

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(НИУ «БелГУ»)**

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

Кафедра возрастной и социальной психологии

**АДЕКВАТНОСТЬ САМООЦЕНКИ КАК УСЛОВИЕ СНИЖЕНИЯ
АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ**

Магистерская диссертация

обучающейся по направлению подготовки
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
(магистерская программа Психология педагогической деятельности)
заочной формы обучения, группы 02061660
Вахниной Валентины Юрьевны

Научный руководитель:
канд. психол.наук,
доцент Шукчус Л.В.

Рецензент:
Педагог психолог МОУ
«Красненская ООШ
им. М.И. Светличной»
Антипенко Т.Б.

БЕЛГОРОД 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ.....	10
1.1. Понятие агрессивности в отечественной и зарубежной психологии.....	10
1.2. Особенности самооценки в подростковом возрасте.....	21
1.3. Роль самооценки в проявлении агрессивности у подростков.....	29
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ АГРЕССИВНОСТИ У ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ.....	43
2.1. Организация, методы и этапы исследования.....	43
2.2. Анализ и интерпретация результатов.....	56
2.3. Общая структура программы коррекции неадекватных форм самооценки у подростков.....	72
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	83
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	88
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	97
Приложение 1. Диагностические методики в порядке их предъявления	98
Приложение 2. Сводные таблицы полученных данных.....	108
Приложение 3. Результаты статистической обработки данных.....	116
Приложение 4. Программа коррекции для подростков с неадекватными формами самооценки.....	120

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы исследования. В настоящее время изучение связи между агрессивностью, как личностной особенностью, и самооценкой в подростковом возрасте представляется перспективным.

Тема магистерской работы является актуальной, в наше время агрессия является предметом научно – практических исследований. Подросткам свойственна агрессивность, но иногда она может нанести вред не только себе, но и окружающему обществу.

Агрессивность как свойство личности во многом обуславливает поведение субъекта. У каждого человека существует свой оптимальный или желательный уровень агрессивности – это так называемая полезная агрессия, назначение которой является обеспечение безопасности субъекта на личностном уровне.

Агрессивность – устойчивая черта личности, проявляющаяся в деструктивном поведении, противоречащим нормам и правилам сосуществования людей в обществе.

Изучением данной проблемы занимались такие учёные как К. Лоренц, Л.В. Бороздина, Т.Г. Румянцева, З. Фрейд, Д. Доллард, У. Джеймс, А. Басс, Л. Берковец, Д. Зиллманн, и другие отечественные и зарубежные психологи. Выясним, что же такое самооценка и агрессивность.

Наиболее развернутая классификация агрессивного поведения разработана А. Бассом с выделением форм агрессивного поведения по трем параметрам. Комбинирование этих форм дало возможность выделить восемь видов агрессивного поведения.

Можно предположить, что агрессия – это результат завышенной или заниженной неадекватной самооценки.

В отечественных исследованиях изучение самооценки представлено в работах Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, С.А. Рубинштейна, В.В. Столина, И.С. Кона и других.

Под самооценкой А.И. Липкина [49] понимает оценку личности самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Относясь к ядру личности, самооценка является важным регулятором ее поведения. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности.

И. Н. Малиновский [50] считает, что самооценка тесно связана с уровнем притязаний человека. Расхождение между притязаниями и реальными возможностями человека ведет к тому, что его поведение становится неадекватным (возникают эмоциональные срывы, повышенная тревожность и др.).

А.И. Липкина [48] говорит о том, что в подростковом возрасте самооценка претерпевает ряд изменений. Нормой считается изменчивость и хрупкость самооценки. Когда мы обсуждаем вопрос самооценки, очень важно понимать, что основная задача заключается не в том, чтобы воспитать у подростка очень высокую самооценку, а задача состоит в том, чтобы приблизить самооценку к реальности.

В психологической литературе представлены исследования, описывающие связь уровня самооценки и личностных особенностей (Б.Г. Ананьев, Р. Бернс, Л.И. Божович, У. Джемс, И.С. Кон, С.Л. Рубинштейн, В.В. Столин, А.Г. Спиркин, Х. Хекхаузен.). Однако, такой конкретный вопрос о том, является ли адекватная самооценка условием для снижения агрессивности подростков, изучен недостаточно.

Таким образом, **проблему** нашего исследования можно сформулировать следующим образом: является ли адекватная самооценка условием для снижения агрессивности подростков?

Цель нашего исследования: изучить особенности самооценки подростков как условия снижения их агрессивности, разработать и

реализовать коррекционную программу для подростков с неадекватной самооценкой для снижения уровня их агрессивности.

Объект - агрессивность подростков.

Предмет - особенности агрессивности подростков с разным уровнем самооценки.

Гипотеза: мы предполагаем, что адекватная самооценка является условием снижения агрессивности подростков; специально разработанная и реализованная коррекционная программа, направленная на формирование адекватной самооценки у подростков, будет способствовать:

1. формированию умения оценивать возможности и результаты своей деятельности и деятельности других людей;
2. развитию самопознания: формированию «Я» - образа через получение знаний о себе, соотношении образа Я идеального и Я реального;
3. развитию навыков конструктивного выражения агрессии.

Задачи исследования:

1. Выделить основные теоретические подходы к решению проблемы исследования.
2. Определить особенности агрессивности у подростков.
3. Изучить особенности проявления самооценки у подростков.
4. Изучить связь особенностей агрессивности у подростков с их уровнем самооценки.
5. Разработать и оценить эффективность программы коррекции для подростков с неадекватными формами самооценки.

Методологической основой исследования являются: принцип системности, разработанный в трудах Б.В. Ломова и др.; принцип развития, представленный в трудах таких ученых, как: Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и др.

Теоретической основой исследования являются работы таких ученых, как: К. Лоренц, Э. Фромм, Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, С.А. Рубинштейн и других.

Методы исследования:

- организационные – сравнительный;
- эмпирические – наблюдение, беседа, психодиагностический метод;
- обработки данных – количественный и качественный анализ данных;
- интерпретационные – структурный метод.

Решение поставленных задач потребовало использование психодиагностических **методик**:

1. Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси.

2. Опросник агрессивности Басса - Дарки, предназначенный для выявления уровня и видов агрессивности.

Для **математической обработки** данных использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена, посредством которого выявлялись корреляционные связи между показателями: уровнем самооценки подростков и уровнем и формами их агрессивности.

Выборка и база исследования: Муниципальное общеобразовательное учреждение «Красненская средняя общеобразовательная школа имени М. И. Светличной» Красненского района Белгородской области (далее - МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной»). В исследовании приняло участие 50 подростков.

Положения к защите:

1. Особенности самооценки подростков связаны с уровнем и видами агрессивности: при адекватной самооценке подростки характеризуются средним и низким уровнями агрессивности, которая объясняется адекватными причинами; при неадекватной самооценке агрессивное поведение характеризуется повышенным уровнем и проявляется для самоутверждения.

2. Адекватная самооценка является условием снижения агрессивности подростков, так как обуславливает способность реалистично оценивать собственную личность, качества, потенциал.

3. Коррекционно-развивающая программа для подростков с неадекватными формами самооценки способствует развитию у них умения оценивать возможности и результаты своей деятельности и деятельности других людей, развивает самопознание, а также развивает навыки конструктивного выражения агрессивности, что, в целом, способствует формированию адекватной самооценки.

Научная новизна исследования: определяется тем, что мы впервые обратились к изучению вопроса об адекватной самооценке как условии снижения агрессивности подростков.

Аспект связи особенностей самооценки подростков с разным уровнем самооценки является изученным недостаточно.

Теоретическая значимость исследования: заключается в привлечении внимания к вопросу об адекватной самооценке как условии снижения агрессивности подростков.

Практическая значимость исследования: заключается в разработке программы коррекции для подростков с неадекватными формами самооценки. Полученные в работе данные могут быть использованы в просветительской и консультативной работе с подростками с целью оптимизации взаимодействия педагогов и родителей с подростками для эффективного процесса их личностного самоопределения, а также становления их социальной ответственности.

Апробация результатов исследования на базе НИУ «БелГУ». По результатам исследования выступала с докладом на тему «Адекватность самооценки как условие снижения агрессивности подростков» на международной научно-практической конференции «Проблемы психологии личности в условиях социокультурных вызовов российскому обществу», на секции «Исследование личности как субъекта межличностных и профессиональных отношений» (г. Белгород, 20 апреля 2018 г.).

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, двух глав, списка использованной литературы и приложения.

Объем работы без приложения составляет 94 страницы, объем приложения составляет 29 страницы.

**ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ
АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ
САМООЦЕНКИ**

1.1. Понятие агрессивности в отечественной и зарубежной психологии

Ю.Б. Можгинский [51] считал, что агрессивность – это черта личности либо кратковременное эмоциональное состояние, которое проявляется в открытой злобе, недовольстве, стремлении к самоутверждению за счет других. Агрессивность предполагает действие напролом, грубое преследование собственных целей, неуважение к чувствам и эмоциям других людей. Агрессивность – свойство личности, выраженное в предпочтении использования насильственных методов для достижения своих целей.

Некоторые психологи считают, что агрессивность является той силой, с которой личность проявляет свою любовь или ненависть к другим. Это жизненная энергия, направленная в неправильное русло

А. Басс [21], описывает конструктивные и не конструктивные формы проявления агрессии.

Конструктивные формы проявления агрессии – это социальная приемственность проявления агрессии, способность к проявлению противостоять вредным воздействиям.

Неконструктивные формы проявления агрессии – это энергия враждебности. Она нацелена на разрушение и уничтожение.

Э. Фромм выделил два типа агрессивности: инструментальную и враждебную [91]. И если первая действительно необходима человеку, чтобы отстаивать свое достоинство и интересы, то вторая разрушительна для личности. В корне агрессивности – враждебное восприятие мира, эгоизм и чрезмерная восприимчивость.

Проявления агрессивности обычно вызывают как минимум чувство психологического дискомфорта у других, в худшем случае – причиняют людям серьезный ущерб. Агрессивность может быть следствием грубости, плохого воспитания, внутреннего конфликта или комплексов. В любом случае, это крайне негативное качество, от которого необходимо избавляться.

Преодоление агрессивности начинается с воспитания эмпатии (сочувствия), терпения, спокойствия и самодисциплины. Агрессор – это всегда разрушитель. И если вы не хотите быть таковым, формируйте в себе бережное, заботливое, трепетное отношение к окружающим вас людям.

К. Леонгард [48] выделял следующие понятия агрессивности:

- Агрессивность – это разрушение человеческого начала.
- Агрессивность – это враждебное отношение к миру.
- Агрессивность – это хамство и недовольство, стремление подавить и унижить.

- Агрессивность – это неоправданная жестокость.

- Агрессивность - это желание преуспеть за счет другого.

- Агрессивность – это первый шаг к насилию.

- Недостатки агрессивности

- Агрессивность разрушает человеческую личность.

- Агрессивность провоцирует ответную агрессию.

- Агрессивность умножает зло.

- Агрессивность формирует ложный тип отношений.

- Агрессивность может привести к преступлению

Проявления агрессивности в повседневной жизни

В.И. Долгова [22] считала, что в последние годы родители и педагоги к своему ужасу единодушно отмечают – детская агрессивность набирает обороты. Современному ребенку незнакомо понятие «ценности жизни», он мало общается с природой, много времени проводит в виртуальной реальности. У него много игрушек и пресловутое «счастливое детство», но нет самого главного – душевного тепла, любви и возможности проявлять заботу. Кроме того, взрослые сами отгораживаются от детей, отдавая предпочтение замкнутому образу жизни. Им попросту не хватает времени на откровенные беседы с ребенком, чтение книг, совместные прогулки и просто обыкновенную радость

Агрессия (от лат. *aggredere* - нападать) - поведение, направленное на нанесение физического или психологического вреда, вплоть до уничтожения объекта агрессии. В роли объектов могут выступать живые существа или предметы. Агрессия может возникнуть как реакция человека на фрустрацию, стресс, психологический или физический дискомфорт. Состояние агрессии сопровождается гневом, враждебностью, ненавистью и т.д. И.В. Жуйкова [37] говорила о том, что агрессивное поведение может служить средством достижения какой-либо цели – например, повышению собственного статуса за счет самоутверждения. Различают несколько типов агрессии: физическую, вербальную, прямую (непосредственно направленную против кого или чего-либо), косвенную (направленную на враждебное лицо окольным путем), инструментальную (являющуюся средством достижения какой-либо цели), альтруистическую (имеющую целью защитить других от чьих-то агрессивных действий), а также аутоагрессию, которая проявляется в самообвинении, самоуничтожении, нанесении себе телесных повреждений вплоть до самоубийства.

Надо сказать, что один из великих мыслителей XX века зоопсихолог К. Лоренц [36] призывал очень осторожно относиться к агрессии и считал агрессию бомбой замедленного действия, которая вложена в наш мозг, потому что в итоге агрессивные реакции способны приводить и к межличностным конфликтам, и к конфликтам на уровне государств. И все это, конечно, очень серьезно. И Лоренц говорил, что агрессия — это главная опасность для существования человечества. Поэтому все хорошо в меру. Разумная агрессия порой действительно вносит дополнительную энергию в наши дела, планы и свершения. Но избыток агрессии, как правило, деструктивен, а иногда очень деструктивен, плох и неуместен.

Как предлагал Л. Берковиц [8], агрессия - это поведение, направленное на нанесение оскорбления или же повреждения другому человеку или же предмету. Причем важными словами являлись – повреждение и оскорбление.

Понятие агрессии в психологии определяется как форма поведения, нацеленная на причинение другому психологического или физического ущерба. Иногда понятие агрессии используется и в более широком значении. Например, когда речь идет о стремлении к независимости или энергичном отстаивании собственного мнения.

Также существует определение агрессии, которое описывает ее как переступание социальных норм. Большинство людей, включая психологов, агрессивным человеком считают того, кто совершает действия, нарушающие общепринятые правила поведения.

Агрессия и агрессивное поведение часто является грубой попыткой принуждения другого человека, с целью навязать свои правила. Агрессор может причинить жертве ущерб, однако, целью является не это, а желание изменить поведение оппонента. Нападающие стремятся упрочить свою власть и настоять на своем, чтобы повысить чувство собственной значимости.

Любое агрессивное поведение можно разделить на три формы агрессии [3]: физическая и вербальная; пассивная и активная; прямая и косвенная.

А. И. Фурманов [92], описывает такие формы агрессии, как: сознательная и бессознательная

Бессознательная агрессия означает, что агрессивное поведение не является обдуманым и преднамеренным. Непроизвольное нападение случается чаще всего в состоянии сильного возбуждения и ярости.

Сознательная агрессия означает, что агрессивный человек помимо других целей также хочет причинить вред своему оппоненту. Агрессор может получать удовлетворение от утверждения своей власти. Агрессия подростков усиливается в период полового созревания. Агрессивным подросткам свойственны некоторые общие черты: отсутствие увлечений и интересов, примитивность ценностей и целей, узость мышления, бедность.

Они часто склонны к внушаемости и подражанию. Эмоционально грубы и озлоблены как по отношению к сверстникам, так и взрослым, неадекватны,

с заниженной самооценкой, тревожны, эгоцентричны, не способны выходить из сложных ситуаций и контролировать свое поведение.

Однако агрессивные дети и подростки по мнению Е.Ю. Новиченкова [57] встречаются не только в социально неблагополучных семьях. Среди социально развитых и одаренных личностей также встречаются агрессивные. В этом случае агрессия является средством демонстрации своей взрослости и самостоятельности.

Когда агрессия не является тяжелым психическим отклонением, то общие методы лечения состоят в том, чтобы постепенно провести обучение социально-приемлемым формам выражения своего недовольства.

В.В. Юрчук [6] оценивает агрессивное поведение как мотивационное поведение, акт, который имеет возможность наносить урон объектам атаки - нападения или же материальный вред иным индивидуумам, вызывающий у них дискомфорт, депрессию, напряжённость, испуг, ненормальное психопереживание.

Такие зарубежные исследователи Р. Бэрн, Д. Ричардсон, Л. Берковиц К. Лоренц, Э. Фромм, З. Фрейд, К.Г. Юнг, А. Басс, Д. Доллард, Зильманн занимались исследованием агрессивности [89].

"Модель реакции на фрустрацию", предложенная Д. Доллардом, содержит следующие детерминанты агрессии:

К. Лоренц, понимает агрессию как намерение навредить другому своим действием [49]. Агрессия – это всегда проявление фрустрации, а фрустрация всегда влечет за собой агрессию.

Агрессия может быть заторможена или замещена. При ярком физическом или эмоциональном выражении агрессивности ослабляется готовность к агрессии, считала А.К. Болотова [13].

Следует отметить, что впоследствии Л. Берковец внес существенные поправки в эту теорию, изменив содержания понятия "фрустрации": «Фрустрация - это "благодатная почва" для агрессии, но это не значит, что агрессия - единственно возможная реакция» [12].

Основная модель, господствующая в психоаналитической школе - "агрессия как инстинкт", впервые она упоминается в работах С. Шпильрейн [95]. Основные принципы модели, построенной на концепции влияния инстинкта смерти (Танатос) на личность: агрессия - его врожденное проявление; мотив смерти проявляется перманентно, угрожая целостности личности и ее гармоничному существованию в обществе; задача человека состоит, таким образом, в том, чтобы направить ее как можно в более приемлемое социальное русло; наиболее адаптивная форма агрессии - ярко выраженное эмоциональное переживание либо действие, писали Р. В. Бисарев и А.С. Кубекова [9].

Стоит отметить, что похожая концепция была выдвинута в свое время и К. Лоренцом [49], предполагавшим агрессию как наиболее продуктивный способ выживания в условиях естественного отбора. Но, по нашему мнению, не следует забывать, что общество идет по пути гуманистического развития, следовательно, нельзя говорить о проявлении естественного отбора в той же степени, какую наблюдают в условиях живой природы.

Считается, что основания развития и закрепления агрессивного поведения следует искать в двух важных онтогенетических периодах развития: первые года жизни и подростковый возраст, исследуя закономерности семейного воспитания. Основным фактором развития агрессии, помимо фрустрации, возникающей при отсутствии родительской любви либо в условиях постоянных карающих санкций со стороны одного родителя или обоих, является также и социальное научение [52].

Предупреждение и ликвидирование агрессивного поведения может осуществляться двумя способами: либо надо оставлять без подкрепления, без награды, либо за них надо активно наказывать. В случаях, когда родители игнорируют агрессивное поведение, ничем не подкрепляя его, и одновременно обнаруживаются социально одобряемые поступки, которые подкрепляются, то паттерны агрессивного поведения, которые не подкрепляются затухают. Но, тем не менее, игнорировании актов

агрессивного поведения как способ предупреждения и "снятия" агрессии вызывает сомнение и даже настораживает. Н. В. Жигинас, Н. А. Зверева и др. считают, что наблюдения педагогов и психологов, опыт психологического консультирования и другие научные исследования доказывают, что невнимание к агрессивным формам поведения в ряде случаев только усугубляют его [36].

На наш взгляд, это преимущественно связано с особенностями развития эмоциональной сферы ребенка: при игнорировании родителями всех агрессивных действий, то в силу закрытости его круга общения на семью оно несомненно останется неподкрепленным. В случае с подростком ситуация иная - игнорирование родителей не играет такой же значимой роли - подкрепление своим агрессивным действиям он может найти и вне семьи [37].

По мнению К. Лоренца, термин «агрессивность» значит гнев, злость, ненависть, гнев [49]. Он не окрашен никаким образом - ни отрицательно, ни положительно, нейтрален». Это связано с тем, что гнев, к примеру, не всякий раз считается неблагоприятным для индивидуума или же общества. Автор считал, что почти все удачи, которых достигнуло население земли, без агрессии не были бы достигнуты, например она послужила специфическим сигналом для начала работы и появления персональной и массовой энергичности. В то же время, однако, не было бы некоторых разочарований, постигнувших общество.

Э. Фромм [91], основоположник фрустрационной теории агрессии, давал такое определение агрессии – «это мазохистское влечение к смерти». Он выделяет два типа агрессии: филогенетически заложенный импульс, доброкачественная агрессия (присущая человеку и животным, когда возникает угроза жизни и затухает, когда исчезает опасность) и злокачественная агрессия (деструктивность и жестокость, принадлежит только человеку и не имеет никакой конкретной цели). Так же выделяет действия, которые называет псевдоагрессией: непреднамеренная (случайно

причинил вред другому человеку), игровая (необходима к какой-либо игровой деятельности) и отрицательная мотивация (гнев).

Э. Фроммом была предложена диада злости в поведении личности - доброкачественная и злокачественная агрессия.

Так доброкачественное агрессивное поведение считается на биологическом уровне адаптивным ходом, содействует поддержанию жизни и дает собой не что иное, как реакцию психики на опасность личности. Доброкачественная агрессивность содержит филогенетическое происхождение.

По Э. Фромму, предоставленная разновидность агрессивности - защитная - делает адаптивную функцию и содействует сохранению жизни.

Что же касается злокачественного вида агрессивного поведения, еще описанного Э. Фроммом, то это агрессивность, которая не содержит ничего совместного с биологическими потребностями и, не являясь ни адаптивным, ни защитным механизмом или средством, она ориентирована на деструктивную составляющую. Злокачественная агрессивность не содержит филогенетического происхождения и, что в высшей степени значимо, присуща самому человеку. «В базе злокачественной злости не инстинкт, а некоторый человеческий потенциал, уходящий корнями в обстоятельства самого существования человека».

Здесь весьма значимым моментом является социализация доброкачественной агрессивности, перевод ее в общественную активность. Негативная, "злокачественная" агрессивность направляется мотивами разрушения, причинения ущерба и является порождением онтогенеза. Проявление данного вида агрессии только усиливает дезадаптацию личности, а совсем не содействует ее адаптации

3. Фрейд [90] выделял следующие проявления агрессивного поведения: импульсивная безжалостность, садизм, деструктивность. Импульсивная безжалостность появляется автономно от сексуальности и основывается на инстинктах самосохранения. Их задача - обдумывать настоящие угрозы и

защищаться от их появлений. Это агрессивное поведение нацелено на защиту того, что нужно для выживания, или же защиту от опасности актуально необходимым заинтересованностям. В собственном представлении о садизме он усматривал единственную форму деструктивности, для которой желанны акты разрушения, принуждения, мучения.

В аналитической психологии К.Г. Юнга [96] понятие «агрессивное поведение» плотно связано с мнением «Тени» - безотчетного или вытесненного психологического содержания, которое не отвечает ожиданиям коллектива и эталонам Эго. Юнг подразумевает, собственно, что в процессе нейтрализации агрессивного поведения случается его регрессия до невысоких, животных форм, которые при своём проявлении в находящейся вокруг индивидуума действительности готовы нанести индивидууму и (или) социуму больший урон, чем при реализации первоначальной, не депрессивной злости.

По определению А. Басса [21], агрессивное поведение - это каждое поведение, содержащее опасность или же наносящее вред другим.

Агрессивное поведение изучали такие отечественные психологи, как В.В. Бойко, Л.М. Семенюк, С.Л. Соловьёв, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, а также Н.Д. Левитов, А.К. Осницкий, Т.Г.Румянцев, О.Ю. Михайлов, А.А. Ратинов, О.Д. Ситковская и др. Каждый предлагал свое видение понятия «агрессивность», а также старался разъяснить сложившуюся агрессию у человека разных возрастных периодов развития [18].

К. Леонград [49] полагал, что в ходе исторического становления населения появляются и складываются культурные формы поведения, причём к началу всякого возрастного периода формируется особое и строго специфичное отношение между индивидуумом и находящейся вокруг его средой. Момент общественной ситуации становления оказывает важное воздействие и на составление агрессии и агрессивного поведения. В случае если к этому периоду общественная среда, в которой развивается индивидуум, одевает жёсткий, властный, агрессивный нрав, то агрессивное

поведение, как норма выживания в предоставленной среде, складывается более всеобъемлюще. Другими словами, автор расценил враждебность и агрессивное поведение как форму привыкания к окружающей его среде, сочетающуюся с общепризнанными нормами его окружения.

В исследовательских работах Л.М. Семенюка [79] агрессивное поведение понимается как преднамеренно разрушительное поведение, противоречащее правилам и общепризнанным нормам существования людей в социуме, наносящее урон одушевлённым или неодушевлённым объектам нападения, причиняющее материальный вред индивидуумам и (либо) вызывающее у них психологический дискомфорт. Это и агрессивное нападение по личной инициативе с целью захвата, и опасность выполнить агрессивное нападение, враждебность к какому-либо индивидууму или же обстоятельству. Оно имеет возможность иметь как ярко проявленную форму - дерзость, агрессивное нападение, например и сокрытую форму недовольства и недоброжелательности. Распространённым проявлением агрессивного поведения считается подобный психический парадокс, как дерзость.

Согласно точке зрения Л. Ф. Сербина [80], агрессивность носит социально-приобретённый характер и связана с определённым строением мотивационной сферы личности, являющейся составной частью системы ценностей. Агрессивное же поведение складывается большей частью в системе первичного социализационного влияния, то есть в детском и раннем подростковом возрасте. Это особое позиционное направление личности, соответствующими особенностями которой считается присутствие деструктивных везаний и выбора большей частью насильных средств для заслуги собственной цели.

А.А. Реан [72] внес предложение подразделять социализацию агрессии на простую и парадоксальную. Простая социализация злости - это конкретное усвоение способностей агрессивного поведения и становление агрессивной готовности личности в итоге прямого инициативного навыка

исследования злости. При этом, следует подметить, что научение при помощи исследования оказывает на личность в том числе и большее воздействие, чем конкретный активный навык. Нередко подобная картина злости свойственна для индивидов, прежних членами боевых поступков. В наименее проявленном виде влияние способно оказать повторяющийся просмотр сцен беспощадности сквозь кинотеатр - теле - видео прокат. При парадоксальной социализации злости становление агрессивной готовности личности случается за пределами зависимости от присутствия конкретного навыка агрессивного взаимодействия или же навыка исследования агрессии.

Враждебность как стойкая личностная черта складывается в предоставленном случае вследствие присутствия у индивида значимого общественного навыка пресечения вероятностей реализации его своевременных личных потребностей. При этом, это угнетение наполняется за пределами брутального контекста, без проявления физиологической или же вербальной агрессии, или же враждебности. Напротив, блокирование своевременных личных потребностей чаще всего реализуется в предоставленном общественном эксперименте взаимодействия с «заботой» о личности, в ее «интересах» [93].

Таким образом, итогом парадоксальной социализации агрессии возможно считать агрессивный отпечаток депривационного общественного опыта, лишаящий лицо самостоятельности. Нередко этот вариант агрессии развивается при дисбалансированной манере домашнего воспитания или нарушенном процессе социализации.

С.Л. Соловьёва [76] определила агрессивность как системное социально-психологическое свойство, формирующееся в процессе социализации личности и приобретающее в зависимости от воздействующих биологических, психических и общественных моментов конструктивный (социализированный) или, при несоблюдении социализации, деструктивный характер. Агрессивное поведение носит строго личный характер и

характеризуется определённой структурно-функциональной организацией, которая и определяет качества всякого агрессивного субъекта.

Таким образом, специалистами по психологии представлено большое количество определений агрессии, агрессивного поведения и злости, впрочем стоит обозначить, что единственного и общепризнанного определения нет.

Предложено важное количество классификаций, которые не только не сходятся в собственных главных моментах, но и нередко противоречат друг другу. Причём это явление свойственно как для зарубежной, так и отечественной теории. Можно сказать, что агрессивное поведение - поведение, направленное на нанесение вреда объектам, в качестве которых могут быть как живые существа, так и неодушевленные предметы.

Агрессивное поведение работает формой отреагирования физиологического и психологического дискомфорта, стрессов, фрустраций.

Кроме того, оно может выступать в качестве средства достижения какой-либо значимой цели, в том числе повышения собственного статуса за счет самоутверждения [3].

Понятие «агрессия» изучалось многими учеными психологами, которые давали свои представления об этом психологическом процессе.

Таким образом, агрессивное поведение человека влечет как положительные, так и негативные последствия, отражаясь не только на других людях, но и на себе в том числе.

1.2. Особенности самооценки в подростковом возрасте

Самооценка понимается как уровень принятия себя, умение критически анализировать собственные возможности [18]. Она неразрывно связана с любовью к себе. Человек с кучей комплексов не сможет испытывать это чувство, пока не избавится от них. Самооценка влияет на то, насколько индивиду легко дается общаться с другими, выполнять поставленные цели,

развиваться. Те, у кого она занижена, испытывают во всех сферах серьезные трудности

Вот какое определение самооценки представлено в «Психологическом словаре»: «Самооценка — компонент самосознания, включающий наряду со знаниями о себе оценку человеком своих физических характеристик, способностей, нравственных качеств и поступков» [68].

Л. И. Божович [11], выделяет адекватную самооценку и неадекватную

Адекватная самооценка характерна для меньшинства людей. Его обладатели умеют оценивать возможности и результаты своей деятельности и деятельности других людей; развивать самопознания – формирования «Я» - образа через получение знаний о себе – соотношение образа Я идеального и Я реального; развивать навыки конструктивного выражения агрессии.

Неадекватная самооценка в независимости, завышенная или заниженная, деформирует свойства психики индивида, создает препятствия личностному развитию, делает невозможным гармонизировать мотивационную и эмоционально – волевою сферу.

В.И. Долгова [27] считала, что основы самооценки закладываются еще в детстве. После младенческого возраста ребенок начинает осознавать суть сравнений, в его системе понятий появляется самооценка. Родителям стоит быть осторожнее с высказываниями в адрес сына или дочери. Фразы вроде «Алина учится лучше по всем предметам» или «а вот Дима к своим четырнадцати уже второй язык учит» не мотивируют детей. Скорее подобные выражения заставляют их ненавидеть и Алину, и Диму, а иногда и родителей, которые наносят удар по самооценке. Ребенок - подросток не должен думать, что ему нужно заслуживать любовь близких или пытаться перегнать ровесников в надуманной гонке. Ему необходимы в первую очередь поддержка и вера. Напротив, захваливание тоже не приводит к формированию адекватной оценки. Взрослые, внушающие ребенку, что он самый талантливый, а остальные ему в подметки не годятся, оказывают медвежью услугу. Воспитанные на похвале, даже вышедшие из пубертатного

периода, не способны к самокритике. Это мешает им развиваться, искоренять собственные недостатки. Некоторые из тех, кто в свое время получил «передозировку» комплиментов и лести, в зрелом возрасте становятся забитыми, нелюдимыми. Такая модель поведения – результат сочетания родительских действий и суровой реальности. Понимание того, что в собственной уникальности он не уникален, приводит человека к депрессии и другим психическим расстройствам.

И.Н. Малиновский [50] утверждал, что взрослея человек проходит через несколько стадий своего личностного становления: младенчество, детство, отрочество, юность. Каждый из этих периодов уникален и по-своему значим для формирования личности.

Но педагоги и психологи выделяют в качестве главного периода все-таки подростковый, потому что именно в этом возрасте, в 12-16 лет, перед человеком встают задачи личностного роста, решая которые, он зачастую испытывает изрядные трудности. Если не касаться процессов биологического взросления, которые сами по себе вызывают много сложностей и требуют особого внимания, то, прежде всего, это осознание себя в группе, в семье, оценка себя как личности. Это осознание по-другому называют самооценкой.

По мнению В.Г. Казанской [40], к подростковому возрасту критериев останется только два, поведение и успеваемость, которые будут влиять на оценку подростка в семье, другие же три критерия будут формировать самооценку подростка в значимой для него подростковой среде. Роль семьи в формировании адекватной самооценки трудно переоценить: в семье, настроенной на симметричные отношения, основанные на демократичном стиле воспитания, как правило, подростков с низкой самооценкой нет. В семье же, где ребенку предъявляют завышенные требования в учебе, спорте, проявлении творческих способностей и при этом общение строят в авторитарном стиле, где нередки проявления грубости, придумывание обидных шуток и прозвищ, наличие у подростка низкой самооценки неудивительно. Но подросток зачастую, стремясь уйти от давления семьи,

уходит в так называемую референтную группу, где его самооценка может повыситься за счет того, что принято в этой группе. Это может быть курение, употребление спиртных напитков, следование какому-то определенному стилю одежды и поведения (неформальные группы: готы, эмо и т.п.). Подростку важно ощущать принятие группой, чтобы его самооценка повысилась.

Проблема заниженной самооценки в том, что ее обладатели отказываются меняться. Зачастую они уверены, что такое отношение к себе сохраняется на всю жизнь. Это ошибочное мнение, ведь на самовосприятие влияет множество факторов; оно не может быть одинаковым на протяжении жизни [21].

Кроме этого, на самооценку влияет и ряд других факторов, среди которых окружение (одноклассники, однокурсники, коллеги по работе, родственники), материальное положение, образование. Многие комплексы родом еще из школы. Жертвы травли долго справляются со страхами, до конца жизни подвержены фобиям. Сильно бьет по самооценке сравнение собственного материального положения с доходами более успешных. Но оценка себя не статична; она меняется в течение жизни, уровень зависит в том числе от усилий ее обладателя [30].

Существует три основных вида самооценки по мнению Л.В. Бороздина [14]. Их названия используются не только в психологии, но и в быту. Нередко можно услышать фразы вроде «у него неадекватная самооценка». Классификация помогает разобраться в том, как личности оценивают себя, насколько их мнение приближено к объективности.

Адекватная самооценка – вид, характерный, к сожалению, для меньшинства людей. Его обладатели умеют здраво относиться к своим способностям, не отрицают недостатки, стараясь от них избавляться. Кроме этого, акцент делается на сильные стороны, которые активно развиваются. Немногие способны к адекватной самокритике. Зачастую можно наблюдать

две крайности – или перебор с самобичеванием, или завышенное самомнение.

Радикальные качества – это признаки второго вида самооценки, которую принято называть искаженной (неадекватной). Ее образование – практически всегда результат комплексов, явных или скрытых.

Часто за завышенной самооценкой кроется неуверенность, попытки казаться лучше в глазах остальных.

Заниженная отличается тем, что ее обладатель напрямую транслирует собственные комплексы – говорит о них окружающим, ведет себя соответствующе (скованность, зажатость, трудности в общении). Существует еще один вид, присущий большинству – смешанная. Под ней подразумевается, что в отдельные моменты жизни человек по-разному относится к себе. Он способен адекватно оценивать действия/поступки, уделять время излишней самокритике, при этом иногда переоценивать собственные умения. Увы, у большинства не получается соблюдать баланс, а подобные «колебания» чреваты проблемами с психикой.

Л. В. Бороздина [14] выделяет основных три уровня самооценки. Они демонстрируют степень любви к себе, умение видеть как положительные, так и отрицательные черты, близость к балансу. Уровни связаны с видами, но все же различия есть, о чем дальше пойдет речь.

По мнению Е.Ю. Новиченковой [55], низкая самооценка возникает на почве психологической неустойчивости подростка к воздействиям на него различных субъектов межличностного общения. Иными словами, подросток меняет свое мнение о себе в зависимости от ситуации общения, от отношения к нему окружающих. И сильнее всего на самооценку подростка влияют семья и одноклассники. Подросток с низкой самооценкой тревожен, он испытывает страх от широких социальных контактов, при этом проявляет признаки эгоцентризма, ему трудно выходить из непростых ситуаций. Зачастую его поведение характеризуется депрессивным состоянием, но некоторые исследователи отмечают, что подросток в состоянии депрессии

имеет низкую самооценку, а другие – что низкая самооценка влечет за собой такие деградирующие последствия для личности, как депрессивное состояние.

Первый, самый нелюбимый всеми. От низкой самооценки пытаются избавиться всеми доступными способами. Существуют тысячи методик, рассказывающих, как бороться с комплексами, и некоторые из них действенны. Уровень относится к искаженному восприятию; для него характерны неумение себя хвалить, занижение достоинств, высокий уровень тревожности, постоянные сравнения с другими, более успешными. Тех, у кого проблемы с самолюбием, легко обидеть – достаточно просто над ними пошутить либо намекнуть на недостаток во внешности/знаниях. Низкая самооценка создает массу неудобств. С ней действительно стоит бороться.

О. Ю. Синицина [23] утверждала, что при нормальной самооценке человек прислушивается к внутреннему голосу, анализирует собственные промахи, способен отпускать шутки в свой адрес. При этом такая личность не допустит, чтобы ее оскорбляли, заставляли делать бесполезную утомительную работу, игнорировали права.

Высокая самооценка не менее опасна, чем низкая. Этот тип самовосприятия не относится к адекватному. Обладатели высокой самооценки легко игнорируют конструктивную критику. Им тяжело дается выход из зоны комфорта, они противятся этому всеми силами. Закостенелость убеждений, неприятие других – это большая проблема. Ее опасность заключается еще и в сложности распознавания. Считается, что яро отстаивающий свою позицию – сильный, уверенный, надежный. Но есть и обратная сторона медали: непоколебимые убеждения тормозят развитие, не дают возможности узнавать, пробовать что-то новое [15].

По итогу — самооценка напрямую зависит от условий проживания, воспитания и окружения. Однако неблагоприятные факторы – еще не повод ставить на себе крест. При большом желании отношение к себе успешно поддается корректировке, и есть немало примеров, когда забытые,

нерешительные мужчины и женщины превращались в раскрепощенных, сильных личностей. Все начинается с осознания проблем, стремления поменяться к лучшему и, естественно, усилий [54].

Становление самооценки молодых людей Л.И. Рувинский характеризует так: «от доверчивого незнания в отношении себя ко все больше конкретной и временами быстро колеблющейся самооценке» [76, с. 78].

В процессе становления подростковой самооценки интерес все больше переносится от внешней стороны личности к ее внутренней стороне, от случайных черт – к характеру в целом. С этим связаны понимание – временами гиперболизированное – собственного своеобразия и переход к духовным, идейным масштабам самооценки. А.А. Реан считал, что в итоге человек самоопределяется как лицо на более высоком уровне [73].

Важной особенностью самооценки личности ребенка, обоснованной в работах Д.И. Фельдштейна, стало заявление, что "...подростком принимается решение не просто задача занятия конкретного "места" в обществе, но и проблема отношений в обществе, определения себя в обществе, т.е. принимается решение задачи личного самоопределения, принятия деятельностной позиции сравнительно социокультурных ценностей и определение его смысла" [89, с.87] . Согласно его словам, подростку важно знать, что он из себя представляет, кем он должен стать, на кого можно равняться.

Процесс становления самооценки личности деятельно исследуется как в отечественной, так и в зарубежной психологии. «Самооценка - это устройство, обеспечивающий согласованность притязаний индивидуума для себя с внешними критериями, то есть наибольшей уравновешенности личности с окружающей его средой.

А. К. Болотова [13] говорила о том, что самооценка определяется как понимание человеком самого себя, собственных физических сил, интеллектуальных возможностей, например и действий, мотивов и целей

собственного поведения, собственного дела к находящимся вокруг, к другим людям и для себя.

Растет и динамика исследовательских работ в области изучения феномена самооценки, затрагивая ее различные аспекты.

Завышенную самооценку вызывает у подростка низкая оценка его поведения сверстниками, заниженную же самооценку – низкая психологическая устойчивость.

В подростковом возрасте адекватность самооценки постепенно увеличивается.

Р. Берне объясняет это тем, что подростки оценивают себя ниже по тем показателям, которые представляются им самым важными, и это снижение указывает на их больший реализм, в то время как детям свойственно завышать оценку собственных качеств [8].

Этот период отмечен резким переходом от фрагментарного и недостаточно четкого видения себя к относительно полной, всеобъемлющей Я-концепции. Кроме того, совершенствуется их видение своих недостатков.

Вместе с этим внешность начинает оказывать очень сильное влияние на развитие самооценки в подростковом возрасте: соответствие внешних данных ребенка стандартам, принятым в группе сверстников, становится определяющим фактором в его социальном признании, положении в группе.

Здесь стоит отметить, что самооценка девочек подростков часто бывает ниже, чем у мальчиков, потому что для девушек оценка привлекательности своего тела важнее его эффективности. У юношей, наоборот, ведущим критерием самооценки является эффективность тела.

Неоднократно доказанная теория "зеркального Я" о позитивном отношении значимых других как одном из основных условий становления адекватной самооценки справедлива и для взаимосвязи самооценки подростка с его окружением.

Среди четырех источников социальной поддержки: родители, учителя, одноклассники, близкие друзья – родительская поддержка и отношение одноклассников наиболее полно влияют на самооценку подростка.

При этом подросткам свойственно создавать группировки с жесткой внутренней иерархией, что напрямую влияет на уровень самооценки.

Таким образом, в отношении самооценки можно говорить о том, что самооценка влияет на все поведение человека и на его отношение к себе и к другим людям.

1.3. Роль самооценки в проявлении агрессивности у подростков

Чтобы понять подростковую агрессивность важно рассмотреть не только самой по себе самооценки, но и нужно проанализировать соотношение внешней оценки, которая дается учителями или сверстниками, и самооценки внутренней. Если не находится должной опоры для самооценки во внешней среде, то возникает фрустрирующая ситуация базовых потребностей в признании, самоуважении и уважении. Это, в свою очередь, способно провоцировать появление агрессии. Исследования по изучению этого вопроса (Дандарова Ж.К., Реан А.А.) [53], действительно показали, что подростки, чья самооценка не соответствует оценке социума, демонстрируют более высокий уровень агрессивности и негативизма. Кроме того, такие формы агрессии, как: обида, раздражительность, физическая агрессия, также имеют более высокие показатели.

Как считал С. Н. Ениколопов [32], в большинстве своем агрессия возникает в виде негативной реакции в ответ на фрустрацию, созданную другими (в случае аутоагрессии человек может либо сам создать такую ситуацию, либо чувствовать себя в ней из-за отрицательной оценки его действий окружающими его людьми), при возникновении препятствий на пути к намеченной цели.

Существуют различные модели и классификации агрессии, в зависимости от научного направления в психологии. Мы постарались свести все имеющиеся основания в общую классификацию:

- По направленности на объект: внешняя (гетероагрессия) и внутренняя (аутоагрессия);

- По причине возникновения: спонтанная (непровоцированная, имеющая внутренний механизм развития) и реактивная (в ответ на внешний раздражитель);

- По целенаправленности: целевая или мотивированная (причинение вреда объекту) и инструментальная (ради достижения результата);

- По степени открытости: прямая (от вербальных угроз до непосредственно агрессивных действий в сторону объекта, создавшего проблемную ситуацию) и косвенная (неприязнь, ехидство, ирония и колкие замечания в сторону "обидчика");

- По преобладающему типу агрессивной реакции (классификация Баса-Дарки): физическая (нападение), косвенная (насмешки, взрывы ярости или гнева), склонность к раздражению (выражение негативных чувств при малейшей угрозе достижению намеченной цели), негативизм (открытая оппозиция, в степени от пассивного сопротивления до активного), зависть и ненависть к окружающим (за их действия, мысли), подозрительность (от обычного недоверия до убежденности, что все являются потенциальными врагами), вербальная агрессия (словесная форма выражения негатива по отношению к объекту) [3].

Как видим, агрессия - полиморфный тип поведения, что объясняет существование различных подходов и моделей, изложенных ниже.

Научные подходы:

- Эмоциональные подходы, которые в данной работе являются для нас приоритетными: агрессия - проявление отрицательных, зачастую

неконтролируемых качеств, таких как враждебность, негативизм, ненависть, антагонизм;

- Эволюционная теория: агрессия - это форма инстинктивного поведения, берущая свое начало из врожденного инстинкта самосохранения и борьбы за существование;

- Социобиологическая концепция: агрессивные взаимодействия - способ улучшения репродукции в условиях окружающей среды с ограниченным запасом ресурсов;

- Нормативный подход: агрессия противоречит общепринятым нормам и является анахронизмом. Учёные в рамках этой теории также предлагают два основания для дефиниции поведения как агрессивного: наличие губительных для жертвы последствий и нарушение норм поведения;

- Глубинно-психологические воззрения трактуют агрессию как врожденное и неотъемлемое свойство человека - психоаналитическая и этологическая психологические школы придерживаются этого направления;

- Целевые подходы: агрессия - способ лучшей эволюции, адаптации или присвоения жизненно необходимых ресурсов, а также необходимое условие поддержание гомеостаза;

- Подходы, описывающие последствия агрессии: принимаются разные содержания понятия, в зависимости от того, какой именно ущерб был нанесен притесняемому индивиду от агрессора;

- Направления, основанные на оценке намерений агрессора: агрессия - вид поведения, направленного на реализацию цели по причинению вреда кому-либо или чему-либо;

- Многоаспектные подходы: комбинация из вышеперечисленных, в зависимости от точки зрения отдельного автора;

- Недифференцированные подходы: отражены в различных психологических теориях и не дают содержательной трактовки понятию "агрессия". Например, согласно социальному научению, это результат

научения. А сторонники интеракционизма убеждены, что это следствие объединённого конфликта интересов между личностью и группой [9].

В.И. Долгова [26] говорила о существовании четырех главных критериев, составляющих агрессивность подростков акцентируется психологами:

1. Высокий уровень личной тревожности.
2. Неадекватная самооценка (высокая или низкая).
3. Зависимое поведение в группе.
4. Низкий уровень адаптации в коллективе (синдром отверженности).

Следующие причины, согласно мнению экспертов обуславливают появление этих составляющих, в том числе и неадекватной самооценки:

60% – воспитание и тип взаимодействия в семье;

20% – влияние коллектива, окружения;

15% – возрастные и индивидуальные психо-физические качества организма;

5% – наследственность.

Исследования показывают, что существует прямая связь между уровнем самооценки и общей агрессией: чем выше показатели самооценки, тем выше уровень агрессии и враждебности. В исследовании Кребс А.Э., 2017, было продемонстрировано, что существует корреляция между уровнем общей самооценки и показателями физической агрессии, вербальной агрессии, раздражение, косвенной агрессии и индекса агрессии подростков 14–15 лет. При повышении уровня самооценки, больше проявлялась склонность к физической агрессии. Также выяснилось, что частичные самооценки такие как, самооценка своей физической проявления и стремления к лидерству, имеют корреляцию с негативизмом, являющимся тоже формой агрессии. Поэтому бунтарская манера поведения, направленная против установившихся законов и авторитетов, по большей части характерны подросткам с высокими показателями лидерской самооценки, а также высоко оценивающих свои физические данные.

Кроме того, было показано, что вербальная агрессия тоже соотносится с самооценкой способности к лидерству, а также коррелирует с показателями самооценок автономности и интеллекта. И как итог, высокий уровень вербальной агрессии, также связан с высокими показателями самооценки личности, особенно если для подростка характерно представление о себе, как о личности с высоким уровнем интеллекта и выраженными способностями лидерству.

Ещё одни выводы, Н.А. Дубинко [30] в том, что обнаруженные исследованиями, состоят в том, что подростки с более высоким уровнем агрессивности, имеют предельную самооценку – чрезмерно низкую или чрезвычайно высокую. Для подростков с невысоким уровнем агрессивности характерны средние показатели самооценки.

Множество исследований указывают на взаимосвязь самооценки и агрессивности. Попробуем рассмотреть данную тему в поле нарциссизма.

Одно из центральных понятий психоанализа – нарциссизм. Это понятие рассматривается как в контексте необходимого элемента развития личности (конструктивный нарциссизм), так и в качестве патологии (деструктивный или дефицитарный нарциссизм).

Конструктивный нарциссизм – это то, что необходимо личности для нормального функционирования и адекватного самовосприятия. Это признание собственной ценности.

Деструктивный нарциссизм – это искаженное самовосприятие, ведущее к нарушению способности личности оценивать себя в соответствии с объективной реальностью.

Дефицитарный нарциссизм – характеризуется недостаточностью конструктивного нарциссизма, неспособностью быть независимым или ощущать автономию и самостоятельность. Сопровождается неуверенностью в себе и низкой самооценкой.

Э. Фромм [91] называет нарциссизм, как групповой, так и индивидуальный, одним из главных источников агрессивности. И не спроста

он дает понятиям «агрессия» и «патологический нарциссизм» одинаковую классификацию – доброкачественный и злокачественный.

Г. Розенфельд [75] так же различает здоровый и деструктивный нарциссизм. Деструктивный нарциссизм имеется ввиду, говоря об инфильтрации патологического Я примитивной агрессией, что придает таким личностям качество насильственной самодеструктивности. Крайне нарциссические личности отличаются злокачественным слиянием либидо и доминирующей агрессии, вложенных в патологическое Я. Здоровый нарциссизм обеспечивает либидозное усиление Я, в то время как деструктивный нарциссизм являет собой манифестацию инстинкта смерти, который удерживает человека «вне» жизни.

Основываясь на вышеизложенное, нетрудно увидеть устойчивую связь между деструктивным нарциссизмом и агрессивностью. А какова же связь между нарциссизмом и самооценкой? Эта связь также весьма очевидна: деструктивный нарциссизм имеет непосредственное отношение к неадекватной (завышенной или завышенной самооценкой), а так называемый дефицитарный нарциссизм характеризуется низкой самооценкой и неуверенностью в себе.

На существование взаимосвязи между самооценкой и нарциссизмом указывает Э. Якобсон [97] Нарциссизм и самооценка – не одно и то же, и нарциссизм не является единственной причиной, формирующей самооценку. Функция нарциссизма – это стабилизация и регулирование самооценки на фоне множества факторов, угрожающих её повышению или понижению.

Зарубежные исследователи нарциссизма (Родевальт Р., Денеке Ф.В., Мюллер Б.Р., Столорю Р.) говорят об особенной внутренней активности человека, лежащей в основе регуляции представления личности о себе. Отечественные теоретики, рассуждая о нарциссической регуляции, обозначают цель, как поддержание аффективного равновесия в отношении переживания внутренней стабильности, собственной ценности, уверенности

в себе, сохранение структурной целостности, временной непрерывности и позитивной окраски представления личности о себе [19].

Деадаптивная нарциссическая регуляция становится причиной нестабильной самооценки (завышенной или заниженной) или нестабильной чувство собственной ценности, так и слишком высокий или низкий уровень выраженности нарциссических черт личности, таких как: вера в собственную уникальность, грандиозное чувство самозначимости, фантазии о неограниченном успехе, потребность в восхищении, чувство привилегированности, эксплуативность в отношениях, дефицит эмпатии, зависть к достижениям других, наглость и вызывающее поведение [2].

Самооценку формируют множество составляющих – воспитание, социум, особенности организма и т.д. Нарциссизм, не являясь эквивалентом самооценки, всё же представляет собой одну из причин, обуславливающих самооценку. Нарциссизм осуществляет регулятивную функцию, и деадаптивная нарциссическая регуляция именно и приводит к возникновению неадекватной, нестабильной самооценки. Таким образом, мы можем сейчас связать понятия самооценки, нарциссизма и агрессивности. И в свете результатов исследования, выявивших взаимосвязь агрессивности и самооценки, с большой долей уверенности заявить, что нарциссизм и является связующим звеном, обуславливающим эту взаимосвязь.

Формирование самооценки подростков

Согласно исследованию самооценки подростков Д.И. Фельдштейна [90], на первой стадии (10 – 11 лет) детям свойственна особая критичность в самооценке. При обследовании 34% мальчиков и 26% девочек дали себе полностью отрицательную характеристику, примерно 70% испытуемых, хотя и нашли у себя позитивные черты, обнаружили преобладание негативных. Потребность в самооценке (и одновременно неумение себя оценивать) проявляется очень остро.

На второй стадии (12 – 13 лет) на фоне общей адекватной самооценки большинства подростков, появляется ситуативное отношение к себе, нередко

отрицательное и зависящее от отношения окружающих, прежде всего сверстников.

Третья стадия (14 – 15 лет) развития самооценки в подростковом возрасте характеризуется ориентацией на некий эталон (81%), состоящий из идеальных черт других людей. В этот период возникает "оперативная самооценка", определяющая отношение подростка к себе "здесь и теперь", и основанная на сопоставлении себя как личности и своего поведения с определенными нормами, выступающими как "идеальная форма" себя и своего поведения.

В трудах А. Басса и А. Дарки показан подход, в соответствии с которым высокая агрессивность сочетается с низкой степенью адаптивного поведения, а низкая агрессивность, наоборот, с высокой степенью адаптивного поведения [21].

Н. Ю. Накорякова [54] рассматривает агрессию как один из защитных механизмов адаптации. Иногда личность оказывается в ситуации фрустрации, когда сталкивается с сложными препятствиями на пути к достижению значимой цели. Фрустрированный человек зачастую предпринимает немедленно агрессивное действие или ряд подобных действий, направленных против источника фрустрации. У детей прямая агрессия часто приобретает форму физических действий, у социализированных взрослых преобладают вербальные и косвенные формы агрессии.

В. И. Долгова и Е. Г. Капитанец [27] говорили о том, подвергаясь агрессивному воздействию, человек проявляет тенденцию отвечать тем же, так как агрессия его фрустрирует. В нынешнем мире открытая агрессия не является удовлетворительным методом приспособления к окружающей среде или ее преобразования. Она временно способна снимать напряжение, вызванное воздействием фрустраторов, однако, как правило, порождает вспышку ответной агрессии и трансформирует социальную среду в еще более фрустрационную ситуацию жизнедеятельности. Итак, при

использовании агрессии как механизма адаптации, личность не приходит к состоянию адаптированности, а, напротив, повышает уровень собственной дезадаптации.

Другая опасность заключается в том, что повторяющиеся агрессивные действия, имеющие внутреннюю мотивацию и сопровождаемые соответствующими эмоциями (гнев, возмущение, ненависть, презрение и т.п.), могут послужить причиной к закреплению в структуре личности агрессивности как устойчивой черты характера, подсознательно и бесконтрольно проявляющейся даже в таких ситуациях, которые не блокируют более или менее всерьез целенаправленную активность личности и не фрустрируют ее самосознание.

Нередко в условиях фрустрации в качестве адаптации применяется не прямая, а перемещенная агрессия. Происходит процесс замещения объекта агрессии, а агрессивная установка перемещается на этот новый объект. Более тонким и продолжительно действующим защитно-адаптивным механизмом, образующимся в результате глубокой переработки фрустрирующей ситуации, является идентификация с агрессором, которая по сути является защитноадаптивным комплексом, включающим в себя механизмы агрессии, идентификации и интроекции. Пребывая под угрозой и переживая состояние фрустрированности, человек защищает свою личность и самооценку тем, что включает в структуру своей личности достижения и силу фрустрирующих его индивидов и групп. Однако данные механизмы опасны тем, что могут послужить причиной формирования постоянной межличностной агрессивности и к ряду других нежелательных социально-психологических последствий, считала А. И. Кравченко [46].

Процесс формирования самооценки сложный и противоречивый, как и сам подросток. Но он определяет то, каких успехов ребенок сможет добиться во взрослой жизни: будет ли он нормально взаимодействовать с противоположным полом, ставить правильные цели и идти к ним, сможет ли добиться карьерных успехов.

Несмотря на то, что место родителей в этот период занимают новые авторитеты, их поддержка крайне необходима подростку. Совместно с психологом, автором серии книг «Ленивая мама» Анной Быковой разберемся, как родители могут помочь ребенку сформировать здоровую, адекватную самооценку.

Как только ребенок начинает осознавать себя как отдельную личность (примерно в возрасте двух-трех лет), у него появляется чувство «Я», формируется знание о себе, например: «Я Миша, я мальчик». Вместе с этим появляется вопрос: «А какой я?»

Восприятие ребенком себя: «Я хороший. Я умный. Я любимый» или «Я плохой. Я вредный. Я всем мешаю» — зависит от того, какую оценку окружающих он слышит. В подростковом возрасте происходит смещение фокуса внешней оценки. Если в дошкольном возрасте на самооценку преимущественно влияют родители, в младшем школьном возрасте — учителя, то в подростковом возрасте ответ на вопрос «А какой я?» ищут у сверстников.

Авторитет родителей падает, и их возможность влиять на самооценку ниже, чем была раньше.

Если сверстники признают его красивым, веселым, умным, его самооценка растет. Если реакция сверстников негативная или вовсе отсутствует (никто не замечает ребенка), самооценка ползет вниз.

Авторитет родителей падает, и их возможность влиять на самооценку ниже, чем была раньше. Сколько бы мама ни убеждала дочь, что она красивая, сомнения в привлекательности у девочки все равно остаются, если ни один мальчик в школе не обращает на нее внимания. Но это не значит, что не нужно пытаться помогать ребенку.

Чтобы не доводить агрессию до негативного положения необходимо ее нейтрализовывать и направлять в нужное русло. Для этого существуют специальные программы, занятия с детьми. Это прежде всего, внимание, со

стороны родителей. Так как им необходимо налаживать всю сложившуюся обстановку и, как говорится, не навредить еще больше.

Что же делать родителям, М. А. Жагарина [35] считала:

1. Не усугублять и не критиковать. Подросток и без того не уверен в собственной привлекательности, а если сомнения подтвердят родители, то самооценка упадет окончательно. Нельзя критиковать даже из благих побуждений: «Какая красивая у тебя подружка. Зато ты у меня умная. Зря ты с ней все время проводишь. Она с такой внешностью замуж быстро выскочит. Ей, может, учеба и не к чему, а тебе в университет поступать. Ты, дочка, лучше учись». Что при этом слышит девочка? Только то, что она некрасивая.

2. Помогать ребенку почувствовать себя красивым. В подростковом возрасте значимость внешности возрастает. Родители могут предложить пойти к стилисту, подобрать прическу, одежду, привести в порядок зубы и кожу. Бывает, что мальчики сильно переживают из-за высыпаний на коже, но стесняются сказать о своей проблеме. А родители уверены, что все в порядке, что их сын выше того, чтобы переживать из-за таких «пустяков». Пристального внимания этому уделять не стоит, но предложить вместе сходить к косметологу — идея хорошая.

3. Поддерживать подростка. Не забывать хвалить, а если повода для похвалы пока нет, можно выдавать кредит доверия: «Я вижу твой потенциал. Я знаю, что ты способный. Я в тебя верю». Особенно важна поддержка родителя того же пола. Только папа или другой авторитетный для мальчика мужчина может дать совет, как общаться с девушками или вести себя в «стае».

Родитель должен транслировать две важные идеи: «Я классный» и «Ты тоже классный. Даже чуть-чуть лучше меня»

4. Обращать внимание на свою самооценку. Ребенок часто идентифицирует себя с родителями, поэтому взрослый должен

транслировать две важные идеи: «Я классный» и «Ты тоже классный. Даже чуть-чуть лучше меня».

5. Создавать возможности для новых знакомств: кружки, секции, лагерь отдыха, путешествия. Попадая в новый коллектив, ребенок может по-новому раскрыться. Люди увидят другую его сторону, а он посмотрит на себя их глазами. Бывает так, что в школе у ребенка не сложились отношения с одноклассниками, он ни с кем не общается. Но при этом в театральном кружке все в восторге от его таланта и чувства юмора. Чем шире круг общения, тем больше разных граней личности раскрывается и тем объемнее становится представление о себе.

При этом надо научить его разбираться в людях. Когда подростки меняют круг общения, самооценка может измениться не в лучшую сторону: например, из заниженной или адекватной — в завышенную.

Р. Бернс отмечал, что: «...неадекватно завышенная самооценка — следствие сильной внутренней уязвимости...» [21].

На первый взгляд может показаться, что чем выше самооценка, тем лучше. Но у неадекватно завышенной самооценки могут быть негативные последствия. Такому подростку бывает сложно устанавливать дружеские связи. Другим рядом с ним некомфортно, они чувствуют себя неполноценными и стремятся избежать общения.

Корректировать такую самооценку, как ни странно, можно так же, как завышенную, ведь «корона» — следствие сильной внутренней уязвимости. Из страха, что другие сочтут его никчемным, ребенку хочется непременно стать круче, проявить себя самым лучшим образом, доказать всем свою замечательность. При здоровой самооценке такой потребности обычно не возникает. Формирование здоровой самооценки — процесс небыстрый и достаточно трудоемкий, и важно, чтобы пройти этот путь ребенку помог уверенный в себе и равнодушный взрослый, писал А. Э. Кребс [47].

Таким образом, подростковый возраст является достаточно сложным переходом от «детства» к «взрослости». По мере его прохождения, могут

формироваться ценности, идеалы, суждения, которые не приняты в обществе. От этого и происходит понятие «трудные подростки».

Чаще всего, именно у таких детей высокий уровень агрессии, с которым необходимо справляться, чтобы получить личность с социально приемлемым поведением и адекватной самооценкой. Тем более, если вовремя обнаружить проблему, то коррекция именно в подростковом возрасте дает положительные результаты.

При рассмотрении социально-психологической адаптации стало понятно, что она является способностью к интериоризации социального опыта и тех моделей поведения, которые одобряемы обществом и помогают занять в нем определенную роль. Несомненно, что агрессивность, конфликтность и провоцируемые ими образцы поведения не способствуют лучшей социализации и умению подростков приспосабливаться к постоянным изменяющимся условиям среды.

Проанализировав научную литературу по необходимым нам психическим конструктам, таким как агрессивность, самооценка, самооценка и агрессивность подростка, их динамику, механизмы возникновения и взаимовлияния, можем сделать следующие выводы.

На настоящий момент в литературе существует несколько различных взглядов на понимание агрессии как паттерна поведения, агрессивности как особенности характера, провоцирующей закрепление указанных моделей поведения. Важно отметить, что в подростковом периоде, который был выбран нами для пристального изучения, агрессивность может быть обусловлена несколькими факторами, главным из которых является семейная ситуация, отношение с родителями. Те модели поведения, демонстрируемые внутри семьи, усваиваются как необходимые, даже если они препятствуют гармоничному развитию личности. Очерченные нами основные моменты характера возбудимого типа личности, а именно: конфликтность, малая восприимчивость к критике, импульсивность, вспышки эмоционального возбуждения – свидетельствуют, на наш взгляд,

что подростки с возбудимым типом личности будут в большей степени демонстрировать агрессивные паттерны поведения, нежели личности с другими типами, а то и вовсе без какой-либо акцентуации.

Достаточно высокая, устойчивая и вместе с тем вполне самооценка (которая при необходимости может меняться под влиянием новой информации, приобретенного опыта, оценок окружающих, смены критериев, и т.п.) является оптимальной для развития и для продуктивной деятельности. И наоборот, отрицательное влияние на человека оказывает как чрезмерно устойчивая негибкая самооценка, так и сильно колеблющаяся, неустойчивая.

Для достижения поставленной цели нами был изучен массив работ по изучению агрессивности, психологических особенностей возбудимых акцентуантов, характеристик и динамики феномена социальной адаптации, а также их взаимодействию как факторов. Нами было выявлено разнообразие точек зрения на понимание агрессии как паттерна поведения, а именно аспекта его этиологии. Сходство позиций обнаружило себя в обозначении существенности влияния внутрисемейных, детско-родительских отношений в происхождении агрессии. Аналогичным образом нами были обозначены основные черты личности возбудимых подростков, влияющие на проявление агрессивности в их поведении, такие как: конфликтность, малая восприимчивость к критике, импульсивность, вспышки эмоционального возбуждения.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ АГРЕССИВНОСТИ У ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ

2.1. Организация, методы и этапы исследования

В рамках данной магистерской работы было проведено эмпирическое исследование, направленное на выявлении агрессивности у подростков с разным уровнем самооценки.

Эмпирическая база исследования: Муниципальное общеобразовательное учреждение «Красненская средняя общеобразовательная школа имени М. И. Светличной» Красненского района Белгородской области (далее - МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной»).

МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной» зарегистрировано постановлением Комитета по управлению муниципальной собственности Красненского района Белгородской области от 28.07.1995 года № 3 с целью осуществления права граждан на получение общедоступного и бесплатного общего образования [58].

Образовательное учреждение в своей деятельности руководствуется Конституцией РФ, ГК РФ, федеральными законами, нормативно – правовыми актами Президента РФ и Правительства РФ, Уставом.

Миссия школы: повышение качества образования через реализацию направлений национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» для успешной социализации личности»[58].

Цель деятельности МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной» – осуществление образовательной деятельности по программам начального общего, основного общего и среднего общего образования.

МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной» проходит государственную аккредитацию в соответствии с Федеральным законом «Об

образовании в Российской Федерации» и иными нормативно - правовыми актами РФ [58].

Школа самостоятельно осуществляет образовательный процесс, подбирает и расставляет кадры, осуществляет научно-методическую, финансовую и хозяйственную деятельность.

В МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной» сформирован равный доступ к образованию всех детей, учитывая разнообразие их образовательных потребностей и индивидуальные возможности каждого, учреждение обеспечивает обучающихся льготным питанием, может оказывать платные образовательные услуги [58].

Школа имеет право производить такие виды деятельности, которая приносит доход [58]:

- обучение по дополнительным общеобразовательным программам: консультационная, просветительская деятельность, деятельность в сфере охраны здоровья граждан.

- международное сотрудничество в области образования в соответствии с законодательством РФ и международными договорами РФ.

Для реализации учебной и воспитательной деятельности эффективного функционирования в школе работают 24 учебных кабинета, 1 кабинет информатики, оснащённый компьютерной техникой, мультимедийным проектором, интерактивной доской, создана локальная сеть. В школе имеется спортивный и тренажёрный залы, мастерская, столовая, библиотека с книжным фондом (22 520, из них учебников – 8 850,00 экз.), медицинский кабинет, кабинет психологической службы, методический кабинет [58].

Школа имеет модернизированную материально-техническую базу, обеспечивающей необходимые условия для учебной деятельности, развития способностей и интересов обучающихся (приложение перечня оборудования по кабинетам

Ниже представлена организационная структура МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной» (рис.1.) [58]. Данная структура строится на основе коллегиальности и единоначалия.

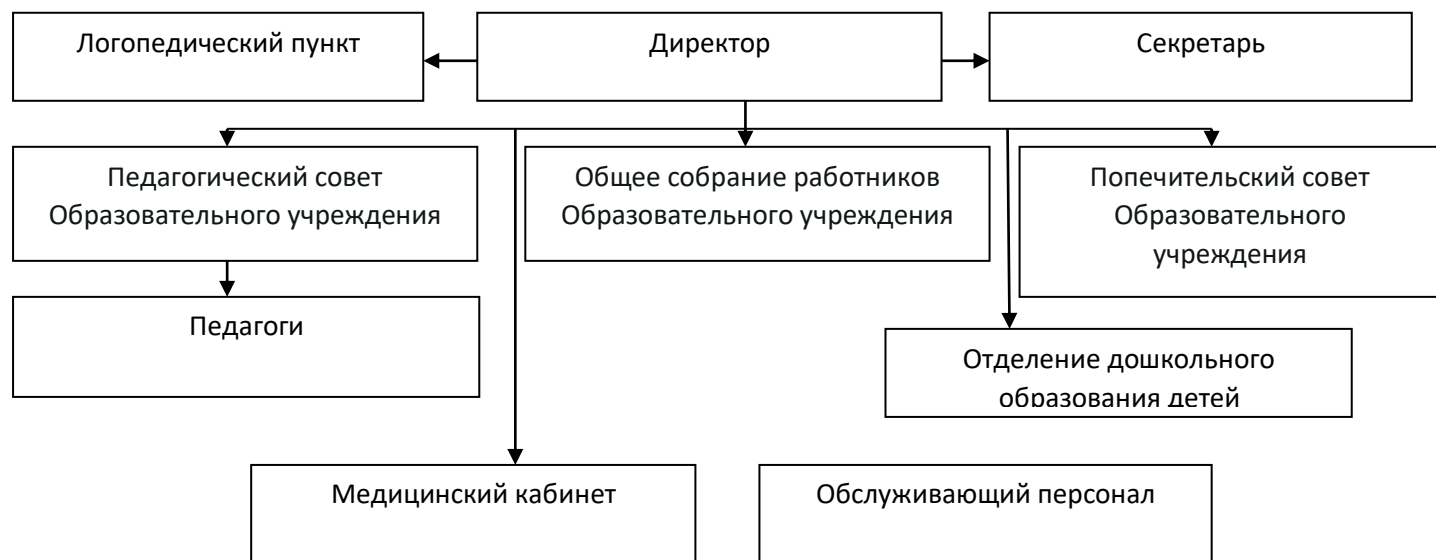


Рис.1. Организационная структура МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной»

Управление школой производится согласно Уставу. Руководство школой осуществляет директор.

Директор МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной» [20]:

- представляет интересы школы, действует от его имени без доверенности;
- по своему усмотрению распоряжается лично средствами и имуществом учреждения;
- непосредственно участвует в заключении договоров (контрактов), осуществляет выдачу доверенности;
- в рамках компетенции издает локальные акты - приказы и распоряжения;
- утверждает штат школы;
- ведет отбор, прием на работу и расстановку работников;

- увольняет, поощряет и налагает взыскания на работников;
- утверждает образовательные программы.

Коллегиальные органы управления школы - Общее собрание работников МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной», Педагогический совет и Попечительский совет [20].

Коллегиальные органы управления формируются и функционируют в соответствии с Уставом и положениями об этих органах, утвержденными МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной».

Общее собрание в своей деятельности [58]:

- рассматривает и обсуждает вопросы стратегии развития МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной»;
- рассматривает и обсуждает вопросы материально-технического обеспечения и оснащения образовательного процесса;
- рассматривает другие вопросы в рамках своих задач.

Педагогический совет МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной» решает следующие вопросы [58]:

- принимает правила внутреннего распорядка обучающихся;
- заслушивает отчеты директора и коллегиальных органов о их деятельности;
- организует и усовершенствует методическое обеспечение процесса образования;
- переводит обучающихся в последующий класс, с образовательной программы предыдущего уровня на следующий уровень;
- рассматривает и вырабатывает предложения по совершенствованию работы по обеспечению питанием и медицинского обеспечения.

Состав Педагогического совета: директор, заместители директора, руководители структурных подразделений, а также педагогические работники.

В Попечительский совет входят работники Образовательного учреждения, представители родителей (законных представителей)

обучающихся, воспитанников, обучающихся Образовательного учреждения в общем количестве 12 человек. Члены Попечительского совета выбираются на общих собраниях родителей (законных представителей) обучающихся, воспитанников, учащихся 10-11 классов, работников Образовательного учреждения сроком на 1 год [58].

Численный состав Попечительского совета: 6 человек – работники Образовательного учреждения, 3 человека – представители родителей (законных представителей) обучающихся, воспитанников, 2 человека – обучающиеся [58].

К компетенции Попечительского совета относится решение следующих вопросов [58]:

- содействует привлечению средств в целях обеспечения деятельности и функционирования МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной»;

- содействует организации и совершенствованию условий труда сотрудников МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной»;

- содействует сохранению и укреплению здоровья обучающихся;

- содействует организации отдыха обучающихся, организации конкурсов, соревнований;

- содействует усовершенствованию материально-технической базы МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной», благоустройству его помещений и территории.

Численность сотрудников школы, по данным на 01.01.2018 г., составляет 61 человек.

Численность обучающихся – 347 человек.

Цель констатирующего этапа исследования - изучение уровня агрессивности подростков, уровня их самооценки, а также взаимосвязи самооценки и агрессивного поведения подростков. В исследовании приняло участие 50 подростков в возрасте от 12-16 лет, из них 31 девочка и 19 мальчиков.

Эмпирическое исследование агрессивности у подростков с разным уровнем самооценки включало в себя три этапа:

1. Разработка методики исследования агрессивности и уровня самооценки у подростков;
2. Проведение констатирующего этапа эксперимента, а также количественного и качественного анализа результатов исследования;
3. Разработка программы коррекции для подростков с неадекватными формами самооценки.

Исследование было проведено с 10.11.2018-25.11.2018 гг.

Методология исследования включала в себя наблюдение за подростками, опросник уровня агрессивности Басса-Дарки, исследование самооценки личности С.А. Будасси, математическую обработку данных посредством коэффициента ранговой корреляции r -Спирмена.

Опросник агрессивности Басса - Дарки направлен на установление уровня агрессивности и враждебности респондентов. Опросник включает в себя 75 утверждений (Приложение 1) [21].

А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций [21]:

1. Физическая агрессия – применение физического воздействия в отношении иного лица.
2. Косвенная – агрессия, которая опосредованно направлена на иное лицо или ни на кого не направлена.
3. Раздражение – человек готов к проявлению негативных чувств при незначительном возбуждении (вспыльчивость, грубость, крик и пр.).
4. Негативизм – манера поведения от пассивного сопротивления до активной борьбы против установленных норм и правил.
5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за какие-либо действия.
6. Подозрительность – располагается между «недоверием» и «осторожностью» в отношении к людям до убеждения того, что иные лица планируют и приносят вред.

7. Вербальная агрессия – негативные ощущения выражаются посредством формы (крик, визг), а также путем словесных ответов (проклятия, угрозы).

8. Чувство вины – отражает возможное убеждение человека в том, что он плохой, делает зло, а также ощущает угрызания совести.

При составлении опросника применялись такие принципы, как [21]: каждый вопрос относится только к одной форме агрессии; вопросы представлены так, чтобы в большей степени снизить воздействие одобрения общества того или иного ответа на вопрос.

Инструкция к проведению данной методике:

1. Внимательно прослушать утверждения. Если опрашиваемый согласен с утверждением, оно соответствует его стилю поведения, образу жизни, то необходимо поставить знак «+», если нет, нужно ставить знак «-». Все ответы вносятся в специально разработанную форму (Приложение 2).

Ниже представим обработку результатов (таблица 1) [21].

Обработка данных производится в соответствии с ключом отдельно по шкалам.

Таблица 1

Обработка результатов по методике Басса-Дарки

Шкала	Прямые утверждения	Обратные утверждения	Коэффициент
Физическая агрессия	1, 25, 33, 48, 55, 62, 68	9, 17, 41	10
Косвенная агрессия	2, 18, 34, 42, 56, 63	10, 26, 49	8
Раздражение	3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72	11, 35, 69	11
Негативизм	4, 12, 20, 23, 36		20
Обида	5, 13, 21, 29, 37, 51, 58	44	9
Подозрительность	6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59	65, 70	10
Вербальная агрессия	7, 15, 28, 31, 46, 53, 60, 71, 73	39, 66, 74, 75	13
Чувство вины	8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67		11

2. По каждой шкале полученное значение в соответствии с ключом сопоставляется с максимально возможным значением по каждой шкале [21]:

- физическая агрессия – максимально значение 10 баллов;
- косвенная агрессия - максимально значение 9 баллов;
- раздражение - максимально значение 10 баллов;
- негативизм - максимально значение 5 баллов;
- обида - максимально значение 8 баллов;
- подозрительность - максимально значение 12 баллов;
- вербальная агрессия - максимально значение 12 баллов;
- чувство вины - максимально значение 9 баллов.

Индекс враждебности состоит из суммы пятой и шестой шкалы, а индекс агрессивности содержит в себе шкалы 1, 3, 7.

Норма агрессивности – итоговая величина индекса агрессивности, равная (21 ± 4) , а норма враждебности – $(6,5-7 \pm 3)$. В то же время акцентируется внимание на том, что возможно достичь определенную величину, показывающую степень проявления агрессивности. Результаты интерпретации представим в таблице №2.

Таблица 2

Результаты степени проявления агрессии и их интерпретация

Стены	Результаты в баллах		Интерпретация
	Физическая агрессия	Косвенная агрессия	
	Вербальная агрессия	Раздражение	
	Негативизм	Подозрительность	
	Чувство вины	Обида	
1	0 -20	0	низкий уровень
2	20 - 30	0 – 14	
3	31 - 41	15 – 25	средний уровень
4	42 -52	26 – 36	
5	53- 63	37 – 47	повышенный уровень
6	64 -74	48 – 58	
7	75 - 85	59 – 69	высокий
8	86 - 96	70 – 80	очень высокий
9	97 и более	81 – 92	
10		92 и более	

2. Исследование самооценки личности С.А. Будасси [21]. Представленная методика направлена на проведение количественного исследования самооценки личности, ее измерение. В основе такой методики лежит способ ранжирования.

Инструкция: Респонденту предлагается список из 48 слов, которые обозначают свойства личности, из которых ему следует отобрать 20, в большей степени характеризующих эталонную личность в представлении опрашиваемого. В данном ряду могут быть и негативные качества.

Свойства личности и протокол исследования представлены в Приложении 3.

Из отобранных двадцати свойств личности респонденту следует построить эталонный ряд d_1 в протоколе исследования, причем на первых позициях должны быть расположены самые важные, с точки зрения опрашиваемого, положительные свойства личности, а последними - менее желательные, отрицательные (20-й ранг - более привлекательное качество, 19-й - менее и т.д.). Ни одна оценка-ранг не должна повторяться дважды.

Из отобранных ранее свойств личности необходимо построить субъективный ряд d_2 , в котором следует расположить данные свойства по мере убывания их выраженности у респондента лично (20-й ранг - качество, присущее респонденту в большей степени, 19-й - качество, характерное для респондента менее, чем первое, и пр.). Результат необходимо занести в протокол исследования.

Обработка результатов. Данный этап заключается в установлении связей ранговых оценок качеств личности, которые входят в представления «Я - идеальное» и «Я - реальное». Такая мера связи определяется с помощью коэффициента ранговой корреляции. Чтобы рассчитать коэффициент, необходимо выявить значения разности рангов ($d_1 - d_2$) по абсолютно каждому качеству и вынести полученный результат в протокол исследования в колонку d . После этого каждое значение разности рангов следует возвести в

квадрат $(d_1 - d_2)^2$ и отразить полученное значение в колонке d^2 . Далее можно определить коэффициент путем подсчета суммы квадратов [14]:

$$r = 1 - 0,00075 \times \sum d^2 \quad (1),$$

где r - коэффициент корреляции (показатель уровня самооценки личности).

Интерпретация результатов. Коэффициент ранговой корреляции r может находиться в интервале от -1 до $+1$. Когда полученный коэффициент не менее $-0,37$ и не более $+0,37$ (при уровне достоверности равном $0,05$), наблюдается слабая незначительная связь (или вовсе отсутствие такой связи) между представлениями респондента об идеальных качествах и реальных. Данный показатель может обуславливаться также несоблюдением испытуемыми инструкции, если же инструкция была выполнена, то низкие показатели свидетельствуют о нечетком и недифференцированном представлении человеком о своем Я - идеальном и Я - реальном [15].

Если значение коэффициента корреляции от $+0,38$ до $+1$, то имеется значимая положительная связь между Я - идеальным и Я - реальным. Данное следует объяснить проявлением адекватной самооценки или, при r от $+0,39$ до $+0,89$ тенденцией к завышению. Значения коэффициента от $+0,9$ до $+1$ отражают неадекватно завышенную самооценку. Значение коэффициента корреляции в интервале от $-0,38$ до -1 свидетельствует об имеющейся значимой отрицательной связи между Я - идеальным и Я - реальным (выражает несоответствие или расхождение представлений человека о том, каким он хочет быть, и тем, какой он в реальности). Такое несоответствие рекомендуется интерпретировать как заниженную самооценку. Чем ближе коэффициент к -1 , тем больше степень несоответствия.

В предложенной методике исследования самооценки ее уровень и адекватность определяются как отношение между Я - идеальным и Я - реальным. Представления человека о самом себе, в основном, кажутся

достаточно убедительны вне зависимости от того, базируются они на объективном знании или на субъективном мнении, служат истинными или ложными. Зачастую качества, которые каждый приписывает себе, не всегда адекватны.

По мнению Б. С. Валкова [17], процесс самооценивания может происходить двумя путями:

- посредством сравнения уровней своих притязаний с объективными результатами деятельности;

- посредством сопоставления себя с иными лицами. Вне зависимости от того, лежат в основе самооценки собственные суждения человека о самом себе или интерпретации суждений иных лиц, самооценка всегда субъективна.

Показателями самооценки могут выступать адекватность и уровень.

Адекватность самооценивания отражает степень соответствия представлений человека о самом себе объективным основаниям этих представлений. Уровень самооценки отражает степень реальных и идеальных представлений о себе. Адекватная самооценка (с тенденцией к завышению) может приравниваться к позитивному отношению к себе, к самоуважению, ощущению собственной полноценности. Если же у человека самооценка на низком уровне (прослеживается тенденция к занижению), то, наоборот, может связываться с неблагоприятным отношением к себе, неприятием себя, ощущением неполноценности.

Итак, если уровень выраженности показателей самооценки от:

- 4-1,0 до + 0,85, то самооценка высокая неадекватная;

- + 0,84 до + 0,53 – самооценка высокая адекватная;

- + 0,52 до -0,1 - самооценка средняя адекватная;

- 0,09 до -0,32 - самооценка низкая адекватная;

- 0,33 до -1,0 - самооценка низкая неадекватная.

Проведем характеристику поведения личности в зависимости от ее самооценки [4]. Люди, имеющие завышенную самооценку, гипертрофированно оценивают качества и достоинства, устанавливают

наиболее высокие цели, чем реально достижимые, у таких лиц отмечается высокий уровень притязаний, не соответствующий их реальным возможностям. Здоровые качества личности: достоинство, гордость, самолюбие - перерождаются в высокомерие, тщеславие, эгоцентризм.

Неадекватная самооценка возможностей и завышенный уровень притязаний формируют чрезмерную самоуверенность. Развитие такой самоуверенности выступает как итог воспитания в семье и школе. Незаслуженные похвалы и поощрения формируют у данного лица сознание исключительности, искаженное представление о своих возможностях, способностях, субъективной оценки своей деятельности.

Самоуверенные люди не занимаются самоанализом. Для таких людей характерна не критичность мышления, недисциплинированность, отсутствие самоконтроля. Все это приводит к принятию неверных решений и реализации рисков. Последующая утрата чувства осторожности негативно воздействует на безопасность, надежность и результаты всей деятельности такого человека. Отсутствие или недостаток потребности в совершенствовании самого себя вызывает трудности включения их в ходе самовоспитания [1].

Люди, имеющие заниженную самооценку зачастую ставят перед собой наиболее низкие цели, чем реально достижимые, преувеличивают значение неудач. У человека с заниженной самооценкой - другая крайность, противоположная самоуверенности, - чрезмерная неуверенность в себе. Неуверенность, зачастую объективно необоснованна, служит устойчивым качеством личности и приводит к формированию у такого человека смирения, пассивности, «комплекса неполноценности». Это отражается и во внешнем виде человека: голова втянута в плечи, походка нерешительная, он хмур, неулыбчив. Окружающие иногда принимают такого человека за сердитого, злого, неконтактного и следствием этого становится изоляция от людей, одиночество.

Т. П. Абдулов [1] говорил, что развитию неуверенности в себе могут способствовать и некоторые субъективные факторы: тип высшей нервной деятельности, черты темперамента и т. д. .

Например, неуверенность выступает в качестве одной из характеристик тревожности. Преодоление неуверенности через процесс самовоспитания затруднено из-за неверия человека в свои возможности, перспективы и конечный результат.

В. А. Аверин [2] считал что, наиболее благоприятна адекватная самооценка, предполагающая равное признание человеком как своих достоинств, так и недостатков. В основе оптимальной самооценки, выражающейся через положительное свойство личности - уверенность, лежат необходимый опыт и соответствующие знания. Уверенность в себе позволяет человеку регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям. Уверенного человека отличают решительность, твердость, умение находить и принимать логические решения, последовательно их реализовывать.

Уверенный человек критически относится к допущенным ошибкам, анализируя их причины, с тем, чтобы не повторить их вновь. Отсюда вывод: надо стремиться развивать у себя адекватную самооценку на основе самопознания.

Познав и оценив себя, человек может более сознательно, а не стихийно управлять своим поведением и заниматься самовоспитанием.

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования

Целью констатирующего этапа исследования явилось выявление уровня агрессивности подростков и уровня их самооценки.

На первом этапе был проанализирован психологический климат в школе в процессе наблюдения.

Все обучающиеся готовы сотрудничать и помогать друг другу, как в процессе учебной деятельности, так и вне ее. У испытуемых, отмечается потребность в самоутверждении и самореализации, стремление выделиться. В классе присутствует соревновательный элемент между мальчиками, неактивных обучающихся стараются не вовлекать в какой-либо вид деятельности. Обучающиеся понимают и принимают статус «ученика» и в меньшей степени статус «учителя». Взаимоотношения с классным руководителем строятся на взаимном уважении и понимании. С учителями-предметниками у обучающихся складываются напряженные отношения, часто дети долго не могут «настроиться» на учебную деятельность в процессе урока. Обучающимся свойственен замедленный темп деятельности.

Дети подросткового возраста не всегда самокритичны в отношении своей деятельности и поведения, у большинства из них наблюдается завышенная самооценка. Каждому из обучающихся требуется дополнительное стимулирование и постоянный контроль со стороны взрослых

Межличностное общение выражается слабо, присутствует элемент нездоровой конкуренции – драки, оскорбления, желание занять лидирующую позицию. Творческая жизнь протекает насыщенно, обучающиеся стараются принимать активное участие в жизни школы - участие в соревнованиях, общешкольных праздниках и прочее.

Среди ведущих особенностей поведения испытуемых можно выделить разделение их на микрогруппы, наличие неформальных лидеров, настороженность при установлении первоначального контакта.

Приведем результаты исследования по опроснику уровня агрессивности Басса-Дарки (Приложение 4).

Как показывает представленный ниже рисунок 2, у большинства школьников уровень агрессивности в пределах нормы 26 человек или 52 %. Такая агрессия носит оборонительный характер и служит выживанию. Она также выступает источником активности подростка, его творческого потенциала и стремления к достижениям.

В то же время 32 % или 16 школьников имеют повышенный уровень агрессивности. Подростки с таким уровнем агрессии склонны к ее проявлению и возможно даже физическому. Данных подростков характеризует применение физической силы; способность к грубым шуткам; способность вступать в драку; раздражительность; на агрессию отвечать агрессией; нарушать установленные правила; вступать в спор; кричать в ответ на крик; повышать голоса в споре. Низким уровнем агрессии обладают 8 школьников (16 %). Для данных подростков характерен перенос агрессивного поведения на неживые предметы, животных и пр.

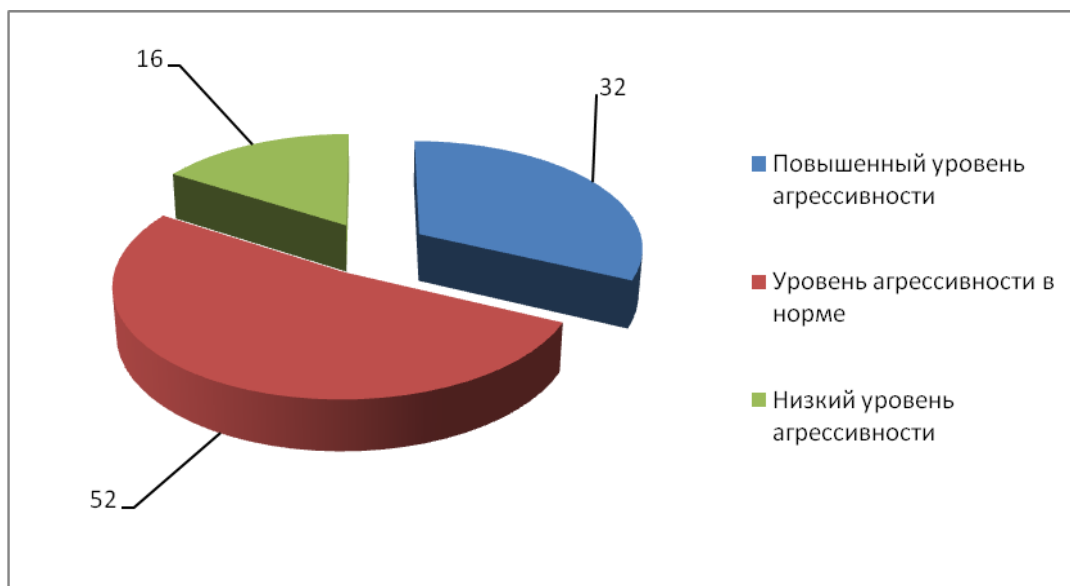


Рис. 1. Распределение подростков по уровням агрессивности (%)

Необходимо отметить, что с высоким и очень высоким уровнем агрессивности подростков выявлено не было.

По результатам анализа опросника Басса - Дарки можем отметить что, у большего числа испытуемых (90%) преобладает чувство вины и подозрительность, у 80% - вербальная агрессия и негативизм, у 70% - физическая агрессия, у 60% раздражение и обида и у 20% - косвенная агрессия (рис. 2).

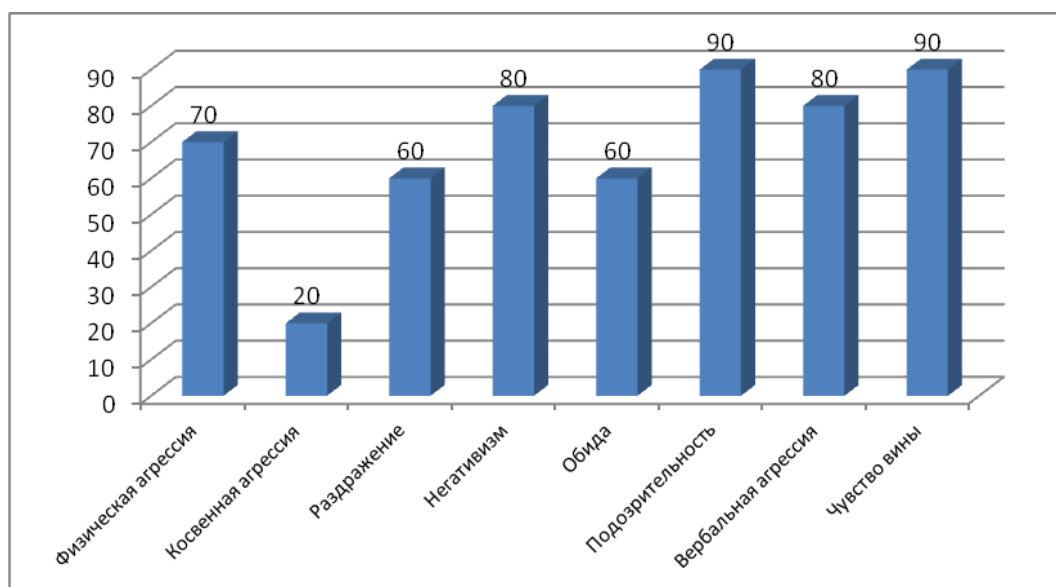


Рис. 2. Распределение подростков по преобладающим видам агрессии (%)

По результатам опросника Басса – Дарки соотносим уровни агрессии с формами агрессии (таблица 1).

Таблица 1

Распределение подростков в зависимости от соотношения уровня агрессии и проявления видов агрессии (%)

Уровень агрессивности Формы агрессии	Повышенный уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Физическая агрессия	38	10	22
Враждебность	40	14	16
Косвенная агрессия	6	4	10
Раздражение	24	28	24
Негативизм	32	22	26
Обида	20	10	30
Подозрительность	38	14	18
Вербальная агрессия	26	20	34
Чувство вины	20	20	50

По результатам анализа можем отметить что:

1) При повышенном уровне агрессии доминируют: физическая агрессия, враждебность, негативизм и подозрительность. Свои негативные чувства подростки данной группы чаще всего выражают через угрозы, крик, ссоры, проклятия. При общении с другим человеком они игнорируют его просьбы, вопросы, используют оскорбления, обвиняют и унижают собеседника. При этом подростки могут использовать ненормативную лексику, направленную на конкретного человека или группу, так и применить физическую силу против другого человека. Во взаимодействии с другими людьми подростки недоверчивы, осторожны, уверены, что окружающие намерены причинить им вред. Также подростки данной группы испытывают зависть или ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые свои страдания. Повышенные показатели физической и враждебной агрессии, а также подозрительности указывают на то, что данная группа подростков воспринимает окружающую ситуацию как враждебную и напряженную по отношению к себе и испытывает эмоциональное неблагополучие.

В целом, агрессивные проявления у подростков с повышенным уровнем агрессии можно характеризовать как неконструктивные.

2) При среднем уровне агрессии доминирует: раздражение, вербальная агрессия и чувство вины. Данные результаты свидетельствуют о том, что средне агрессивные подростки недоверчивы и осторожны по отношению к людям, в межличностном взаимодействии их реакции варьируются в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и причиняют им вред. Их агрессивное поведение, с одной стороны, можно охарактеризовать как вспыльчивое, резкое и грубое, но, с другой стороны, такое поведение может выступать как защитная реакция. При этом окружающую ситуацию средне агрессивные подростки воспринимают как благополучную по отношению к себе.

В целом, агрессивные проявления у подростков со средним уровнем агрессии можно характеризовать как конструктивные.

3). При низком уровне агрессии высокий показатель - чувство вины. Данные результаты говорят о том, что менее агрессивные подростки даже при возбуждении не готовы к открытому проявлению своей агрессии.

В целом, агрессивные проявления у подростков с низким уровнем агрессии можно характеризовать как не конструктивные.

4). У подростков с адекватной самооценкой преобладает средний уровень агрессии, следовательно, агрессивные проявления у подростков с адекватной самооценкой будут носить конструктивный характер.

5). У подростков с неадекватной самооценкой преобладают повышенный и низкий уровни агрессии, следовательно, агрессивные проявления у подростков с неадекватной самооценкой будут носить не конструктивный характер.

6). Коррекционная программа работы с подростками с неадекватной самооценкой должна включать упражнения для развития навыков конструктивного выражения агрессии.

Что касается враждебности, то у большинства подростков отмечается высокий уровень (40 человек или 80 %) (рис. 3). Это говорит о том, что реакция, развивающая негативные чувства и негативные оценки людей и событий (враждебность) у подростков была выявлена.

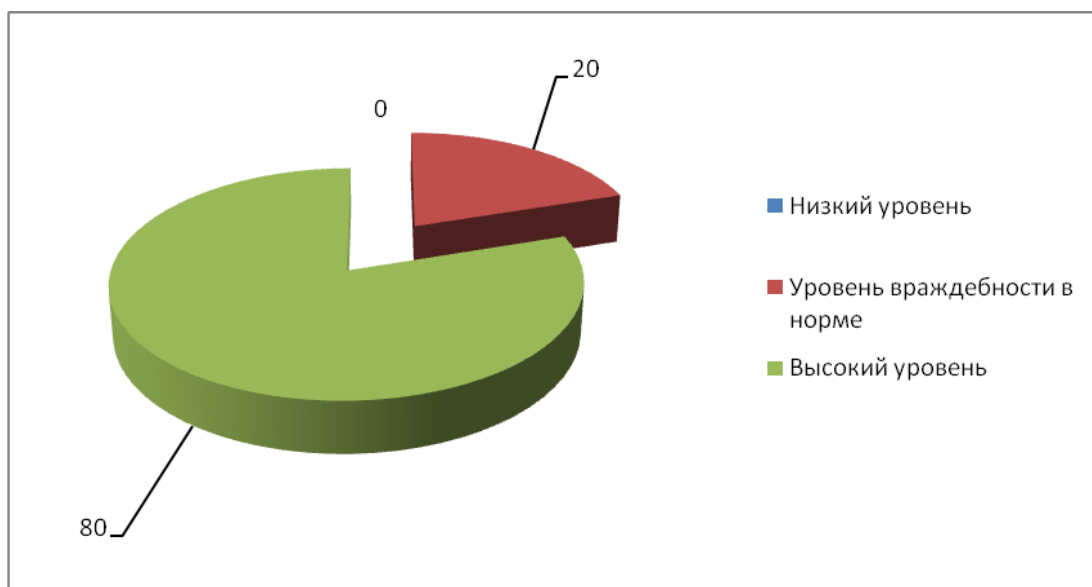


Рис.3. Распределение подростков по уровню враждебности (%)

2. Исследование самооценки личности по методике С.А. Будасси. Каждым опрашиваемым подростком был составлен протокол исследования, включающий в себя ранжирование положительных свойств личности, свойств личности, характерных для каждого опрашиваемого, а также определение коэффициента ранговой корреляции.

Расчитанные коэффициенты ранговой корреляции по каждому подростку представлены в Приложении 5. В представленном приложении указаны результаты количественного обследования самооценки испытуемых, а именно – коэффициент ранговой корреляции, позволяющий оценить степень их самооценки.

Представляем наглядно результаты исследования уровня самооценки школьников (рис. 4).

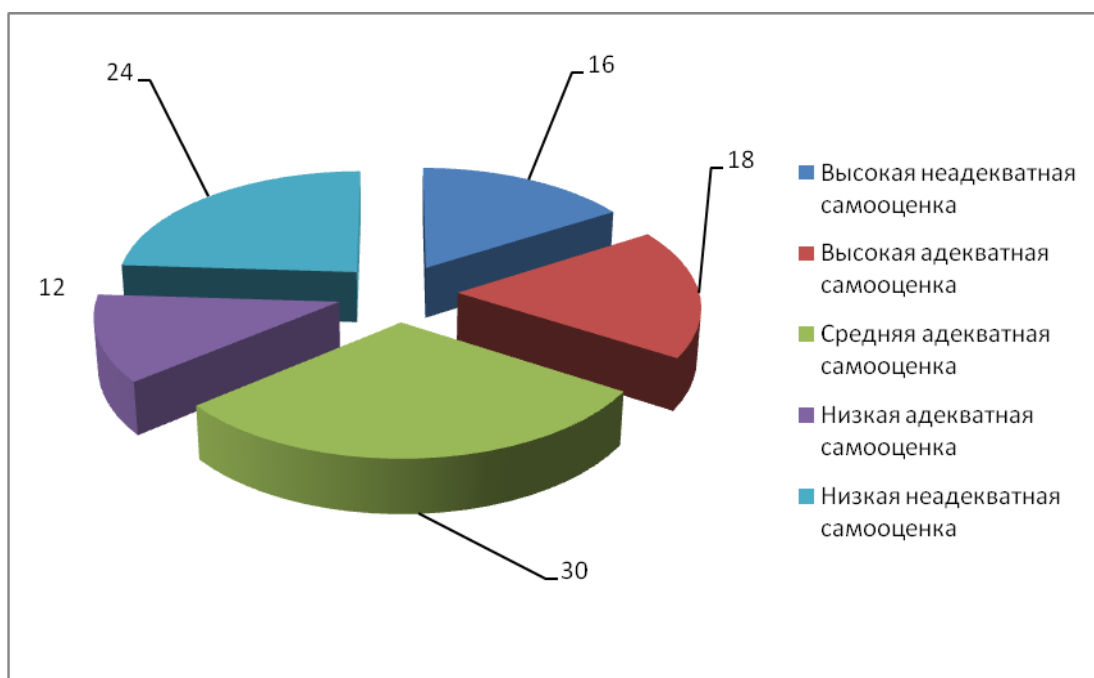


Рис.4. Распределение подростков по уровню самооценки (%)

По рисунку видно, что большинство подростков (30 %) имеют среднюю адекватную самооценку. Такие подростки реалистично оценивают собственную личность, качества, потенциал, способности, поступки.

Подростки активны, находчивы, бодры, с интересом и самостоятельно ищут ошибки в своих работах, выбирают задачи, соответствующие своим возможностям.

Подросток адекватно оценивает, как свои достоинства, так и недостатки. Такие школьники уверены в себе, решительны, умеют находить и принимать логические решения, анализирует причины ошибок.

Можно выделить ряд факторов, влияющих на выработку адекватного уровня самооценки: собственные мысли и структуру восприятия, реакцию окружающих, опыт коммуникативного взаимодействия в школе, в среде ровесников и семье, различные заболевания, физические дефекты, травмы, уровень культуры семьи, окружения и самого индивида, вероисповедание, социальные роли, профессиональную реализуемость и статус.

Адекватная самооценка дает ощущение внутренней гармонии и стабильности. Чувство уверенности позволяет выстраивать позитивные отношения с окружающими. Адекватная самооценка позволяет проявлять природные достоинств личности, при этом скрывая или компенсируя его недостатки.

В то же время, 24 % подростков или 12 человек имеют низкий неадекватный уровень самооценки. Данные школьники недооценивают своих возможностей, состояние подростков тревожное. Такие люди не уверены в себе, нерешительны, застенчивы, чрезмерно осторожны и особенно остро нуждаются в одобрении и поддержке окружающих. Школьники с заниженной самооценкой легко поддается влиянию других людей и необдуманно идет у них на поводу. Комплекс неполноценности побуждает их самоутверждаться любой ценой, поэтому такие подростки часто не разборчивы в средствах достижения целей.

Личность с заниженной самооценкой склонна заикливаться на своих неприятностях, раздувая их роль в своей жизни. Такие люди слишком требовательны к окружающим и к себе, чрезмерно самокритичны, замкнуты, завистливы, подозрительны, мстительны и жестоки.

Они часто мнят себя неудачниками и не замечают своих успехов, вследствие чего не могут правильно оценить свои лучшие качества. Заниженная самооценка, как правило, формируется в детском возрасте, но нередко может трансформироваться из адекватной вследствие регулярного сравнения с другими людьми. Нередко такой человек становится занудой, доводя окружающих мелочами, а также, вызывая конфликты.

9 человек или 18 % школьников имеют высокий адекватный уровень самооценки. Такие подростки отличаются активностью, стремлением к достижению успеха в учебной деятельности. Их характеризует максимальная самостоятельность.

Высокий неадекватный уровень самооценки характерен для 8 человек (16 %). Такие подростки переоценивают свои возможности, результаты учебной деятельности, личностные качества.

Подростки с данным уровнем самооценки считают, что они самые правильные и все должны с этим считаться. Отличительные черты такого человека: зазнайство, высокомерие, стремление к превосходству, агрессивность, грубость, неуживчивость, жесткость. Люди с завышенной самооценкой склонны переоценивать свое реальное Я и часто считают, что другие люди их просто недооценивают. Поэтому они относятся к окружающим высокомерно и надменно, а порой и агрессивно. Неадекватная самооценка таких людей требует признания их превосходства над остальными.

Представляем соотношение испытуемых школьников с разным уровнем самооценки с их агрессивностью (таблица 2).

Таблица 2

Соотношение уровня самооценки с их различными уровнями агрессивности (%)

Уровень самооценки \ Уровень агрессивности	Повышенный уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Средний адекватный	0	24	4
Высокий адекватный	0	12	6
Высокий неадекватный	14	0	0
Низкий адекватный	6	16	0
Низкий неадекватный	10	4	2

Из данной таблицы видно, что у большинства испытуемых подростков со средней адекватной самооценкой (24%) наблюдается средний (нормальный) уровень агрессивности. Это может означать, что подростки

уверены в себе, регулируют уровень притязаний и правильно оценивают собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям. Их отличает решительность, твердость, умение находить и принимать логические решения, последовательно их реализовывать. И только у 4% испытуемых подростков со средней адекватной самооценкой наблюдается низкий уровень агрессивности.

Из данной таблицы также видно, что у большинства испытуемых подростков с высокой адекватной самооценкой (12 %) наблюдается также средний (нормальный) уровень агрессивности, что также характеризует данных испытуемых, как подростков, которые уверены в своих силах, взвешивают каждое решение, контролируют свое поведение самостоятельно. У 6% испытуемых подростков с высокой адекватной самооценкой наблюдается низкий уровень агрессивности.

У большинства испытуемых подростков с высокой неадекватной самооценкой (14%) наблюдается повышенный уровень агрессивности, что также характеризует данных испытуемых, как чрезмерно самоуверенных в себе, вспыльчивых, не умеющих контролировать себя. Подростков со средним и низким уровнем агрессивности не наблюдается.

У большинства испытуемых подростков с низкой адекватной самооценкой (16%) наблюдается средний уровень агрессивности, а 6% испытуемых подростков с низкой адекватной самооценкой - соответствуют повышенному уровню агрессивности. Уровень зависимости самооценки от агрессивности подростков свидетельствует о том, что у испытуемых подростков с низкой адекватной самооценкой наблюдаются конфликтные ситуации из-за чрезмерной критичности этих подростков. Они очень требовательны к себе и еще более требовательны к другим, не прощают ни одного промаха или ошибки, склонны постоянно подчеркивать недостатки других. У таких подростков зачастую возникают напряженные отношения с одноклассниками и друзьями.

У большинства испытуемых подростков с низкой неадекватной самооценкой (10%) наблюдается повышенный уровень агрессивности, а 4% испытуемых подростков с низкой неадекватной самооценкой - соответствуют среднему уровню агрессивности. Для подростков с неадекватно заниженной самооценкой характерна боязнь какого-либо промаха, неудачи. Данные подростки пассивны, в то же время обладают повышенной агрессивностью, винят в своих неудачах педагогов.

Итак, как видно из описанных результатов исследования, у подростков с разной самооценкой выявлены разные уровни агрессивности.

Исходя из результатов проведенных исследований, хочется отметить, что в школе присутствуют дети с разным уровнем самооценки и разным уровнем агрессии. И все-таки больше учеников как с неадекватным уровнем самооценки, высоким уровнем враждебности и агрессии. Агрессивным поведением и предрасположенностью к завышенной самооценке обладает больше половины опрошенных школьников. Итак, необходимо выделять связь между уровнем агрессивности подростков и уровнем их самооценки.

Для нахождения взаимосвязи был выбран метод математической статистики коэффициентов корреляционного анализа Спирмена. Метод корреляционного анализа Спирмена применяется с целью изучить связность двух признаков. Устанавливается фактическая степень параллелизма между двумя равноколичественными рядами, их признаков и оценивается теснота установленной связи с помощью выражения количественного коэффициента [77].

Ранжирование показателей происходит отдельно по каждому признаку, для использования данного метода мы представляем уровень самооценки и агрессивности, из качественного показателя в количественный и используем следующие показатели: высокому неадекватному уровню самооценки присваивается 5 баллов, высокому адекватному уровню - 4 балла, среднему уровню - 3 балла, низкому адекватному - 2 балла и низкому неадекватному - 1 балл (показания относятся к признаку X). И, соответственно, очень

высокому уровню агрессивности присваивается 5 баллов, высокому уровню – 4 балла, повышенному уровню агрессивности – 3 балла, среднему уровню – 2 балла, низкому -1 балл (показания соответствуют признаку Y). Данные о переводе представлены в Приложении 5.

Для расчета критерия, за данные одной выборки мы принимаем баллы, полученные при оценке уровня самооценки, за данные второй выборки принимаем данные агрессивности, определенные нами в числовом значении.

По данным, представленным в Приложении 5, необходимо выполнить ранжирование данных признака X и Y. Результаты ранжирования и присвоения рангового числа каждому признаку приведены в Приложении 3.

Далее производим вычисления разности рангов ($d = X - Y$), с сохранением знака, возводим в квадрат разности рангов (d^2) и вычисляем сумму квадратов разности рангов ($\sum d^2$). Все вычисления были выполнены в соответствии с выше описанным алгоритмом Спирмена. Результаты вычислений представлены в Приложении 8.

На основании полученных данных проводим расчет коэффициента ранговой корреляции (r) по формуле:

$$r = 1 - \frac{6\sum d^2}{n(n^2 - 1)}, (2)$$

где - сумма квадратов разностей рангов, а - число парных наблюдений.

В нашем случае $\sum d^2 = 146$, , n=50

Произведем расчет:

$$r = 1 - \frac{6\sum 146}{50(50^2 - 1)} = 0,993.$$

Таким образом, по результатам вычисления выявляем связь между признаками X и Y. Согласно методике вычисления корреляции рангов Спирмена, коэффициент, имеющий положительный знак, обладает

положительной связью, и, наоборот, если знак отрицательный, то и связь отрицательна. Полученный нами коэффициент, имеет положительный знак, в соответствии с этим, делаем вывод о том, что связь между признаками X и Y, положительна. Представляем результаты корреляционного анализа связи уровня агрессивности и уровня самооценки испытуемых подростков (таблица 3).

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа связи уровня агрессивности и уровня самооценки испытуемых подростков

Уровень самооценки	Повышенный уровень агрессивности	Средний уровень агрессивности	Низкий уровень агрессивности
Средний адекватный	-0,37	+0,89*	-0,37
Высокий адекватный	-0,37	+0,58*	-0,35
Высокий неадекватный	+0,89*	-0,37	-0,35
Низкий адекватный	- 0,35	-0,35	+0,55*
Низкий неадекватный	+0,58*	-0,36	+0,57*

Примечание:* - Корреляция значима на уровне 0,05

В данной таблице представлены связи:

- 1) Высокий неадекватный и низкий неадекватный уровни самооценки связаны с повышенным уровнем агрессивности.
- 2) Средний адекватный, высокий адекватный уровни самооценки связаны со средним уровнем агрессивности.
- 3) Низкий адекватный и низкий неадекватный уровни самооценки связаны с низким уровнем агрессивности

Средний адекватный	Высокий адекватный	Высокий неадекватный	Низкий адекватный	Низкий неадекватный
--------------------	--------------------	----------------------	-------------------	---------------------

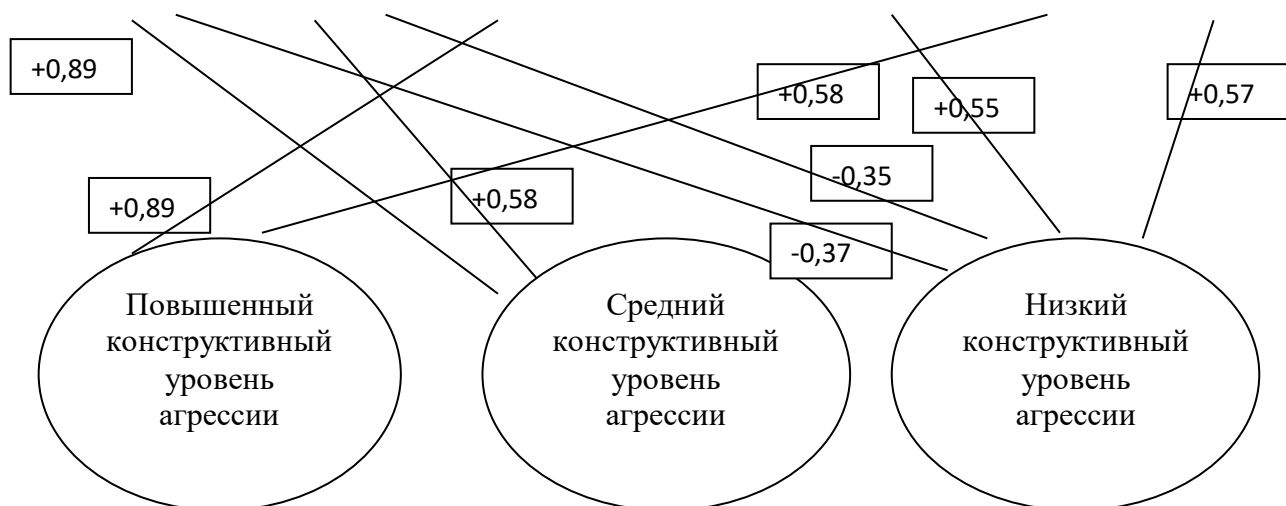


Рис.5. Корреляционные плеяды, отражающие связи адекватной и неадекватной самооценки с уровнями агрессивности у подростков

Проводя анализ расчетных данных, можно сделать вывод, что связь между уровнем самооценки и агрессивности выявлена положительная. Уровень агрессивности зависит от уровня самооценки, чем более неадекватен уровень самооценки (неадекватно занижен или неадекватно завышен), тем выше показатель уровня агрессивности.

В результате проведенного исследования связи агрессивности подростков с уровнем их самооценки мы пришли к следующим выводам:

1. 52 % подростков имеют средний (оптимальный) уровень агрессивности, т.е. агрессия у них носит оборонительный характер и служит выживанию. Она также выступает источником активности подростка, его творческого потенциала и стремления к достижениям.

2. 32 % подростков с повышенным уровнем агрессии. Данное свидетельствует от том, что подростки склонны к ее проявлению и возможно даже физическому. Данных подростков характеризует применение физической силы; способность к грубым шуткам; способность вступать в драку; раздражительность; на агрессию отвечать агрессией; нарушать

установленные правила; вступать в спор; кричать в ответ на крик; повышать голоса в споре.

3. 16 % подростков имеют низкий уровень агрессивности. Для данных подростков характерен перенос агрессивного поведения на неживые предметы, животных и пр.

4. При повышенном уровне агрессии доминируют: физическая агрессия, враждебность, негативизм и подозрительность и такие проявления агрессии можно характеризовать как не конструктивные.

5. При среднем уровне агрессии доминирует: раздражение, вербальная агрессия и чувство вины и такие проявления агрессии можно характеризовать как конструктивные.

6. При низком уровне агрессии высокий показатель - чувство вины и такие проявления агрессии можно характеризовать как не конструктивные.

7. У 30 % подростков средняя адекватная самооценка. Такие подростки реалистично оценивают собственную личность, качества, потенциал, способности, поступки.

8. 24 % подростков имеют низкий неадекватный уровень самооценки. Данные школьники недооценивают своих возможностей, состояние подростков тревожное. Такие люди не уверены в себе, нерешительны, застенчивы, чрезмерно осторожны и особенно остро нуждаются в одобрении и поддержке окружающих.

9. 18 % школьников имеют высокий адекватный уровень самооценки. Такие подростки отличаются активностью, стремлением к достижению успеха в учебной деятельности. Их характеризует максимальная самостоятельность.

10. 16 % подростков имеют высокий неадекватный уровень самооценки. Такие подростки переоценивают свои возможности, результаты учебной деятельности, личностные качества.

11. У подростков с адекватной самооценкой преобладает средний уровень агрессии, следовательно, агрессивные проявления у подростков с адекватной самооценкой будут носить конструктивный характер.

12. У подростков с неадекватной самооценкой преобладают повышенный и низкий уровни агрессии, следовательно, агрессивные проявления у подростков с неадекватной самооценкой будут носить не конструктивный характер.

13. Была выявлена значимая корреляционная связь между низкой неадекватной и высокой неадекватной самооценки с повышенным уровнем агрессивности подростков.

14. Подростки со средним адекватным уровнем самооценки не имеют значительной корреляционной связи с повышенным уровнем агрессивности.

11. Высокий адекватный уровень самооценки значимо связан со средним уровнем агрессивности подростков.

15. Коррекционная программа работы с подростками с неадекватной самооценкой должна включать упражнения для развития навыков конструктивного выражения агрессии.

2.3. Общая структура программы коррекции неадекватных форм самооценки у подростков

В результате экспериментального изучения взаимосвязи самооценки и уровня агрессивности у детей подросткового возраста МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной», было определено, что у большинства испытуемых преобладает неадекватно заниженная и неадекватно завышенная самооценка. Это может провоцировать возникновение негативных поведенческих реакций: конфликтность, агрессивность, повышенная

импульсивность, иждивенческая позиция, примитивизм мышления, преобладание защитных вдов реакции.

Коррекционная программа направлена на формирование адекватной самооценки у подростков, одного из самых важных качеств характера личности, необходимых для самоопределения, формирования воли и уверенности. Данная программа составлена на основе авторской программы Т. А. Григоренко [19].

Актуальность коррекционной программы заключается в том, что она призвана помочь педагогам в воспитании у подростков адекватной самооценки, во избегании появления завышенного самомнения или же заниженного отношения к самому себе.

Трезвая самооценка - одно из условий для развития личности, взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе и отношение к успехам и неудачам [19].

Цель программы: формирование адекватной самооценки у детей подросткового возраста.

Задачи:

1. Формирование умения оценивать возможности и результаты своей деятельности и деятельности других людей.
2. Самопознание - формирование «Я» - образа через получение знаний о себе - соотношение образа Я идеального и Я реального.
3. Развитие навыков конструктивного выражения агрессивности.

Принципы программы:

1. Принцип приоритетности интересов обучающегося определяет отношение работников организации, которые призваны оказывать каждому обучающемуся помощь в развитии с учетом его индивидуальных образовательных потребностей.
2. Принцип системности - обеспечивает единство всех элементов коррекционно-воспитательной работы: цели и задач, направлений

осуществления и содержания, форм, методов и приемов организации, взаимодействия участников.

3. Принцип непрерывности обеспечивает проведение коррекционной работы на всем протяжении обучения школьников с учетом изменений в их личности.

4. Принцип вариативности предполагает создание вариативных программ коррекционной работы с обучающимся с учетом их особых образовательных потребностей и возможностей психофизического развития.

5. Принцип единства психолого-педагогических и медицинских средств, обеспечивающий взаимодействие специалистов психологопедагогического и медицинского блока в деятельности по комплексному решению задач коррекционно-воспитательной работы.

6. Принцип сотрудничества с семьей основан на признании семьи как важного участника коррекционной работы, оказывающего существенное влияние на процесс развития ребенка и успешность его интеграции в общество.

Реализация программы происходит в течение учебного года. Встречи происходят один раз неделю. Количество занятий – 33. Длительность одного занятия составляет 40 минут. Форма работы – групповая.

Структура занятий: 1. Упражнение на приветствие – 3-5 минут. Цель: установление контакта между учащимися и психологом, создание атмосферы доверия, принятия друг друга.

2. Основной этап – 20-25 минут. Цель: проведение основных задач по теме занятия.

3. Подведение итогов – 5 минут. Цель: получение обратной связи от обучающихся. Ритуалы приветствия и прощания фиксированы. Основная часть, помимо коррекционных мероприятий, содержит элементы релаксации.

Применяемые методы и техники:

- беседа;
- проективные техники;

- анализ художественных произведений (литературы, сказок, мультфильмов)

- сюжетно-ролевые игры, игры-перевоплощения.

Тематический план занятий представлен в приложении 4.

В учебной деятельности важную роль составляет – рефлексия, это то, что направленно на формирование адекватной самооценки, учитывая то, что рефлексия настроения – это самооценка личности, и рефлексия деятельности – это самооценка деятельности. Для формирования адекватной самооценки, в структуре образования представлены следующие упражнения:

- «Светофор». Цветовые линии позволяют обучающемуся, пользоваться цветными карандашами и самостоятельно оценить, насколько он усвоил материал, может ли выполнить задание самостоятельно, уверенно ли чувствует себя при ответе на вопрос. Выбрав один цвет, он делает отметки на полях в своей тетради, рядом с домашней или классной работой: — красный цвет — это тревожный сигнал: «я этого не понимаю, мне трудно»; — желтый — сигнал бедствия: «я не разбираюсь в этом»; — зеленый — сигнал благополучия: «все понятно, я с этим справлюсь». Учитель, проверяя тетради обучающихся, видит, кто и в каком вопросе затрудняется и нуждается в помощи.

- «Радуга». Детям выдается карточка в виде круга, которая разделена на несколько частей. Задание, которое выполнено правильно, дети отмечают красным цветом, если допустили одну ошибку – зеленым цветом, 3 и более – желтым цветом;

- «Мы – вместе» «Оценочный лист». С помощью этого упражнения педагоги смогут развить умение обучающихся осуществлять самоконтроль и самооценку. В начале урока, детям выдается специальная карточка, в верхней строке которой указаны номера заданий. Во 2 строке – оценка обучающегося, выполненного задания, в 3 – оценка учителя. В данном упражнении ребенок подросткового возраста должен видеть, совпадает ли его результат с оценкой учителя.

- «Комплимент». Обучающиеся в конце урока, оценивают работу друг друга на уроке и благодарят учителя за проведенный урок. Таким образом, все получают удовлетворение от совместного времяпрепровождения, тем что, получают признание в личностной значимости;

- «Рефлексивный экран». Как правило, по окончанию урока подводятся его итоги, обсуждается то, что узнали, и то, как работали – то есть каждый обучающийся имеет возможность оценить свой вклад в достижение поставленных в начале урока целей, обучающиеся по кругу высказываются одним предложением, выбирая начало фразы из рефлексивного экрана на доске:

Сегодня я узнал...; Я попробую ...; Я научился ...; Я смог ...; Было интересно ...; Меня удивило ...; У меня получилось ...; Я понял, что ...; Было трудно ...; Теперь я могу ...; Я выполнял задания ...; Я почувствовал, что

Такие упражнения помогут обучающимся анализировать свои действия, и видеть себя со стороны.

Во внеучебной деятельности, педагогами могут использоваться групповые задания, которые предполагают отсутствие лидерской позиции у обучающихся [7, с. 41]:

- «Наш коллаж». Создание совместного коллажа, на заранее определенную педагогом тему. Обучающиеся подготавливают необходимые материалы и взаимодействуют друг с другом сообща, работая коллективно над общим творческим заданием. Роли у всех обучающихся одинаковые, без выявленного лидера.

- «Язык телодвижений». Участники садятся в круг, лицом друг к другу. Данный круг превращается в замкнутый «мир», в котором ответы на вопросы демонстрируются жестами. Преподаватель задает вопрос, желательно направленный на эмоциональный показатель. После чего жестом, указывающим на ребенка, просит продемонстрировать ответ, не произнося

ни слова. Можно вводить не только жесты руками, а задействовать все конечности ребенка.

- «Коллективное письмо». Группа обучающихся садится в круг, в неформальной обстановке. Каждый участник пишет в нижней части листа с обеих сторон свое имя и передает листок тому кто справа. Так, каждый по очереди, пишет свое сообщение тому лицу, чье имя стоит внизу. Сообщения могут быть разнонаправленными. Листки обходят весь круг и возвращаются к его владельцу. Далее, желающие могут высказать свои впечатления.

Таким образом, данные упражнения, в конечном результате, способствуют развитию рефлексивной способности оценивать себя.

От способности обучающегося к самоанализу и самооценке зависит успешность его обучения, требовательность к своей учебной деятельности и адекватная реакция на оценку его деятельности учителем.

Планируемые результаты от реализации коррекционной программы:

1. Ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
2. Способность к самоанализу окружающих;
3. Умение воспринимать критику в свой адрес со стороны;
4. Адекватная оценка своих действий и поступков.
5. Развивать дальнейшее самораскрытие, самопознание, самооценивание;
6. Умение анализировать и определять психологические характеристики, свои и окружающих людей.
7. Развитие самоконтроля;
8. Умение уважать себя и приминать себя;
9. Способность осознать и переживать уважение со стороны;
10. Навыки уверенной работы в социуме;
11. Знание норм поведения в обществе.

Во взаимодействии с родителями рекомендуется проводить следующие занятия:

- «Имя». Можно попросить ребенка подросткового возраста, придумать самому себе новое имя. Задать наводящие вопросы и постараться выявить, почему ему нравится или не нравится его настоящее имя, почему бы он хотел, его поменять. Эта игра может дать дополнительную информацию о самооценке ребенка подросткового возраста, так как часто отказ от своего имени означает, что ребенок недоволен собой или хочет быть лучше, кем он есть сейчас.

- «Проигрывание ситуаций». Ребенку подросткового возраста предлагаются ситуации, в которых он должен изобразить самого себя. Ситуации могут быть как из жизни ребенка, так и придуманные. Ребенок находится в главной роли, а родители или остальные дети находятся на вторых ролях. Рассмотрим примеры ситуаций:

1. Ты участвовал в соревновании и занял первое место, а твой друг был почти последним. Он очень расстроился, помоги ему успокоиться;

2. Папа принес 3 яблока, тебе и сестре/ брату, как ты поделишь их и почему?

3. Твои одноклассники играют в интересную игру, а ты опоздал, игра уже началась. Попроси, чтобы тебя приняли в игру. Что будешь делать, если дети не захотят принимать тебя? Данная игра поможет ребенку освоить эффективные способы коммуникации и использовать их в реальной жизни.

- «Зеркало». В эту игру можно играть как вдвоем с ребенком так и с несколькими детьми. Ребенок стоит напротив в «Зеркала», которое отображает все его движения, жесты, мимику. «Зеркалом» может быть родитель или другой ребенок. Можно изображать не себя, а кого-нибудь другого, задача «Зеркала», отгадать, кого изображало «отражение» и потом поменяться ролями. Игра помогает ребенку раскрыться, почувствовать себя более раскованно.

Эффективность представленной программы можно проверить путем повторной диагностики обучающихся после ее повторной реализации.

Представим результаты повторной диагностики детей, при констатирующем этапе исследования имеющих высокий уровень агрессивности и враждебности, а также неадекватно завышенной и неадекватно заниженной самооценкой.

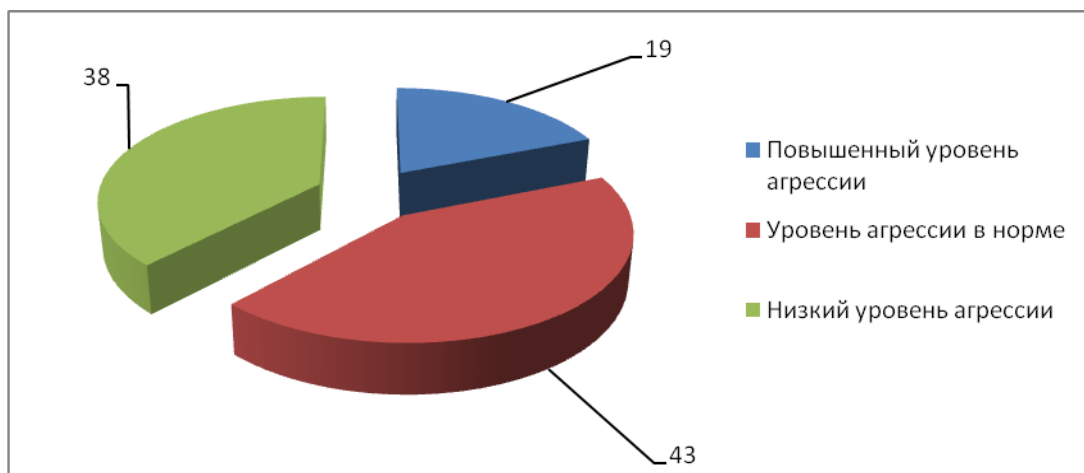


Рис. 1. Распределение подростков по уровням агрессии после коррекционной и развивающей работы (%)

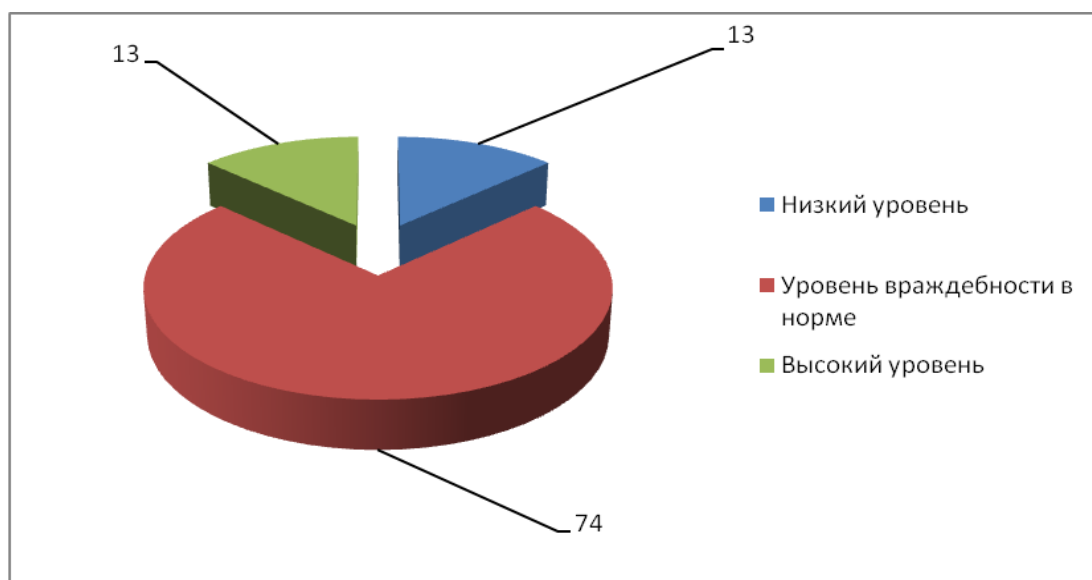


Рис. 2. Распределение подростков по уровням враждебности после коррекционной и развивающей работы (%)

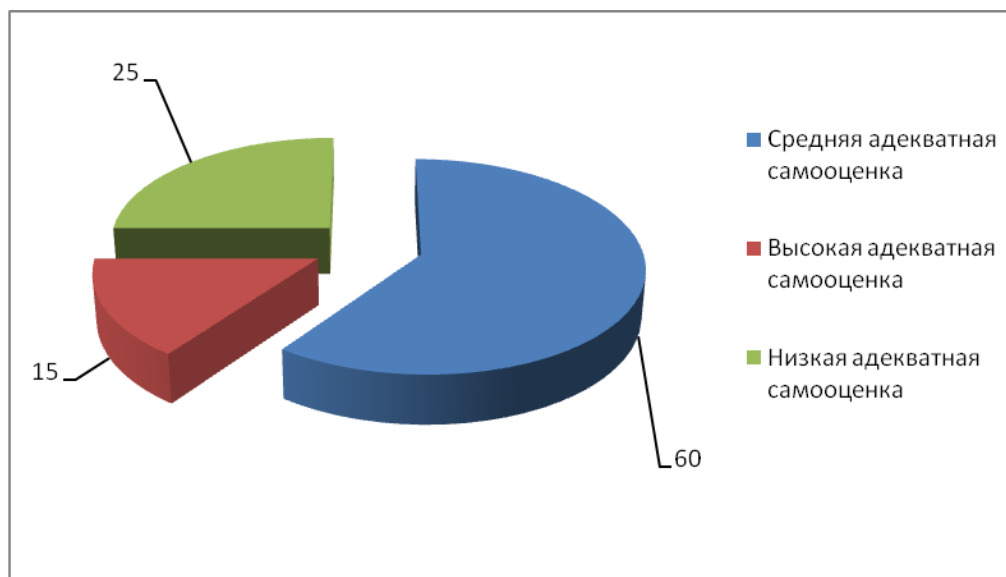


Рис.3. Распределение подростков по уровням самооценки после коррекционной и развивающей работы (%)

В результате проведенного исследования связи агрессивности подростков с уровнем их самооценки мы пришли к следующим выводам:

1. 43 % подростков имеют средний (оптимальный) уровень агрессивности, т.е. агрессия у них носит оборонительный характер и служит выживанию. Она также выступает источником активности подростка, его творческого потенциала и стремления к достижениям.

2. 19 % подростков с повышенным уровнем агрессии. Данное свидетельствует от том, что подростки склонны к ее проявлению и возможно даже физическому. Данных подростков характеризует применение физической силы; способность к грубым шуткам; способность вступать в драку; раздражительность; на агрессию отвечать агрессией; нарушать установленные правила; вступать в спор; кричать в ответ на крик; повышать голоса в споре.

3. 38 % подростков имеют низкий уровень агрессивности. Для данных подростков характерен перенос агрессивного поведения на неживые предметы, животных и пр.

4. У 60 % подростков средняя адекватная самооценка. Такие подростки реалистично оценивают собственную личность, качества, потенциал, способности, поступки.

5. 25 % подростков имеют низкий неадекватный уровень самооценки. Данные школьники недооценивают своих возможностей, состояние подростков тревожное. Такие люди не уверены в себе, нерешительны, застенчивы, чрезмерно осторожны и особенно остро нуждаются в одобрении и поддержке окружающих.

6. 15 % школьников имеют высокий адекватный уровень самооценки. Такие подростки отличаются активностью, стремлением к достижению успеха в учебной деятельности. Их характеризует максимальная самостоятельность.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа связи уровня агрессивности и уровня самооценки испытуемых подростков (посткоррекционная работа)

Уровень самооценки	Повышенный уровень агрессивности	Средний уровень агрессивности	Низкий уровень агрессивности
Средний адекватный	-0,24	+0,75*	-0,38
Высокий адекватный	-0,38	+0,63*	-0,36
Низкий адекватный	- 0,34	-0,35	+0,59*

Примечание:* - Корреляция значима на уровне 0,05.

Из данной таблицы видно, что:

- 1) значимая корреляционная связь обнаружена между средней адекватной самооценкой и средним уровнем агрессивности.
- 2) Значимая корреляционная связь обнаружена между высокой адекватной самооценкой и средним уровнем агрессивности.

3) Значимая корреляционная связь обнаружена между низкой адекватной самооценкой и низким уровнем агрессивности.

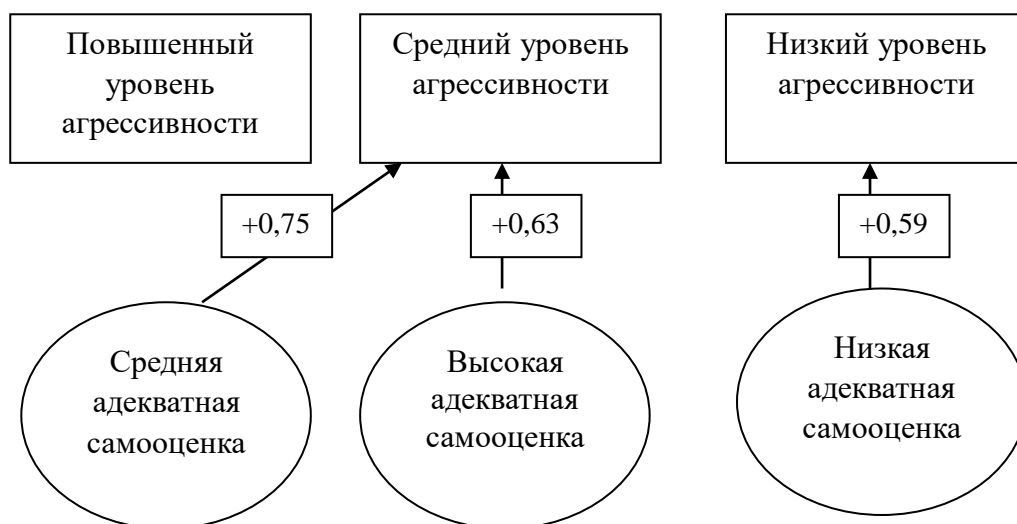


Рис.9. Посткорреляционные плеяды, отражающие связь самооценки с уровнями агрессивности у подростков

В результате проведенного посткоррекционного исследования можно утверждать, что выявлена связь адекватной формы самооценки (высокий и средний уровни) со средним уровнем агрессивности и адекватной формы самооценки (низкий уровень) с низким уровнем агрессивности подростков.

Таким образом, разработанная нами программа, направленная на коррекцию неадекватных форм самооценки подростков, позволит снизить высокий уровень агрессивности. Совместное участие педагогов, подростков и их родителей поспособствует более эффективному проведению коррекционной работы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенного исследования связи агрессивности у подростков с их уровнем самооценки мы пришли к следующим выводам:

Во-первых, тип агрессивного поведения во многом определяется возрастными характеристиками человека. Каждая возрастная группа имеет определенную ситуацию развития и предъявляет особые требования к человеку. Адаптация к возрастным требованиям часто связана с различными проявлениями агрессивного поведения. Половое созревание является одним из самых сложных этапов развития человека. Несмотря на сравнительно небольшую продолжительность (от 14 до 18 лет), этот период определяет практически всю будущую жизнь человека. В подростковом возрасте преимущественно формируются характерные и другие личностные основы. Эти обстоятельства: переход от взрослой жизни к взрослой жизни к самостоятельной занятости, замена обычного образования другими видами социальной активности и насильственные гормональные изменения в организме делают подростка особенно уязвимым и уязвимым к негативным воздействиям окружающей среды.

Во-вторых, характерным признаком подросткового возраста является фундаментальное изменение в сфере самосознания, которое важно для всего последующего развития и обучения молодого человека как личности. За это время сознание, пройдя через множество объектов взаимоотношений, само становится объектом самосознания, дополняя структуру персонажа, обеспечивая его целостность и способствуя формированию и стабилизации личности. В подростковом возрасте активно формируется самосознание, развивается самостоятельная система стандартов самооценки и самооценки.

Выраженность агрессивных реакций коррелирует с чувством собственного достоинства у подростков. Общей тенденцией здесь является наличие прямой связи: чем выше самооценка, тем выше показатели общей агрессии и ее различных составляющих. Такие отношения характерны как

для инструментальной агрессии, так и для другой формы агрессии - враждебности.

В-третьих, эмпирическое исследование, направленное на выявлении агрессивности у подростков с разным уровнем самооценки, было проведено на базе МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной».

В исследовании приняло участие 50 подростков в возрасте от 12-16 лет, из них 31 девочка и 19 мальчиков.

Цель констатирующего этапа исследования - изучение уровня агрессивности подростков, уровня их самооценки, а также взаимосвязи самооценки и агрессивного поведения подростков.

В основу проведения исследования были положены следующие методики: опросник уровня агрессивности Басса-Дарки, исследование самооценки личности С.А. Будасси. Математическая обработка данных проводилась посредством коэффициента ранговой корреляции r-Спирмена.

Как показал анализ психологического микроклимата в школе в процессе наблюдения, все обучающиеся готовы сотрудничать и помогать друг другу, как в процессе учебной деятельности, так и вне ее. У испытуемых, отмечается потребность в самоутверждении и самореализации, стремление выделиться. В классе присутствует соревновательный элемент между мальчиками, неактивных обучающихся стараются не вовлекать в какой-либо вид деятельности. Дети подросткового возраста не всегда самокритичны в отношении своей деятельности и поведения, у большинства из них наблюдается завышенная самооценка. Каждому из обучающихся требуется дополнительное стимулирование и постоянный контроль со стороны взрослых

Межличностное общение выражается слабо, присутствует элемент нездоровой конкуренции – драки, оскорбления, желание занять лидирующую позицию. Творческая жизнь протекает насыщенно, обучающиеся стараются принимать активное участие в жизни школы - участие в соревнованиях, общешкольных праздниках и прочее.

Среди ведущих особенностей поведения испытуемых можно выделить разделение их на микрогруппы, наличие неформальных лидеров, настороженность при установлении первоначального контакта.

Эмпирическое исследование агрессивности у подростков с разным уровнем самооценки включало в себя три этапа: разработка методики исследования агрессивности и уровня самооценки у подростков; проведение констатирующего этапа эксперимента, а также количественного и качественного анализа результатов исследования; разработка программы коррекции для подростков с неадекватными формами самооценки.

Исходя из результатов проведенных исследований, хочется отметить, что в школе присутствуют дети с разным уровнем самооценки и разным уровнем агрессии. И все-таки больше учеников как с неадекватным уровнем самооценки, высоким уровнем враждебности и агрессии. Подростков с повышенным уровнем агрессивности характеризует применение физической силы; способность к грубым шуткам; способность вступать в драку; раздражительность; на агрессию отвечать агрессией; нарушать установленные правила; вступать в спор; кричать в ответ на крик; повышать голоса в споре.

Школьники с низким неадекватным уровнем самооценки недооценивают своих возможностей, состояние подростков тревожное. Такие люди не уверены в себе, нерешительны, застенчивы, чрезмерно осторожны и особенно остро нуждаются в одобрении и поддержке окружающих. Школьники с заниженной самооценкой легко поддается влиянию других людей и необдуманно идет у них на поводу. Комплекс неполноценности побуждает их самоутверждаться любой ценой, поэтому такие подростки часто не разборчивы в средствах достижения целей.

Подростки с высоким неадекватным уровнем самооценки переоценивают свои возможности, результаты учебной деятельности, личностные качества.

В-четвертых, для нахождения взаимосвязи был выбран метод математической статистики коэффициентов корреляционного анализа Спирмена. Метод корреляционного анализа Спирмена применяется с целью изучить связность двух признаков.

Проводя анализ расчетных данных, можно сделать вывод, что взаимосвязь между уровнем самооценки и агрессивности выявлена положительная. Уровень агрессивности зависит от уровня самооценки, чем более неадекватен уровень самооценки (неадекватно занижен или неадекватно завышен), тем выше показатель уровня агрессивности.

В результате проведенного исследования связи агрессивности подростков с уровнем их самооценки мы пришли к следующим выводам:

7. 52 % подростков имеют средний (оптимальный) уровень агрессивности, т.е. агрессия у них носит оборонительный характер и служит выживанию. Она также выступает источником активности подростка, его творческого потенциала и стремления к достижениям.

8. 32 % подростков с повышенным уровнем агрессии. Данное свидетельствует от том, что подростки склонны к ее проявлению и возможно даже физическому. Данных подростков характеризует применение физической силы; способность к грубым шуткам; способность вступать в драку; раздражительность; на агрессию отвечать агрессией; нарушать установленные правила; вступать в спор; кричать в ответ на крик; повышать голоса в споре.

9. 16 % подростков имеют низкий уровень агрессивности. Для данных подростков характерен перенос агрессивного поведения на неживые предметы, животных и пр.

10. У 30 % подростков средняя адекватная самооценка. Такие подростки реалистично оценивают собственную личность, качества, потенциал, способности, поступки.

11. 24 % подростков имеют низкий неадекватный уровень самооценки. Данные школьники недооценивают своих возможностей,

состояние подростков тревожное. Такие люди не уверены в себе, нерешительны, застенчивы, чрезмерно осторожны и особенно остро нуждаются в одобрении и поддержке окружающих.

12. 18 % школьников имеют высокий адекватный уровень самооценки. Такие подростки отличаются активностью, стремлением к достижению успеха в учебной деятельности. Их характеризует максимальная самостоятельность.

13. 16 % подростков имеют высокий неадекватный уровень самооценки. Такие подростки переоценивают свои возможности, результаты учебной деятельности, личностные качества.

14. Была выявлена значимая корреляционная связь между низкой неадекватной и высокой неадекватной самооценки с повышенным уровнем агрессивности подростков.

15. Подростки со средним адекватным уровнем самооценки не имеют значительной корреляционной связи с повышенным уровнем агрессивности.

11. Высокий адекватный уровень самооценки значимо связан со средним уровнем агрессивности подростков.

В-пятых, в результате экспериментального изучения взаимосвязи самооценки и уровня агрессивности у детей подросткового возраста МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной», было определено, что у большинства испытуемых преобладает неадекватно заниженная и неадекватно завышенная самооценка. Это может провоцировать возникновение негативных поведенческих реакций: конфликтность, агрессивность, повышенная импульсивность, иждивенческая позиция, примитивизм мышления, преобладание защитных вдов реакции.

Цель программы: формирование адекватной самооценки у детей подросткового возраста. Реализация программы происходит в течение учебного года. Встречи происходят один раз неделю. Количество занятий –

33. Длительность одного занятия составляет 40 минут. Форма работы – групповая.

Данная программа включает в себя такие методы и техники, как беседа, проективные техники, анализ художественных произведений, сюжетно-ролевые игры, игры-перевоплощения. Также был разработан тематический план коррекционной программы по формированию адекватной самооценки у детей подросткового возраста.

Таким образом, уровень агрессивности зависит от уровня самооценки, чем более неадекватен уровень самооценки (неадекватно занижен или неадекватно завышен), тем выше показатель уровня агрессивности. Разработанная программа, направленная на коррекцию подростков с неадекватными формами самооценки, позволит решить данную проблему. Только совместное участие педагогов, подростков и их родителей поспособствует более эффективному проведению коррекционной работы.

Итак, гипотеза исследования подтвердилась:

Адекватная самооценка является условием снижения агрессивности подростков и специально разработанная коррекционная программа, направленная на формирование адекватной самооценки у подростков, способствовала:

1. формированию умения оценивать возможности и результаты своей деятельности и деятельности других людей;
2. развитию самопознания – формирования «Я» - образа через получение знаний о себе – соотношении образа Я идеального и Я реального;
3. развитие конструктивного выражения агрессии.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авдулова, Т.П. Агрессивный подросток /Т. П. Авдулова. – М.: Академия. 2016. – 128 с.
2. Аверин, В. А. Психология детей и подростков /В. А. Аверин. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., – 2018. – 121 с.
3. Агрессивность у подростков. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.yburlan.ru/biblioteka/agressivnost-podrostkov> (дата обращения: 15.12.2018)
4. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2017. – 288 с.
5. Асмолов, А.Г. Психология личности / А. Г. Асмолов. - М.: Изд-во МГУ, 2011. - 87 с.
6. Белла, К. Л. Проективная психология /К. Л. Белла, Л.Э. Абт, Г.У. Оллпорт. – М., 2000. – 528 с
7. Бержере, Ж. Психоаналитическая патопсихология /Ж.Бержере. – М.: Издательство МГУ, 2001. – 400 с.
8. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. – М.: Высшая школа психологии, 2011. – 163 с.
9. Бисалиев, Р.В. Психологические аспекты агрессии и агрессивного поведения: современное состояние проблемы / Р.В. Бисалиев, А.С. Кубекова, Т.Т Сарафрази // Современные проблемы науки и образования .– 2014. – № 2.
10. Бодалев, А.А. Личность и общение / А.А. Бодалев. – М.: Эксмо, 2006. – 689 с.
11. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте /Л. И. Божович.– М: Просвещение, 1968 – 464 с.
12. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности [Текст]: / Л. И. Божович. – М.: Просвещение, 2015. – 352 с.
13. Болотова, А. К. Развитие самосознания личности: временный аспект / А.К. Болотова // Вопросы психологии. – 2006. — №2. – С. 116-125.

14. Бороздина, Л. В. Сущность самооценки и её отношение с Я-концепцией [Текст] : / Л. В. Бороздина // Вестник Московского Университета СЕР. –2017. – № 1. – С.54–65.
15. Бурлачук, Л. Ф. Психодиагностика: Учебник для вузов /Л. Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2006. – 351 с.
16. Бэрн, Р. Агрессия [Текст]: / Р. Бэрн, Д. Ричардсон. – СПб. – 2015. – 344 с.
17. Волков, Б.С. Психология подростка / С.Б. Волков. - М., 2001.- 160с.
18. Глоссарий. Психологический словарь [Электронный ресурс] <http://www.psychologies.ru/>(дата обращения:27.12.2018)
19. Григоренко, Т.А. Коррекционная программа в школе /Т. А. Григоренко. – М.: Феникс. 2015. – 157 с.
20. Давыдов, В. В. Возрастная и педагогическая психология [Текст] : учебник для студентов пед. Институтов / Т. В. Драгунова, Л. Б. Ительсон, А. В. Петровский. – М.: Просвещение, 2015. – 288с.
21. Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) / Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. Дерманова И.Б. – СПб., 2015. - С. 80-84.
22. Долгова, В. И. Коррекционная программа /В.И. Долгова. – Челябинск: ГОУ ВПО «ЧГПУ»; М.: МГОУ, 2016. – 308 с.
23. Долгова. В. И. Коррекционно-развивающая работа с подростками, оставшихся без попечения родителей (монография) /В. И.Долгова. - Челябинск: Изд-во «АТОКСО», 2010. – 124с.
24. Долгова, В. И. Волонтеру-консультанту антинаркотических программ: монография / В. И. Долгов, П. Т. Долгов, Я. В. Латышин. – Челябинск: ГОУ ВПО «ЧГПУ»; М.: МГОУ, 2005. – 308 с.
25. Долгова, В. И. Психологические особенности агрессивного поведения подростков / В. И. Долгова, Л. В. Иванова, А. И. Банщикова //

Научно методический электронный журнал «Концепт»
.- 2015. – № 31. – С. 11–15.

26. Долгова, В.И. Агрессия и преступность. Профилактика противоправного поведения подростков /В.И. Долгов. – Уфа: изд-во «Здравоохранение Башкортостана», 2015. – 108 с.

27. Долгова, В.И. Психолого – педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец. - Челябинск: АТОСКО, 2010. – 110 с.

28. Долгова, В.И. Я-концепция одаренных старшеклассников (монография) / В.И. Долгова, И.П. Ордина. – М., 2015. – 155 с.

29. Долгова, В.И. Наркотики, агрессия и преступность. Профилактика противоправного поведения подростков / В.И. Долгова, Р.Д.Дорофеева, В.Л. Юлдашев, Р.М. Масагутов, Э.З. Кадырова. – Уфа: изд-во «Здравоохранение Башкортостана», 2005. – 108 с.

30. Дубинко, Н.А. К проблеме условий и движущих факторов агрессии /Н. А. Дубинко // Социально-педагогическая работа. – М.: – 2017. – №4. – С. 85-92.

31. Емельянова, О.Ю. Психология самооценки / О.Ю. Емельянова. – М.: Аорта, 2008. – 42 с.

32. Ениколопов, С.Н. Понятие агрессии в современной психологии / С. Н. Ениколопов // Прикладная психология. - 2017. - №2. – С. 12-16.

33. Ениколопов, С.Н. Изучение взаимосвязи легитимизации насилия и склонности к агрессивным формам поведения/ С. Н. Енколопов // Психологическая наука и образование. -2017. - №1.- С. 24-27.

34. Ениколопов, С.Н., Агрессия в обыденной жизни / С. Н. Ениколопов. – М.: Издательство: Российская политическая энциклопедия, 2014 - 496 с.

35. Жагарина, М.А. Психологические особенности детей младшего школьного и младшего подросткового возраста /М.А. Жагарина// Издательский дом «Первое сентября» – 2016. - № 4. – С. 10-13.

36. Жигинас, Н. В. Девиантное поведение подростков как искажение нравственного воспитания / Н. В. Жигинас, Н. А. Зверева, Е. В. Гребенникова // Вестник ТГПУ. 2014. №1 (142).

37. Жуйкова, И. В. Семейное воспитание как фактор агрессивности подростков / И. В. Жуйкова// Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2015. №1.

38. Зеленский В.В. Аналитическая психология /В.В. Зеленский. – Спб.: Алетейя, 2006. – 324 с.

39. Ивашиненко, Д.М. Психологические факторы развития агрессивного поведения в молодёжной среде Д. М. Ивашиненко// Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. 2016. №2.

40. Казанская, В.Г. Подросток. Трудности взросления: книга для психологов, педагогов, родителей / В. Г. Казанская. – СПб: Питер. 2016. – 240 с.

41. Катрин, А. Психология нарциссической личности. Внутренний ребенок и самооценка / А. Катрин. - М.: Книжный дом "Университет" (КДУ), 2013. - 825 с.

42. Ковалевский, В. Оптимальная модель мышления и логика объективной самооценки / В. Ковалевский. - М.: Ленанд, 2013. - 146 с.

43. Козлов, А. Как повысить самооценку. Способы воспитания здорового эгоизма / А. Козлов. - М.: Речь, 2017. - 176 с.

44. Коннор, Д. Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков. Исследования и терапевтические стратегии / Д. Коннор. - СПб. – М., 2015.- 333 с.

45. Коэффициент корреляции r - Спирмена. Режим доступа: <https://statpsy.ru/correlation/tablica-correlations/#more-981> (дата обращения: 11.12.2018)

46. Кравченко, А. И. Родителям о подростках (и подростком о родителях) [Текст] : / А. И. Кравченко. – М. – 2016. –178 с.

47. Кребс, А.Э. Самооценка подростков и агрессивность. Особенности самооценки нарциссической личности / А. Э. Кребс// Научный форум: Педагогика и психология: сб. ст. по материалам VIII междунар. науч.-практ. конф. — № 6(8). — М., Изд. «МЦНО», 2017. — С. 116-120.
48. Леонгард, К. Акцентуированные личности / К. Леонгард. - Ростов н/Д: Феникс, 2000. -544 с.
49. Лоренц, К. З. Агрессия[Текст] : / К.З. Лоренц, – М. – 2008. – 141 с.
50. Малиновский, И. Н. Формирование самооценки подростка [Текст] : / И. Н. Малиновский. – М. – 2014. – 262 с.
51. Можгинский, Ю.Б. Агрессивность детей и подростков /Ю.Б. Можгинский. – М.: Когито. 2016. – 265 с.
52. Мозг и потребности [Электронный ресурс] <https://psychologytoday.ru>. (дата обращения:27.12.2018)
53. Мудрик, А.В. Социальная педагогика: Учеб. для студ. пед. вузов / Под ред.В.А. Сластенина. – М.: Издательский центр «Академия». – 2016. – 184 с.
54. Накорякова, Н.Ю. Влияние полной и неполной семьи на уровень физической агрессивности, эмпатии и успеваемости подростков / Н.Ю. Накорякова, С.Ю. Жукова // Инновационная наука. 2016. №3-3 (15).
55. Наумова, Е.С. Агрессия, ее причины и последствия//Социальная сеть работников образования. [Электронный ресурс] <http://nsportal.ru/shkola/rabota-s-roditelyami/library/agressiya-ee-prichiny-i-posledsviya> (дата обращения 13.12.2018).
56. Николаева, Е. И. Особенности агрессивности и тревожности у подростков, проживающих в городах с разной численностью населения / Е. И. Николаева, Ю. А. Куторкина // Здоровье и образование в XXI веке. 2016. №7.
57. Новиченкова, Е.Ю. Кризисы детского возраста. Формируем здоровую самооценку / Е.Ю. Новиченкова. - М.: Феникс, 2015. - 449 с.

58. Официальный сайт МОУ «Красненская СОШ имени М.И. Светличной» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://shkolakrasnoe.ru/> (дата обращения: 10.12.2018)

59. Палицкая, А. С. Влияние акцентуации характера на аддиктивное поведение подростков / А. С. Палицкая // Символ науки. 2016. №2-3.

60. Пикина, А. Коррекция агрессивного поведения у детей /А. Пикина// Персональный сайт Пикиной Анастасии. [Электронный ресурс]. <http://socpedagoganastasiya.blogspot.ru/2011/03/blog-post.html> (дата обращения: 13.12.2018).

61. Платонова, Н. М. Агрессия у детей и подростков. Учеб. пособие / под ред. Н. М. Платонова. – СПб. : «Речь» 2016. - 336 с.

62. Полетти, Розет Как развить уверенность в себе и повысить самооценку. Экспресс-тренинг / Розет Полетти. - М.: Эксмо, 2013. - 634 с.

63. Пономарева, М.А. Проявления различных форм агрессии у девиантных подростков Вестник Поморского университета. серия: Гуманитарные и социальные науки / М. А. Пономарева. - 2009. - №3. – С. 125-130.

64. Престон, Дэвид Повысить самооценку. Как? / Дэвид Престон. - М.: Питер, 2012. - 240 с.

65. Примаиченко Н. Психология сегодня [Электронный ресурс] <https://psychologytoday.ru.> (дата обращения:27.12.2018)

66. Прихожан, А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А.М. Прихожан.– СПб: Питер. 2017. – 192 с.

67. Прядко, М. А. Исследование взаимосвязи самооценки и агрессивного поведения подростков /М. А. Прядко// Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 81–85.

68. Психологический словарь / Под ред. В.В. Юрчук. Минск: Элайда, – 2017. – 704 с.

69. Психология [Электронный ресурс] <http://gopsy.ru/lichnost/vidy-samoocenki.html> (дата обращения:27.12.2018)

70. Психология и психиатрия. Агрессивность [Электронный ресурс] <http://psihomed.com/>(дата обращения:27.12.2018)
71. Реан, А. А. Психология человека от рождения до смерти/под ред. А.А. Реана. – СПб: Прайм - Еврознак. 2002. – 656 с.
72. Реан, А.А Психология изучения личности /А.А. Реан. - СПб.: Питер, 2011 – 288 с.
73. Реан, А.А. «Психология подростка» учебник /А.А. Реан. - Санкт-Петербург «прайм-ЕВРОЗНАК» 2015. - С. 112–371.
74. Реан, А.А., Гендерные различия структуры агрессивности у подростков /А.А. Реан, Н. Б. Трофимов // Актуальные проблемы деятельности практических психологов. – 2017. – №3. – С.6-7.
75. Розенфельд, Г. Нарциссизм и агрессия /Г. Розенфельд// В сб. Психоаналитические концепции нарциссизма. – М.: Издательский проект «Русское психоаналитическое общество», 2009. – 321 – 325 с.
76. Рувинский, Л.И. Психология самовоспитания / Л. И. Рувинский, А. Е. Соловьева. – М.: Просвещение, 2002. – 243 с.
77. Соляхова, Е. В. Издательский дом «Первое сентября». Оргкомитет «Открытый урок». Выступление педагога-психолога на совещании учебный год 2006-2007 учебный год. [Электронный ресурс <http://www.infamed.com/stat/s05.html/410375/>].
78. Саратова, Л. М. Психолого-педагогические особенности подростков с особыми образовательными потребностями /Л. М. Саратова// Молодой ученый. – 2016. – № 2. – 102-104 с.
79. Семенюк, Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции /Л. М. Семенюк. – М.: Флинта. 2017. – 196 с.
80. Сербина, Л. Ф. Особенности агрессивного поведения подростков /Л.Ф. Сербина. - М.: Просвещение, 2006. – 142 с.

81. Сидоров, К. Р. Самооценка, уровень притязаний и эффективность учебной деятельности подростков [Текст]: / К. Р. Сидоров. – М. – 2017. – 156 с.
82. Синицина, О. Ю. Особенности самооценки подростков с разным типом самоотношения / О. Ю. Синицина // Психология и школа. – 2005. — №3. – С. 113-117.
83. Смирнова, Е.О. Конфликтные дети / Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова. - М., 2016.- 222 с.
84. Степанов, С.С Популярная психологическая энциклопедия / С.С. Степанов. — М.: Эксмо,2012 – 212 с. Романова Е.С. Психодиагностика. – СПб.: Питер, 2011. – 400 с.
85. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Практикум /Л.Д.Столяренко. – Ростов н/Д.: Феникс. 2014. – 704 с.
86. Требунская, О. Матрица жизни. Самооценка и удовлетворенность / О. Требунская , А. Требунский. - М.: Питер, 2014. - 192 с.
87. Уровни и виды самооценки. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://psychologytoday.ru/stories/samoostenka/vidy-samoostenki/> (дата обращения: 18.12.2018)
88. Устав «Красненская СОШ имени М.И. Светличной»
89. Фельдштейн, Д. И. Психология личностного развития подростка / Д. И. Фельдштейн // Современная педагогика. – 1999. — №4. – С.31-38.
90. Фрейд, З. Теория бессознательного в психологии/ З.. Фрейд. — М.: Международная педагогическая академия, 1995. — 368 с.
91. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности Минск /Э. Фромм// ООО Попурри, 1999. – С. 13; 257.
92. Фурманов, И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция / И.А. Фурманов. - Минск: Ильин В.П., – 2016. – 192 с.
93. Чеснокова, И. И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. — М., 1997. – 144с.

94. Шамшикова, О. А. Операционализация понятия «нарциссизм» в пределах психической нормы /О.А. Шамшикова // Мир науки, культуры, образования. №3. – Новосибирск, 2011. – 151–158 с.

95. Шильштейн, Е.С. Особенности презентации Я в подростковом возрасте / Е.С.Шильштейн // Вопросы психологии. – 2000. — №2. – С. 69-78.

96. Юнг, К.Г. Аналитическая психология /К.Г. Юнг//– 2016

97. Якобсон, Э. Современный психоанализ /Э. Якобсон. — М.: Международная педагогическая академия, 2008.

Приложения

Диагностические методики в порядке их предъявления

Методика №1: «Опросник уровня агрессивности Басса-Дарки»

Методика Басса-Дарки была разработана для того, чтобы исследовать уровень проявления основных симптомов агрессии и враждебности. В тест включены ситуации, которые происходят с индивидом во взаимодействии с членами семьи, во время учебы или же на работе. Тест исследует основные деструктивные тенденции, взаимоотношения, негативные переживания, а также оценки событий. В настоящее время методика Басса-Дарки широко применяется как в отечественной психологической практике, так и за рубежом. Данный тест имеет особую ценность еще и потому, что проявление агрессии должно быть соотнесено с ее мотивацией, внутренними намерениями агрессора. Так считает большинство исследователей.

Инструкция.

Отвечайте «да» если вы согласны с утверждением, и «нет» - если не согласны. Старайтесь долго над вопросами не раздумывать.

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю несогласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверями.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
20. Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.

28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.
30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я требую, чтобы люди уважали меня.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их "щелкнули по носу".
34. Я никогда не бываю мрачен от злости.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к "сильным" выражениям.
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: "Никогда не доверять "чужакам".
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю.
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже и не чаще чем другие.
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь только со злости.
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить.
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.
67. Я часто думаю, что жил неправильно.
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям.

75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

Обработка результатов.

Индексы различных форм агрессивных и враждебных реакций определяются суммированием полученных ответов.

1. Физическая агрессия: «да» - № 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68;
«нет» - № 9, 17, 41.
2. Косвенная агрессия: «да» - № 2, 18, 34, 42, 56, 63;
«нет» - № 10, 26, 49.
3. Раздражение: «да» - № 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72;
«нет» - № 11, 35, 69.
4. Негативизм: «да» - № 4, 12, 20, 23, 36.
5. Обида: «да» - № 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58;
«нет» - № 44.
6. Подозрительность: «да» - № 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59
«нет» - № 65, 70.
7. Вербальная агрессия: «да» - № 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73;
«нет» - № 39, 74, 75.
8. Угрызения совести,
чувство вины: «да» - № 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67.

Физическая агрессия, косвенная агрессия, раздражение и вербальная агрессия вместе образуют суммарный индекс агрессивных реакций, а обида и подозрительность — индекс враждебности; враждебность - общая негативная, недоверчивая позиция по отношению к окружающим; агрессия - активные внешние реакции агрессии по отношению к конкретным лицам.

В опроснике выделяются следующие формы агрессивных и враждебных реакций:

1. Физическая агрессия (нападение) - использование физической силы против другого лица.
2. Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.
3. Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

6. Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

7. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

8. Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалы, а индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.

Нормой агрессивности является величина её индекса, равная 21 плюс-минус 4, а враждебности – 6,5–7 плюс-минус 3. При этом обращается внимание на возможность достижения определённой величины, показывающей степень проявления агрессивности.

Пользуясь данной методикой, необходимо помнить, что агрессивность, как свойство личности, и агрессия, как акт поведения, могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы личности. По этому опроснику Баса — Дарки следует пользоваться в совокупности с другими методиками: личностными тестами психологических состояний (Кеттел, Спилберг), проективными методиками (Люшер) и т.д.

Варианты ответов к опроснику уровня агрессивности Баса-Дарки

Ф.И.О.: _____

Возраст: _____

№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ
1		31		61	
2		32		62	
3		33		63	
4		34		64	
5		35		65	
6		36		66	
7		37		67	
8		38		68	
9		39		69	
10		40		70	
11		41		71	
12		42		72	
13		43		73	
14		44		74	
15		45		75	
16		46			
17		47			
18		48			
19		49			
20		50			
21		51			
22		52			
23		53			
24		54			
25		55			
26		56			
27		57			
28		58			
29		59			
30		60			

Методика №2: «Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси»

Методика С.А. Будасси позволяет проводить количественное исследование самооценки личности, то есть ее измерение. В основе данной методики лежит способ ранжирования.

Инструкция: «Вам предлагается список из 48 слов, обозначающих свойства личности, из которых Вам необходимо выбрать 20, в наибольшей степени характеризующих эталонную личность (назовем ее «мой идеал») в Вашем представлении. Естественно, что в этом ряду могут найти место и негативные качества».

Текст методики

1. Аккуратность	17. Легковерие	33. Педантичность
2. Беспечность	18. Медлительность	34. Радухие
3. Вдумчивость	19. Мечтательность	35. Развязность
4. Восприимчивость	20. Мнительность	36. Рассудительность
5. Вспыльчивость	21. Мстительность	37. Самокритичность
6. Гордость	22. Надежность	38. Сдержанность
7. Грубость	23. Настойчивость	39. Справедливость
8. Гуманность	24. Нежность	40. Сострадание
9. Доброта	25. Нерешительность	41. Стыдливость
10. Жизнерадостность	26. Несдержанность	42. Практичность
11. Заботливость	27. Обаяние	43. Трудолубие
12. Завистливость	28. Обидчивость	44. Трусость
13. Застенчивость	29. Осторожность	45. Убежденность
14. Злопамятность	30. Отзывчивость	46. Увлеченность
15. Искренность	31. Подозрительность	47. Черствость
16. Капризность	32. Принципиальность	48. Эгоизм

Из двадцати отобранных свойств личности Вам необходимо построить эталонный ряд d_1 в протоколе исследования, где на первых позициях располагаются наиболее важные, с Вашей точки зрения, положительные свойства личности, а последними - наименее желательные, отрицательные (20-й ранг - наиболее привлекательное качество, 19-й - менее и т. д. вплоть до 1 ранга). Следите, чтобы ни одна оценка-ранг не повторялась дважды.

Протокол исследования

Номер ранга эталона d_1	Свойства личности	Номер ранга субъекта d_2	Разность рангов D	Квадрат разности рангов d^2

$\Sigma d^2 =$

Из отобранных ранее свойств личности постройте субъективный ряд d_2 , в котором расположите данные свойства по мере убывания их выраженности у Вас лично (20-й ранг - качество, присущее Вам в наибольшей степени, 19-й - качество, характерное для Вас несколько меньше, чем первое, и т. д.). Результат занесите в протокол исследования.

Обработка результатов

Цель обработки результатов - определение связи между ранговыми оценками качеств личности, входящими в представления «Я идеальное» и «Я реальное». Мера связи устанавливается с помощью коэффициента ранговой корреляции. Чтобы высчитать коэффициент, необходимо вначале найти разность рангов $d_1 - d_2$ по каждому качеству и занести полученный результат в колонку d в протокол исследования. Затем каждое полученное значение разности рангов d возвести в квадрат $(d_1 - d_2)^2$ и записать результат в колонке d^2 . Подсчитайте общую сумму квадратов разности рангов Σd^2 и внесите ее в формулу

$r = 1 - 0,00075 \times \Sigma d^2$, где r - коэффициент корреляции (показатель уровня самооценки личности).

Интерпретация результатов

Коэффициент ранговой корреляции r может находиться в интервале от -1 до +1. Если полученный коэффициент составляет не менее -0,37 и не более +0,37 (при уровне достоверности равном 0,05), то это указывает на слабую незначительную связь (или ее отсутствие) между представлениями человека о качествах своего идеала и о реальных качествах. Такой показатель может быть обусловлен и несоблюдением испытуемым инструкции, но если она выполнялась, то низкие показатели означают нечеткое и недифференцированное представление человеком о своем идеальном Я и Я реальном. Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание. Значение коэффициента корреляции в интервале от -0,38 до -1 говорит о наличии значимой отрицательной связи между Я идеальным и Я реальным (отражает несоответствие или расхождение представлений человека о том, каким он хочет быть, и тем, какой он в реальности). Это несоответствие предлагается интерпретировать как заниженную самооценку. Чем ближе коэффициент к -1, тем больше степень несоответствия.

В предложенной методике исследования самооценки ее уровень и адекватность определяются как отношение между Я идеальным и Я реальным. Представления человека о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или на субъективном мнении, являются ли они истинными или ложными. Качества, которые человек приписывает самому себе, далеко не всегда адекватны. Процесс самооценивания может происходить двумя путями: 1) путем сопоставления уровня своих притязаний с объективными результатами своей деятельности и 2) путем сравнения себя с другими людьми. Однако независимо от того, лежат ли в основе самооценки собственные суждения человека о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно-заданные стандарты, самооценка всегда носит субъективный характер; при этом ее показателями могут выступать адекватность и уровень.

Адекватность самооценивания выражает степень соответствия представлений человека о себе объективным основаниям этих представлений. Уровень самооценки выражает степень реальных и идеальных, или желаемых, представлений о себе. Адекватную самооценку (с тенденцией к завышению) можно приравнять к позитивному

отношению к себе, к самоуважению, принятию себя, ощущению собственной полноценности. Низкая самооценка (с тенденцией к занижению), наоборот, может быть связана с негативным отношением к себе, неприятием себя, ощущением собственной неполноценности.

В процессе формирования Самооценки важную роль играет сопоставление образов реального Я и Я идеального. Поэтому тот, кто достигает в реальности характеристик, соответствующих идеалу, будет иметь высокую самооценку. Если же человек «эффективно» рефлексировать разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой.

Самооценка и отношение человека к себе тесно связаны с уровнем притязаний, мотиваций и эмоциональными особенностями личности. От самооценки зависит интерпретация приобретенного опыта и ожидания человека относительно самого себя и других людей.

Отчет по результатам исследования особенностей самооценки
 Проинтерпретируйте индивидуальные результаты исследования особенностей самооценки, используя для этого таблицу.

Индивидуальные результаты исследования особенностей самооценки

Уровни показателей самооценки		Проявления самооценки		
		выраженности	в обыденном поведении	в общении в студенческой группе (трудовом коллективе)
От 4 - 1,0 до + 0,85	Самооценка высокая Неадекватная			
От + 0,84 до + 0,53	Самооценка высокая Адекватная			
От + 0,52 до -0,1	Самооценка средняя Адекватная			
От -0,09 до -0,32	Самооценка низкая Адекватная			
От -0,33 до -1,0	Самооценка низкая Неадекватная			

Характеристика поведения личности в зависимости от ее самооценки

Люди с завышенной самооценкой гипертрофированно оценивают свои достоинства, ставят перед собой более высокие цели, чем те, которые они могут реально достигнуть, у них высокий уровень притязаний, не соответствующий их реальным возможностям. Здоровые качества личности: достоинство, гордость, самолюбие - перерождаются в высокомерие, тщеславие, эгоцентризм. Неадекватная самооценка своих возможностей и завышенный уровень притязаний обуславливают чрезмерную самоуверенность. Развитие излишней самоуверенности может выступать следствием соответствующего стиля воспитания в семье и школе. Незаслуженные похвалы и поощрения способствуют формированию у такого человека сознания исключительности, искаженного представления о собственных возможностях, необъективной оценки

результатов своей деятельности. Самоуверенные люди не склонны к самоанализу. Вкупе с некритичностью мышления, недисциплинированностью, отсутствием необходимого самоконтроля это ведет к принятию ошибочных решений и осуществлению рискованных поступков. Дальнейшая утрата чувства необходимой осторожности отрицательно влияет на безопасность, надежность и эффективность всей жизнедеятельности человека. Отсутствие или недостаточная потребность в самосовершенствовании затрудняет включение их в процесс самовоспитания.

Люди с заниженной самооценкой обычно ставят перед собой более низкие цели, чем те, которые могут достигнуть, преувеличивая значение неудач. При заниженной самооценке человек характеризуется другой крайностью, противоположной самоуверенности, - чрезмерной неуверенностью в себе. Неуверенность, часто объективно необоснованная, является устойчивым качеством личности и ведет к формированию у человека таких черт, как смирение, пассивность, «комплекс неполноценности». Это отражается и во внешнем виде человека: голова втянута в плечи, походка нерешительная, он хмур, не улыбка. Окружающие иногда принимают такого человека за сердитого, злого, неконтактного и следствием этого становится изоляция от людей, одиночество.

Развитию неуверенности в себе могут способствовать и некоторые субъективные факторы: тип высшей нервной деятельности, черты темперамента и т. д.

Например, неуверенность выступает в качестве одной из характеристик тревожности. Преодоление неуверенности через процесс самовоспитания затруднено из-за неверия человека в свои возможности, перспективы и конечный результат.

Наиболее благоприятна адекватная самооценка, предполагающая равное признание человеком как своих достоинств, так и недостатков. В основе оптимальной самооценки, выражающейся через положительное свойство личности - уверенность, лежат необходимый опыт и соответствующие знания. Уверенность в себе позволяет человеку регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям. Уверенного человека отличают решительность, твердость, умение находить и принимать логические решения, последовательно их реализовывать.

Уверенный человек критически относится к допущенным ошибкам, анализируя их причины, с тем, чтобы не повторить их вновь. Отсюда вывод: надо стремиться развивать у себя адекватную самооценку на основе самопознания.

Познав и оценив себя, человек может более сознательно, а не стихийно управлять своим поведением и заниматься самовоспи

Таблица 1

Уровень агрессии и враждебности подростков (баллы)

№ испытуемого	Формы проявления агрессии								Общий индекс агрессив ности ОИА= \sum 1+3+7	Индекс вражде бности ИВ= \sum 5+6	
	1	2	3	4		5	6	7			8
	Физическ ая агрессия	Косвенная агрессия	Раздражен ие	Негативиз м	Обида	Подозрит ельность		Вербальна я агрессия			Чувство вины
1.	10	8	9	4	4	8		8	9	27	12
2.	9	7	8	4	5	9		7	8	23	14
3.	9	6	8	2	8	5		6	7	21	13
4.	9	8	9	5	6	4		5	5	22	10
5.	8	5	5	2	5	7		8	6	21	12
6.	9	4	6	1	4	8		7	4	20	12
7.	10	8	8	5	5	11		8	8	26	16
8.	9	5	7	5	8	10		5	7	19	18
9.	9	3	7	4	7	12		8	5	20	20
10.	9	2	4	4	4	1		6	8	17	5
11.	10	9	8	3	5	6		9	6	28	11
12.	7	8	8	2	6	7		2	5	17	13
13.	6	9	9	4	5	8		2	5	17	13
14.	5	2	5	2	5	2		3	8	10	7
15.	4	5	7	1	8	5		6	7	15	13
16.	1	8	5	3	5	4		5	6	14	9
17.	1	9	5	5	8	8		8	4	18	16
18.	1	9	6	5	5	7		12	5	22	12
19.	2	9	5	5	4	6		10	8	21	10
20.	10	8	4	5	6	9		11	2	29	15
21.	8	8	8	4	4	5		12	5	21	9
22.	8	8	8	2	7	4		5	6	21	11
23.	10	8	7	1	5	6		8	4	26	11

24.	2	7	8	3	8	8	9	8	18	16
25.	10	8	4	5	8	7	9	2	27	15
26.	7	2	5	2	5	12	7	8	16	17
27.	9	4	7	4	4	11	8	8	21	15
28.	10	7	5	4	6	10	4	7	21	16
29.	1	3	4	2	2	10	6	4	10	12
30.	10	4	9	4	5	10	5	5	19	15
31.	9	2	8	2	4	5	4	4	15	9
32.	8	8	5	4	1	8	8	6	24	9
33.	8	9	8	5	1	8	9	8	26	9
34.	4	2	8	5	5	9	8	2	14	14
35.	7	8	9	2	3	10	7	9	22	13
36.	10	9	9	1	8	10	8	9	27	18
37.	6	9	9	4	7	9	12	8	27	16
38.	8	8	9	2	8	8	11	7	27	16
39.	10	8	9	3	7	8	10	5	28	15
40.	9	9	5	5	5	7	10	8	28	12
41.	10	8	4	1	4	8	10	9	28	12
42.	5	5	8	5	6	9	8	9	18	15
43.	9	4	7	1	8	5	9	8	22	13
44.	5	6	4	5	7	6	5	7	16	13
45.	6	8	6	4	8	8	4	5	18	16
46.	2	8	2	2	5	7	7	5	17	12
47.	10	7	5	3	4	8	8	5	25	12
48.	9	9	9	5	5	4	9	4	27	9
49.	8	6	8	4	5	5	12	4	26	10
50.	9	8	7	5	4	8	11	9	28	12

Таблица 2

Уровень самооценки подростков (баллы)

№	r (коэффициент
---	----------------

испытуемого	корреляции – уровень самооценки личности)
1	-1,0
2	-0,32
3	+0,84
4	-0,2
5	-1,0
6	-0,1
7	-0,33
8	-1,0
9	-1,0
10	2
11	-0,2
12	+0,75
13	2
14	+0,84
15	+0,85
16	2
17	+0,75
18	+0,75
19	-1,0
20	-0,33
21	+0,85
22	+0,85
23	-0,33
24	+0,84
25	-1,0
26	-0,09
27	-0,1
28	-0,1
29	-0,33
30	-0,1
31	+0,52
32	+0,65
33	-0,1
34	-0,1
35	+0,79
36	-0,09
37	-0,07
38	-0,31
39	-0,32
40	-1,0
41	-0,33
42	-0,21
43	+0,84
44	-0,2
45	-0,09

46	4
47	3
48	-0,33
49	-0,41
50	-0,45

Таблица 3

**Перевод качественных показателей в количественные при определении
уровня самооценки и агрессивности у подростков (баллы)**

№ испытуемого	Уровень самооценки		Уровень агрессивности	
	Исходный показатель	Признак X	Исходный показатель	Признак Y
1.	ВН	5	П	3
2.	СА	3	С	2
3.	СА	3	С	2
4.	СА	3	С	2
5.	НН	1	С	2
6.	СА	3	С	2
7.	ВН	5	П	3
8.	НН	1	С	2
9.	СА	3	С	2
10.	СА	3	С	2
11.	ВН	5	П	3
12.	СА	3	С	2
13.	СА	3	С	2
14.	НН	1	Н	1
15.	СА	3	Н	1
16.	ВА	4	Н	1
17.	НА	2	С	2
18.	НА	2	С	2
19.	СА	3	С	2
20.	ВН	5	П	3
21.	НА	2	С	2
22.	ВА	4	С	2
23.	ВН	5	П	3
24.	ВА	4	С	2
25.	ВН	5	П	3
26.	ВА	4	Н	1
27.	НА	2	С	2
28.	НА	2	С	2

29.	BA	4	Н	1
30.	BA	4	С	2
31.	HA		Н	1
32.	BA	4	С	2
33.	HH	1	П	3
34.	BA	4	Н	1
35.	CA	3	С	2
36.	HH	1	П	3
37.	HH	1	П	3
38.	BH	5	П	3
39.	HH	1	П	3
40.	HH	1	П	3
41.	BH	5	П	3
42.	CA	3	С	2
43.	CA	3	С	2
44.	BA	4	Н	1
45.	HH	1	С	2
46.	CA	3	С	2
47.	CA	3	С	2
48.	HH	1	П	3
49.	HH	1	П	3
50.	HH	1	П	3

Примечание:

где П – повышенный уровень агрессивности;

Н-низкий уровень

С – уровень агрессивности в норме

BH – высокая неадекватная самооценка

BA - Высокая адекватная

CA – средняя адекватная

НА – низкая адекватная

НН – низкая неадекватная самооценка

Приложение 3

Результаты статистической обработки данных

Таблица 1

Результаты ранжирования связи самооценки и агрессивности

№ Испытуемого	Ряды измерений признака		Ранговые числа признака	
	Признак X	Признак Y	Признак X	Признак Y
1.	5	3	1	3
2.	3	2	3	4
3.	3	2	3	4
4.	3	2	3	4
5.	1	2	5	4
6.	3	2	3	4
7.	5	3	1	3
8.	1	2	2	4
9.	3	2	3	4
10.	3	2	3	4
11.	5	3	1	3
12.	3	2	3	4
13.	3	2	3	4
14.	1	1	5	5
15.	3	1	3	5
16.	4	1	2	5
17.	2	2	4	4
18.	2	2	4	4
19.	3	2	3	4
20.	5	3	1	3
21.	2	2	4	4
22.	4	2	2	4
23.	5	3	1	3
24.	4	2	2	4
25.	5	3	1	3
26.	4	1	2	5
27.	2	2	4	4
28.	2	2	4	4

29.	4	1	2	5
30.	4	2	2	4
31.	3	1	3	5
32.	4	2	2	4
33.	1	3	5	3
34.	4	1	2	5
35.	3	2	3	4
36.	1	3	5	3
37.	1	3	5	3
38.	5	3	1	3
39.	1	3	5	3
40.	1	3	5	3
41.	5	3	1	3
42.	3	2	3	4
43.	3	2	3	4
44.	4	1	2	5
45.	1	2	5	4
46.	3	2	3	4
47.	3	2	3	4
48.	1	3	5	3
49.	1	3	5	3
50.	1	3	5	3

Таблица 2

Расчет данных корреляционного анализа Спирмена

№ испытуемого	Ранговые числа признака	Разность рангов, d	Квадрат разности
---------------	-------------------------	--------------------	------------------

				рангов
1.	Признак X	Признак Y	$d=X-Y$	d^2
2.	1	3	-2	4
3.	3	4	-1	1
4.	3	4	-1	1
5.	3	4	-1	1
6.	5	4	1	1
7.	3	4	-1	1
8.	1	3	-1	1
9.	2	4	-2	4
10.	3	4	-2	4
11.	3	4	-1	1
12.	1	3	-2	4
13.	3	4	-1	1
14.	3	4	-1	1
15.	5	5	0	0
16.	3	5	-2	4
17.	2	5	-3	9
18.	4	4	0	0
19.	4	4	0	0
20.	3	4	-1	1
21.	1	3	-1	1
22.	4	4	0	0
23.	2	4	-2	4
24.	1	3	-2	4
25.	2	4	-2	4
26.	1	3	-2	4
27.	2	5	-3	9
28.	4	4	0	0
29.	4	4	0	0
30.	2	5	-3	9

31.	2	4	-2	4
32.	3	5	-2	4
33.	2	4	-2	4
34.	5	3	2	4
35.	2	5	-3	9
36.	3	4	-1	1
37.	5	3	2	4
38.	5	3	2	4
39.	1	3	-2	4
40.	5	3	2	4
41.	5	3	2	4
42.	1	3	-2	4
43.	3	4	-1	1
44.	3	4	-1	1
45.	2	5	-3	9
46.	5	4	1	1
47.	3	4	-1	1
48.	3	4	-1	1
49.	5	3	2	4
50.	5	3	2	4
Сумма	146			

Приложение 4

**Программа коррекции для подростков с неадекватными формами
самооценки**

Таблица 1

Тематическое планирование коррекционной программы по формированию
адекватной самооценки у детей подросткового возраста

№	Тема	Цель занятий	Наименования формы работы, упражнений
Блок объективизации трудностей (вводный этап)			
1	«Давайте познакомимся»	Установление принципов и правил работы в группе. Установление доверительных отношений. Создание благоприятного настроения на дальнейшую работу.	Упражнения: «Образование круга», «Правила работы группы», Самопрезентация».
2	«Знакомство друг с другом с другой стороны»	Установление общих правил. Создание комфортной обстановки. Снятие эмоционального напряжения.	Упражнения: «Имя прилагательное»; «Скажи мне кто твой друг».
Основной коррекционный план			
3	«Знакомство с самим собой»	Снятие эмоционального напряжения у подростка, внутреннего дискомфорта. Активизация работы обоих полушарий мозга.	Упражнения: «Нарисуй свое настроение»; «Я помню твоё имя прилагательное»; «Ласковое имя».
4	«Я в мире себя»	Формирование самоуважения и самопринятия; осознание и переживание уважения и принятия со стороны других	Упражнение: «Познаю себя»; «Мое видение, мои мысли»; Беседа: «Как люди видят себя».
5	«Я – со стороны, или кто видит мою самооценку?»	Создание эмоционально-положительной атмосферы на занятии, повышение уровня доверия.	Упражнения: «Конверт откровений»; «Мои сильные стороны» Беседа: «Что такое самооценка?»
6	«Я глазами других».	Активизация процесса рефлексии. Дальнейшее самораскрытие, самопознание, прояснение Я-концепции. Раскрытие важных качеств для эффективного межличностного общения	Обсуждение: какими мы бываем разными, рисование «Части моего Я», Упражнения: «Ассоциации с человеком»; «Контакты»; Обсуждение качеств «приятного собеседника»
7	«Мое окружение, моя	Умение раскрываться самому, и познавать себя при помощи группы,	Упражнения: «Без маски»; «Я разный»;

	стена».	создание условий для формирования уверенного поведения	«Ощущения уверенности».
8	«Мои слабости»	Нахождение в себе слабых сторон; повышение самопонимания на основе осознания своих ограничений: отрицательных качеств, своих индивидуальных особенностей.	Упражнения: «Холодный стул»; «Мои слабые стороны»; «Неудачный опыт».
9	«Мои сильные стороны»	Нахождение в себе сильных сторон; повышение самопонимания на основе положительных качеств и индивидуальных особенностей.	Упражнения: «Расскажи мне обо мне»; «Я - хороший»; «Комплименты».
10	«Мои проблемы»	Обучение осознанию своих проблем и поиску их решения, а также преодолению трудностей, мешающих полноценному самовыражению.	Упражнения: «Я ненавижу...»; «Я тебя понимаю»; «Камень в огороде».
11	«Молчащее и говорящее зеркало»	Умение адекватно принимать и воспринимать комментарии в свой адрес	Упражнения: «Без ложной скромности»; «Посмотри мне в глаза и скажи что думаешь»
12	«Я – судья»	Раскрывать умение анализировать свои действия, анализировать психологические характеристики окружающих.	Упражнения: «Мое слово- мой поступок»; «Детектив на охоте»; «Кто сказал «Я»».
13	«Самосуд»	Способствовать самоанализу участников. Развивать дальнейшее самораскрытие, самопознание, прояснение Я-концепции, умение анализировать и определять психологические характеристики, свои и окружающих людей.	Упражнения: «Прокуроры и адвокаты»; «Я в роли!»; «Внутреннее ощущение».
14	«Преодоление трудностей» (начало)	Выявить трудности в подростковом возрасте, формировать позитивное отношение к себе, чувство собственного достоинства, побуждать к самоанализу, к самовоспитанию	Упражнения: «Я – Лев»; «Ситуации»;
15	«Если бы моим другом был я сам»	Коррекция самооценки, формирование положительного отношения к себе.	Упражнения: «Я со стороны»; «Мое видение себя со стороны»; «как ежик в тумане».
16	«Самопринятие»	Активизация процесса самопознания; повышение самопонимания на основе своих положительных качеств. Помощь участникам в раскрытии своих сильных сторон. Актуализация личностных ресурсов участников	Упражнения: «В зеркале я вижу себя»; «Я такой, какой я есть»; «Ступень лестницы вверх»

занятий.			
Заключительный этап			
17	«Перед дальней дорогой» (начало)	Закрепление представления участников о своей уникальности, получение обратной связи.	Упражнения: «Моя внутренняя сторона, открыта для меня»; «Правильный полноценный мир».
18	«Перед дальней дорогой» (продолжение)	Закрепление представлений о своей уникальности, обогащение сознания позитивными, эмоционально окрашенными образами личности.	Упражнения: «Солнце внутри светит ярче»; «Мое мироощущение».
19	«Перед дальней дорогой» (завершение)	Закрепление дружеских отношений между членами группы.	Упражнения: «Взаимоуважающие комплименты»; «Наши достижения».

В учебной деятельности важную роль составляет – рефлексия, это то, что направлено на формирование адекватной самооценки, учитывая то, что рефлексия настроения – это самооценка личности, и рефлексия деятельности – это самооценка деятельности. Для формирования адекватной самооценки, в структуре образования представлены следующие упражнения:

Упражнение «Образование круга».

Цель: создание условий для более близкого знакомства и установления эмоциональных контактов; определение задач курса и особенностей групповой работы; выработка норм работы в группе, вхождение в игровой стиль взаимодействия.

Примерное содержание занятия

1. Представление себя.

Все участники садятся в круг, каждому предлагается представиться и рассказать о себе, о своих ожиданиях, связанных с учебой в институте и студенческой жизнью, о будущей профессии.

Каждому участнику предлагается взять лист бумаги, написать в верхней части листа свое имя, затем разделить его на две части вертикальной чертой. Левую отмечаем знаком «+», а правую знаком «-». Под знаком «+» перечисляется то, что особенно нравится (в природе, в людях, в себе и т. д.), а под знаком «-» то, что особенно неприятно для каждого в окружающем его

мире. Затем все зачитывают свои записи вслух (можно приложить эти листочки к груди и медленно ходить по комнате, останавливаясь и читая друг у друга записи).

Упражнение «Правила работы в группе».

Цель: организация групповой деятельности является развитие мышления учащихся. Работа в группе помогает ребёнку осмыслить учебные действия. Поначалу, работая совместно, учащиеся распределяют роли, определяют функции каждого члена группы, планируют деятельность. Позже каждый сможет выполнить все эти операции самостоятельно. Кроме того, работа в группе позволяет дать каждому ребенку эмоциональную и содержательную поддержку, без которой многие вообще не могут включиться в общую работу класса.

При правильной организации групповой деятельности школьники учатся общаться, отстаивать свою точку зрения, слышать и принимать мнение другого, приходить на помощь товарищу в затруднительной ситуации.

Преимущества групповой формы работы:

Во-первых, происходит резкое повышение интереса к учению, выработка положительного отношения к нему, и ,как следствие этого, улучшение результативности учебного процесса.

Во-вторых, групповая работа способствует выработке у детей тех качеств, которые требуются для успешного контакта с другими людьми

В-третьих, В процессе общения учащиеся учатся правильно оценивать свои собственные поступки, регулировать свое поведение в зависимости от изменяющихся условий окружения, преодолевать противоречия между членами группы, чтобы добиться большего взаимопонимания.

Упражнение «Скажи мне, кто твой друг».

Цель: Знакомство членов группы; сплочение членов группы; развитие социальной перцепции.

Каждый участник в течение 3-4 минут набрасывает «психологический портрет» кого-либо из членов группы. Указывать на внешние признаки, по которым можно сразу узнать конкретного человека, нельзя. В портрете должно быть не менее 10-12 черт характера, привычек, особенностей, характеризующих именно этого человека. Затем, написавший выступает со своей информацией перед группой, а остальные участники пытаются угадать, чей это портрет. Автор портрета не должен говорить, кто из участников прав. Он делает это лишь после того, как выскажутся все желающие.

Упражнение «Нарисуй свое настроение».

Цель: развитие навыка распознавания собственного эмоционального состояния.

Ведущий. Перед вами чистый лист бумаги и цветные карандаши. Подумайте, при помощи каких цветов вы смогли бы передать свое настроение. Давайте попробуем его изобразить, а затем другие участники попробуют угадать, какое настроение у его друзей.

Рисунки обсуждаются с участниками группы.

Упражнение «Я помню твое имя прилагательное».

Цель: упражнение направлено на создание положительной атмосферы в группе, на поднятие самооценки участников тренинга. Оно акцентирует внимание на ценности каждого члена группы.

Каждый участник записывает свое имя на листе бумаги. А затем придумывает положительные прилагательные о себе, начинающиеся с букв имени.

Например:

Ж - жизнерадостная

А - активная

Н - новая

Н - необычная

А - артистичная

Далее все участники группы зачитывают свои имена и придуманные прилагательные.

Упражнение «Ласковое имя».

Ведущий предлагает каждому ребенку назвать ласково соседа, сидящего справа, который непременно должен поблагодарить говорящего, сказав «Спасибо».

Упражнение «Познай себя».

Цель: упражнение направлено на сплочение коллектива, развитие коммуникативных навыков, эмоциональной устойчивости, уверенности в себе, доброжелательного отношения друг к другу. Выполняя упражнения тренинга, педагоги учатся понимать друг друга, осознавать свою роль, функции в жизни коллектива. Тренинг мотивирует педагогов к самосовершенствованию, рефлексии, овладению механизмами коммуникативной компетентности.

Упражнение «Конверт откровений».

Все садятся по кругу. Ведущий предлагает, как на экзамене, тянуть «билетик» и, прочитав его вслух, высказать свое мнение относительно написанного. Заранее заготавливается 30 вопросов по теме тренинга. Например: «Что для меня является смыслом жизни?», «Каким должен быть профессиональный социальный педагог?», «Почему многим людям так и не удается сделать карьеру? Назови несколько причин». В конверте должны быть и «полусерьезные» вопросы. Например: «За человека какой профессии ты хотела бы выйти замуж?» и т.п.

Упражнение «Мои сильные и слабые стороны».

Цель: Закрепить навыки самоанализа и самовыражения, глубоко и всесторонне проанализировать, слабые и сильные стороны личности каждого участника.

Упражнение «Ассоциация с человеком».

Цель: упражнение направлено на организацию активной обратной связи каждому участнику от группы и является хорошим дополнением пре

дыдущего упражнения. Описание Выбирается доброволец, который выходит из. процедуры комнаты. Перед выходом ему предлагается. встать перед группой, и ведущий говорит: «Посмотрите на этого хорошего человека». Это важный элемент процедуры, подчеркивающий, что необходимо отмечать только положительные качества. Критику можно осуществить отдельным упражнением, по окончании тренинга, если участники группы будут к ней готовы. Задача группы — коллегиально написать 10 ответов

Упражнение «Контакты».

Цель: развивать умение устанавливать и поддерживать контакты с людьми. Время проведения: 30-60 минут. Количество участников: до 15 человек. ... При обсуждении упражнения педагог показывает, что в каждой жизненной ситуации необходимо уметь находить положительные стороны, за счет этого сохранять самообладание и спокойствие.

Упражнение «Без маски».

Цель: направленно на снятие эмоциональной и поведенческой закрепощенности, сформировать и развить навыки искренних высказываний для анализа сущности "Я". Всем участникам раздаются карточки с написанной фразой, не имеющей окончания. Без всякой предварительной подготовки они должны продолжить и завершить фразу. Высказывание должно быть искренним. Если остальные члены группы почувствуют фальшь, участнику придется брать еще одну карточку.

Упражнение «Какой Я».

Цель: формирование у детей адекватного восприятия собственных действий, проявление уверенности; создание положительного эмоционального фона, настрой на работу в группе; помочь ребенку поверить в себя, свои возможности; расширение коммуникативных навыков.

Упражнение «Ощущения уверенности».

Психолог предлагает ребенку обратиться к своим воспоминаниям о своих достижениях в прошлом, после чего постараться сознательно вызвать в

себе ощущения уверенности в себе, которые ассоциируются с тем событием или свершением в своей жизни. Для этого достаточно вспомнить и заново пережить три ситуации, в которых вы чувствовали себя, как никогда, уверенно.

Упражнение «Мои слабые стороны».

Цель: определение каждым участником своих слабых сторон, формирование привычки анализировать свои недостатки. Правила: Каждый должен рассказать остальным участникам о своих слабых сторонах, т.е. о том, что он осознаёт в себе как комплекс, как внутренний барьер.