустимо; противоречия в окружающей обстановке ребенка далеко не всегда становятся его внутренними противоречиями. Совсем не каждый подросток становится тревожным, если его мать и бабушка недолюбливают друг друга и воспитывают его по-разному. Лишь когда ребенок принимает близко к сердцу обе стороны конфликтующего мира, когда они становятся частью его эмоциональной жизни, создаются все условия для возникновения тревоги.

В душе подростка конфликтуют не воспитательные системы, а его собственное желание не огорчать маму, его же собственное стремление нравиться бабушке. Точно также не распад семьи сам по себе делает подростка тревожным, а внутренняя несовместимость добрых чувств к обоим родственникам, ставшим друг другу врагами. Почему же сходные внешне конфликты у одних детей проникают в глубь души, тогда как другие ребята остаются к ним равнодушными? Причин много, но главная - какие отношения для ребенка являются значимыми. Если ученику не дорого мнение учителя, он постарается избежать конфликта, но душевных терзаний упреки педагога у него не вызовут. Другое дело, если резкую оценку его поступков или способностей он получает от того, на чьи слова привык он внутренне опираться, чьим именем дорожит.

Чем шире круг общения, тем больше ситуаций, которые могут дать основание для тревоги. Но и другое неоспоримо: ребенок не может полноценно жить и душевно развиваться, если его отношения с миром обеднены.

Тревога возникает, по мнению А.М.Прихожан, лишь, когда конфликт пронизывает всю его жизнь, препятствуя реализации его важнейших потребностей [18]. К этим важнейшим потребностям относятся: потребность в физическом существовании (пище, воде, свободе от физической угрозы и т.д.); потребность в близости, в привязанности к человеку или к группе людей; потребность в независимости, в самостоятельности, в признании права на собственное "я"; потребность в самореализации, в раскрытии своих способностей, своих скрытых сил, потребность в смысле жизни и цели.

Одной из самых частых причин тревожности является завышенные требования к подростку, негибкая, догматическая система воспитания, не учитывающая собственную активность ребенка, его интересы, способности и склонности. Наиболее распространенная система воспитания - "ты должен быть отличником". Выраженные проявления тревоги наблюдаются у хорошо успевающих подростков, которых отличают добросовестность, требовательность к себе в сочетании с ориентацией на отметки, а не на процесс познания. Бывает, что родители ориентируют на высокие, не доступные ему достижения в спорте, искусстве, навязывают ему (если это мальчик) образ настоящего мужчины, сильного смелого, ловкого, не знающего поражений, не соответствие которому больно бьет по мальчишескому самолюбию. К этой же области относится навязывание подростку чуждых ему (но высоко ценимых родителями) интересов, например как туризм, плавание. Ни одно из этих занятий само по себе не плохо. Однако выбор хобби должен принадлежать самому ребенку. Принудительное участие ребенка в делах, которые не интересует школьника, ставит его в ситуацию неизбежного неуспеха [18].

Стремясь выработать у ребенка такие качества как добросовестность, послушание, аккуратность, учителя нередко усугубляют и без того нелегкое положение, увеличивая пресс требований, невыполнение которых влечет для него внутреннее наказание. Без сомнения, добросовестное отношение к делу необходимо, однако дело школьника (учение) - особое дело, в котором процесс важнее результата и слабо с ним связан. Если рабочий трудится прежде всего ради результата, например ради производства какой-либо детали, то подросток учится не для того, чтобы решить ту или иную задачу: она давно решена и ответ помещен в конце задачника. Смысл учения - в самом процессе учения и развития, ориентация на результат, а тем более на отметку как конечную цель всех стараний школьника в сочетании с завышенными требованиями родителей способствует перенапряжению его сил, извращают их направленность. От отметки часто зависит отношение к ребенку значимых для него людей. Подросток чувствует, что отношение к нему прямо пропорционально его успеваемости, и оценки становятся средством достижения расположения родителей, учителей, одноклассников[18].

Сама интенсивность переживания тревоги, уровень тревожности у мальчиков и девочек различны. Если в младшем школьном возрасте мальчики более тревожны, чем девочки. То к одиннадцати годам интенсивность переживаний у обоих полов выравнивается, а после двенадцати лет общий уровень тревожности у девочек в целом возрастает, а у мальчиков несколько снижается, хотя именно среди мальчиков встречаются ребята с серьезными нарушениями в этой сфере.

Различаются девочки и мальчики тем, с какими ситуациями они связывают свою тревогу, как ее объясняют, чего опасаются.

И чем старше дети, тем заметнее разница. Девочки связывают тревогу с другими людьми. Их волнует отношение окружающих, возможность ссоры и разлуки с близкими людьми. Девушки пятнадцати-шестнадцати лет тревожатся за родных и близких, опасаются доставить им неприятности, переживают за их душевное состояние, здоровье и т.д. Для них характерны такие высказывания: "Мне было бы очень тревожно, когда бабушку увели в больницу...", или "Я всегда беспокоюсь, когда мама задерживается на работе...".

К людям, с которыми девочки могут связывать тревогу, относятся не только друзья, родные, учителя. Девочки боятся так называемых "опасных людей" - пьяниц, хулиганов, бандитов. Мальчики и девочки больше всего опасаются физической травмы. Но если для мальчиков физическая травма воспринимается как результат несчастного случая ("попаду под машину", "в руках разорвется взрывчатка") , то для девочек главной причиной являются действия этих самых "опасных людей" ("нападут из-за угла", "начнет приставать") [18].

В одиннадцать лет девочки начинают опасаться вымышленных страшилищ - мертвецов, чудовищ, а также волнуются в ситуациях, традиционно тревожных для людей. Эти ситуации по Юнгу, называют архаическими, т.к. они пугали наших еще предков: это темнота, гроза, пожар, высота. В пятнадцать-шестнадцать лет острота таких переживаний снижается.

То, что больше всего тревожит мальчиков можно назвать одним словом: насилие. Мальчики боятся физических травм, несчастных случаев, а также наказаний, которые можно от родителей или "начальников" вне семьи: учителей, милиционера, директора школы. Если при проверках девочки не справится с заданием, то мальчиков в таких ситуациях волнует лишь возможность грядущего наказания. "Мне страшно, когда меня вызывают к доске, потому что..." - вариант первый: "Я боюсь растеряться и плохо ответить" (девочка); вариант второй: "Вдруг получу "2", дома обязательно влетит" (мальчик). Видимо жизненный опыт мальчиков к пятнадцати-шестнадцати не развил в них чувства личной ответственности за свои неудачи. Провал неприятен лишь тем, что за ним последует наказание. А не злоупотребляем ли мы этим воспитательным средством по отношению к мальчикам? Не в этом ли одна из причин той безответственности, в которой женщины нередко упрекают современных мужчин?

Возраст человека отражает не только уровень физической зрелости, но и характер связей с окружающим миром, особенности переживаний. Подростковая пора - важнейший этап в жизни человека, в течение которого принципиально меняется его психологический облик. Меняется и характер тревожных переживаний.

Ведущий страх в данном возрасте - страх "быть не тем", о ком хорошо говорят, кого уважают, ценят и понимают. Другими словами, это страх не соответствовать социальным требованиям ближайшего окружения, будь это школа, среда сверстников или семья. Конкретными формами страха быть "не тем" являются страхи не успеть, опоздать, сделать не то, не так, быть осужденным или наказанным. Эти страхи говорят о нарастающей социальной активности, об упрочнении чувства ответственности, долга обязанности, т.е. обо всем том, что объединено в понятии "совесть", которая является центральным психологическим образованием данного возраста, они вздрагивают, на лице у них испуг, дети теряют как бы самоконтроль, способность думать и говорить [18].

Как указывает А.М. Прихожан, А.И.Захаров, ведущей причиной тревожности старших подростков (в особенности мальчиков) является возможность несчастного случая, а в результате физической травмы или увечья. Старшие подростки несколько чаще, чем младшие, тревожатся за родителей.

Разнообразнее становятся и объяснения, которые они дают своей тревоге. Так, девочки чаще называют причиной своего беспокойства собственные действия, слова, поступки, а тревожащим их последствием нередко оказывается чувство вины или стыда. Это говорит о возрастающей ответственности за себя, об упрочнении моральных норм. А вот мальчики 15-16 лет нечасто связывают тревогу с внутренними причинами ("мои ошибки", "мои угрызения совести"). Но и внешние санкции (наказания, замечания, двойки) в этом возрасте утрачивают для них свою остроту: девятиклассники довольно реже. чем младшие подростки опасаются взрослых - родителей или учителей.

Таким образом, чем старше были подростки, тем ярче определяется тип "мальчиковой" или "девочковой" тревожности. Те метаморфозы, которые претерпевает тревога подростков по мере их взросления, отражаются в первую очередь в переживаниях девочек. Для мальчиков же и в 11-12, и в 15-16 лет основной причиной беспокойства оказывается угроза возможного насилия (наказания или физической травмы). А такие нюансы отношений, как отвержение, чувство вины, переживания родных и близких, волнуют их значительно реже.

Таким образом, чаще состояние тревожности развивается у подростка в процессе общения со взрослыми, которые предъявляют завышенные требования к ребенку. В результате чего у подростка возникает внутренний конфликт, который развивается в состояние тревожности.

Рассмотрев основные теоретические концепции и подходы к пониманию агрессии и тревожности, в ходе исследования было установлено, что:

1. Агрессия- это индивидуальное или коллективное поведение или действие, направленное на нанесение физического или психического вреда либо даже на уничтожение другого человека или группы.

2. Характер агрессивного поведения во многом определяется возрастными и гендерными особенностями. Каждый возрастной этап имеет специфическую ситуацию развития и выдвигает определенные требования к личности. Адаптация к возрастным требованиям нередко сопровождается различными проявлениями агрессивного поведения.

. Подростковый период знаменует собой переход к взрослости, в подростковом возрасте в силу сложности и противоречивости особенностей растущих детей, внутренних и внешних условий их развития могут возникать ситуации, которые нарушают нормальный ход личностного становления, создавая объективные предпосылки для возникновения и проявления агрессивности.

. Агрессивное поведение для подросткового возраста - достаточно обычное явление, на всём протяжении подросткового периода наблюдается чётко выраженная динамика агрессивности. В процессе социализации подростка агрессивное поведение имеет ряд важных функций. В норме оно освобождает от страха, помогает отстаивать свои интересы, защищает от внешней угрозы, способствует адаптации.

. Позиции в изучении тревожности различны, однако, в основном, тревожность рассматривается как эмоциональное состояние личности, которое оказывает негативное воздействие на психику человека.

. Состояние тревожности развивается у подростка в процессе общения со взрослыми, которые предъявляют завышенные требования к ребенку. В результате чего у подростка возникает внутренний конфликт, который развивается в состояние тревожности.

Таким образом, теоретические основы исследуемой проблемы агрессивного поведения подростков с различным уровнем тревожности открывают перспективы проведения экспериментальной работы с целью подтверждения или опровержения теоретических выводов, полученных в первой главе настоящего исследования.

**2. Организация и методы исследования особенностей агрессивного поведения подростков с различным уровнем тревожности**

В исследовании принимали участие учащиеся в возрасте 14-15 лет, обучающиеся в 9 «б» классе МОУ СОШ № 48 г. Оренбурга, общей численностью 22 человека. Состав выборки следующий - 11 девочек и 11 мальчиков. Для проведения психодиагностической процедуры администрацией школы была выделена классная комната. Условия соответствовали требованиям проведения психодиагностики.

В исследовании были использованы следующие экспериментально психологические методы и методики: наблюдение, метод экспертных оценок, методика Басса-Дарки, направленная на выявление преобладающих видов агрессивных реакций; методика Ч.Д.Спилбергера на выявление уровня ситуативной и личностной тревожности.

Для обработки и интерпретации данных использовались: программа «Microsoft Excel 7.0».

**Карта наблюдения за агрессивными проявлениями в поведении (№1)** (параметрическая):

*Цель:* выявление индивидуальных агрессивных проявлений в поведении подростков. Психологу предлагается фиксировать частоту проявления агрессивности в соответствии с 10 показателями проявления агрессивности: 0 - не проявляется никогда; 1 - иногда наблюдается; 2 - наблюдается довольно часто; 3 - проявляется почти всегда; 4 - наблюдается постоянно.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатели проявления агрессивности | Поведенческие акты | Частота проявления |
| 1. Вегетативные признаки и внешние проявления агрессивности | - Краснеет (бледнеет) в состоянии раздражения, гнева; - кусает, облизывает губы в состоянии гнева; - сжимает кулаки в состоянии гнева; - сжимает кулаки в состоянии обиды. | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |
| 2. Длительность выхода из состояния раздражения, гнева | - После агрессивной реакции успокаивается в течение 15 минут; - после агрессивной реакции успокаивается в течение 30 минут; - после агрессивной реакции успокаивается в течение 1 часа; - после агрессивной реакции пребывает в напряженном состоянии в течение дня. | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |
| 3. Чувствительность к помощи взрослого | - Не может успокоиться без помощи взрослого; - замечания в устной форме не тормозят вербальной агрессии; - замечания в устной форме не тормозят физической агрессии; - чувство неприязни к другим не корректируется извне. | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |
| 4. Отношение к собственным проявлениям агрессии | - Сам признает негативность своего поведения и прекращает его; - признает негативность своего поведения после комментариев взрослого и прекращает агрессивные действия; - не воспринимает собственные агрессивные действия как негативные. | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |
| 5. Проявление агрессии в присутствии других | - Проявляет агрессию один на один; - проявляет агрессию в присутствии других сверстников; - проявляет агрессию в присутствии взрослых; | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |
| 6. Проявление физической агрессии, направленной на предмет | - Ломает, портит вещи противника в ситуации ссоры; - портит вещи в состоянии раздражения гнева; - портит вещи независимо от состояния и ситуации. | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |
| 7. Проявление агрессии, направленной на других детей | - Проявляет агрессию по отношению к другим в состоянии раздражения, гнева; - проявляет агрессивные действия на случайные действия других (задели, толкнули и т.д.); - проявляет агрессию по отношению к другим без видимой причины; - задирается, провоцирует проявление агрессии. | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |
| 8. Проявление агрессии, направленной на взрослых | - Проявляет агрессию по отношению к родителям; - проявляет агрессию по отношению к чужим взрослым; - проявляет агрессивные реакции на случайные действия других (задели, толкнули и т.д.); - проявляет агрессию по отношению к другим без видимой причины. | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |
| 9. Проявление агрессии, направленной на себя | - Причиняет себе ущерб в состоянии раздражения, гнева (бьет кулаком в стену, бьется головой); - причиняет себе ущерб после агрессивных реакций по отношению к другим; - причиняет себе ущерб без видимых причин. | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |
| 10. Проявление вербальной агрессии | - Говорит обидные слова детям; - говорит обидные слова взрослым; - говорит нецензурные слова детям; - говорит нецензурные слова взрослым. | 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 0 1 2 3 4 |

**Информационная психодиагностическая карточка**

**1. Название** - «Опросник Басса-Дарки».

**2.** **Авторы** - А. Басс и А.Дарки.

**3.** **Источник** - «Практикум по возрастной психологии» под редакцией Л.А.Головей, Е.Ф.Рыбалко, издательство «Речь»,2006 г; «Агрессия у детей и подростков», под редакцией Н. М.Платоновой, издательство «Речь»,2006 г.

**4.** **Назначение -** методика Басса-Дарки ориентирована на испытуемых подросткового возраста и дает наиболее подробную информацию о видах агрессивного поведения, а также позволяет выявить уровень агрессивности.

**5.** **Возрастные ограничения -** возраст испытуемых 14-15 лет.

А.Басс и А.Дарки выделили следующие виды агрессивных реакций:

. Физическая агрессия (нападение) - использование физической силы против другого лица;

. Косвенная агрессия - агрессия, которая окольными путями направлена на другое лицо (сплетни, злобные шутки) или агрессия, которая ни на кого не направлена взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топанье ногами, битье кулаками по столу и т. д.;

. Раздражение-готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (грубость, вспыльчивость);

. Негативизм-оппозиционная манера поведения от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов;

. Обида-зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия;

. Подозрительность-недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред;

. Вербальная агрессия-выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, ругань, проклятия);

. Чувство вины - возможное убеждение субъекта, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

**6. Стимульный материал -** в бланке опросника указываются имя учащегося, его возраст и дата диагностики

**7. Инструкция -** опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает: «Да» или «Нет». Отвечать нужно быстро, не задумываясь.

**8. Процедура диагностики -** диагностика может проводиться в индивидуальной или групповой форме, желательно в начале учебного года, учебного дня и в отсутствии учителей и классного руководителя. Для проведения методики исследуемому дается регистрационный лист, с 75-ю утверждениями. На них надо быстро отвечать - да или нет, не задумываясь и не меняя последовательности ответа на утверждения.

**9. Достоинства методики -** высокий уровень формализации, что позволяет проводить оперативную диагностику с количественно выраженным результатом. **Недостаток методики -** обладает слабой устойчивостью к тенденции испытуемого давать социально-желательные ответы в связи, с чем объективность полученных результатов во многом будет зависеть от доверительности ситуации обследования.

**10. Интерпретация данных -** по специальной таблице выявляется число совпавших положительных и отрицательных ответов, они суммируются и откладываются на графике.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид агрессии | Номера вопросов | Число совпавших |
| 1. Физическая агрессия | Да 1.2.5.33.48.55.62.68 Нет 9.17.41 |  |
| 2. Косвенная | Да 2.10.18.42.34.56.63 Нет 26.49 |  |
| 3. Раздражение | Да 3.19.27.43.50.57.64.72 Нет 11.35.69 |  |
| 4.Негативизм | Да 4.12.20.28 Нет 36 |  |
| 5. Обида | Да 5.13.21.29.37.51.58 Нет 44 |  |
| 6.Подозрительность | Да 6.14.22.30.38.42.52.59 Нет 65.70 |  |
| 7. Вербальная агрессия | Да 7.15.23.31.46.53.60.71.73 Нет 39.66.74.75 |  |
| 8. Чувство вины | Да 8.16.24.32.40.47.54.61.67 |  |

Общий индекс агрессивности равен: сумма показателей 1,2,3,7. (ОИА=…). Индекс враждебности равен: сумма показателей 6,5 (ИВ=…).

Строится график зависимости между числом совпавших ответов и видами агрессивности. Выявляется максимальное значение - это и есть превалирующий тип агрессии. При подсчете количества баллов в соответствии с ключом определяется уровень той или иной формы агрессии: от 0 до 30% - низкий уровень, от 40 до 60% - средний уровень, от 70 до 100% - высокий.

*Физическая агрессия* - использование физической силы против другого лица.

*Вербальная агрессия* - выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание словесных обращений к другим лицам (угроза, проклятия, ругань.)

*Косвенная агрессия* - использование окольным путем направленных против других лиц сплетен, шуток и проявление ненаправленных, неупорядоченных взрывов ярости (в крике, топанье ногами и т. д.).

*Негативизм* - оппозиционная форма поведения, направленная обычно против авторитета и руководства, который может нарастать от пассивного сопротивления до активных действий против требований, правил, законов.

*Раздражение* - склонность к раздражению, готовность при малейшем возбуждении излиться во вспыльчивости, резкости, грубости.

*Подозрительность* - склонность к недоверию и осторожному отношению к людям, проистекающее из убеждения, что окружающие намерены причинить вред.

*Обида* - проявление зависти и ненависти к окружающим, обусловленные чувством гнева, недовольства кем-то именно или всем миром за действительные или мнимые страдания.

*Аутоагрессия или чувство вины* - отношение и действие по отношению к себе и окружающим, проистекающие из возможного убеждения самого обследуемого в том, что он является плохим человеком, поступает нехорошо, вредно, злобно или бессовестно.

ОИА в норме равен 21; УАМ в норме равен 14; ИВ в норме равен 7.

**Информационная психодиагностическая карточка**

**1. Название -** «Опросник Ч. Д. Спилбергера»

**2. Автор -** Ч. Д. Спилбергер

**3. Источник -** «Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция» под редакцией А. В. Микляевой, П. В. Румянцевой, издательство «Речь», 2007; «Справочник психолога средней школы» под редакцией О.Н.Истратовой, Т. В. Эксакусто, издательство «Феникс», 2006.

**4. Назначение методики -** позволяет дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство, и как состояние.

Под личностной тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающий, отвечая на каждую из них определённой реакцией.

Ситуативная тревожность как состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичным во времени.

**5. Возрастные ограничения -** методика предназначена для работы с подростками 12-17 лет.

**6. Процедура диагностики -** методика может применяться индивидуально или в группе из 10-15 человек, без ограничения времени. Обычно на заполнение обеих подшкал уходит не более 15-20 минут, при повторном обследовании 5 минут.

**7. Стимульный материал -** для работы необходимы бланки «Шкала самооценки». Шкала содержит две подшкалы: 20 суждений(1-20) для выявления состояния тревоги и 20 (21-40) - для определения тревожности как свойства личности. Первая подшкала называется подшкалой актуальной тревоги (АТ) или реактивной тревоги (РТ), вторая - подшкалой личностной тревожности (ЛТ).

**8. Инструкция -** испытуемым предлагается, ответить на вопросы шкал не задумываясь, поскольку правильных или неправильных ответов нет. На каждый вопрос возможны 4 варианта ответа по степени интенсивности. Испытуемому предлагается внимательно прочитать каждое из приведённых суждений и зачеркнуть цифру в соответствующей графе.

**9. Интерпретация данных -** Обработка шкалы осуществляется с помощью «ключа». Следует учитывать, что каждая из подшкал содержит прямые и обратные суждения. Первые направлены непосредственно на диагностику состояния тревоги или тревожности как свойство личности. В обратных суждениях тревога или тревожность диагностируется косвенно, через отрицание признаков спокойствия, эмоционального равновесия.

В подшкале АТ следующие суждения относятся к прямым: 3,4,6,7,9,12,13,14,17,18; к обратным: 1,2,5,8,10,11,15,16,19,20.

В подшкале ЛТ следующие суждения относятся к прямым: 22,23,24,25,28,29,31,32,34,35,37,38,40;

к обратным: 21,26,27,30,33,36,39.

При определении актуальной тревоги АТ отдельно вычисляют суммы баллов по ответам на прямые (А) и обратные (В) суждения. Затем применяют следующую формулу: АТ=А-В+50.

Для определения личностной тревожности ЛТ точно так же отдельно вычисляют суммы баллов по ответам на прямые (С) и обратные (Д) суждения и применяют формулу ЛТ=С-Д+35.

Среднегрупповые значения по актуальной тревоге составляют 35,7+-8,7 балла.

Уровни АТ (в баллах): 0-30 - низкая; 31-45 - умеренная; 46 и более высокая.

Среднегрупповые значения по личностной тревожности составляют 37,7+-8,7 балла. Уровни ЛТ (в баллах):0-30- низкая; 31-45- умеренная; 46 и более - высокая.

При интерпретации результатов, полученных для первой подшкалы, следует учитывать, что актуальная (реактивная) тревога характеризует временное переживание напряжения, беспокойства, озабоченности, скованности и т. д. Эти переживания сопровождаются определенными физиологическими реакциями, в частности, активацией сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарастанием вязкости слюны, усилением потоотделения и т. д. АТ представляет значимость той конкретной ситуации в целом (или большинства ее составляющих), в которой находится человек. Это реакция на те трудности, которые реально встают перед человеком в данный момент или он воспринимает происходящее в данный момент как трудность, опасность. Актуальная тревога - это эмоциональный ответ человека на все, что происходит с ним, в нем или вокруг него на момент обследования, это динамическая характеристика эмоциональных переживаний. С изменением значимости ситуации для человека возможно также изменение уровня АТ.

Низкий уровень АТ отражает недостаточно высокую значимость для человека той ситуации, в которой он оказывается на момент обследования. Это признак недостаточной актуализации потребностей организма, отсутствие заинтересованности в том, что происходит в мире и в самом себе. Низкий уровень тревоги может также наблюдаться у людей, в эмоциональном опыте которых подобные ситуации встречались. Такой человек воспринимает происходящее или в соответствии с его объективной эмоциогенностью, или как незначащее, или как преодолимое. Он уверен в себе, доволен собой, своим состоянием, положением дел, внутренне расслаблен, настроен на успешное преодоление препятствий и чувствует в себе достаточно сил для этого.

При умеренной АТ человек придает повышенную значимость отдельным элементам ситуации или находит в себе силы и возможности контролировать свои эмоциональные переживания. Такой человек старается объективно оценивать возникающие ситуации, однако, это ему удается или не сразу, или он не совсем уверен в своих силах, возможностях, опыте. Поэтому возможно кратковременное, но не очень существенно нарушенное эмоциональное равновесие, снижение работоспособности. Восстановление эмоционального комфорта, уверенности в себе происходит довольно быстро.

Высокий уровень АТ свидетельствует о том, что ситуация, в которой находится человек, чрезвычайно важна для него. Она затрагивает актуальные на данный момент потребности, человек воспринимает ее как несущую угрозу его физическому существованию, престижу, авторитету в группе или собственной оценке самого себя. Человек, обладающий высокой АТ, чувствует напряжение, беспокойство, мышечную скованность. Он сконцентрирован на происходящем, которое кажется ему опасным и непреодолимым. Он недоволен собой, окружающими людьми, часто замыкается в себе.

По интерпретации результатов, полученных по второй подшкале, следует принимать во внимание особенности формирования и проявления свойств личности, а так же ту роль, которую играют личностные свойства в адаптационном процессе. Тревожность - это относительно устойчивое свойство личности, характеризующее предрасположенность воспринимать достаточно широкий круг ситуаций как угрожающие и реагировать на них, как правило, развитием чувства беспокойства, тревоги.

Человек с низким уровнем ЛТ, как правило, воспринимает появившиеся трудности адекватно их объективной эмоциональной насыщенности. Угрожающими для него становится в основном ситуации, представляющие реальную опасность для жизни, ставящие его на грань между жизнью и смертью. Поведение, взаимоотношения с окружающими регулируются уверенностью в успехе, в возможности разрешения конфликтов. В возникновении конфликтов он часто обвиняет других людей; критические замечания окружающих переносит спокойно, без раздражения; похвалу, одобрение воспринимает как реально заслуженные.

При умеренном уровне ЛТ человек чувствует себя комфортно, сохраняет эмоциональное равновесие, работоспособность преимущественно в ситуациях, к которым он уже успел успешно адаптироваться, в которых он знает как надо себя вести, знает меру своей ответственности. При осложнении ситуаций возможно появление беспокойства, тревоги. Однако в таких случаях люди с умеренной тревожностью быстро восстанавливают эмоциональное равновесие.

Высокий уровень ЛТ означает, что большинство ситуаций, в которых оказывается человек, воспринимается как угрожающие ему, его престижу или самооценке. Поведение, взаимодействие с окружающими регулируются, прежде всего, эмоциями. Высокая эмоциональная чувствительность сочетается с повышенной ранимостью, обидчивостью. Замечания окружающих воспринимаются как порицание, оскорбление. Одобрение, поддержка, особенно комплименты, не вызывают доверия или принимаются за лесть. Конфликтные ситуации или избегаются, или вызывают чувство собственной вины. Неудачи часто переживаются как трагедии и надолго приковывают внимание, снижают активность, необходимую для их реального преодоления и анализа.

**3. Анализ и интерпретация результатов исследования**

**3.1 Исследование форм агрессивного поведения подростков**

Результаты ответов, полученных с помощью теста-опросника Басса-Дарки, оценивались по восьми субшкалам (показатели выраженности различных компонентов агрессивного поведения).

Табл. №1 Сводная таблица диагностики форм агрессивных реакций учащихся

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Учащиеся | Формы агрессивных реакций (балл) | | | | | | | | ИА | ИВ |
|  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |  |  |
| 1 | Ольга Я. | 7 | 3 | 6 | 4 | 5 | 4 | 9 | 5 | 22 | 9 |
| 2 | Вероника К. | 6 | 4 | 5 | 3 | 4 | 2 | 8 | 4 | 19 | 6 |
| 3 | Дмитрий З. | 8 | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 8 | 6 | 19 | 9 |
| 4 | Алексей В. | 9 | 8 | 7 | 5 | 5 | 6 | 11 | 4 | 27 | 11 |
| 5 | Денис П. | 6 | 5 | 6 | 4 | 2 | 6 | 7 | 6 | 19 | 8 |
| 6 | Сергей Т. | 7 | 5 | 7 | 4 | 3 | 5 | 6 | 4 | 20 | 8 |
| 7 | Олеся С. | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 8 | 3 | 18 | 9 |
| 8 | Ксения Б. | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 9 | 3 | 16 | 6 |
| 9 | Алина М. | 4 | 7 | 6 | 2 | 3 | 3 | 9 | 4 | 19 | 6 |
| 10 | Николай С. | 8 | 6 | 4 | 4 | 2 | 4 | 7 | 5 | 19 | 6 |
| 11 | Юлия З. | 4 | 6 | 6 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 15 | 8 |
| 12 | Ирина С. | 3 | 3 | 5 | 3 | 4 | 3 | 7 | 3 | 15 | 7 |
| 13 | Андрей К. | 8 | 5 | 7 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 19 | 7 |
| 14 | Иван К. | 7 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 14 | 8 |
| 15 | Анастасия Г. | 5 | 6 | 4 | 4 | 3 | 4 | 7 | 4 | 16 | 7 |
| 16 | Максим Ю. | 6 | 4 | 2 | 4 | 6 | 4 | 5 | 3 | 13 | 10 |
| 17 | Владимир Д. | 8 | 8 | 10 | 5 | 6 | 7 | 10 | 5 | 28 | 13 |
| 18 | Екатерина К. | 2 | 3 | 6 | 2 | 4 | 5 | 8 | 6 | 16 | 9 |
| 19 | Василий К. | 9 | 7 | 7 | 5 | 8 | 8 | 11 | 2 | 27 | 16 |
| 20 | Руслан С. | 10 | 8 | 8 | 4 | 7 | 3 | 12 | 3 | 30 | 10 |
| 21 | Регина С. | 6 | 9 | 9 | 5 | 4 | 4 | 12 | 4 | 27 | 8 |
| 22 | Оксана К. | 6 | 7 | 10 | 5 | 5 | 6 | 10 | 3 | 26 | 11 |
| Среднее значение | | 6,23 | 5,50 | 5,91 | 3,86 | 4,41 | 4,32 | 8,05 | 3,91 | 20,18 | 8,73 |
| Станд. отклонение | | 2,14 | 1,82 | 2,16 | 1,04 | 1,50 | 1,49 | 2,38 | 1,27 | 5,09 | 2,45 |

**Обозначения:** 1 - физическая агрессия; 2 - косвенная; 3 - раздражение; 4 - негативизм; 5 - обида; 6 - подозрительность; 7 - вербальная агрессия; 8 - чувство вины.

Индекс враждебности включал сумму показателей по 5-ой (обида) и 6-ой (подозрительность) шкалам. Индекс агрессии (прямой или мотивационной) - сумма показателей по 1-ой (физическая агрессия), 2-ой (косвенная агрессия), 3-ей (раздражение) и 7-ой (вербальная агрессия) субшкалам. Кроме того, нами учитывалась 8-я субшкала (угрызения совести, чувство вины). При оценке полученных данных мы исходили из нормативов, приводимых целым рядом авторов: **в научной литературе** **«нормой агрессии» выступает величина ее индекса, равная 21 плюс - минус 4, а враждебности - 7 плюс - минус 3.**

Из результатов, представленных в таблице № 1, видно, что в целом по группе наблюдаются средние значения индекса агрессивности (20,18). Индекс враждебности (8,73) также соответствует нормативным данным. Показатели уровня агрессивности подтверждают теоретическое положение о повышенном уровне агрессивности подростков, который можно расценивать как активную форму адаптации, выражение желания изменить обстановку, что свойственно подростковому возрасту в целом. Возможно, что агрессия подростков в значительной мере обусловлена ощущением угрозы самооценке, что также характерно для подросткового возраста. Таким образом, агрессивное поведение подростков экспериментальной группы носит характер возрастных реакций и не нарушает в целом их взаимоотношений с окружающими.

Средние значения показателя физической агрессии соответствует показателю 6,23; средние значения показателя косвенной агрессии соответствует показателю 5,50; средние значения показателя раздражения соответствует показателю 5,91; средние значения показателя негативизма соответствует показателю 3,86; средние значения показателя обиды соответствует показателю 4,41; средние значения показателя подозрительности соответствует показателю 4,32; средние значения показателя вербальной агрессии соответствует показателю 8,05; средние значения показателя чувства вины соответствует показателю 3,91.

Следует отметить, что средние значения по субшкалам физической агрессии и вербальной агрессии соответствуют нормативным показателям по стандартной выборке. Т.е. в основном детям не свойственно использование физической силы против другого лица; выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание словесных ответов (угрозы, ругань) носит ситуативный характер. Показатели по субшкалам косвенной агрессии и негативизма несколько превышают нормативные, что стоит также расценивать как возрастную особенность. Косвенная агрессия в основном проявляется у девочек в виде сплетен, у мальчиков в виде «черного юмора» либо в виде злобных шуток. Различные агрессивные поведенческие реакции подростков, как правило, носят ситуативный характер. Подросток, таким образом, по всей видимости, хочет показать свою самостоятельность и независимость.

Повышенные значения по субшкале «негативизм» говорят о том, что оппозиционная мера поведения, направленная против авторитета (часто учителей и родителей) может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против правил, диктуемых взрослыми.

Особо отметим средний уровень по субшкале «чувство вины». Диапазон индивидуальных проявлений чувства вины достаточно широк, что говорит о различных рефлексивных способностях подростков.

Представленные в таблице результаты позволяют проследить индивидуальные показатели выраженности форм агрессивных и враждебных реакций. У учащихся Ксении, Юлии, Ирины, Ивана, Анастасии, Максима и Екатерины отмечается низкий уровень агрессивности и средний уровень враждебности. У учащихся Алексея, Владимира, Василия, Оксаны отмечается высокий уровень агрессивности и высокий уровень враждебности.

У ряда учащихся значение уровня агрессивности лежит на границе возрастной нормы, что позволяет говорить о том, что подростки в большинстве своем относятся к «группе риска» по частоте агрессивных проявлений.

У Алексея, Владимира, Василия, Руслана, Регины и Оксаны выявлен высокий уровень агрессивности. Что позволяет отнести данных подростков к **«группе риска»**. Со слов классного руководителя и психолога школы данных детей действительно отличает агрессивное поведение, которое проявляется в ряде конфликтных ситуаций и в ситуациях межличностного взаимодействия с взрослыми (учителями и родителями) и сверстниками.

По данным ряда исследований, агрессивное поведение для подросткового возраста достаточно обычное явление, что подтверждается результатами нашего исследования (27,3 % учащихся данного класса имеют высокий уровень агрессивности). Возможно, данные показатели объясняются тем, что исследование проводилось в канун выпускных экзаменов, когда учащиеся подвергнуты всплескам эмоциональных проявлений.

По мнению Платоновой Н. М., специфической особенностью агрессивного поведения в подростковом возрасте является его зависимость от группы сверстников на фоне крушения авторитета взрослых. В данном возрасте быть агрессивным часто означает «казаться или быть сильным». Любая подростковая группа имеет свои ритуалы и мифы, поддерживаемые лидером. Ритуалы усиливают чувство принадлежности к группе и дают подросткам ощущение безопасности, а мифы становятся идейной основой её жизнедеятельности. Мифы широко используются группой для оправдания её внутригрупповой и внешней агрессии. В отдельных случаях инициаторами агрессивного поведения были отдельные подростки-аутсайдеры, дезадаптированные в силу различных причин и предпринимающие попытки самоутвердиться с помощью агрессии. Агрессивность подростка определяется его статусом в группе. Наиболее высокий уровень агрессии наблюдается у лидеров и отверженных. Лидеры с помощью агрессивных действий укрепляют своё первенство, а отверженные группой проявляют неудовлетворённость своим положением.

Как правило, подростковая агрессия - явление временного (возрастного) характера и проявления подростковой агрессивности не имеют серьёзных негативных последствий для окружающих, не нарушают социального функционирования и психологического развития подростков. Тяжёлые формы насильственного поведения, антисоциальные и явно патологические формы агрессии наблюдаются значительно реже. Наиболее важным, «переломным» моментом пубертатного кризиса, который сопровождается резким подъёмом делинквентности подростков, является возраст 14-15 лет. Вместе с тем с этого возраста физическая агрессия снижается как у мальчиков, так и у девочек. В процессе социализации подростка агрессивное поведение имеет ряд важных функций. В норме оно освобождает от страха, помогает отстаивать свои интересы, защищает от внешней угрозы, способствует адаптации. Причём для развития личности подростка опасны не столько сами агрессивные проявления, сколько их результат и неправильная реакция окружающих. В случае, когда насилие даёт различные привилегии (признание, внимание и т.д.), у подростков с большой вероятностью формируется поведение, основанное на культе силы. Следует отметить, что мальчики демонстрировали более высокий уровень прямой и физической агрессии, а девочки - косвенной и вербальной, что соответствует данным ряда других исследований, посвященных подростковой агрессии.

**3.2 Определение уровня ситуативной и личностной тревожности подростков**

Результаты ответов, полученных с помощью методики Ч.Д.Спилбергера, были занесены в таблицу №2:

Табл.№2 Сводная таблица диагностики уровня ситуативной и личностной тревожности учащихся

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Учащиеся | Возраст | Личностная тревожность (ЛТ) (балл) | Ситуативная тревожность (АТ) (балл) |
| 1 | Ольга Я. | 15 | 29 | 24 |
| 2 | Вероника К. | 15 | 33 | 31 |
| 3 | Дмитрий З. | 15 | 25 | 21 |
| 4 | Алексей В. | 15 | 59 | 50 |
| 5 | Денис П. | 14 | 40 | 41 |
| 6 | Сергей Т. | 15 | 31 | 32 |
| 7 | Олеся С. | 15 | 37 | 34 |
| 8 | Ксения Б. | 15 | 30 | 30 |
| 9 | Алина М. | 15 | 42 | 40 |
| 10 | Николай С. | 14 | 31 | 31 |
| 11 | Юлия З. | 14 | 37 | 32 |
| 12 | Ирина С. | 14 | 35 | 34 |
| 13 | Андрей К. | 15 | 44 | 33 |
| 14 | Иван К. | 14 | 40 | 39 |
| 15 | Анастасия Г. | 15 | 43 | 40 |
| 16 | Максим Ю. | 14 | 42 | 31 |
| 17 | Владимир Д. | 15 | 35 | 39 |
| 18 | Екатерина К. | 14 | 36 | 38 |
| 19 | Василий К. | 15 | 41 | 39 |
| 20 | Руслан С. | 15 | 34 | 33 |
| 21 | Регина С. | 15 | 55 | 51 |
| 22 | Оксана К. | 15 | 60 | 57 |
| Среднее значение | |  | 39,05 | 36,36 |
| Станд. отклонение | |  | 9,2 | 8,41 |

По данным нашего исследования у подростков данной группы среднее значение показателя личностной тревожности соответствует показателю 39,05, а среднее значение показателя ситуативной тревожности соответствует показателю 36,36. Данные значения говорят, что в среднем по группе отмечается средний уровень ситуативной и личностной тревожности.

Анализ индивидуальных значений позволяет говорить, о том, что у основной группы учащихся (в количестве 17 человек), отмечен умеренный уровень личностной и ситуативной тревожности. При умеренной АТ человек придает повышенную значимость отдельным элементам ситуации или находит в себе силы и возможности контролировать свои эмоциональные переживания. Такой человек старается объективно оценивать возникающие ситуации, однако, это ему удается или не сразу, или он не совсем уверен в своих силах, возможностях, опыте. Поэтому возможно кратковременное, но не очень существенно нарушенное эмоциональное равновесие, снижение работоспособности. Восстановление эмоционального комфорта, уверенности в себе происходит довольно быстро. При умеренном уровне ЛТ человек чувствует себя комфортно, сохраняет эмоциональное равновесие, работоспособность преимущественно в ситуациях, к которым он уже успел успешно адаптироваться, в которых он знает как надо себя вести, знает меру своей ответственности. При осложнении ситуаций возможно появление беспокойства, тревоги. Однако в таких случаях люди с умеренной тревожностью быстро восстанавливают эмоциональное равновесие.

У Ольги и Дмитрия отмечается низкий уровень личностной и ситуативной тревожности. Низкий уровень АТ отражает недостаточно высокую значимость для человека той ситуации, в которой он оказывается на момент обследования. Это признак недостаточной актуализации потребностей организма, отсутствие заинтересованности в том, что происходит в мире и в самом себе. Низкий уровень тревоги может также наблюдаться у людей, в эмоциональном опыте которых подобные ситуации встречались. Такой человек воспринимает происходящее или в соответствии с его объективной эмоциогенностью, или как незначащее, или как преодолимое. Он уверен в себе, доволен собой, своим состоянием, положением дел, внутренне расслаблен, настроен на успешное преодоление препятствий и чувствует в себе достаточно сил для этого. Человек с низким уровнем ЛТ, как правило, воспринимает появившиеся трудности адекватно их объективной эмоциональной насыщенности. Угрожающими для него становится в основном ситуации, представляющие реальную опасность для жизни, ставящие его на грань между жизнью и смертью. Поведение, взаимоотношения с окружающими регулируются уверенностью в успехе, в возможности разрешения конфликтов. В возникновении конфликтов он часто обвиняет других людей; критические замечания окружающих переносит спокойно, без раздражения; похвалу, одобрение воспринимает как реально заслуженные.

У Алексея, Регины, Оксаны отмечается высокий уровень личностной и ситуативной тревожности. Что позволяет отнести данных подростков к **«группе риска»**. Со слов классного руководителя и психолога школы данных детей действительно отличает высокий уровень личностной и ситуативной тревожности, который проявляется в ряде вербальных и невербальных признаков. Данные методики подтверждаются и наблюдениями. Высокий уровень АТ свидетельствует о том, что ситуация, в которой находится человек, чрезвычайно важна для него. Она затрагивает актуальные на данный момент потребности, человек воспринимает ее как несущую угрозу его физическому существованию, престижу, авторитету в группе или собственной оценке самого себя. Человек, обладающий высокой АТ, чувствует напряжение, беспокойство, мышечную скованность. Он сконцентрирован на происходящем, которое кажется ему опасным и непреодолимым. Он недоволен собой, окружающими людьми, часто замыкается в себе. Высокий уровень ЛТ означает, что большинство ситуаций, в которых оказывается человек, воспринимается как угрожающие ему, его престижу или самооценке. Поведение, взаимодействие с окружающими регулируются, прежде всего, эмоциями. Высокая эмоциональная чувствительность сочетается с повышенной ранимостью, обидчивостью. Замечания окружающих воспринимаются как порицание, оскорбление. Одобрение, поддержка, особенно комплименты, не вызывают доверия или принимаются за лесть. Конфликтные ситуации или избегаются, или вызывают чувство собственной вины. Неудачи часто переживаются как трагедии и надолго приковывают внимание, снижают активность, необходимую для их реального преодоления и анализа.

Тревожность как устойчивая личностная черта формируется только в подростковом возрасте. До этого она является функцией ситуации. Тревожность может выполнять мобилизующую роль, связанную с повышением эффективности деятельности, начиная с подросткового возраста. Определённый уровень тревожности - естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. У каждого, существует свой оптимальный, или желательный, уровень тревожности - это так называемая полезная тревожность. Оценка своего состояния в этом отношении является существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания. Школьники, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма напряжённо, выраженным состоянием тревожности. В подростковом возрасте, тревожные школьники испытывали постоянные сомнения, колебания, неуверенность в правильности своего восприятия успеха и неуспеха и значительную неудовлетворённость им. Тревожности подвержены как мальчики, так и девочки. Уровень тревожности в среднем выше у девочек, по сравнению с мальчиками. При этом тревога девочек по своему содержанию отличалась от тревоги мальчиков: девочек больше волнуют взаимоотношения с другими людьми, мальчиков - насилие во всех его аспектах. Для подростков 14-15 лет характерна межличностная тревожность, связанная, прежде всего, с отношениями со сверстниками (друзья, одноклассники). Для тревожных подростков была характерна повышенная точность в оценке своего положения среди сверстников, но при этом низкая степень уверенности в этой оценке. Эмоционально благополучные подростки, напротив, отличались в этом отношении сравнительно слабой точностью, поскольку ориентировались в основном лишь на своих близких друзей, но проявляли высокую степень неуверенности. «Неадекватно спокойные» школьники проявляли нечувствительность к своему реально неблагополучному положению среди сверстников, причём эта нечувствительность носила защитный характер.

Низкий уровень СТ отражает недостаточно высокую значимость для подростка той ситуации, в которой он оказывается на момент обследования. Это признак недостаточной актуализации потребностей организма, отсутствие заинтересованности в том, что происходит в мире и в самом себе. Низкий уровень тревоги может также наблюдаться у школьников, в эмоциональном опыте которых подобные ситуации встречались. Такой школьник воспринимает происходящее или в соответствии с его объективной эмоциогенностью, или как незначащее, или как преодолимое. Он уверен в себе, доволен собой, своим состоянием, положением дел, внутренне расслаблен, настроен на успешное преодоление препятствий и чувствует в себе достаточно сил для этого.

При умеренной СТ подросток придает повышенную значимость отдельным элементам ситуации или находит в себе силы и возможности контролировать свои эмоциональные переживания. Такой подросток старается объективно оценивать возникающие ситуации, однако, это ему удается или не сразу, или он не совсем уверен в своих силах, возможностях, опыте. Поэтому возможно кратковременное, но не очень существенно нарушенное эмоциональное равновесие, снижение работоспособности. Восстановление эмоционального комфорта, уверенности в себе происходит довольно быстро.

Высокий уровень СТ свидетельствует о том, что ситуация, в которой находится подросток, чрезвычайно важна для него. Она затрагивает актуальные на данный момент потребности, подросток воспринимает ее как несущую угрозу его физическому существованию, престижу, авторитету в группе или собственной оценке самого себя. Подросток, обладающий высокой СТ, чувствует напряжение, беспокойство, мышечную скованность. Он сконцентрирован на происходящем, которое кажется ему опасным и непреодолимым. Он недоволен собой, окружающими людьми, часто замыкается в себе.

Подросток с низким уровнем ЛТ, как правило, воспринимает появившиеся трудности адекватно их объективной эмоциональной насыщенности. Угрожающими для него становятся в основном ситуации, представляющие реальную опасность для жизни, ставящие его на грань между жизнью и смертью. Поведение, взаимоотношения с окружающими регулируются уверенностью в успехе, в возможности разрешения конфликтов. В возникновении конфликтов он часто обвиняет других людей; критические замечания окружающих переносит спокойно, без раздражения; похвалу, одобрение воспринимает как реально заслуженные.

При умеренном уровне ЛТ подросток чувствует себя комфортно, сохраняет эмоциональное равновесие, работоспособность преимущественно в ситуациях, к которым он уже успел успешно адаптироваться, в которых он знает как надо себя вести, знает меру своей ответственности. При осложнении ситуаций возможно появление беспокойства, тревоги. Однако в таких случаях школьники с умеренной тревожностью быстро восстанавливают эмоциональное равновесие.

Высокий уровень ЛТ означает, что большинство ситуаций, в которых оказывается подросток, воспринимаются как угрожающие ему, его престижу или самооценке. Поведение, взаимодействие с окружающими регулируются, прежде всего, эмоциями. Высокая эмоциональная чувствительность сочетается с повышенной ранимостью, обидчивостью. Замечания окружающих воспринимаются как порицание, оскорбление. Одобрение, поддержка, особенно комплименты, не вызывают доверия или принимаются за лесть. Конфликтные ситуации или избегаются, или вызывают чувство собственной вины. Неудачи часто переживаются как трагедии и надолго приковывают внимание, снижают активность, необходимую для их реального преодоления и анализа.

**3.3 Сравнительный анализ результатов исследования агрессивных проявлений подростков с различным уровнем тревожности**

Интегрированное представление результатов исследования представлено в таблице №3:

Табл.№3 Интегральная таблица диагностики агрессивных проявлений подростков с различным уровнем тревожности

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Учащиеся | ИА | ИВ | СТ | ЛТ |
|  |  |  |  |  |  |
| 1 | Ольга Я. | II | II | III | III |
| 2 | Вероника К. | II | II | II | II |
| 3 | Дмитрий З. | II | II | III | III |
| 4 | Алексей В. | I | I | I | I |
| 5 | Денис П. | II | II | II | II |
| 6 | Сергей Т. | II | II | II | II |
| 7 | Олеся С. | II | II | II | II |
| 8 | Ксения Б. | III | II | II | II |
| 9 | Алина М. | II | II | II | II |
| 10 | Николай С. | II | II | II | II |
| 11 | Юлия З. | III | II | II | II |
| 12 | Ирина С. | III | II | II | II |
| 13 | Андрей К. | II | II | II | II |
| 14 | Иван К. | III | II | II | II |
| 15 | Анастасия Г. | III | II | II | II |
| 16 | Максим Ю. | III | II | II | II |
| 17 | Владимир Д. | I | I | II | II |
| 18 | Екатерина К. | III | II | II | II |
| 19 | Василий К. | I | I | II | II |
| 20 | Руслан С. | I | II | II | II |
| 21 | Регина С. | I | II | I | I |
| 22 | Оксана К. | I | I | I | I |

**Обозначения: ИА -** индекс агрессивности; **ИВ -** индекс враждебности; **СТ** - ситуативная тревожность; **ЛТ** - личностная тревожность.

Как видно из результатов, представленных в таблице, высокий уровень агрессивности и враждебности наиболее часто коррелирует с высоким и средним уровнем ситуативной и личностной тревожности.

Наиболее часто средний уровень агрессивных и враждебных реакций отмечается у учащихся со средним уровнем. Исключение в данном классе составляют Ольга и Дмитрий, у которых средний уровень агрессивных реакций соответствует низкому уровню тревожности. Возможно, это объясняется их психофизическими особенностями.

Низкий уровень агрессивных реакций наиболее часто характеризует учащихся с нормальным (средним) уровнем тревожности. Данное исследование подтверждает нашу гипотезу о возможной взаимосвязи уровня агрессивности подростков с уровнем их тревожности. Таким образом, можно предположить, что, влияя методами психологической коррекции на уровень тревожности, можно снизить риск возникновения агрессивных реакций подростков. Однако следует отметить тот факт, что данная выборка слишком мала. Следовательно, для более детального изучения данных взаимосвязей необходимы более глубокие исследования.

**Заключение и выводы**

В соответствии с поставленной целью в ходе данного исследования были изучены особенности агрессивных проявлений подростков с различным уровнем тревожности. Психодиагностическое исследование проводилось с учащимися 9 «б» класса средней общеобразовательной школы №48. Для реализации поставленных задач были использованы следующие методы и методики: наблюдение, метод экспертных оценок, опросник Басса-Дарки; методика Ч.Д.Спилбергера.

Из анализа результатов следует, что практически все методы и методики, использованные в исследовании, оказались информативными. Информация и наблюдения, полученные в ходе беседы с учащимися, классным руководителем и родителями, существенно помогли при интерпретации результатов тестирования. Результаты исследования позволяют судить как об общих закономерностях, так и об индивидуальных особенностях.

В ходе исследования было обнаружено совпадение полученных результатов с результатами исследований ряда авторов (А.А.Реан, Ю.Б.Можгинский). В ходе экспериментального исследования были изучены формы проявления агрессивного поведения подростков; особенности ситуативной и личностной тревожности подростков, а также особенности агрессивных проявлений подростков с различным уровнем тревожности. Таким образом, все задачи исследования были выполнены, цель достигнута, проведенное исследование подтвердило выдвинутую гипотезу и позволило сделать следующие **выводы:**

**1.** Проведение теоретического анализа научной литературы по проблеме исследования позволяет говорить о том, что агрессивное поведение для подросткового возраста - достаточно обычное явление и на всём протяжении подросткового периода наблюдается чётко выраженная динамика агрессивности. Характер агрессивного поведения во многом определяется личностными, средовыми, возрастными и гендерными особенностями.

**2.** Анализ показателей форм агрессивного поведения и уровня агрессивности подростков позволяет говорить о том, что подростков отличает средний уровень агрессивности (20,18) и средний уровень враждебности (8,73), что можно рассматривать как проявление возрастной закономерности, обусловленной пубертатным периодом.

**3.** Анализ показателей уровня ситуативной и личностной тревожности подростков показал, что у подростков данной группы среднее значение показателя личностной тревожности соответствует показателю 39,05, а среднее значение показателя ситуативной тревожности соответствует показателю 36,36. Данные значения говорят, что в среднем по группе отмечается средний уровень ситуативной и личностной тревожности.

**.** Изучение взаимосвязи уровня агрессивности и тревожности подростков позволяет отметить, что высокий уровень агрессивности и враждебности наиболее часто коррелирует с высоким и средним уровнем ситуативной и личностной тревожности.

**5.** По результатам данного исследования средний уровень агрессивных и враждебных реакций отмечается у учащихся со средним уровнем тревожности. Таким образом, можно предположить, что, влияя методами психологической коррекции на уровень тревожности, можно снизить риск возникновения агрессивных реакций подростков.

**Библиография**

1. Бандура А. Уолтерс Р. Подростковая агрессия: изучение влияния воспитания и семейных отношений. - М.: Олма-Пресс, 2004. - 242 с.

. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. - СПб.: Прайм-Еврознак, 2001. - 304 с.

. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Просвещение, 1990. - 257 с.

4. Бэрон Р. Ричардсон Д. Агрессия. - СПб.: Питер, 2001. - 364 с.

. Выготский Л.С. Собрание соч. Том 4. М.: Педагогика, 1986. - 432 с.

6. Гроф С. За пределами мозга. Под ред. Станислава и Кристины Гроф / Пер. с англ. А.С. Ригина. - М.: Независимая фирма “Класс”, Изд-во Трансперсонального института, 2000. - 288 с.

7. Дарвин Чарльз. О выражении эмоций у человека и животных. - СПб.: Питер,2001. - 384с.

8. Изард К.Э. Психология эмоций. - СПб: Питер, 2006. - 464 с.

. Кон И.С. Психология ранней юности. - М.: Просвещение, 1989.- 286 с.

10. Крайг Г. Психология развития. - СПб.: Питер, 2002. - 992 с.

11. Лоренц К. Агрессия (Так называемое зло). - Прогресс-Универс, 1994. - 352 с.

. Меннингер К. Война с самим собой. - М.: Эксмо-Пресс, 2002. - 328 с.

13. Можгинский Ю.Б. Агрессивность детей и подростков: Распознавание, лечение, профилактика. - М.: «Когито-Центр», 2006. - 181 с.

. Можгинский Ю.Б. Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм. - СПб.: Лань, 2002. - 186 с.

15. Мэй Р. Сила и невинность: в поисках истоков насилия. - М.: Смысл, 2001. - 286 с.

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

. Ньюкомб Н. Развитие личности ребенка. - 8-е междунар. Изд. - СПб.: Питер, 2002. - 640 с.

. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков. - СПб.: Питер, 2001.

19. Психология человеческой агрессивности / Под ред. К.В. Сельченок. - Мн., 1999. - 296 с.

20. Реан А.А., Трофимова Н.Б. Гендерные различия структуры агрессивности у подростков // Актуальные проблемы деятельности практических психологов. - 1999. - №3. - С. 33-37.

. Ремшмидт X. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. М.: Просвещение, 2002. - 364 с.

. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. М.: Просвещение, 2003. - 216 с.

23. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 168 с.

24. Фрейд З. Избранное. - Ростов-на-Дону, Феникс, 2001. - 356 с.

. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности.- М.: Олма-Пресс, 2004. - 326 с.

26. Фурманов И.А. Детская агрессивность. Минск, 1996.

. Эриксон Э. Детство и общество.- М.: Эксмо, 2003. - 524 с.

28. Юнг К.Г. Аналитическая психология. - СПб.: Питер, 2001. - 324 с.

29. Ясперс Карл. Всемирная история философии: введение / Пер. с нем.- СПб.: Наука, 2000.