

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

\_\_\_\_\_ Е.В. Лузік

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 р.

## ДИПЛОМНА РОБОТА

(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)

ВИПУСКНИКА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «БАКАЛАВР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

**Тема: Психологічні чинники агресивної поведінки у сучасних підлітків**

Виконавець: студент групи 426 Геворгян Карен Агаронович

Керівник: канд. пед. н., доцент Лаврухіна Тетяна Василівна

Нормоконтролер: \_\_\_\_\_ Бородінова Л.Ю.

КИЇВ 2021

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій  
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти  
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки  
Спеціальність 053 «Психологія»  
ОПП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Завідувач кафедри  
\_\_\_\_\_ Е. Лузік  
«    » \_\_\_\_\_ 2021 р.

### **ЗАВДАННЯ**

на виконання дипломної роботи  
Геворгян Карен Агаронович

1. Тема дипломної роботи «Психологічні чинники агресивної поведінки у сучасних підлітків» затверджена наказом ректора від «26 » березня 2021р. № 483/ст.
2. Термін виконання роботи: з 22.02.2021 до 01.06.2021 р.
3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до першого та другого розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 78 сторінок, з них обсяг основного тексту 57 сторінки, список використаних джерел нараховує 56 позицій.
4. Зміст пояснювальної записки: Вступ; Розділ 1. Теоретичні підходи до пояснення психологічних чинників агресивності у підлітків; Висновки до першого розділу; Розділ 2. Експериментальне дослідження специфіки прояву агресивності у підлітків з визначеними особистісними психологічними характеристиками та програма корекційної роботи; Висновки до другого розділу; Висновки; Список використаних джерел та літератури; Додатки.
5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного матеріалу): 2 рисунки.

### Календарний план – графік

№ з/п.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження.	22.02.2021	
2	Формулювання мети, завдання досліджень. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником.	01.03.2021	
3	Написання основної частини. Перше читання керівника.	01.04.2021	
4	Написання вступу, висновків. Уточнення плану дипломної роботи.	01.05.2021	
5	Оформлення роботи. Подання керівникові.	10.05.2021	
6	Попередній захист дипломної роботи.	18.05.2021	
7	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків.	30.05.2021	
8	Подання остаточного варіанта на кафедру для перевірки на академічну доброчесність.	31.05.2021	
9	Рецензування дипломної роботи.	02.06.2021	
10	Захист дипломної роботи.	15.06.2021	

Дата видачі завдання: «22» лютого 2021р.

Керівник дипломної роботи \_\_\_\_\_ Лаврухіна Т.В  
(підпис керівника)

Завдання прийняв до виконання \_\_\_\_\_ Геворгян К.А.  
(підпис керівника)

## РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до дипломної роботи «Психологічні чинники агресивної поведінки у сучасних підлітків»: 78 сторінок, 56 використаних джерел та літератури, 9 додатків.

Об'єкт дослідження – агресивна поведінка підлітків.

Предмет – особистісні психологічні чинники агресивності у підлітковому віці.

Мета дослідження теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити психологічні чинники агресивності такі як: фрустрація, самооцінка, тривожність, темперамент та розробити програму корекційної роботи з метою зниження підліткової агресії.

У дипломній роботі розкрито теоретичний аналіз вивчення психологічних чинників агресивної поведінки у сучасних підлітків, зокрема: особливості агресивної поведінки підлітків. Описано експериментальне дослідження специфіки прояву агресивності у підлітків з визначеними особистісними психологічними характеристиками та програма корекційної роботи.

Практичне значення роботи полягає у розкритті впливу агресивної поведінки підлітків на міжособистісні стосунки.

**ПІДЛІТКОВИЙ ВІК, АГРЕСИВНІСТЬ ПІДЛІТКІВ, АГРЕСІЯ, АГРЕСИВНА ПОВЕДІНКА, ФРУСТРАЦІЯ, САМООЦІНКА, ТРИВОЖНІСТЬ, ТЕМПЕРАМЕНТ**

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	6
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ПОЯСНЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ</b> .....	10
1.1. Аналіз існуючих теоретико-методологічних підходів до визначення феномену агресивності.....	10
1.2. Психологічна характеристика підліткового віку.....	18
1.3. Психологічні чинники агресивності підлітків.....	20
Висновки до першого розділу.....	23
<b>РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СПЕЦИФІКИ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ З ВИЗНАЧЕНИМИ ОСОБИСТІСНИМИ ПСИХОЛОГІЧНИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ ТА ПРОГРАМА КОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ</b> .....	25
2.1. Організація та методика дослідження основних причин агресивної поведінки підлітків.....	25
2.2. Результати та аналіз експериментального дослідження.....	30
2.3. Програма корекційної роботи з підлітками, які мають агресивну поведінку.....	41
Висновки до другого розділу.....	49
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	50
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	52
<b>ДОДАТКИ</b> .....	58

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Останнім часом проблема агресії стала однією з найбільш популярних у світовій психології. Складна соціально - економічна обстановка, різні підходи в сімейному вихованні, кіно, відео індустрія, регулярна пропаганда культу насилля, інтернет залежність і ряд інших факторів обумовлюють зростання різних відхилень в особистісному розвитку і поведінці підростаючого покоління. Особливу тривогу викликає наростаюча хвиля підліткової злочинності і збільшення числа підлітків, схильних до агресивних форм поведінки. Агресивність одна з найважливіших проблем сучасної психології. Вона є предметом великої кількості психологічних робіт, як в нашій країні так, і за кордоном. Підлітковий вік - період перебудови всього організму. Не зважаючи на відносну короткочасність він багато в чому визначає все подальше життя індивідуума.

Проблему агресивної поведінки особистості взагалі і підлітків зокрема досліджували вітчизняні та зарубіжні психологи протягом багатьох років. Теоретичні положення розглядаються в рамках інстинктивістського (З.Фрейд, К.Лоренц), біологічного (В.Гесс, Р.Джекобс, С.Меднік, Д.Олдс), фрустраційного (Дж.Доллард, Л.Дуб, Н.Міллер), когнітивного (Л.Берковіц, Л.Ерон, Д.Зілманн, Л.Х'юсманн), соціального (А.Бандура, А.Басс, Р.Берон та Д.Річардсон, Б.Крейхі) підходів. Кожен з них подає своє трактування агресії. Багатопланове психологічне дослідження цієї проблеми відбувається у вітчизняній психології. Проблема агресії висвітлена в працях Б.С.Братуся, С.М.Єніколопова, Л.Ю.Іванової, А.А.Налчаджяна, Н.О.Ратінової, А.О.Реана, Т.Г.Рум'янцевої, І.О.Фурманова, О.В.Хреннікова. Науковці доказали деструктивний характер даного явища та розглядають агресію в контексті девіантної поведінки та злочинності (Н.В.Алікіна, С.М.Єніколопов, Л. П. Конишева, Н.О.Ратінова, В.Г.Степанов, В.В.Устінова). При цьому вітчизняні дослідники розглядають агресивного суб'єкта як такого, що інтегрує в собі внутрішні та зовнішні впливи, тоді як зарубіжні науковці (А.Бандура та Р.Уолтерс, Г.Паренс, Дж.Паттерсон, М.Раттер, А.Фрейд) зосереджують увагу на пошуку

окремих детермінант прояву агресії. Останнім часом вчені приділяють увагу вивченню агресивної поведінки у неделінквентних осіб різного віку: О.Б.Бовть, В.І.Шебанова – молодшого шкільного; А.О.Реан, Л.Н.Семенюк – підліткового; В.М.Крайнюк, О.В.Хренніков, С.Г.Шебанова – юнацького. Зокрема, в дослідженні підліткового віку науковці отримали дані стосовно особливостей вікової динаміки (А.О.Реан, Л.Н.Семенюк), статевих відмінностей (І.О.Фурманов, Л.Н.Семенюк); визначена дія макросоціальних чинників, сім'ї (Н.В.Алікіна, О.Б.Бовть, А.О.Реан, Л.Н.Семенюк) на агресивну поведінку.

Особливо привертають увагу багатьох авторів проблема агресивної поведінки підлітків.

**Об'єкт даного дослідження** – агресивна поведінка підлітків.

**Предмет дослідження** – особистісні (прибрати) психологічні чинники агресивності у підлітковому віці.

**Мета роботи** - теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити психологічні чинники агресивності такі як: фрустрація, самооцінка, тривожність, темперамент та розробити програму корекційної роботи з метою зниження підліткової агресії.

В основу нашого дослідження було покладено припущення про те, що прояви агресії у дітей підліткового віку обумовлені їх індивідуально-психологічними та соціальними особливостями, а зниження рівня прояву агресії підлітками можливе завдяки впровадженню комплексу корекційних заходів, що проводяться з урахуванням виявлених особливостей агресивної поведінки та використанням активних соціально-психологічних методів впливу.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз та охарактеризувати підходи до визначення поняття агресивність, визначити основні психологічні чинники агресивності підлітків.
2. Визначити методичну базу дослідження.
3. Розробити діагностичний інструментарій.

4. Провести емпіричне дослідження.
5. Здійснити аналіз та інтерпретацію отриманих результатів.
6. Розробити та запропонувати методичні рекомендації для психологів та програму корекційної роботи з метою зниження підліткової агресії.

**Для реалізації поставлених завдань було застосовано наступні методи дослідження:**

а) теоретичні – аналіз, систематизація, порівняння та узагальнення даних теоретичних й експериментальних досліджень;

б) емпіричні – спостереження; бесіда; психодіагностичні методи: анкетування, тестування;

в) статистичні методи кількісної та якісної обробки отриманих результатів.

На різних етапах дослідження було використано такі діагностичні методики:

а) Методика діагностики форм агресивної поведінки в повсякденному спілкуванні А. Баса і Дарки, б) з метою визначення інтроверсії, екстраверсії, нейротизму «Опитувальник Айзенка», в) шкала реактивної (ситуативної) і особистісної тривожності Ч.Д. Спілбергера, г) методика Т. Лірі для дослідження уявлень суб'єкта про себе й ідеальне "Я", д) тест для підлітків «Визначення самооцінки», тест Бойко на визначення рівня фрустрації підлітків.

**Інформаційна база дослідження:** наукові праці вітчизняних та зарубіжних вчених, матеріали наукових конференцій і досліджень.

**Практичне значення роботи** полягає в обґрунтуванні та апробації комплексу методик для діагностики агресії та психологічних чинників, які впливають на агресивність підлітків; розробці та апробації програми психокорекційної роботи щодо зниження агресивних проявів. Матеріали дослідження можуть використовуватися у навчальному процесі навчальних закладів, в роботі педагогів, соціальних працівників, практичних психологів.

**Структура й обсяг роботи:** дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, які містять 5 підрозділів, висновку, списку використаних літературних



джерел, який містить 56 найменувань, 10 додатків. Основний зміст роботи має 57 сторінок, загальний обсяг роботи 78 сторінок.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ПОЯСНЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

### 1.1. Аналіз існуючих теоретико-методологічних підходів до визначення феномену агресивності

Видатний науковець з питань агресивності Л.Берковіц констатував, що визначення агресії різноманітні, немає єдиної думки серед дослідників та спостерігається плутанина у термінології [2,9,40]. Він вважає, що необхідно розмежовувати поняття агресивності, агресії та агресивної поведінки,

Агресивність у психології (від лат.*agressio* – напад ). Велика українська енциклопедія розкриває це поняття як багатозначний термін: по-перше, це ситуативний стан, що характеризується афективними спалахами гніву та імпульсивними проявами поведінки, спрямованими на об'єкт фрустрації, що став причиною конфлікту. По -друге, риса особистості, що спричиняє відносно стабільну схильність до агресії. Агресивність як риса особистості може зумовлюватися несприятливим соціальним досвідом, вродженими диспозиціями, психопатологією тощо [29]. Більшість наукових праць розкриває поняття «агресивність» як постійну готовність до агресивної поведінки, та як властивість особистості [25,48].

Г.Коджапірова тлумачить агресивність як «цілеспрямовану деструктивну поведінку, що суперечить нормам і правилам існування людей у суспільстві та наносить фізичної шкоди або викликає негативні переживання, продукує стан напруженості, страху, пригніченості» [27].

Але дослідник В.Клайн вважає, що агресивність має «певні здорові риси», саме вони можуть бути корисними для суспільного життя [43]. Це такі риси як завзятість, наполегливість, ініціативність. Отже, науковці частіше розглядають агресивність як стійку рису особистості, готовність до агресії, іноді агресивність розглядають як ситуативну рису. Агресивність може виявлятися у різних формах та видах, проявами

агресивності є агресія та агресивна поведінка. Термін агресія вживають як характеристику тимчасового психічного стану особистості, її емоційної сфери. Хоча перш за все поняття агресія розглядають як прояв агресивності [18,36].

Проблемі агресивності присвячено велика кількість наукових праць та досліджень, та незважаючи на те, що феномен агресивності постійно обговорюється вченими, проблема її сутності залишається відкритою.

Психологічні механізми агресивності першим почав вивчати психоаналітик Зигмунд Фрейд. Науковець виділив такі фундаментальні інстинкти як життя і смерть Вічні, незмінні інстинкти життя і смерті вроджені, а тому і агресивність є невід'ємна властивість людської природи.

Накопичена енергія «агресивного драйву» повинна отримати «розрядку» через спалах агресії. Психоаналітики вважають, що агресивна енергія повинна постійно розряджатися (участь у спортивних змаганнях, руйнування неживих предметів, досягнення позиції домінування, влади) [53].

**Біологічна (етологічна) теорія агресивності.** Представник цієї теорії К. Лоренц визначаючи риси подібності між поведінкою досліджуваних тварин і людською поведінкою, робить висновки, що спосіб поведінки в обох випадках обумовлений однією і тією ж причиною. Він уподібнює агресію людини агресії тварин та пояснюють це суто біологічно, як засіб вижити у боротьбі з іншими істотами, як засіб захисту та збереження свого життя через знищення чи перемогу над суперником. У цьому сенсі людина, як активний захисник свого життя біологічно запрограмований на агресію. Таким чином етологи розглядають агресивну поведінку людини як спонтанну ворожу реакцію. Ця точка зору знайшла свій вираз в працях **К.Лоренця**. На його думку агресія є первинним інстинктом, який спрямовано на збереження виду. Це дозволяє усвідомити всю небезпеку агресії. Те, що вона є спонтанна та неочікувана, дає можливість усвідомити всю її небезпеку. Якщо б інстинкт агресії був лише реакцією на певні зовнішні умови, то становище людства було б не таким небезпечним, так вважали психологи та соціологи. [34,35]. **К.Лоренц** вважає, що природа людської агресивності

інстинктивна, так як і механізм, який забороняє знищувати собі подібних. Але **Лоренц** припускає, що виховання, моральна відповідальність людей за власне майбутнє зможе регулювати людську агресію. Однак є етологи, які вважають, що люди, як би вони ні хотіли, не можуть контролювати прояви своєї агресії, тому завжди будуть агресивні сутички, вбивства, і взагалі людство може себе знищити у війнах.

Агресія є інстинктом, а агресивні мотиви є вроджені - так вважали Т.Гоббс, З.Фрейд, К.Лоренц. Проте теорія агресії як інстинкту не може розкрити різновиди агресивності різних людей та в різних культурах.

Пізніше популярною теорією агресивності стала **фрустраційна** (мотиваційна) **теорія** «фрустрації –агресії», суть якої у наступному: будь –яка фрустрація створює внутрішній мотив та завжди призводить до агресії у будь-якій формі; агресія завжди є результатом фрустрації. Автор цієї теорії **Д.Доллард** [24,29] розглядає агресивну поведінку як ситуативний, а не еволюційний процес. Чотири основних поняття є основою схеми «агресія-фрустрація», це поняття агресія, фрустрація, гальмування, заміщення. Вчений розглядає агресію, як бажання нанести шкоду іншій людині своїми діями, як акт цілеспрямованої реакції, що наносить шкоду організму.

Емоційний стан людини, який він виникає коли з'являється перешкода на шляху до досягнення бажаної мети, коли неможливо задовільнити власні потреби називається фрустрація. Вона може накопичуватись, посилюючи агресію. Її розмір залежить від того, яка сила мотивації до виконання бажаної дії, від того, які перешкоди на шляху до досягнення мети, яка повинна бути кількість цілеспрямованих дій, щоб досягти мету. Гальмування – це обмеження дій або їх припинення у результаті очікування негативних наслідків. Сила очікуваного нападу залежить від гальмування будь- якого акту агресії. Заміщення -це коли людина власні агресивні дії спрямовує на будь-кого, але не істинне джерело фрустрації [30].

Погляди Д.Долларда і Н.Міллера зазнали критики з боку інших дослідників. Насамперед, критикували характер реакції на фрустрацію. Антропологі вказали, що не в усіх культурах агресія є типовою реакцією на фрустрацію. Представники

групової динаміки З.Дембо, К. Левін [39] та інші підтвердили експериментально, що реакції на фрустрацію можуть бути різні, а не тільки агресія.

Науковці А.Бандура, А.Маслоу, С.Розенцвейг [6] та інші вказують на те, що фрустрація зовсім не єдиний фактор, який породжує агресію, більш імовірної, що агресію викличуть погроза чи образа. У результаті практики експериментальних досліджень фрустраційна теорія с часом зазнала певних змін. Агресію стали розглядати як природний наслідок фрустрації. Вчені довели, що агресія вважається домінантною реакцією на фрустрацію, але в результаті навчання можуть бути набуті неагресивні відповіді на фрустрацію, якщо агресивні реакції каралися або не винагороджувалися. Прихильники фрустраційно-агресивної гіпотези велику увагу приділяли дослідженню умов, за яких ситуація фрустрації призводить до виникнення агресивних дій. Науковці виявили важливі змінні, які впливають як на виникнення так і на гальмування агресії, до них відносять подібність-відмінність агресорів і жертви, виправданість – невинуватість агресії, агресивність як особистісна характеристика досліджуваних.

Такий підхід має свої недоліки, передусім відсутність чіткості в розумінні фрустрації.

В експериментальних дослідженнях акцент змістився з аналізу причин виникнення фрустрації а потім агресії на вивчення змінних, що сприяють виникненню й гальмуванню агресії. Але важливо те, що фрустрація як і раніше розглядалася як неминучий попередній чинник виникнення агресії. Науковці вважали, що фрустрація – провокаційна умова будь-якого агресивного акту.

В теорію фрустрації агресії Л. Берковіц ввів три суттєві поправки, а саме: фрустрація не обов'язково реалізується в агресивних діях, але вона стимулює готовність до них; навіть при готовності агресія не виникає без належних умов; вихід із фруструючої ситуації за допомогою агресивних дій виховує в людині звичку до подібних дій [9,41].

Фрустраційна теорія зазнала великих змін у ході наукового обґрунтування та з'явилися дві самостійні течії. Науковці однієї течії продовжують вивчати умови, за

яких фрустрація призводить до агресії, вони залишились прихильниками фрустраційно-агресивної гіпотези[43,44]. Прихильники іншої течії створили власну концепцію фрустрації, в її основі аналіз фрустраційних ситуацій, класифікації та типології реакції на фрустрацію. С. Розенцвейг підкреслює причини, які викликають фрустрацію: позбавлення, втрати та конфлікт.

У результаті експериментальних досліджень С. Розенцвейг визначив зовнішню, внутрішню, несуб'єктивну спрямованості на фрустрацію. Зовнішня спрямованість – це відкритий прояв агресії, він стосується предметів, обставин, соціального оточення; внутрішня спрямованість-це звинувачення самого себе, вимоги, які адресовані собі; несуб'єктивна спрямованість, за якої відсутні вимоги, агресія, заперечується наявність конфлікту. Також науковець виокремлював такі види реакції: прешкоджаюча-домінантна, самозахисна, наполегливо вирішуюча [50].

З думкою Берковіца погоджується Т. Шібутані. Він теж вважає, що агресивна реакція це лише одна з форм проявів фрустрації [44]. Другою типовою реакцією на фрустрацію він вважає відступ. Він може бути фізичним, або психологічним. Якщо відступ є усвідомленим, він називається стримуванням. Не завжди стримування є конструктивним виходом із ситуації, згодом воно може дати про себе знати. Автор також наводить приклад ще однієї реакції на фрустрацію – фантазію, яка використовує образи в якості задоволення потреби . На думку Б. Крейхі [30], важливо відрізнати «адекватну», або «адаптивну», агресію від «неадекватної», або «неадаптивної». Адаптивна агресія – це поведінковий прояв внутрішніх механізмів (біологічних, психологічних, когнітивних, емоційних), що виконують свою природну функцію. Адаптивна агресія не має серозних негативних наслідків, вона допомагає в конкурентній боротьбі задовольнити власні потреби [39,41]. Пізнавальний, емоційний, вольовий компоненти в агресивній поведінці виділяв М. Левітов. [38,41]. Пізнавальний компонент проявляється в орієнтуванні, що вимагає розуміння ситуації, виділення в ній об'єктів нападу. Особливої уваги потребує вивчення впливу погрози на агресію. Не кожна погроза викликає агресивний стан, вважає Р. Лазарус, але й не кожен агресивний стан, спровокований

погрозою [39]. Емоційний компонент виражається, насамперед, у гніві, але він не щоразу переходить в агресію. Більше того, не завжди гнів її провокує. Наприклад, «безсилий» гнів – реакція на фрустрацію – не призводить до агресивної поведінки. «Благородний» гнів – обурення з приводу поганого вчинку – також не припускає агресію як поведінку. Крім гніву, спостерігаються також інші емоції та почуття, що входять до складової емоційного компоненту агресивного стану: недоброчливість, злість, мстивість, а інколи й садизм. М. Левітов вважає, що рішучість, наполегливість, цілеспрямованість належать до вольового компоненту, а іноді і ініціативність та сміливість. Нерідко в боротьбі, яка вимагає вольових якостей, виникає та розвивається агресивний стан. Але «якщо з формального боку агресивний стан є вольовим актом, то було б зовсім неправильним відносити його до проявів сили волі. Сила волі не в формальному, а у справжньому, змістовному значенні терміна, визначається соціальною цінністю мети, наполегливістю, обумовленою певними цілями; вона виявляється не в агресії, а в її змісті і протидії, тобто тільки в такій боротьбі, що має суспільне і моральне позитивне значення» [41].

А. Басс, видатний дослідник поведінкового підходу до агресії, характеризує фрустрацію як блокування процесу інструментальної поведінки та вводить поняття атаки. Атака- це акт, який постачає ворожі стимули організму. Сильну агресивну реакцію викликає атака, слабку викликає фрустрація [8].

А. Басс визначив чинники, які впливають на силу агресивних звичок. Це, по-перше, частота й інтенсивність випадків, у яких індивід був роздратований, атакований, фрустрований. Якщо індивід одержує багато гнівних стимулів, він буде реагувати більш агресивна, ніж ті, хто одержував менше таких стимулів. По - друге, якщо індивід часто досягає успіх шляхом агресії, це впливає на формування сильних атакуючих звичок.

Успіх може бути зовнішнім ( коли досягається винагорода та усуваються перешкоди), та внутрішнім (коли відбувається різке ослаблення гніву). Тенденція, яка виробилася до атаки, може унеможливити для індивіда розрізнення ситуацій,

що провокують і не провокують агресію. По-третє, це культурні й субкультури норми, які засвоює людина з дитинства, і які можуть полегшити розвиток у неї агресивності [8,24]. Науковець ввів поняття інструментальної та ворожої агресії . Інструментальна, це коли агресія стає інструментом особистого збагачення або просування, під інструментальною агресією ставляться цілі, які не пов'язані із заподіянням шкоди. Якщо у індивіда є намір спричинити зло, це - ворожа агресія. Поведінку, що містить погрозу, та наносить збиток іншим, А. Басс визначав як агресію. Важливо розглядати агресію як психічний стан, а не тільки як поведінку. До свого складу психічний стан включає емоційні, вольові та пізнавальні компоненти. В гніві та злості проявляється емоційний компонент агресивного стану. Індивід переживає сильну емоцію гніву на всіх етапах агресивного стану. Іноді ця емоція приймає форму афекту або ярості. Вольова сторона агресії проявляється у таких формальних якостях як рішучість, цілеспрямованість, наполегливість, сміливість, ініціативність. Науковець вважає, що поняття агресивності необхідно розрізняти від поняття ворожості. Ворожість він характеризує як реакцію, що розкриває негативні почуття, оцінки подій і людей. Пізнавальний компонент полягає в орієнтуванні, що потребує розуміння ситуації, бачення об'єкту для нападу.

Слід зауважити, що агресія не завжди супроводжується гнівом, а почуття гніву не обов'язково призводить до агресії.

А. Басс виділяє такі види агресії: фізичну агресію (бійка, використання фізичної сили проти когось; подразнення – готовність до вияву негативних почуттів при найменшому порушенні (грубість); вербальна агресія – вираження негативних почуттів як через форму (крик, лайка), так і через зміст словесних відповідей (прокльон, загрози)[8].

А. Бандура, відомий представник поведінкового підходу до агресії, наголошував,

що людина навчається агресивним діям, якщо з дитинства бачить агресивну поведінку батьків та інших людей [5,6].



Досліджування показали, що фізичне покарання дитини стає моделлю агресивної поведінки, яке дорослий передає дитині. Результати дослідження підтвердили, що агресивні хлопці покірно поводити себе вдома, але по відношенню до однолітків, та інших людей проявляли агресію.

Існує теорія відчуження, яка полягає в тому, що засади агресивної поведінки формуються ще у ранньому дитинстві. Якщо діти не отримують необхідну їм увагу, яку вони потребують від батьків, вони почуваються винними, відстороненими, не відчують любові батьків. Це впливає на виникнення переживань, формування низької самооцінки, почуття провини. Стійка установка на агресивну поведінку виникає саме на цьому психологічному підґрунті. Таким чином діти намагаються привернути хоч якусь увагу.

Проте, щоб пояснити агресивну поведінку людини, жодна теорія не може бути застосована самотійно. Існують ще інші теорії, які пояснюють агресивну поведінку.

Так Д. Зільман запропонував теорію переносу збудження, що пояснює процес генералізації фізіологічного порушення з однієї ситуації на іншу. Ця концепція ґрунтується на тому припущенні, що фізіологічне порушення не зникає ментально, а вгасає поступово, тому відбувається перенесення збудження з однієї ситуації на іншу, яка не пов'язана з першою. Крім вказаних вище теорій та гіпотез К. Бартол у своїй монографії розглядає й інші пояснення людської агресивності: соціальне вивчення, когнітивні моделі агресії, етологічний підхід, а також пояснення за допомогою факторів оточуючого середовища, впливу мас-медіа, тощо[11].

Останнім часом проблемі агресивності присвячуються дослідження ряду науковців, які характеризують даний феномен із різних позицій. Сучасні психологи виокремлюють етологічний (З. Фрейд, А. Фрейд, К. Лоренц), соціологічний (А. Бандура, Г. Андрєєва) , діяльнісний (А. Берковиц, А. Реан), мотиваційний (Є. Гладкова, С. Єніколопов), поведінковий (Т. Румянцева, Р. Трамбле), аксіологічний (Т. Алексеєнко, К. Ізард), особистісний (О. Атемасова, О. Волянська, М. Охрімчук), підходи щодо розуміння сутності агресивності особистості.

## 1.2. Психологічна характеристика підліткового віку

Підлітковий вік це складний період у житті людини, який існує між дитинством та дорослістю, це етап, коли відбуваються швидкі зміни на біологічному, психологічному, соціальному рівнях.

Біологічно на цьому етапі відбувається статеве дозрівання, усі системи організму стають більш зрілими. Складне формування нової особистості відбувається на психологічному рівні. В цей час підліток набуває нові соціальні статуси, виконує нові обов'язки, грає нові соціальні ролі, це відбувається на соціальному рівні.

Відбувається завершення орієнтації дитини на «жіночу» та «чоловічу» діяльність.

Сьогодні у сучасній віковій психології немає єдиного погляду на вікові межі підлітку. Залежно від критерію, який покладено в основу періодизації дітей 10-12 років відносять до молодшого шкільного чи підліткового віку[54].

Питання верхньої межі підліткового віку теж не визначено. Різні науковці відносять молодих людей 15-17 років до різних вікових груп. Д. Ельконін називає підлітковістю період з 11 до 17 років [21]. Л. Божович відносить старший шкільний вік до ранньої юності [12].

Отже період розвитку дитини від 10-11 років до 14-17 років охоплює підлітковий вік. Для цього періоду характерні такі психолого-фізіологічні особливості: процес статевого дозрівання значно впливає на формування особистості підлітку, незграбність, непропорційність тіла, впливає формування заниженої самооцінки. В цей час спостерігаються перепади судинного мозкового тону, які викликають швидку зміну фізичного стану та відповідного настрою.

Свої особливості має підліткова сексуальність, сексуальне збудження посилює емоційну нестабільність, що супроводжує процес статевого дозрівання. У підлітковому віці процес психосексуального розвитку дівчат починається приблизно

на 2 роки раніш, ніж у хлопців, і триває протягом 3-4 років, а не 4-5 років. Хлопці, фізично сильніше дівчат, проте мають більшу чутливість до впливу як фізичних, так і психічних факторів. Невипадково в хлопців частіше, ніж у дівчат, зустрічаються психічні порушення. Психіатр А. Личко підкреслює, що, якщо підліток не в змозі прийняти свою власну сексуальність, то він намагається відгородитися, сховатися за допомогою психологічних захисних механізмів [33].

Це може бути аскетизм (підкреслено зневажливе відношення і вороже ставлення до чутливості, як до чогось брудного, низького), або інтелектуалізація (демонстрація відсутності інтересу до чутливості).

В підлітковому віці формується образ «Я». Саме він та зовнішній вигляд підлітку впливає на розвиток особистості, встановлення відношення з оточуючими пошук нових контактів, та соціальну поведінку. Позитивна самооцінка підлітку, прийняття його однолітками великою мірою залежить від фізичної привабливості.

Дуже важливо саме у підлітковому віці активно формувати почуття ідентичності, визначити свою роль в світі, будувати власну систему цінностей та моралі.

Для підліткового віку характерно почуття сором'язливості, невпевненість у собі. Деякі підлітки закриваються, уникають контактів з однолітками, інші навпаки поводять себе екстравагантна, намагаючись за напускною бравадою приховати тривогу, деякі стають підозрілими, готовими сперечатися та битися з найменшого приводу.

А. Личко, вітчизняний психіатр, вважає, що підлітковий вік, це період, коли відбувається загострення проблем, коли проявляється акцентуація, а сильні психогенні фактори спричиняють дезадаптацію особистості. Вона може бути довготривала, або тимчасова. Саме до таких факторів відноситься підліткова сенситивність. Підлітки чутливо реагують на оцінки своєї зовнішності, на зауваження стосовно умінь та здібностей, разом з цим, в поведінки відбувається критичне ставлення до оточуючих, самовпевненість, надмірне ставлення до інших. З одного боку чутливість поєднується з емоційною ригідністю, з іншого боку

сором'язливість поєднується з хамством, з одного боку бажання бути визнаним, поєднується з бажанням бути незалежним з другого обожнювання кумирів, часто випадкових, та боротьба с авторитетами. У стресовій ситуації проявляються такі емоції та почуття як страх, злість до інших та до себе, напруга, печаль, депресія.

Старший підлітковий вік відрізняється тим, що відбувається удосконалення управління власними почуттями та настроєм, збільшується тривалість емоційних реакцій, змінюються способи вираження емоцій.

### **1.3. Психологічні чинники агресивності підлітків**

Розглянемо більш детально психологічні чинники агресивності підлітків. Нинішній етап розвитку психології характеризується тенденціями, відповідно до яких науковці відмовляються від абсолютизації будь-якого одного чинника, що детермінує агресію підлітку. Актуальним є підхід багатофакторного розуміння причин агресії, коли враховуються різні її детермінанти. Агресивність – складне явище, у якому за схожою картиною проявів зовні, можуть бути різні детермінанти. Проблемі особливостей агресії у підлітковому віці присвятили свої роботи науковці А.Бандура, О. Бовть, Б. Крейхі, Ф. Райс, М. Раттер, А. Реан, Л. Семенюк, І. Фурманов. Дослідники виділили основні групи чинників цього явища. Серед них: соціальні та індивідуально психологічні. Психологічні чинники, які впливають на агресію підлітків: особливості нервової системи, відчуття тривоги, імпульсивність, стан фрустрації, самооцінка, почуття неповноцінності. Вагомими чинниками є порушення міжособистісних стосунків, відчуття ізоляції, незахищеність, відторгнення, невпевненість, не сформованість вмінь саморегуляції, прагнення до самоствердження.

Розкриємо більш детально чинники, які будемо аналізувати у підлітків досліджуваної групи.

Тривожність характеризує емоційний процес середньої тривалості, який відображає суб'єктивний, оціночний та несвідомий аналіз даної ситуації та

виражається у відчутті невизначеності до майбутніх несприятливих подій. Г Сельє [46] вказує на відносну користь даного стану, як першого етапу, адаптації, захищає сили організму, допомагає впоратися з короткочасним свержінтенсивним впливом на психіку. Тривожність може бути як риса особистості. Тривога є складовою психічних, соматичних неврологічних розладів, а також у здорових людей після психічної травми, у особистостей з відхиленнями у поведінці. Сьогодні прийнято виділяти ситуативну та особистісну тривожність. Ситуативна виникає, коли спокою та благополуччю загрожує неприємна подія, наприклад іспит. Подія закінчується, тривога зникає. В підлітковому віці важко сприймати та адекватно оцінювати позитивні та негативні події власного життя. Невпевненість в такому випадку закріплює негативний емоційний досвід і тривога перетворюється в стійке формування особистісної тривожності. Ще однією причиною підвищення тривожності можна назвати формування у підлітків психастенічної акцентуації характеру, основною рисою якої є тривожні реакції. Так стратегія поведінки призводить до невпевненості у власних силах, заважає підліткам навчатись, налагоджувати міжособистісні сосунки. Дуже часто, щоб скрити тривожність, підлітки поводять себе агресивно. Найбільш розповсюдженим проявом агресії можна назвати образи, підвищення голосу, бійки.

Самооцінка. Характер будь-якої людини проявляється не тільки у відношенні до іншої людини, але і до самого себе. Людина порівнює себе з оточуючими, та, нарешті, формує стійку думку про власну особистість: про зовнішність, здоров'я, інтелект, місце у суспільстві. В людей з неврозами самооцінка буває надто високою або надто низькою (я найдобріший, найгарніший, найчесніший). В людей, у яких завищена самооцінка виникають труднощі під час спілкування. Неадекватна оцінка себе, зневажливе відношення до інших породжує негативізм оточуючих. Надто висока самооцінка формує таку рису особистості як образа. Отже завищена самооцінка негативно впливає на формування особистості, та породжує конфлікти. Надто низька самооцінка породжує залежність від інших, комплекс неповноцінності, несамостійність. Така самооцінка притаманна людям з тривожним,

педантичним типом акцентуації характеру. На формування самооцінки впливає багато факторів з раннього дитинства: відношення батьків, викладачів, становище серед однолітків. Людина спочатку навчається оцінювати інших, та лише к 14-15 рокам починає аналізувати власні результати та оцінювати себе.

Фрустрація - специфічний емоційний стан людини, який виникає в разі появи нездоланих перешкод на шляху до бажаної мети. Фрустрація проявляється як агресія, озлобленість, яка може бути спрямована на інших (агресивна фрустрація) або на себе, коли людина звинувачує самого себе (регресивна фрустрація). Якщо стани фрустрації повторюються часто, вони можуть закріпити деякі характерні риси особистості: агресивність, заздрість, озлобленість одних; безініціативність, млявість, комплекс неповноцінності, байдужість інших. Якщо людина довгий час не виходить зі стану фрустрації, формується невроз. Автори теорії «фрустрація–агресія» [Д.Доллрад] вважають, що будь-яка фрустрація створює внутрішнє спонукання або мотив до агресії.

Темперамент – це характеристика людини з боку динамічних особливостей його психічної діяльності, а саме: темпу, швидкості, ритму, інтенсивності діяльності психічних процесів та станів, ступеню емоційності. Темперамент - це зовнішній прояв типу вищої нервової діяльності людини, тому у результаті виховання, самовиховання цей зовнішній прояв може змінюватись відбувається «маскування» істинного темпераменту. Кожна людина від народження має один з чотирьох типів темпераменту, саме він визначає силу, швидкість, активність наших реакцій на події життя, ступень емоційності та нервової збудженості особистості. До агресивної поведінки схильні деякі типи темпераменту. Менш всього схильні до активної агресії меланхоліки. Для них характерна: підвищена чутливість, реакція на стрес проявляється у власних переживаннях, вони віддають перевагу самотності, страждають наодинці. Саме меланхоліки найбільш схильні до суїциду. До активної агресії не схильні флегматики. Вони врівноважені, зовні спокійні. Щоб флегматик став агресивним, треба його систематично провокувати. Він зможе відповісти агресією на агресію, але це майже неможливо. Сангвінік не агресивний по своїй

природі. В ситуації стресу сангвінік захищає себе активно. Схильні до активної агресії холерики. Вони вкрай неврівноважені. Часта зміна настрою, підвищена збудженість. Холерики часто вступають в конфлікти, вони найбільш схильні до депресій та самогубств.

### **Висновки до першого розділу**

Перший розділ дипломної роботи спрямований на вивчення теоретико-методологічних підходів до визначення феномену агресивності, психологічної характеристики підліткового віку та аналізу психологічних чинників агресивності підлітків. Ми проаналізували наукову літературу зарубіжних та вітчизняних дослідників з даної теми у сфері психології та виявили, що існує чимало варіантів теоретичних обґрунтувань агресивності, але найбільш поширеними та дослідженими є: етологічна теорія (З. Фрейд, К. Лоренц), фрустраційна (Д. Доллард, Н. Міллер), теорія переносу збудження (Д. Зільман), теорія соціального наочання (А. Бандура), теорія агресивної поведінки (Л. Берковіц), поведінкового підходу (А. Басс).

Проведений нами аналіз дозволив зрозуміти, що феномен агресивності є актуальною проблемою. Генетичні, еволюційні, соціальні, політичні фактори с часом накопичувались, змінювали її форми та прояви.

Розкрили основні прояви та проблеми підліткового віку, проаналізували психологічні чинники агресивності підлітків, а саме: тривожність, самооцінку, фрустрацію, темперамент.

Звернення до специфіки підліткового віку, вивчення проблематики агресивної поведінки підлітків дало можливість прийти до власного розуміння психологічних причин агресивної поведінки підлітків.

## РОЗДІЛ 2

# ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СПЕЦИФІКИ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ З ВИЗНАЧЕНИМИ ОСОБИСТІСНИМИ ПСИХОЛОГІЧНИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ ТА ПРОГРАМА КОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ

### 2.1. Організація та методика дослідження основних причин агресивної поведінки підлітків

Мета нашого емпіричного дослідження полягала у виявленні особистісних психологічних чинників агресивності у підлітковому віці та організації корекційної роботи з метою зниження підліткової агресії.

Підлітковий вік береться за основу. Гіпотезою психологічного експерименту стало припущення, що прояви агресії у дітей підліткового віку виникають завдяки біологічним, соціальним факторам, а також обумовлені їх індивідуально-психологічними особливостями а зниження рівня прояву агресії підлітками можливе завдяки впровадженню комплексу корекційних заходів, що проводяться з урахуванням виявлених особливостей агресивної поведінки та використанням активних соціально-психологічних методів впливу.

1. Відповідно до мети й висунутої гіпотези в ході емпіричного дослідження вирішувалися наступні завдання: Проаналізувати психологічні чинники агресивності підлітків.

2. Дослідити темперамент підлітків.

3. Проаналізувати взаємозв'язок агресивності підлітків і типу темпераменту.

4. Дослідити уявлення підлітку про себе, своє ідеальне «Я», визначити місце в малій групі.

5. Вивчити ціннісні орієнтації, самооцінку, тривожність підлітків.



6. Проаналізувати взаємозв'язок психологічних чинників, а саме: ціннісних орієнтацій, тривожності, самооцінки підлітків та рівня агресивності.

7. Розробити корекційну програму роботи з підлітками, які мають схильності до агресії.

База дослідження: загальноосвітня середня школа I-II ступенів № 126 міста Києва.

Вибірка: в дослідженні приймали участь учні 9-х класів середньої загальноосвітньої школи I-II ступенів № 126 міста Києва в кількості 40 учнів. Вік досліджуваних 14,5-15,5 років, серед них 20 дівчат та 20 хлопців. Дослідження було проведено онлайн, враховуючи умови карантину.

Для реалізації вказаних завдань визначено комплекс методик, що дозволяють емпірично дослідити психологічні чинники, які впливають на формування агресивності підлітків, у нашому дослідженні-старші підлітки.

### **1. Методика А.Басса і А.Дарки для визначення рівня агресивності та рівня ворожості (Додаток А).**

Науковець А. Басс, розділив поняття агресія і ворожість і визначив ворожість як: "...реакцію, що розвиває негативні відчуття і негативні оцінки людей і подій"[8].

Опитувальник Басса-Дарки – популярна методика, яку використовують психологи для вивчення агресії та ворожості. Вона має 75 тверджень, кожне з яких потребує відповіді «так» чи «ні». За допомогою 8 субшкал виявляються такі форми агресивних та ворожих реакцій.

1. Фізична агресія (прямий напад) – це коли против іншої особи застосовують фізичну силу. 2. Непряма агресія – це агресія, яка опосередковано спрямована на іншу особу – осуди, вигадки, образливі жарти, так і агресію, яка не спрямована ні на кого, наприклад, крик, вибух биття кулаками по столу і т. ін. Ці приступи гніву характеризуються невизначеною спрямованістю, вони є неврегульовані. 3. Схильність до роздратування – готовність до прояву імпульсивності, грубощів по відношенню до оточуючих, різкості. 4. Негативізм – це форма поведінки, яка спрямована проти авторитетної людини, усталених законів, правил, вона може

наростати від пасивного спротиву до енергійної боротьби. 5. Образа - негативне відношення до оточуючих, яке обумовлено відчуттям гніву, на весь світ за дійсні або уявні страждання. 6. Підозрілість – недовіра до людей, обережність у спілкуванні, це ґрунтується на тому, що людина переконана в намірі інших оточуючих спричинити йому шкоду. 7. Вербальна агресія – це коли через крик, сварки людина виражає свої негативні відчуття. та погроза й лайки, як зміст словесних відповідей. 8. Почуття провини. Переконавання людини в тому, що вона є погана. Цей індекс виражає можливість переконати будь-кого, що він поступає жорстоко до оточуючих, що в нього є сумління.

За кількістю збігів відповідей респондентів з ключем підраховуються індекси різних форм агресивності і ворожих реакцій. Підсумовування індексів 1, 2, 7 дає загальний індекс агресивності (ІА); 1, 3, 7 – показує рівень агресивної мотивації, а підсумовування індексів 6 і 5 – індекс ворожості (ВЕРБ). Можна також дослідити уявлення про конструктивну або деструктивну спрямованість агресивності, склавши «ІА» і «ВЕРБ». Фізична агресія, непрямая агресія, роздратування і вербальна агресія разом утворюють сумарний індекс агресивних реакцій, а образа і підозрілість – індекс ворожості. Не випадково цей опитувальник є одним з найпопулярніших методів вивчення толерантності у підлітків.

Під час інтерпретації результатів потрібно було виявити, чи відповідає рівень агресивності та ворожості підлітків нормі, а якщо рівень агресії високий, то які саме прояви агресивної поведінки та ворожості притаманні підліткам досліджуваної групи.

Користуючись даною методикою, слід пам'ятати, що агресивність, як властивість особи, і агресію, як акт поведінки, можна зрозуміти в контексті психологічного аналізу мотиваційної сфери особистості. Тому опитувальником Басса-Дарки необхідно користуватися в сукупності з іншими методиками а саме: тестами психічних станів (Спілбергер-Ханін), методикою на визначення типу темпераменту ( Айзенк), тестами на визначення самооцінки та фрустрації (Бойко), уявлень суб'єкта про себе і ідеальному "Я"(Лірі).

## **2. Визначення типу темпераменту за методикою Г. Айзенка. (Додаток Б)**

Мета цього опитувальника полягає в визначенні й загальній характеристиці типу темпераменту підлітків. Особам пропонується дати відповідь на 60 питань, які спрямовані на з'ясування їхнього звичайного способу поведінки. Опитуваним потрібно старатися представити найтипівіші ситуації та дати щирі відповіді.

Методика визначення типу темпераменту Г. Айзенка використовується в різних напрямках психодіагностики. Психолог встановив, що кожна людина має такі риси, які впливають безпосередньо на її поведінку. Згідно теорії Г. Айзенка люди є носіями двох основних параметрів, а саме: інтроверсія-екстраверсія; нейротизм-стабільність, які можуть бути розподілені на чотири категорії на основі двох незалежних параметрів: інтроверт-стабільний, інтроверт-нейротичний; екстраверт-стабільний, екстраверт-нейротичний.

Люди, які мають одночасно властивості інтроверта та стабільності, зазвичай дотримуються норм та правил, уважні, відповідальні. Поєднання інтроверсії та нейротизму вказує на те, що такі люди схильні до песимізму, самотності, хвилюванню. Поєднання екстраверсії та стабільності передбачає в поведінці комунікабельність, працездатність, увагу до інших. Агресію, імпульсивність, збудженість, непослідовність демонструють люди, які мають поєднання екстраверсії та високого рівня нейротизму.

Г. Айзенк вважав, що велике значення мають індивідуальні особливості.

Категорії, які він виділяв повністю відповідають основним типам темпераменту, а саме: інтроверт-стабільний це флегматик, інтроверт-нейротичний це меланхолік; екстраверт-стабільний це сангвінік, екстраверт-нейротичний це холерик.

Мета нашого дослідження – вказати на те, що деякі особливості темпераменту в поєднанні з дефектами виховання є причиною формування агресивної поведінки. А саме високий показник за шкалою нейротизму та екстраверсії.

## **3. Тест Спілбергера-Ханіна (Додаток В)**

Цей тест належить до методик, за допомогою яких досліджують психологічний феномен тривожності. Опитувальник складається з 20 висловлювань, які відносяться до тривожності як стану (стан тривожності, реактивна або ситуативна тривожність) і з 20 висловлювань на визначення тривожності як диспозиції, особливості особистості (властивість тривожності). Що розуміє Спілбергер під обома мірами тривожності видно з наступної цитати: "Стан тривожності характеризується суб'єктивними, свідомо сприйнятими відчуттями загрози і напруги, що супроводжуються або пов'язані з активацією або збудженням автономної нервової системи". Тривожність як риса особи означає мотив або набуту поведінкову диспозицію, яка зобов'язує індивіда до сприйняття широкого кола об'єктивно безпечних обставин, як таких, які несуть загрозу, спонукаючи реагувати на них станами тривоги, інтенсивність яких не відповідає величині реальної небезпеки.

Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера є єдиною методикою, яка дозволяє диференційовано вимірювати тривожність і як властивість особистості, і як стан. У нашій країні використовують тест у модифікації Ю. Л. Ханіна (1976). Реактивна (ситуативна) тривожність - стан суб'єкта в даний момент часу, який характеризується емоціями, які суб'єктивно переживаються особою: напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю у цій конкретній ситуації. Цей стан виникає як емоційна реакція на екстремальну або стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамікою у часі.

**4. Методика для підлітків з визначення самооцінки [16] (Додаток Д)** призначений для діагностики рівня самооцінки особистості. Методика побудована у формі традиційного опитування. Тест включає 32 судження, з приводу яких можливі п'ять варіантів відповідей, кожна з яких кодується балами за схемою: дуже часто -4, часто-3, інколи 2, рідко-1, ніколи 0. В результаті дослідження отримуємо кількість балів та відповідно результат щодо самооцінки кожного підлітку. Самооцінка може бути високого рівня, середнього та низького.

**5. Методика діагностики міжособистісних відносин Т.Лірі (Додаток Ж)**

Т. Лірі, Г. Лефордж, Р. Сазек в 1954 році створили методику, яка була призначена для дослідження уявлень суб'єкта про себе і ідеальному "Я", а також для вивчення взаємин у малих групах. Під час дослідження міжособистісних відносин виділяються два чинники: домінування підпорядкування і дружелюбність-агресивність. Це допомагає визначити суцільне враження про людину в процесі міжособистісного сприйняття.

## **6. Тест Бойко на визначення рівня фрустрації**

В середині 1990-х років доктор психологічних наук професор створив експрес-методику з метою виявлення психоемоційних особливостей та станів. Методика на визначення рівня фрустрації проводиться онлайн, складається з 12 питань, на які дається відповідь «так» чи «ні». В результаті отримуємо рівень фрустрації досліджуваного.

### **2.2. Результати та аналіз експериментального дослідження експрес-діагностики**

Перший етап був присвячений виявленню агресивних реакцій підлітків за допомогою методики діагностики показників і форм агресії (за А. Бассом-Даркі). Кількісні результати представлені у таблиці 2.2.1. Дослідження показало, що серед досліджуваних немає підлітків, які мають дуже високий індекс агресії, але 7,5 % мають високий та 57% підвищений індекс агресії. Дуже високий, високий та підвищений індекс ворожості мають 70% опитуваних підлітків. Найбільш виражені такі форми агресії: фізична, непряма, образа. Таким чином, підтверджується думка науковців, що проблема агресивності в наш час актуальна, а питання підліткової агресії є однією з найбільш гострих проблем суспільства.

**Показники форм прояву агресії підлітків за методикою А.Басса і А. Дарки  
у відсотках**

Шкали	Фізична агресія	Непряма агресія	Роздрагування	Вербальна агресія	Образа	Підозрілість	Негативізм	Почуття провини	Індекс агресії	Індекс ворожості
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Дуже високий</b> 8-10	-	10	5	-	10	10	2,5	2,5	-	5
<b>Високий</b> 7	2,5	2,5	20	7,5	20	12,5	12,5	10	7,5	15
<b>Підвищений</b> 5-6	52,5	47,5	25	30	47,5	45	20	35	57,5	50
<b>Середній</b> 3-4	35	35	47,5	12,5	15	30	27,5	27,5	32,5	27,5
<b>Низький</b> 0-2	10	5	2,5	-	7,5	2,5	37,5	25	2,5	2,5

Аналізуючи показники прояву агресії підлітків (Таблиця 2.2.2.), ми бачимо 11 досліджуваних, які мають дуже високі показники по різних шкалах. Психологічні чинники саме цих підлітків важливо дослідити.

**Показники в стінах форм прояву агресії підлітків за методикою А.Басса і  
А.Дарки**

ПІБ	Фізична агресія	Непряма агресія	Роздратування	Вербальна агресія	Образа	Підозрілість	Негативізм	Почуття провини	Індекс агресії	Індекс ворожості
Ж	Стіни									
А. А.	6	4	4	7	5	8	7	6	5	7
А. Є.	6	4	3	7	3	6	3	5	5	5
Б.В.	3	4	5	3	3	6	3	4	4	5
В. В.	5	6	6	5	6	6	5	4	5	6
В. В.	4	6	9	7	8	5	7	5	7	6
Г. Д.	5	5	4	5	6	4	2	4	5	5
Г. К.	3	6	4	5	5	3	3	4	4	4
Д. Т.	4	3	4	5	7	7	5	3	5	7
К. А.	3	2	4	5	7	6	5	4	4	6
К. А.	5	5	4	5	7	3	3	5	4	5
К. К.	6	5	4	5	5	6	5	2	5	5
К. І.	6	4	4	5	5	4	2	3	5	4
К.Е.	2	4	4	3	5	2	3	4	3	3
М. К.	6	5	4	5	5	5	3	6	5	5
М. В.	6	5	7	4	6	6	2	7	5	6
П. А.	1	5	4	5	2	3	7	5	3	2
П. В.	2	7	5	4	5	8	2	6	4	7
Р. А.	5	8	7	5	3	5	2	7	6	4
С.К.	5	5	7	5	8	8	5	6	6	8
Ф. К.	6	3	5	4	7	5	5	5	5	6
Ч	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Б.В.	3	3	8	6	7	6	5	2	6	6

Продовження Таблиці 2.2.2

Б.М.	2	6	5	7	6	4	2	2	5	5
Г.А.	3	4	7	3	5	5	1	2	4	5
Д. М.	5	5	4	5	5	5	7	5	5	5
Д.І.	3	4	6	5	8	3	1	3	5	5
Д.А.	5	2	4	5	8	6	1	2	5	7
Д.Т.	4	6	4	5	5	7	5	5	4	6
Ж. Т.	4	4	4	6	6	5	3	4	5	5
К. Д.	5	8	4	7	6	4	2	4	6	5
Л.В.	5	5	5	2	5	4	3	3	4	4
М. А.	3	6	6	3	5	3	2	2	4	4
М. О.	2	3	4	5	2	5	1	1	4	4
О. Д.	7	5	4	5	7	4	2	5	5	5
П. Д.	5	8	7	4	6	7	3	6	5	6
С. В.	5	4	4	6	3	4	1	2	5	4
С. І.	2	4	4	3	2	6	1	1	3	4
С.Г.	3	6	5	4	7	7	1	2	4	7
С. М.	6	6	3	7	6	5	5	7	5	5
С.И.	5	8	7	7	8	8	7	7	7	8
Т. А.	6	6	6	7	7	7	5	6	7	7

Дуже високий 8-10; високий-7; підвищений-5-6; середній-3-4; низький 0-2.

Завдання нашої роботи було визначити психологічні чинники агресії. Тому проаналізуємо результати дослідження за іншими методиками.

Основні параметри темпераменту підлітків ми визначили за методикою Г.Айзенка. (додаток І)



**Загальна характеристика основних параметрів темпераменту  
підлітків за методикою Г.Айзенка**

Шкала інтроверсії	Абс.	%	Шкала нейротизм	Абс.	%
0-2 - вкрай виражена інтроверсія	-	-	0-2 - вкрай мало виражений нейротизм	-	-
3-7 - виражена інтроверсія	-	-	3-7 - мало виражений нейротизм	6	15%
8-11 - помірна інтроверсія	25	62,5%	8-11 - помірний нейротизм	20	50%
12-15 - помірна екстраверсія	13	32,5%	12-15 - виражений нейротизм	11	27,5%
16-18 - виражена екстраверсія	1	2,5%	16-18 - досить виражений нейротизм	3	7,5%
19-23 - вкрай виражена екстраверсія	1	2,5%	19-23 - вкрай виражений нейротизм	-	-

На підставі таблиці 2.2.3. можна зробити наступні висновки: більшість підлітків має помірну виражений нейротизм та помірну виражену екстраверсію, але підвищений рівень агресії та ворожості мають відповідно 57% та 70% досліджуваних підлітків. Тобто немає закономірності впливу типу темпераменту на підвищений рівень агресивності та ворожості досліджуваних. Але підлітки, які мають вкрай виражену екстраверсію та вкрай виражений нейротизм мають дуже високий індекс агресії та ворожості.

Таким чином, можна зробити висновок, що високий показник по шкалам екстраверсії та нейротизму впливає на високий індекс агресії та ворожості.

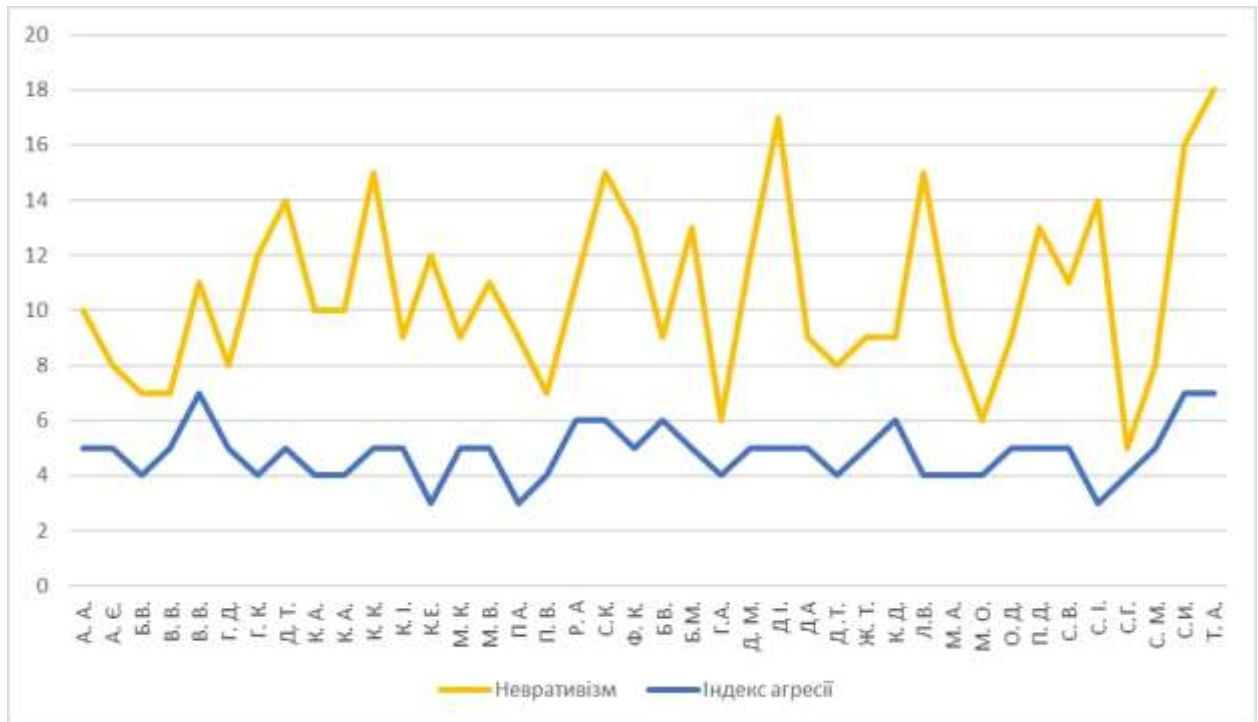


Рис. 2.2.1. Кореляційний зв'язок між змінними невротизмом та індексом агресії.

Для оцінювання самооцінки було обрано методику для підлітків. Ця методика дозволяє дослідити та визначити рівень самооцінки особи.

Додаток Дивлячись на результати аналізу ми бачимо, що підлітки, які мають виражений індекс агресії мають як високий так і низький рівень самооцінки. Але у підлітковому віці самооцінка лише формується, та ще не остаточно сформувався стиль діяльності. Слід зауважити, що в результаті аналізу кореляційних зв'язків не було знайдено достовірного взаємозв'язку між рівнем агресивності та рівнем самооцінки. Це свідчить про те, що прояви агресії можуть проявлятися у підлітків як з високим, так і з низьким рівнем самооцінки. Також це свідчить про те, що самооцінка не завжди є фактором прояву агресії.

**Вивчення самооцінки підлітків**

Висока		Середня		Низька	
Аб.	%	Аб.	%	Аб.	%
10	25	28	45	12	30

Аналізуючи результати дослідження тривоги за методикою Спілбергера-Ханіна, ми бачимо високий рівень ситуативної тривожності у 75% дівчат та 80% хлопців, а рівень особистісної тривожності відповідно 85% та 70%. В цілому по групі показник ситуативної та особистісної тривожності 77,5%. Враховуючи, що 70% опитуваних підлітків має дуже високий, високий та підвищений індекс ворожості, можна зробити висновок, що, як ситуативна так і особистісна тривога особи, впливає на стан агресивності.

**Результати аналізу дослідження за методикою Спілбергера-Ханіна**

Шкали	Шкала ситуативної тривожності			Шкала особистісної тривожності		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий
дівчата	-	25%	75%	-	15%	85%
хлопці	5%	15%	80%	-	30%	70%

Таблиця 2.2.6

### Результати аналізу дослідження за методикою Спілбергера-Ханіна

	висока	середня	низька
Шкала ситуативної тривожності	77,5%	20%	2,5% -
Шкала особистісної тривожності	77,5%	22,5%	-

Таблиця 2.2.7

### Результати аналізу дослідження за методикою Лірі

ПІБ	Авторитарний	Егоїстичний	Агресивний	Недовірливий	Той, хто подкоряється	Залежний	Дружелобний	Альтруїстичний
Ж	Бали за типами відношень							
Б. В.	5	7	8	6	8	7	7	7
А.А	6	4	4	6	7	7	5	7
А.Е	5	5	3	5	6	8	7	5
В. В.	3	2	4	6	6	8	9	9
В. В.	6	7	4	6	6	7	8	9
Г. Д.	3	3	2	5	6	7	8	9
Д.Т.	6	5	4	4	3	4	5	6
К. А.	7	7	5	3	5	6	7	5
К. А.	8	5	5	4	3	6	7	8
К. І.	6	2	4	6	5	6	4	9

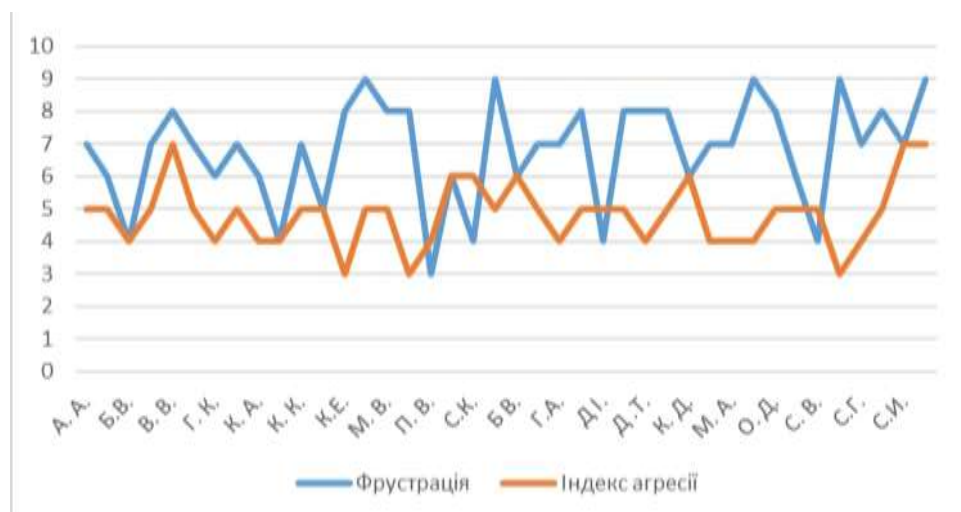
Продовження Таблиці 2.2.7

К. Е.	5	3	4	5	7	7	8	5
М. К.	3	4	5	6	6	7	8	6
М. В.	5	4	8	6	2	3	7	4
П. А.	7	8	4	5	3	8	5	8
П. В.	4	5	8	4	4	7	8	5
Р. А.	1	8	0	2	8	4	7	3
С.К.	4	7	5	7	5	8	7	8
Ф. К.	4	5	1	7	8	3	5	9
Ч								
Б. В.	5	6	7	4	2	9	4	5
Б.М.	8	5	4	4	5	8	4	6
Г.А.	4	5	7	2	4	8	7	3
Д. М.	7	4	6	9	8	2	4	3
Д. І.	4	5	7	2	6	2	4	3
Д. Т.	3	5	8	6	7	1	4	8
Д.Т	3	5	4	5	4	6	3	7
Ж.Т.	6	5	4	8	4	8	2	5
К. Д.	4	8	1	5	8	4	3	8
Л.В.	1	5	3	4	2	7	5	6
М. А.	4	5	6	1	7	1	9	4
М. О.	4	7	8	2	5	6	4	5
О. Д.	8	9	4	5	7	6	1	5
П. Д.	4	5	7	6	1	7	8	9
С. В.	5	4	8	7	2	4	2	6
С. І.	7	9	7	4	8	1	6	8
СГ.	8	4	6	9	8	5	6	8
С.И.	5	7	8	5	6	6	7	6
С.М.	5	4	6	7	8	5	1	9
Т.А.	4	8	6	9	6	2	6	7

<b>0-4 бали - низька:</b>	
<b>5-8 балів - помірна:</b>	адаптивне поведінка
<b>9-12 балів - висока:</b>	екстремальна поведінку
<b>13-16 балів - екстремальна:</b>	Схильна до патології поведінка

За методикою Лірі ми отримали результати, які вказують на особливості побудови підлітками системи міжособистісних стосунків. Авторитарний тип адаптивного прояву виявлено у 100% досліджуваних, Егоїстичний тип екстремального прояву мають 5%. Для них характерна самовпевненість, зверхність. Адаптивний прояв егоїстичного типу має 95% підлітків. Агресивний тип адаптивного прояву мають 100% це вказує на те, що вони можуть бути енергійними, надмірно впертими та наполегливими. Екстремального прояву агресивного типу не виявлено. Недовірливий (підозрілий) тип екстремального прояву мають 7,5% респондентів, 92,5% підлітків притаманний адаптивний прояв цього типу, вони критичні по відношенню до вчинків, думок оточуючих людей. Адаптивний профіль тих, хто підкоряється 100%. для них характерна власна позиція, емоційна стриманість. Залежний тип екстремального профілю характерний для 8%, 92% мають адаптивний тип. Підлітки, які ініціативні, проявляють ентузіазм, намагаються бути у центрі - це адаптивний прояв дружелюбного типу; дружелюбні, у нашому дослідженні 8% мають адаптивний прояв; Альтруїстичний тип адаптивного прояву має 33.3% досліджуваних, це гіпервідповідальні, відверті до спілкування, втрачають свій час на користь інших, 62,7% мають альтруїстичний тип адаптивного прояву. Серед досліджуваних немає підлітків с поведінкою, схильної до патології. Таким чином, можна зробити висновок, що підлітки налаштовані позитивно, вміють спілкуватись, проявляють ентузіазм та ініціативу.

Рисунок 2.2.2. Співвідношення рівня фрустрації та індексу агресивності



Фрустрація – емоційний стан людини, який виникає коли з’являється перешкода на шляху до досягнення бажаної мети, коли неможливо задовільнити власні потреби. Провівши дослідження на визначення рівня фрустрації підлітків за методикою Бойко, та аналізуючи результати, ми побачили, що 85% досліджуваних має високий рівень фрустрації. Підлітки не можуть задовольнити власні потреби, відчувають значні перешкоди до досягнення мети, переживають негативний емоційний стан.

Таблиця 2.2.8

**Результати аналізу дослідження рівня фрустрації за методикою Бойко**

	високий		середній		низький	
	Абс.	%	Абс.	%	-	-
дівчата	16	80	4	20	-	-
хлопці	18	90	2	10	-	-
разом	34	85	6	15	-	-

Кореляційний зв'язок між нейротизмом та індексом агресії вказує на слабкий зв'язок між цими змінними.

Виявлено, що 85% підлітків мають стійкий рівень фрустрації.

### **2.3. Програма корекційної роботи з підлітками, які мають агресивну поведінку**

У сучасній літературі поняття корекція визначається як виправлення (часткове або повне) недоліків психічного чи фізичного розвитку в аномальних суб'єктів за допомогою спеціальної системи психолого-педагогічних прийомів і заходів. Причому, корекція розглядається як психолого-педагогічний вплив, який не зводиться до тренувальних вправ, спрямованих на виправлення або ліквідацію окремого взятого дефекту, а має на увазі вплив на особистість в цілому [42]. Головна мета корекційного процесу – зменшення частоти прояву форм девіантної поведінки. Корекція розглядається як шлях або спосіб подолання та ослаблення девіантних форм поведінки через формування відповідних життєво необхідних якостей [57].

Нами була розроблена програма корекційної роботи по зниженню рівня агресивної поведінки у підлітків. Ця програма набуває своєї максимальної ефективності лише в тому випадку, коли самі підлітки мають бажання змінити свою поведінку, своє ставлення до оточуючих, а також при підтримки з боку батьків, вчителів, та друзів.

Підліткам, які мають схильність до агресивної поведінки, які усвідомлюють свої проблеми та хочуть їх вирішити, можна запропонувати пройти курс занять. Програма спрямована на те, щоб підліток зміг краще пізнати себе, навчився брати відповідальність за власні дії, навчився керувати емоціями та правильно поводити себе у конфліктних ситуаціях.

Метою запропонованої програми є виправлення у підлітків особливостей психічного розвитку, що перешкоджають оптимальному розвитку та ефективній адаптації до життєвих умов, формування адекватної самооцінки, профілактика і зниження тривожності, рівня фрустрації, конфліктних ситуацій, рівня агресивності,.



Психокорекційна робота будується на використанні таких способів корекції:

- когнітивних (формування здатності до аналізу своїх переживань, ситуації, пошуку шляхів розв'язання конфліктів неагресивними методами);
- емоційно-вольових (навчання конструктивним формам поведінки, рольове розігрування критичних життєвих ситуацій) ;
- поведінкових (оволодіння техніками саморегуляції для стримування небажаних поведінкових імпульсів)

Корекційна робота в цілому повинна відповідати таким принципам:

- добровільна участь підлітку в роботі;
- корекційна робота повинна ґрунтуватися на результатах психодіагностики. Психодіагностика передують психологічному впливові, дає можливість контролювати зміни, що відбуваються в результаті корекційної роботи;
- цілісність. Зміст та організація корекційної роботи має забезпечувати цілісний вплив на особистість підлітку;
- орієнтація на вікові психологічні особливості;
- урахування індивідуально-психологічних та особистісних відмінностей підлітків. В процесі підготовки корекційної програми необхідно враховувати потреби й інтереси особистості, особливості пізнавальних здібностей, соціальні установки, особливості соціально-культурного середовища;
- системність. Корекційна робота повинна мати певну логіку, послідовність;
- діяльність. Види діяльності повинні бути такі, щоб підтримували інтерес підлітків. Це може бути навчальна діяльність, спілкування, гра, конструювання, образотворча діяльність.

Завдання програми:

- повернення підлітку в систему сімейних та соціальних зв'язків, захист його прав і інтересів;
- формування відповідального ставлення до свого здоров'я і відповідальної поведінки задля його збереження;

- відновлення активних форм взаємодії підлітку з членами сім'ї, вчителями, іншими значимими дорослими;
- відновлення активних форм взаємодії підлітку з однокласниками, іншими однолітками;
- корекція розвитку індивідуальних особистостей підлітку

Програма має чотири блока:

1. Підготовчий. Цей блок має такі завдання: отримання інформації, яка характеризує особистість підлітку. Це може бути аналіз документів, спостереження, бесіди з батьками, вчителями, друзями.

2. Діагностичний. Завдання цього блоку : вивчення актуального емоційного стану підлітку, рівень фрустрації, тривоги, акцентуації; виявлення причин агресивної поведінки, підлітку. На цьому етапі доцільно провести індивідуальні бесіди та додаткове дослідження за такими діагностичними методиками:

- Тест Руки;
- Тест опитувальник Шмішека для діагностики акцентуації особистості;
- Особистісну шкалу прояву тривоги Дж.Тейлора;
- Проективні методики: малюнок «Моя сім'я», «Неіснуюча тварина», «Намалюй людину»

3. Індивідуально-корекційний. Завданнями цього блоку є: індивідуально-психологічне консультування підлітку; психологічна корекція розвитку; корекція міжособистісних відносин. При індивідуальній роботі слід орієнтувати підлітку на усвідомлення і уточнення цілей їх діяльності, навчити ставити такі цілі, що дозволять їм реалізувати себе як особистість у позитивно спрямованій діяльності, навчити різноманітним способам самоконтролю, формувати мотивацію до позитивних змін, навчити сприймати іншу людину як партнера. При цьому важливо, щоб усі висновки дитина робила самостійно, а психолог або соціальний педагог повинен вести консультативно-корекційну роботу спокійно, впевнено, не поспішати і, звичайно, не моралізувати. Абсолютно неефективними виявляються загальні бесіди про необхідність добре поводитися. На початкових етапах психологу слід

докласти багато зусиль для того, щоб встановити довірливі та доброзичливі стосунки із підлітком. Діти, які мають агресивну поведінку, як правило, є важкими у спілкуванні, з недовірою, а іноді, з ворожістю ставляться до дорослих [49].

4. Груповий корекційний. Завданнями цього блоку є: проведення тренінгових занять з метою формування комунікативної компетентності, розширення кола спілкування та сфери дозвілля; розвитку емоційної сфери; коригування самооцінки та прийняття відповідальності за власну поведінку [51].

Кожен блок корекційної роботи є важливим, тому необхідно послідовно вивчати особливості підлітку, його оточення, проводити індивідуальну роботу. Але більш детально ми зупинимось на груповій формі роботи. Під час якої відбувається не тільки процес самопізнання, саморозкриття особистості, а й виникає можливість отримання зворотного зв'язку від однолітків. Під час групової роботи відбуваються процеси, які описані Лафті Джозефом і Гаррі Інграмом у схемі «Вікно Джогарі»

1. Відкрита область містить поведінку, почуття й мотиви, які відомі й самому підлітку та оточуючим.
2. Слепа область складається з того, що підліток сам не помічає, а інші помічають це, але вважають недоречним говорити про це (найчастіше-особливості поведінки й реакції).
3. Прихована область – містить те, що усвідомлює підліток, але не знають інші (інтимні моменти життя, страхи, невирішені особистісні проблеми тощо).
4. Невідома область - це те, що знаходиться за межами свідомості індивіда й оточуючих, проте це «щось» у підлітку може робити істотний вплив на його життя (наприклад, ранні травматичні переживання, неусвідомлений конфлікт потреб і страхів тощо).

Психологічний тренінг дає можливість розширити 1-ї області за рахунок зменшення 2-4-ї областей. При цьому зменшення «сліпої області». Спільно з тренінговою групою досліджується «несвідома область», у результаті чого підлітки отримують нові знання й розуміння себе та інших. Групова корекційна робота включає використання різних технік для розвитку вміння спілкуватися і

взаємодіяти, позбавлення від напруження, агресії, негативної емоційної енергії, а також вправи для розвитку емпатії, розвитку кращих рис свого характеру. На нашу думку, у роботі з підлітками, які мають агресивні прояви можна ефективно використовувати різні види: музикотерапію, арт-терапію, казкотерапію, кінотерапію.

Програма соціально-психологічного тренінгу для підлітків, які мають агресивну поведінку.

Програма заснована на концепції розвитку самосвідомості.

Мета тренінгу: формування в підлітків уявлення про себе, стійких форм моральної поведінки, ставлення до себе, розвитку здібностей самопізнання. навичок емоційної та поведінкової саморегуляції.

Група формується за результатами діагностики підлітків 14-15 років, у кількості 8-15 осіб з високим рівнем прояву агресії.

Тренінг розраховано на 15 занять, тривалістю 45-60 хв. кожне, заняття проводяться 1 раз на тиждень в позаурочний час протягом трьох місяців. Робота спрямована на корекцію поведінки підлітків, тому по закінченню занять необхідно провести повторну діагностику.

Основні елементи заняття:

1. Аналіз завдань з самопізнання і саморозвитку, формування найближчих цілей;
2. Пошук шляхів досягнення поставленої мети та засвоєння моральних форм поведінки;
3. Підвищення групової згуртованості, саморозкриття учасників тренінгу в процесі спілкування в середині даної групи.

Методичні прийоми, які використовуються під час тренінгу:

1. Слово ведучого (вступне та заключне);
2. Аналіз проблемних ситуацій;
3. Бесіда на теми;
4. Групова дискусія;
5. Тренування ефективних форм поведінки;

6. Проективне малювання;
7. Вправи на само оцінювання;
8. Рольові творчі ігри;
9. Завдання на самопізнання.

Кожне заняття має стандартні форми та включає в себе такі етапи:

1. Перший етап - розминка 10 хвилин.

Мета: створення позитивного настрою учасників на роботу в групі, створення в групі атмосфери довіри.

2. Другий етап - основний. Його тривалість - 30-40 хвилин.

Мета: даний етап заняття спрямована на вирішення завдань, поставлених у цій програмі.

Сюди включена теоретична частина (бесіди, міні - лекції), позначені в програмі і практична частина, що складається з тренінгових вправ і рольових ігор. Дозвіл проблемних ситуацій. Перехід від негативного стану (якщо є) до позитивного. Можуть бути використані завдання з елементами муз - терапії та арт - терапії з метою запобігання можливого перенапруги учасників групи.

3. Третій етап - заключний 10 - 15 хвилин.

Мета останнього етапу: підведення підсумків роботи.

Рефлексія (зворотний зв'язок), власна оцінка подій, обмін думками, інтеграція досвіду, отриманого на занятті, закріплення позитивного стану і ритуал прощання. Отримання домашнього завдання.

На початку роботи визначаються правила роботи групи, які занотовуються у щоденнику:

1. Добровільність.
2. Щирість.
3. Нерозголошення почутої інформації.
4. Повага до всіх учасників.
5. Право на власну думку.
6. Відкритість.

7. Взаємопідтримка.

8. Активна участь.

Заняття 1. Знайомство. Ознайомлення з умовами роботи групи. Створення атмосфери згуртованості, доброзичливості. Самовизначення членів групи й визначення групою мети своєї роботи; актуалізація внутрішньої готовності до змін і самозмін.

Заняття 2. Особистість. Поглиблення знань підлітків про особистість та її структуру; розвиток самоаналізу підлітками себе як особистості; розширювати уявлення про себе, власну індивідуальність і неповторність. Формування дружніх відносин в групі.

Заняття 3. Самопізнання. Розвиток навичок особистого саморозкриття, розуміння себе, своїх потреб, реакцій.

Заняття 4. Самовиховання. Формування мотивації до самовиховання, саморозвитку; зниження внутрішньо особистісних суперечностей і емоційного напруження; навчання способам ефективної поведінки в різних життєвих ситуаціях, самоконтролю, саморегуляції.

Заняття 5. Самоповага і саморозвиток. Формулювати ознаки і образ агресивної людини; розвивати вміння спілкуватися в руслі поваги до інших; закладати підґрунтя для самоповаги і саморозвитку.

Заняття 6. Поведінка : моральні норми і правила. Розвиток уміння аналізувати поведінку з точки зору моральності. Конструктивні способи спілкування, підвищення згуртованості і довіри в групі.

Заняття 7. Аморальний вчинок, його сутність та особливості. Навчання передбаченню наслідків аморального вчинку для оточуючих та для самого суб'єкта вчинку, визначенню почуттів суб'єкта й оточуючих у зв'язку з вчинком, ставлення оточуючих до суб'єкта вчинку.

Заняття 8. Аморальна поведінка, її наслідки. Вдосконалення здатності передбачити наслідки поведінки та робити моральні умовиводи, аналізувати наслідки своєї поведінки та поведінки інших.

Заняття 9. Почуття та емоції. Формування навичок рефлексії, уваги до своїх почуттів, розширення уявлення про себе, розвивати вміння аналізувати свої емоційні стани, давати самооцінку.

Заняття 10. Емоційне ставлення до здійснених вчинків. Формування умінь розрізняти емоційно-моральні ставлення до здійснюваних вчинків. Розвивати вміння розрізняти та аналізувати власні емоції та емоції інших людей, сприймати настрій та емоційний стан інших.

Заняття 11. Аналіз власних вчинків та вчинків своїх однолітків. Мотиви поведінки. Розвиток усвідомлення проблемності деяких своїх реакцій, усвідомлення та корекція особистих недоліків. Формування вміння подивитися на себе очима іншої людини.

Заняття 12. Моделювання моральної поведінки. Напрацювання власного досвіду ефективної поведінки в різних життєвих ситуаціях.

Заняття 13. Моральний вибір. Вдосконалення умінь обирати моральну поведінку в ситуації вибору.

Заняття 14. Власна позиція. Формування навичок відстоювати власну позицію.

Заняття 15. Заключне. Підведення підсумків групової роботи, закріплення всіх отриманих умінь.

Вправи для основної частини заняття можна обирати в залежності від складу групи, інтелектуального розвитку та активності її учасників (Додаток Ж)

Можна запропонувати учасникам тренінгу вести щоденник, в якому описувати свої очікування, враження, почуття, думки, аналізувати власні переживання, реакції на події. У щоденнику можна виконувати завдання на самопізнання. Така робота дає можливість спілкуватися з самим собою, відверто визнавати свої негативні риси характеру та вчинки, що вони спричиняють.

Таку корекційну роботу може проводити практичний психолог, соціальний-педагог.

Таким чином, корекційна діяльність з підлітками, що мають відхилення в поведінці, повинна бути регулярною і в різних напрямках, з одного боку потрібно

підвищувати мотиваційну спрямованість особистості до навчання, з іншого боку потрібно виховувати у таких учнів соціально -прийнятну поведінку, що допоможе в подальшій соціальної адаптації дитини.

### **Висновки до другого розділу**

Нами була проведена психодіагностична робота, яка спрямована на дослідження психологічних чинників агресивності підлітків.

Наявність великої кількості методик для визначення агресії, від простіших до складніших є дуже позитивним фактором, так як це актуальна проблема, і за допомогою даних методик можна виявити, обґрунтувати, пояснити прояви агресії. Основною в нашій роботі ми обрали Методику Басса-Дарка та виявили, що дуже високий, високий та підвищений індекс агресії спостерігається у 64,5% опитуваних, а індекс ворожості у 70%. Серед чинників, які впливають на виникнення агресії- ситуативна та особистісна тривога та високий стан фрустрації. Самооцінка у підлітковому віці грає важливу роль у формуванні особистості, але вона не знаходиться в кореляційному зв'язку з загальним рівнем агресивності, мотиваційною агресивністю та ворожістю. Властивості нервової системі не зумовлюють форми поведінки, але створюють підґрунтя, на якому легше формуються одні форми поведінки, гірше інші.



## ВИСНОВКИ

Результати дослідження психологічних чинників агресивності у сучасних підлітків дає можливість зробити такі висновки:

1. Здійснено аналіз наукової літератури з даної теми, де було з'ясовано, що агресивність - це багатозначний термін, якій вказує на ситуативний стан, для якого характерні спалахи гніву, імпульсивні прояви поведінки, а також риса особистості, що спричиняє відносно стабільну схильність до агресії.
2. Підлітковий період - це період інтенсивного формування самооцінки, бурхливого розвитку самосвідомості, як здатності спрямовувати свідомість на власні психічні процеси, потреби пізнати себе як особистість.
3. Автори, які розглядають агресію, називають безліч причин, що сприяють її формування, особливо відзначаючи, що підлітковий вік в зв'язку з його кризами може сприяти вираженій ворожості та агресії.
4. Згідно з проведеним емпіричним дослідженням, що базувалось на вивченому матеріалі, провівши обробку результатів та їх аналіз, ми дійшли до висновків, що психологічні чинники агресії: тривожність, ціннісні орієнтації, рівень фрустрації, самооцінка, тип темпераменту.
5. Встановлено, що на формування агресії підлітку впливає рівень особистісної та ситуативної тривоги, високий рівень фрустрації але не впливає суттєво темперамент та самооцінка.
6. Отримані дані та їх аналіз дозволяють зрозуміти психологічні чинники агресії поведінки підлітків, що сприятиме визначенню напрямків корекційної роботи.
7. З метою корекції агресивної поведінки підлітків розроблена корекційна тренінгова програма. Корекція агресивності - це системна сумісна діяльність психолога, соціального педагога, батьків та дитини щодо подолання такої поведінки, формування здатності вирішувати проблеми, формувати адекватну самооцінку, використовувати знання, уміння та навички в реальних життєвих

ситуаціях. Корекційна програма складається з чотирьох блоків та тренінгових занять розрахованих на 15 зустрічей, включає використання різних технік для розвитку вміння спілкуватися і взаємодіяти, позбавлення від агресії, негативної емоційної енергії і спрямована на розвиток кращих рис характеру.

8. Відповідно до результатів проведеного дослідження розроблено практичні рекомендації практичним психологам, соціальним педагогам для роботи з підлітками , які мають ознаки агресивності.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адлер А. Понять природу человека / Адлер А. – СПб. : Акад. проект, 2000. – 253 с.
2. Андреев Ю. С. Теоретичні передумови прояву та попередження агресивної поведінки серед дітей та підлітків / Ю.Є. Андреев // Вісник ЛНУ ім.Тараса Шевченка. – 2012. – № 19 . – С. 196-204
3. Афанасьєва В.В. Соціально-педагогічна профілактика девіантної поведінки підлітків у діяльності загальноосвітньої школи : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.05 “Соціальна педагогіка” / Афанасьєва Вікторія Вікторівна. – Луганськ, 2011. – 22 с.
4. Балакірева О.М. Здоров’я та поведінкові орієнтації учнівської молоді : монографія / [О.М. Балакірева, Н.О. Рингач, Р.Я. Левін та ін.] ; за ред. О.М. Балакіревої. – К. : УІСД ім. О. Яременка, 2007. – 128 с.
5. Бандура А. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений / А. Бандура, Р. Уолтерс ; пер. с англ. Ю. Брянцевой, Б. Красовского. – М. : Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 1999. – 512 с.
6. Бандура А. Теория социального научения / Бандура А. – СПб. : Евразия, 2000. – 320 с.
7. Бартол К. Психология криминального поведения / Бартол К. – СПб. : Прайм-Єврознак, 2004. – 352 с.
8. Басс А. Психология агрессии / А. Басс // Вопросы психологии. – 1967. – № 3. – С. 60–67
9. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль / Берковиц Л. – СПб. : Прайм-Єврознак, 2002. – 512 с.
10. Божович Л. И. Проблемы формирования личности /под ред. Д. И. Фельдштейна; вступительная статья Д. И. Фельдштейна. — 2-е изд. — М.: «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. — 352 с.

11. Бартол К., Психологія кримінального поведення. С.Пб.: Прайм—Евровзнак, 2004-.352с.
12. Божович Л. И. Проблемы формирования личности /под ред. Д. И. Фельдштейна; вступительнаястатья Д. И. Фельдштейна. — 2-е изд. — М.: «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. — 352 с.
13. Братусь Б.С. Аномалии личности : учебник / Братусь Б.С. – М. : [б. и.], 1988. – 322 с. 186 21. Будуємо майбутнє разом: програма профілактики конфліктів та правопорушень серед учнівської молоді / за заг. ред. Т.В. Журавель, М.А. Снітко. – К. : [б. в.], 2016. – 249 с.
14. Бэрон Р. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. – СПб. : Питер. 1998. – 336 с. 23.
15. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми / Бютнер К. – М. :Педагогика, 1991. –144 с.
16. Вивчення особистості підлітка/ За ред. М.Т.Дригус. – К.: Інститут психології АПН України, 1994. – 128 с.
17. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. вузов. / Сост. и научный ред. В.С. Мухина, А.А. Хвостов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 624 с.
18. Волянская Е. В. Социокультурная детерминация подростковой агрессии / Е. В. Волянская, В. Е. Пилипенко, Е. В. Сапелкина. – Киев : ПЦ «Фолиант», 2004. – 174 с.
19. Гайдамашко І.А. Подолання агресії як соціально-педагогічна проблема / І.А. Гайдамашко // Педагогічний дискурс : зб. наук. пр. / гол. ред. А.Й. Сиротенко. – Хмельницький : ХГПА, 2008. – Вип. 3. – С. 53–55.
20. Дубровина И.В. Индивидуальные особенности школьника / Дубровина И.В. – М. : Просвещение, 1975. – 85 с.
21. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды / под ред. В. В. Давыдова, В. П. Зинченко — М.: «Педагогика», 1989. — 555 с.

22. Замятіна М.В. Психологічна структура агресивності студентів ВНЗ/ М.В.Замятіна// Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти: зб .наук. пр./ред. Л.Л.Товажнянський, О.Г.Романовський,-Харків :НТУ «ХП», 2012.-Вип.30-31(34-35). С. 385-392.

23. Зверева І.Д. Соціально-педагогічна робота з дітьми та молоддю в Україні: теорія і практика : монографія / Зверева І.Д. ; М-во освіти і науки України, Ін-т проблем виховання Академії педагогічних наук. – К. : Правда Ярославичів, 1998. – 393 с.

24. Ениколопов С.Н. Понятие агрессии в современной психологии / С.Н. Ениколопов // Прикладная психология. - 2001. - № 1. - С. 60-71. 4. Ильин Е.П. Психология агрессивного поведения / Е.П. Ильин - СПб.: «Питер» , 2014. – 368 с.

25. Качанова Ю.В. Агресивність та агресія як соціологічні категорії // наукові праці. Соціологія. – №133. – Т. 146 . – С. 50-54

26. Ковалёв П. Возрастно-половые особенности отражения в сознании структуры собственной агрессивности и агрессивного поведения / П. Ковалёв – СПб.: 1999. – 358 с.

27. Кононко О. Дитяча агресія: специфіка, причини виникнення, виховання вміння її долати // Нова педагогічна думка. – №3. – С. 80-85

28. Кочемировская Е.А. Коррекция деструктивных моделей межличностного взаимодействия и формирование навыков просоциального поведения у подростков : практ. пособ. / Е.А. Кочемировская, А.А. Гришко. – Х. : НТМТ, 2007. – 84 с.

29. Крайніков Е.В. Психологія розвитку : словник-довідник / Крайніков Е.В. – К. : Арістей, 2004. – 260 с.

30. Крейхи Б. Социальная психология агрессии / Крейхи Б. – СПб.: Питер, 2003. – 213 с.

31. Ленденева И.Л. Детская агрессия и методы ее психолого-педагогической коррекции : автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогическая и возрастная психология» / И.Л. Ленденева. – Иркутск, 2002. – 19 с.

32. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность / Леонтьев А. Н. – М: [б. и.], 1975. – 324 с.
33. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / Личко А.Е. – 2-е изд., доп. и перераб. – М. : Медицина, 1983. – 236 с.
34. Лоренц К. Агрессия / Лоренц К. – М.: Прогресс; Универс, 1994.– 234 с.
35. Лоренц К. Обратная сторона зеркала / К. Лоренц. – М., 1998. – 493 с.
36. Макарчук Н.О. Агресія та агресивна поведінка як психічний засіб особистісної саморегуляції підлітків із порушеннями розумового розвитку / Н.О. Макарчук // Проблеми сучасної психології. Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України, 2014. – Вип. 25. – С. 215-225
37. Маликова Н.Э. Особенности профилактики агрессивных проявлений детей и подростков средствами психоаналитической педагогики : автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. психол. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Н. Э. Маликова –Владимир, 2005 . – 19 с.
38. Малкина-Пих И.Г. Психосоматика: Довіднк практ. психолога.-М., 2005, - 992 с.
39. Налчаджян А. Агрессивность человека / А. Налчаджян – М.: «Питер», 2007. – 736 с.
40. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія : навч. посіб. / Л.Е. Орбан-Лембрик. – К.: Академвидав, 2005. – 448 с.
41. Педагогічна енциклопедія [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://slovník.com.ua/?grupa=11&id\\_sl=20](http://slovník.com.ua/?grupa=11&id_sl=20)
42. Петрова А.Б. Психологическая коррекция и профілактика агрессивных форм поведения несовершеннолетних с девиантным поведением: практическое руководство / Петрова А.Б. – М. : Флинта ; МПСИ, 2008. – 152 с.
43. Психологічна енциклопедія /Автор упорядник О.М.Степанов-К.,2006.- 424 с.
44. Румянцева Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии / Румянцева Т.Г. – М. : [б. и.], 1994. – 278 с.

45. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции / Л.М. Семенюк – М.: Флинта, 1998. – 9
46. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье [Электронный ресурс]. –
47. Режим доступа: <http://www.rulit.net/books/stress-bez-distressa-read-15443-1.html>Сергеева К.В. Анализ международного и украинского опыта внедрения программ профилактики агрессивного поведения подростков / К.В. Сергеева// Новый взгляд. Международный научный вестник / [под общ. ред. С.С. Чернова]. – Новосибирск : Сборник научных трудов, 2015. – Вып. 10. – С. 92– 103.
48. Сергеева К.В. Впровадження програм профілактики агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації дітей / К.В. Сергеева // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки / [гол. ред.: М.О. Носко]. – Чернігів : ЧНПУ, 2016. Вип. 133. – С. 190–194.
49. Смалько Ф.В. Сучасні аспекти вивчення поведінкової та вербальної агресії / Ф.В. Смалько, В.М. Ямницький // Психологія: реальність і перспективи. – 2014. – № 3. – С. 135-138
50. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей / Смирнова Т.П. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 312 с.
51. Сучасний тлумачний психологічний словник / за ред. В. Шапар. – Х. : Прапор, 2005. – 640 с.
52. Федух І.С. Психологічні особливості проявів агресивності в ранньому юнацькому віці:автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» /С. Федух. – К., 2007. – 21 с.
53. Фурманов И.А. Детская агрессивность / И.А. Фурманов – М., 2002. – 192 с.
54. Фрейд А. Норма и патология детского развития / А. Фрейд, З. Фрейд ;пер. с нем. Я. Л. Обухова // Детская сексуальность и психоанализ детских неврозов. – СПб., 1997. – С. 217–364.

55. Цукерман Г. А. Десяти-двенадцатилетние школьники: «ничья земля» в возрастной психологии //Вопросы психологии. — 1998. — № 3. — С. 17

56. Шебанова С.Г. Психокорекція агресивної поведінки// Педагогіка та психологія.-1999.-№3-15-23



## ДОДАТКИ

### ДОДАТОК А

#### Діагностика стану агресії (опитувальник Басса-Дарки)

**Шкали:** фізична агресія, непрямая агресія, дратівливість, негативізм, уразливість, підозрілість, вербальна агресія, почуття провини.

#### **Призначення тесту**

Опитувальник диференціює прояви агресії і ворожості. А. Басс і А. Дарки виділили наступні види реакцій:

- **Фізична агресія** - використання фізичної сили проти іншої особи.
- **Непряма агресія**, обхідним шляхом спрямована на іншу особу або ні на кого не спрямована.
- **Роздратування** - готовність до прояву негативних почуттів при найменшому порушенні (запальність, грубість).
- **Негативізм** - опозиційна манера в поведінці від пасивного опору до активної боротьби проти сталих звичаїв і законів.
- **Образа** - заздрість і ненависть до оточуючих за дійсні та вигадані дії.
- **Підозрілість** - в діапазоні від недовіри і обережності стосовно людей до переконання в тому, що інші люди планують і приносять шкоду.
- **Вербальна агресія** - вираз негативних почуттів як через форму (крик, виск), так і через зміст словесних відповідей (прокляття, погрози).
- **Почуття провини** - виражає можливе переконання суб'єкта в тому, що він є поганою людиною, що спричинює зло, а також відчуває докори сумління.

При складанні опитувальника використовувалися такі принципи:

- питання може відноситися тільки до однієї форми агресії.
- питання формулюються таким чином, щоб найбільшою мірою послабити вплив суспільного схвалення відповіді на запитання.

Опитувальник складається з 75 тверджень, на які випробовуваний відповідає "так" чи "ні".

- 10 балів і менше - низький показник.

#### **Обробка та інтерпретація результатів тесту**

Відповіді оцінюються за шкалами наступним чином:

##### 1. Фізична агресія:

- "так" = 1, "ні" = 0: 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68;
- "ні" = 1, "так" = 0: 9, 17, 41.

##### 2. Непряма агресія:

- "так" = 1, "ні" = 0: 2, 18, 34, 42, 56, 63;
- "ні" = 1, "так" = 0: 10, 26, 49.

##### 3. Роздратування:

## Продовження додатку А

• "так" = 1, "ні" = 0: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72;

• "ні" = 1, "так" = 0: 11, 35, 69.

### 4. Негативізм:

• "так" = 1, "ні" = 0: 4, 12, 20, 23, 36;

### 5. Образа:

• "так" = 1, "ні" = 0: 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58.

• "ні" = 1, "так" = 0: 44.

### 6. Підозрілість:

• "так" = 1, "ні" = 0: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59;

• "ні" = 1, "так" = 0: 65, 70.

### 7. Вербальна агресія:

• "так" = 1, "ні" = 0: 7, 15, 28, 31, 46, 53, 60, 71, 73;

• "ні" = 1, "так" = 0: 39, 66, 74, 75.

### 8. Почуття провини:

• "так" = 1, "ні" = 0: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67

Індекс ворожості включає в себе 5 і 6 шкалу, а індекс агресивності (як прямої, так і мотиваційної) включає в себе шкали 1, 3, 7.

Ворожість = Образа + Підозрілість;

Агресивність = Фізична агресія + Роздратування + Вербальна агресія.

## Інтерпретація результатів тесту

Нормою агресивності є величина її індексу, що дорівнює  $21 \pm 4$ , а ворожості -  $6-7 \pm 3$ .

### Тест Басса-Дарки

Опитувальник складається з 75 тверджень, на які випробовуваний відповідає "так" чи "ні".

1. Часом я не можу впоратися з бажанням завдати шкоди іншим

## Продовження додатку А

2. Іноді пліткую про людей, яких не люблю
3. Я легко дратуюся, але швидко заспокоююся
4. Якщо мене не попросять по-хорошому, я не виконаю
5. Я не завжди отримую те, що мені належить
6. Я не знаю, що люди говорять про мене за мою спиною
7. Якщо я не схвалюю поведінку друзів, я даю їм це відчутти
8. Коли мені траплялося обдурити кого-небудь, я відчував болючі докори совісті
9. Мені здається, що я не здатний ударити людину
10. Я ніколи не дратуюся настільки, щоб кидатися предметами
11. Я завжди поблажливий до чужих недоліків
12. Якщо мені не подобається встановлене правило, мені хочеться порушити його
13. Інші вміють майже завжди користуватися сприятливими обставинами
14. Я тримаюся насторожено з людьми, які ставляться до мене трохи більш дружньо, ніж я очікував
15. Я часто буваю незгодний з людьми
16. Іноді мені на розум приходять думки, яких я соромлюся
17. Якщо хто-небудь першим ударив мене, я не відповім йому
18. Коли я дратуюся, я лясаю дверима
19. Я набагато більш дратівливий, ніж здається
20. Якщо хтось уявляє себе начальником, я завжди роблю йому наперекір
21. Мене трохи засмучує моя доля
22. Я думаю, що багато людей не люблять мене
23. Я не можу втриматися від суперечки, якщо люди не згодні зі мною
24. Люди, які ухиляються від роботи, повинні відчувати почуття провини
25. Той, хто ображає мене і мою сім'ю, напрошується на бійку
26. Я не здатний на грубі жарти
27. Мене охоплює лють, коли наді мною глузують
28. Коли люди вдають із себе начальників, я роблю все, щоб вони не зазнавалися
29. Майже кожен тиждень я бачу когось, хто мені не подобається
30. Досить багато людей задрять мені
31. Я вимагаю, щоб люди поважали мене
32. Мене пригнічує те, що я мало роблю для своїх батьків
33. Люди, які постійно знущаються з вас, варті того, щоб їх "клацнули по носі"
34. Я ніколи не буваю похмурий від злості
35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я того заслуговую, я не засмучуюсь
36. Якщо хтось виводить мене з себе, я не звертаю уваги
37. Хоча я і не показую цього, мене іноді гризе задрість
38. Іноді мені здається, що наді мною сміються
39. Навіть якщо я злюся, я не вдаюся до "сильних" виразів
40. Мені хочеться, щоб мої гріхи були пробачені
41. Я рідко даю здачі, навіть якщо хто-небудь ударить мене
42. Коли виходить не по-моєму, я іноді ображаюся
43. Іноді люди дратують мене однією своєю присутністю
44. Немає людей, яких би я по-справжньому ненавидів
45. Мій принцип: "Ніколи не довіряти чужинцям "
46. Якщо хтось дратує мене, я готовий сказати, що я про нього думаю
47. Я роблю багато такого, про що згодом шкодую
48. Якщо я розлючуся, я можу вдарити когось

## Продовження додатку А

49. З дитинства я ніколи не виявляв спалахів гніву
50. Я часто відчуваю себе як порохова бочка, готова вибухнути
51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене б вважали людиною, з якою нелегко працювати
52. Я завжди думаю про те, які таємні причини змушують людей робити що-небудь приємне для мене
53. Коли на мене кричать, я починаю кричати у відповідь
54. Невдачі засмучують мене
55. Я б'юся не рідше і не частіше ніж інші
56. Я можу пригадати випадок, коли я був настільки злий, що хапав перший-ліпший предмет і ламав його
57. Іноді я відчуваю, що готовий першим почати бійку
58. Іноді я відчуваю, що життя чинить зі мною несправедливо
59. Раніше я думав, що більшість людей говорить правду, але тепер я в це не вірю
60. Я лаюся тільки зі злості
61. Коли я поступаю неправильно, мене мучить совість
62. Якщо для захисту своїх прав мені потрібно застосувати фізичну силу, я застосовую її
63. Іноді я висловлюю свій гнів тим, що стукаю кулаком по столу
64. Я буваю грубуватий стосовно людей, які мені не подобаються
65. У мене немає ворогів, які б хотіли мені нашкодити
66. Я не вмію поставити людину на місце, навіть якщо вона на те заслуговує
67. Я часто думаю, що жив неправильно
68. Я знаю людей, які здатні довести мене до бійки
69. Я не засмучуюсь через дрібниці
70. Мені рідко приходить до голови, що люди намагаються розлютити або образити мене
71. Я часто тільки погрожую людям, хоча і не збираюся приводити погрози у виконання
72. Останнім часом я став занудою
73. У суперечці я часто підвищую голос
74. Я намагаюся зазвичай приховувати своє погане ставлення до людей
75. Я краще погоджуся з чим-небудь, ніж стану сперечатися

## Тест -опитувальник Айзенка

## Інструкція

«Слухай мене уважно. Зараз я тобі прочитаю питання, на які ти повинен відповісти тільки «так» чи «ні». Перед тобою лежить аркуш, на якому написані номери питань і намальовані дві колонки. Ти повинен поставити хрестик або галочку в першій колонці, якщо хочеш відповісти на це питання «так». Якщо ж ти не згоден і хочеш відповісти «ні», то постав галочку в другій колонці. Намагайся відповідати швидко, але будь уважний, подумай, перш ніж відповісти «так» чи «ні».

## Проведення тесту

Дитині дається бланк відповідей, потім зачитується інструкція. Питання читаються вголос, по черзі. На відповідь дається приблизно 1-1,5 хв. Якщо дитина не встигла відповісти, його можна поквитати, сказавши про те, що зараз ви будете зачитувати наступне питання. Після закінчення роботи дітей запитують, чи все їм було зрозуміло, чи не було пропущених питань і в разі потреби зачитують пропущені питання повторно. Потім листи з відповідями збираються.

## Аналіз результатів

При обробці отриманого матеріалу підраховується кількість балів, набраних дитиною по кожній з трьох шкал - екстра-інтроверсія, нейротизм і брехливість. Підрахунок відбувається на підставі «ключа», який наводиться в додатку. Якщо дитина відповіла на питання так, як зазначено в «ключі», він отримує один бал. При протилежному відповіді - 0 балів. Наприклад, підраховуючи кількість балів за перше якість - екстра-інтроверсія, ви бачите, що дитина на першому і дев'ятому питаннях відповіла «так». За ці питання він отримує по одному балу. На питання 3 і 11 - відповіді «ні», відповідно за них ви ставите 0 балів. Водночас при відповіді на питання 6 або 33 ви, навпаки, ставите 1 бал за відповідь «ні» і 0 балів за відповідь «так». Таким чином підраховується загальна кількість

1. Максимальна кількість балів за шкалою «екстра-інтроверсія» - 24 (19 + 5).

Діти, які набрали по першій шкалі 12 і більше балів, - екстраверти, що набрали менше 12 балів - інтроверти.

2. Максимальна кількість балів за шкалою «нейротизм» - 24

Діти, які набрали більше 12 балів за другим Шкапа, емоційно нестійкі. Вони ранимі, не можуть впоратися зі своїми негативними емоціями - образою, тривогою, які можуть у них перейти в гнів і навіть агресію, мстивість. Водночас добре слово, посмішка здатні зняти цей спалах і швидко привести їх у гарний настрій. Діти з низьким рівнем нейротизма (менше 12 балів) менше схильні до емоційних зривів, вони не так залежні від розташування інших людей, особливо дорослих. Але зате їх гнів або агресію не так легко зупинити, також як і змінити їх погане (або хороше) ставлення до якоїсь людини, як дорослому, так і однолітці.

3. Максимальна кількість балів за шкалою «брехливість» - 12 (5 + 7).

Критична кількість балів за шкалою «брехливість» 5-6. Діти, які набрали більше 5 балів, намагаються виглядати краще, ніж вони є насправді.

## Особистісний опитувальник Айзенка (дитячий варіант)

1. Чи любиш ти шум і суєту навколо себе?
2. Чи часто ти потребуєш друзів, які могли б тебе підтримати або втішити?
3. Ти завжди знаходиш швидко відповідь, коли тебе про що-небудь запитують, якщо це не на уроках?
4. Буваєш ти іноді сердитим, дратівливим, злишся?
5. Чи часто у тебе міняється настрій?
6. Тобі більше подобається бути одному, ніж зустрічатися з іншими хлопцями?
7. Чи буває іноді, що тобі заважають заснути різні думки?
8. Чи завжди ти відразу робиш так, як тобі говорять?
9. Чи любиш ти пожартувати над ким-небудь?

## Продовження додатку Б

10. Ти коли-небудь відчував себе нещасним, хоча для цього не було справжньої причини?
11. Ти весела людина?
12. Ти коли-небудь порушував правила поведінки в школі?
13. Чи багато що дратує тебе?
14. Тобі подобається така робота-де треба робити все швидко?
15. Ти переживаєш через всяких страшних подій, які мало не сталися, хоча все скінчилося добре?
16. Тобі можна довірити будь-яку таємницю?
17. Чи можеш ти розвеселити занудьгували товаришів?
18. Чи трапляється іноді так що в тебе без всякої причини сильно б'ється серце?
19. Зазвичай ти робиш перший крок для того, щоб з ким-небудь подружитися?
20. Ти коли-небудь говорив неправду?
21. Чи сильно ти засмучуєшся якщо люди знаходять недоліки в роботі, яку ти зробив?
22. Чи любиш ти розповідати смішні історії, жартувати зі своїми друзями?
23. Чи часто ти відчуваєш себе втомленим без всякої причини?
24. Ти завжди спочатку робиш уроки, а граєш вже потім?
25. Ти звичайно веселий і всім задоволений?
26. Уразливий ти?
27. Чи любиш ти розмовляти і грати з іншими дітьми?
28. Чи завжди ти виконуєш прохання рідних про допомогу по господарству?
29. Чи буває так, що в тебе сильно паморочиться голова?
30. Чи любиш ти поставити кого-небудь у незручне становище, посміятися над ким-небудь?
31. Ти часто відчуваєш, що тобі щось дуже набридло?
32. Ти любиш іноді похвалитися?
33. Ти найчастіше мовчиш в товаристві інших людей?
34. Ти іноді хвилюєшся так сильно, що тобі важко всидіти на місці?
35. Ти швидко наважуєшся на що-небудь?
36. Ти інколи шумиш в класі, коли немає вчителя?
37. Тобі часто сняться страшні сни?
38. Чи можеш ти забути про все і від душі повеселитися серед своїх друзів, приятелів, подруг?
39. Тебе легко засмутити чим-небудь?
40. Чи траплялося тобі погано говорити про кого-небудь?
41. Чи можеш ти назвати себе безтурботним, безтурботним людиною?
42. Якщо тобі трапляється потрапити в незручне становище, ти довго потім переживаєш?
43. Ти любиш галасливі і веселі ігри?
44. Ти завжди їж все, що тобі пропонують?
45. Тобі важко відмовитися, якщо тебе про що-небудь попросять?
46. Ти любиш часто ходити в гості?
47. Чи бувають такі моменти, коли тобі не хочеться жити?
48. Ти коли-небудь був грубим з батьками?
49. Тебе вважають веселою людиною?
50. Ти часто відволікаєшся, коли робиш уроки?
51. Ти більше любиш сидіти осторонь і дивитися, ніж самому приймати участь в загальному святкуванні?
52. Тобі зазвичай буває важко заснути через різних думок?
53. Ти звичайно буваєш впевнений в тому, що зможеш впоратися зі справою, яку тобі доручають?
54. Чи часто ти відчуваєш себе самотнім?
55. Ти соромишся перший заговорювати з незнайомими людьми?
56. Чи часто ти наважуєшся на що-небудь, коли вже пізно?

### Закінчення додатку Б

57. Коли хтось із приятелів кричить на тебе, ти теж кричиш у відповідь?  
 58. Ти іноді відчуваєш себе особливо веселим або сумним без всякої причини?  
 59. Ти вважаєш, що важко отримати справжнє задоволення в гостях, на ранках, на ялинці?  
 60. Тобі часто доводиться хвилюватися через те, що ти зробив що-небудь не подумавши?

#### Ключ до обробки дитячого варіанта опитувальника Айзенка

Шкала	№ вопроса	
	Да	Нет
Екстраверсія	1,3,9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57	6,33,51,55,59
Нейротизм	2,5,7, 10, 13, 15, 18, 21,23,26,29,31,34, 37, 39, 42, 45, 47, 50, 52, 54, 56, 58, 60	
Склонність к неискрен- ности (лживість)	8, 16, 24, 28, 44	4, 12, 20,32,36,40,48

**ДОДАТОК В**

**Шкала реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності Ч.Д. Спілбергера - Ю.Л. Ханіна**

**Текст методики ШРОТ**

**Інструкція:** Залежно від самопочуття в даний момент, вкажіть варіант, який Вам підходить : «1» - ні, це зовсім не так; «2» - мабуть так; «3» - вірно; «4» - абсолютно вірно:

№п п	Судження СТ	Ні, це зовсім не так	Мабуть так	Вірно	Абсолютно вірно
1	Ви спокійні	1	2	3	4
2	Вам ніщо не загрожує	1	2	3	4
3	Ви знаходитесь в напрузі	1	2	3	4
4	Ви відчуваєте співчуття	1	2	3	4
5	Ви відчуваєте себе вільно	1	2	3	4
6	Ви засмучені	1	2	3	4
7	Вас хвилюють можливі невдачі	1	2	3	4
8	Ви відчуваєте себе відпочившою людиною	1	2	3	4
9	Ви стривожені	1	2	3	4
10	Ви відчуваєте почуття внутрішнього задоволення	1	2	3	4
11	Ви впевнені в собі	1	2	3	4
12	Ви нервуєте	1	2	3	4
13	Ви не знаходите собі місця	1	2	3	4
14	Ви напружені	1	2	3	4
15	Ви не відчуваєте скутості і напруги	1	2	3	4
16	Ви задоволені	1	2	3	4
17	Ви стурбовані	1	2	3	4
18	Ви дуже збуджені і Вам не по собі	1	2	3	4
19	Вам радісно	1	2	3	4
20	Вам приємно	1	2	3	4

**Інструкція** до другої групи суджень про самопочуття: Прочитайте (прослухайте) уважно кожне з наведених нижче пропозицій і закресліть (запишіть) підходячи для Вас цифру справа залежно від того, як Ви себе почуваєте ЗВИЧАЙНО: цифри справа означають «1» - майже ніколи; «2»- іноді; «3»- часто; «4»- майже завжди.

№п п	Судження ОТ	Майже ніколи	Іноді	Часто	Майже завжди
1	Ви відчуваєте задоволення	1	2	3	4
2	Ви швидко втомлюєтеся	1	2	3	4
3	Ви легко можете заплакати	1	2	3	4
4	Ви хотіли б бути такою ж щасливою людиною, як і інші	1	2	3	4
5	Буває, що Ви програєте через те,	1	2	3	4



	що недостатньо швидко приймаєте рішення				
6	Ви відчуваєте себе бадьорим чоловіком	1	2	3	4
7	Ви спокійні, холоднокровні і зібрані	1	2	3	4
8	Очікування труднощів дуже турбує Вас	1	2	3	4
9	Ви занадто переживаєте через дрібниці	1	2	3	4
10	Ви буваєте цілком щасливі	1	2	3	4
11	Ви приймаєте все занадто близько до серця	1	2	3	4
12	Вам не вистачає впевненості в собі	1	2	3	4
13	Ви відчуваєте себе в безпеці	1	2	3	4
14	Ви намагаєтесь уникати критичних ситуацій і труднощів	1	2	3	4
15	У Вас буває нудьга, туга	1	2	3	4
16	Ви буваєте задоволені	1	2	3	4
17	Будь-які дрібниці відволікають і хвилюють Вас	1	2	3	4
18	Ви так сильно переживаєте своє розчарування, що потім довго не можете про них забути	1	2	3	4
19	Ви врівноважена людина	1	2	3	4
20	Вас охоплює сильне занепокоєння, коли Ви думаєте про свої справи і турботи	1	2	3	4

Ситуативна тривожність (СТ) визначається по ключу:

$$СТ = (3,4,6,7,9,12,13,14,17,18) - (1,2,5,8,10,11,15,16,19,20) + 50 =$$

ОТ - Особистісна тривожність визначається по ключу:

$$ОТ = (2,3,4,5,8,9,11,12,14,15,17,18,20) - (1,6,7,10,13,16, 19) + 35 =$$

Поняття ситуативної (актуальною), - тобто реактивної тривожності і поняття особистісної, - тобто активної тривожності мають не тільки спеціальний, описаний вище, але й більш загальний психологічний сенс. З нашого досвіду, діагностика реактивної та активної тривожності дозволяє досить точно судити про прояв основних особливостей поведінки особистості в плані її ставлення до діяльності.

Хід роботи : 1. Обстежуваному пропонується - " Уважно прочитайте кожне з наведених тверджень і закресліть відповідну цифру справа залежно від того, як ви себе почуваєте в даний момент. Над питаннями довго не замислюйтеся. Перша відповідь, зазвичай, яка приходить в голову, є найбільш правильною, адекватною Вашому стану". 2. Проводиться тестування з використанням опитувального бланка (Табл. 36). Таблиця 36 Опитувальний бланк ситуативної тривожності (Спілбергера-Ханіна) Ситуація Ні, це не так Напевно, так вірно Дійсно вірно Показник ситуативної (реактивної) тривожності розраховується за формулою:  $PT = \sum 1 - \sum 2 + 35$ , де  $\sum 1$  – сума закреслених цифр по пунктах 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13,14, 17,18;  $\sum 2$  – сума закреслених цифр по

пунктах 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20. Якщо РТ не перевищує 30, то, особа, яку опитували, не відчуває особливої тривоги, тобто у неї в даний момент виявляється низька тривожність. Якщо сума знаходиться в інтервалі 31-45, то це означає помірну тривожність. При 46 і більше - тривожність висока. Дуже висока тривожність (> 46) прямо корелює з наявністю невротичного конфлікту, з емоційними і невротичними зривами і з психосоматичними захворюваннями. Низька тривожність протесту.

## Тест для підлітків: “Визначення самооцінки”

Тест включає 32 судження, з приводу яких можливі п'ять варіантів відповідей, кожна з яких кодується балами за схемою:

дуже часто – 4 бали;

часто – 3 бали;

інколи – 2 бали;

рідко – 1 бал;

ніколи – 0 балів.

Судження:

1. Мені хочеться, щоб мої друзі мене підбадьорювали.
2. Постійно відчуваю відповідальність за доручену мені роботу.
3. Я турбуюсь за своє майбутнє.
4. Багато хто мене ненавидить.
5. Я володію меншою ініціативою, ніж інші.
6. Я турбуюсь за свій психічний стан.
7. Я боюсь виглядати дурнем.
8. Зовнішній вигляд інших набагато кращий ніж мій.
9. Я боюсь виступати з промовою перед незнайомими людьми.
10. Я допускаюсь помилок.
11. Як шкода, що я не вмію як слід розмовляти з людьми.
12. Як шкода, що мені не вистачає впевненості у собі.
13. Мені б хотілось, щоб мої дії частіше схвалювали інші.
14. Я надто скромний.
15. Моє життя безкорисне.
16. Багато хто неправильно думки про мене.
17. Мені ні з ким поділитися своїми думками.
18. Люди чекають від мене багато.
19. Люди не дуже цікавляться моїми досягненнями.
20. Я трохи бентежусь (ніяковію).
21. Я відчуваю, що багато людей не розуміють мене.
22. Я не відчуваю себе в небезпеці.
23. Я часто хвилююсь і даремно.
24. Я ніяковію, коли вхожу до кімнати, де вже сидять люди.
25. Я себе постійно відчуваю скутим.
26. Я думаю що люди говорять про мене за мою спиною.
27. Я впевнений, що люди майже все сприймають набагато легше, ніж я.
28. Мені здається, що зі мною має трапитись яка-небудь неприємність.
29. Мене хвилює думка про те, як люди ставляться до мене.
30. Як шкода, що я не такий комунікабельний.
31. У суперечках я висловлююсь лише тоді, коли впевнений у своїй правоті.
32. Я думаю про те, чого чекають від мене друзі.

**Обробка результатів**

Для того, щоб визначити рівень самооцінки, необхідно звести бали за всіма 32 судженнями .

Сума балів від 0 – 25 свідчить про високий рівень самооцінки, за якою людина правильно реагує на зауваження інших і рідко сумнівається у своїх діях.

Сума балів від 26 – 45 свідчить про середній рівень самооцінки, за якого людина рідко страждає

### Закінчення додатку Д

від “комплексу неповноцінності” і лише час від часу намагається підлаштуватися під думку інших. Сума балів від 46 – 128 вказує на низький рівень самооцінки, за яким людина хвороблива перекосять критичні зауваження на свою адресу, намагається завжди рахуватися з думками інших і часто страждає від “комплексу неповноцінності”.

## Тест Томаса Лірі

Методика створена Т.Лірі, Г.Лефоржем, Р. Сазеком у 1954 р. і призначена для дослідження уявлень суб'єкта про себе й ідеальне „Я”, а також для вивчення взаємин у малих групах.

Т.Лірі пропонував використовувати методику для оцінювання поведінки людей з боку їхнього оточення, для самооцінки, оцінювання близьких людей, для опису ідеального «Я». Відповідно до цих рівнів діагностики змінюється інструкція для відповіді.

Максимальна оцінка рівня — 16 балів, але вона розділена на чотири ступені виразності взаємин:

0—4 бали: низька	адаптивна поведінка
5—8 балів: помірна	
9—12 балів: висока	екстремальна поведінка
13—16 балів: екстремальна	схильність до патології

Різноманітні напрями діагностики допомагають визначити тип особистості, а також зіставити дані за окремими аспектами. Наприклад, «соціальне "Я"», «реальне "Я"», «мої партнери» тощо.

Методика може бути подана респонденту у вигляді переліку тверджень або на окремих картках. Йому пропонують вказати ті твердження, що відповідають його уявленню про себе, належать іншій людині або його ідеалу.

Потім підраховують бали за кожною октантою за допомогою спеціального «ключа» до опитувальника. Отримані бали переносять на дискограму, при цьому відстань від центра кола відповідає кількості балів цієї октанти (від 0 до 16). Кінці векторів з'єднуються й утворюють особистісний профіль.

За спеціальними формулами визначають показники за двома основними чинниками: **домінування й товариськість**.

$$\text{Домінування} = (I - V) + 0,7 (VIII + II - IV - VI)$$

$$\text{Товариськість} = (VII - III) + 0,7 (VIII - II - IV + VI)$$

Якісний аналіз отриманих даних проводять шляхом порівняння дискограм, що демонструють розбіжності між уявленнями різних людей. С.Максимов навів індекси точності рефлексії, диференційованості сприйняття, ступеня успішності особистості у групі, ступеня усвідомлення особистістю думки групи, значущості групи для особистості.

Методичний прийом дає змогу вивчати проблему психологічної сумісності й часто використовується в практиці сімейної консультації, групової психотерапії та соціально-психологічного тренінгу.

#### Типи ставлення до оточення

##### І. Авторитарний

13—16 — диктаторський, владний, деспотичний характер, тип сильної особистості, що лідирує у всіх видах групової діяльності. Усіх повчає, в усьому прагне покладатися на свою думку, не вміє приймати поради інших. Оточення відчуває цю владу, але визнає її.

9—12 — домінуючий, енергійний, компетентний, авторитетний лідер, успішний у справах, любить давати поради, вимагає до себе поваги.

## Продовження додатку Ж

0—8 — впевнена в собі людина, але не обов'язково лідер; завзята й наполеглива.

### **II. Егоїстичний**

13—16 — прагне бути над усіма, але водночас осторонь від усіх, самозакоханий, розважливий, незалежний, себелюбний. Труднощі перекладає на інших, але сам ставить до них дещо відсторонено, хвалькуватий, самовдоволений, зарозумілий.

0—12 — егоїстичні риси, орієнтація на себе, схильність до суперництва.

### **III. Агресивний**

13—16 — ворожий до інших, різкий, агресивність може сягати асоціальної поведінки.

9—12 — вимогливий, прямолінійний, відвертий, суворий і різкий в оцінюванні інших, непримиренний, схильний в усьому звинувачувати інших, глузливий, іронічний, дратівливий.

0—8 — упертий, завзятий, наполегливий та енергійний.

### **IV. Підозріливий**

13—16 — відчужений від ворожого і злого світу, підозріливий, вразливий, схильний до сумніву в усьому, злопам'ятний, постійно скаржиться на всіх (шизоїдний тип характеру).

9—12 — критичний, відчуває труднощі в інтерперсональних контактах через підозріливість і острах поганого ставлення, замкнутий, скептичний, розчарований у людях, потайний, свій негативізм виявляє у вербальній агресії.

0—8 — критичний стосовно всіх соціальних явищ і оточення.

### **V. Покірний**

13—16 — покірний, схильний до самоприниження, має слабку волю, схильний поступатися всім і в усьому, завжди ставить себе на останнє місце і засуджує себе, приписує собі провину, пасивний, прагне знайти опору в комусь сильнішому.

9—12 — сором'язливий, лагідний, часто бентежиться, схильний підкорятися сильнішому.

0—8 — скромний, боязкий, поступливий, емоційно стриманий, здатний підкорятися, не має своєї думки, слухняно і чесно виконує свої обов'язки.

### **VI. Залежний**

13—16 — дуже невпевнений у собі, має нав'язливі страхи, побоювання, тривожиться з будь-якого приводу, тому залежить від інших, від чужої думки.

9—12 — слухняний, боязкий, безпорадний, не вміє чинити опір, щиро вважає, що інші завжди праві.

0—8 — конформний, м'який, очікує допомоги й порад, довірливий, схильний до замишування іншими, ввічливий.

### **VII. Товариський**

9—12 — товариський і люб'язний з усіма, орієнтований на прийняття і соціальне схвалення, прагне задовольнити вимоги «бути хорошим» для всіх, незважаючи на ситуацію, прагне мети мікрогрупи, має розвинуті механізми витіснення й придушення, емоційно лабільний (істероїдний тип характеру).

0—8 — схильний до співпраці, кооперації, гнучкий та компромісний під час розв'язання проблем і в конфліктних ситуаціях, прагне узгоджувати свої погляди з думкою інших, свідомо конформний, додержується умовностей, правил і принципів «хорошого тону» у взаєминах з людьми, ініціативний ентузіаст у досягненні мети групи, прагне допомоги, почуватися в центрі уваги, заслужити визнання й любов, товариський.

### **VIII. Альтруїстичний**

9—16 — гіпервідповідальний, завжди приносить у жертву свої інтереси, прагне допомогти і співчувати всім, нав'язливий у своїй допомозі й занадто активний стосовно інших, неадекватно приймає на себе відповідальність за інших (це може бути тільки зовнішня «маска», що приховує особистість протилежного типу).

## Продовження додатку Ж

0—8 — відповідальний стосовно людей, делікатний, м'який, добрий, емоційне ставлення до людей виявляє у співчутті, симпатії, турботі, вмє підбадьорити і заспокоїти інших, безкорисливий і чуйний.

### Текст опитувальника

Поставте знак « + » навпроти тих визначень, що відповідають вашому уявленню про себе (якщо немає впевненості, знак « + » не ставте).

1. Інші думають про нього прихильно.
2. Справляє враження на оточуючих
3. Вмє розпоряджатися, наказувати
4. Вмє наполягати на своєму
5. Є почуття власної гідності
6. Незалежний
7. Здатен сам про себе подбати
8. Може проявляти байдужість
9. Здатен бути лютим
10. Суворий, але правдивий
11. Буває щирим
12. Критично відноситься до інших
13. Любить поплакатися
14. Часто сумний
15. Здатен проявляти недовіру
16. Часто розчаровується
17. Здатен бути критичним до себе
18. Здатен визнати свою провину
19. Легко підкорюється
20. Поступливий
21. Шляхетний
22. Захоплюючий та здатний до пародіювання
23. Поважний
24. Шукаючий схвалення
25. Здатен до співробітництва
26. Прагне порозумітися з іншими
27. дружелюбний, приятний
28. Уважний та ласкавий
29. Чемний
30. Схвалюваний
31. Чуйний до закликів про допомогу
32. Безкорисливий
33. Здатен викликати захоплення
34. Користується повагою у інших
35. Має здібності керівника
36. Відповідальний
37. Впевнений у собі
38. Самовпевнений та наполегливий
39. Діловий та практичний
40. Любить змагатися
41. Суворий та крутий, де потрібно
42. Невблаганний, але безсторонній

## Продовження додатку Ж

43. Дратівливий
44. Відкритий та прямолінійний
45. Не терпить, коли їм командують
46. Скептичний
47. На нього важко справити враження
48. Вразливий, педантичний Інші думають про нього прихильно.
49. Легко бентежить
50. Невпевнений у собі
51. Поступливий
52. Скромний
53. Часто звертається за допомогою до інших
54. Дуже поважає авторитети
55. Прислухається до порад
56. Довірливий та намагається радувати інших
57. Завжди ввічливий у поводженні .
58. Не нехтує порадами оточуючих
59. Комунікабельний та товариський
60. Добросердечний
61. Добрий, викликає впевненість
62. Ніжний та м'якосердечний
63. Подобається піклуватися про інших
64. Безкорисливий, щедрий
65. Подобається давати поради
66. Здається потрібним
67. Керуюче–владний
68. Власний
69. Хвалькуватий
70. Гордовитий та самовдоволений
71. Думає тільки про себе
72. Хитрий та ощадливий
73. Дратують помилки інших
74. Користолюбний
75. Відвертий
76. Часто нетовариський
77. Озлоблений
78. Часто скаржиться
79. Ревнивий
80. Довго пам'ятає образи
81. Схильний до самобичування
82. Сором'язливий
83. Безініціативний
84. Лагідний
85. Залежний, несамостійний
86. Подобається підкорятися
87. Інші приймають за нього рішення
88. Часто потрапляє у незручне становище
89. Легко потрапляє під вплив друзів
90. Відвертий з усіма



## Продовження додатку Ж

91. Прихильний до усіх без винятку
92. Усім симпатизує
93. Вибачає усім
94. Усім співчуває
95. Великодушний та поблажливий до недоліків
96. Намагається протегувати
97. Прагне до успіху
98. Чекає на похвалу від кожного
99. Керує іншими
100. Деспотичний
101. Сноб (про усіх оточуючих судить за рангом та достатком, а не за особистими якостями)
102. Марнославний
103. Егоїстичний
104. Холодний, бездушний
105. Уїдливі, глузливий
106. Злісний, жорстокий
107. Часто гнівливий
108. Безчуттєвий, байдужий
109. Злопам'ятний
110. Просякнуть духом суперечності
111. Упертий
112. Недовірливий та підозрілий
113. Боязкий
114. Соромливий
115. Завжди ладний підкорятися
116. М'якотілий.
117. Майже ніколи нікому не заперечу
118. Не набридливий
119. Подобається, щоб про нього дбали
120. Занадто довірливий.
121. Намагається завжди мати прихильність одноліток
122. Зі всіма погоджується
123. Завжди товариський
124. Усіх любить
125. Дуже поблажливий до оточуючих
126. Намагається втішити кожного
127. Піклується про інших, шкодячи натомість собі
128. Псує людей надмірною добротою

Бланк опитування

Прізвище, ім'я .....

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1	5	9	13	17	21	25	29
2	6	10	14	18	22	26	30
3	7	11	15	19	23	27	31
4	8	12	16	20	24	28	32

33		37		41		45		49		53		57		61	
34		38		42		56		50		54		58		62	
35		39		43		47		51		55		59		63	
36		40		44		48		52		56		60		64	
65		69		73		77		81		85		89		93	
66		70		74		78		82		86		90		94	
67		71		75		79		83		87		91		95	
68		7й		76		80		84		88		92		96	
97		101		105		109		113		117		121		125	
98		102		106		110		114		118		122		126	
99		103		107		111		115		119		123		127	
100		104		108		112		116		120		124		128	

## ДОДАТОК И

Результати дослідження темпераменту підлітків за методикою Г.Айзенка

ПІБ	Шкала брехні	Шкала інтроверсія/екстраверсія	Нейротиз м
Ж	0-9	0-24	0-24
А. А.	4	9	10
А. Є.	6	13	8
Б. В.	3	11	7
В. В.	7	11	7
В. В.	3	11	11
Г. Д.	6	9	8
Г. К.	4	12	12
Д. Т.	4	11	14
К. А.	6	9	10
К. А.	4	13	10
К. К.	4	11	15
К. І.	2	15	9
К. Е.	4	13	12
М. К.	6	12	9
М. В.	6	11	11
П. А.	6	13	9
П. В.	3	10	7
Р. А.	5	8	11
С. К.	4	9	15
Ф. К.	5	15	13
Ч			
Б. В.	7	10	9
Б. М.	8	9	13
Г. А.	3	11	6
Д. М.	5	10	12
Д. І.	8	15	17
Д. А.	6	12	9
Д. Т.	6	9	8
Ж. Т.	4	10	9
К. Д.	7	10	9
Л. В.	7	8	15
М. А.	6	13	9
М. О.	3	10	6
О. Д.	6	13	9
П. Д.	4	12	13
С. В.	4	10	11
С. І.	8	9	14
С. Г.	3	10	5
С. М.	6	9	8
С. І.	5	18	16
Т. А.	7	19	18

## Продовження додатку И

Шкала інтроверсія/екстраверсія:

- 1) 0-4 = яскравий інтроверт;
- 2) 5-9 = інтроверт;
- 3) 10-14 = амбіверт (риси екстраверта та інтроверта);
- 4) 15-19 = екстраверт;
- 5) 20-24 – яскравий інтроверт.

Шкала нейротизму:

- 1) 0-7 = низький рівень нейротизму;
- 2) 8-13 = середній рівень нейротизму;
- 3) 14-19 = високий рівень нейротизму;
- 4) 20-24 = дуже високий рівень нейротизму.

Таблиці вивчення підлітків. Самооцінка

ПІБ	Кількість балів	Рівень самооцінки
<b>Ж</b>		
<b>А. А.</b>	21	Високий рівень самооцінки
А. Є.	59	Низький рівень самооцінки
Б. В.	31	Середній рівень самооцінки
В. В.	15	Високий рівень самооцінки
<b>В. В.</b>	72	Низький рівень самооцінки
Г. Д.	27	Середній рівень самооцінки
Г. К.	34	Середній рівень самооцінки
Д. Т.	30	Середній рівень самооцінки
К. А.	20	Високий рівень самооцінки
К. А.	30	Середній рівень самооцінки
К. К.	73	Низький рівень самооцінки
К. І.	16	Високий рівень самооцінки
К. Е.	88	Низький рівень самооцінки
М. К.	69	Низький рівень самооцінки
М. В.	31	Середній рівень самооцінки
П. А.	45	Середній рівень самооцінки
<b>П. В.</b>	25	Високий рівень самооцінки
Р. А.	28	Середній рівень самооцінки
<b>С. К.</b>	30	Середній рівень самооцінки
Ф. К.	36	Середній рівень самооцінки
<b>Ч</b>		
Б. В.	28	Середній рівень самооцінки
Б.М.	44	Середній рівень самооцінки
Г.А.	96	Низький рівень самооцінки
Д. М.	10	Високий рівень самооцінки
<b>Д.І.</b>	8	Високий рівень самооцінки
<b>Д. А.</b>	46	Низький рівень самооцінки
Д. Т.	12	Високий рівень самооцінки
Ж. Т.	34	Середній рівень самооцінки
К. Д.	26	Середній рівень самооцінки
Л. В.	78	Низький рівень самооцінки
М. А.	18	Високий рівень самооцінки
М. О.	45	Середній рівень самооцінки
О.Д.	55	Низький рівень самооцінки
<b>П. Д.</b>	14	Високий рівень самооцінки
С.В.	48	Низький рівень самооцінки
С. І.	45	Середній рівень самооцінки
С. М.	28	Середній рівень самооцінки
<b>С.І.</b>	60	Низький рівень самооцінки
<b>Т. А.</b>	64	Низький рівень самооцінки