Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт психологии
Кафедра психологии образования

НИВЕЛИРОВАНИЕ АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ МЕТОДАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

Выпускная квалификационная работа

Направление 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

Профиль – Психология образования

Квалификационная работа
допущена к защите
зав.кафедрой:

_____ Н. Н. Васягина
(подпись)
__ _____ 2018 г.

Руководитель ОПОП:

_____ Н. Н. Васягина
(подпись)

Исполнитель:
Торгашова И.В.,
студент 401 гр.

_____
подпись

Научный руководитель:
Н. А. Устинова,
канд. психол. наук, доцент кафедры психологии образования

_____
(подпись преподавателя)

Екатеринбург 2018

Содержание

Введение 3

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ И МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ 6

1.1. Психологические аспекты изучения агрессивности в трудах 6

отечественных и зарубежных учёных 6

1.2. Психолого-педагогическая характеристика агрессивных подростков .. 14

1.3. Изучение истории использования арт-терапии в психологии 22

ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ 34

2.1. Характеристика выборки, описание методик и результатов исследования 34

2.2 Описание программы по нивелированию агрессивности у подростков средствами арт-терапии 35

2.3 Результаты контрольного эксперимента 43

Заключение 50

Список литературы 52

Приложения 52

Введение

В современном мире одной из самых актуальных проблем является подростковая агрессивность. Изучение многочисленных фактов, новостных источников, литературы свидетельствует о том, что именно в подростковой среде возникает предельное количество конфликтов, закладываются асоциальные привычки, формируется тенденция к постоянному проявлению агрессии.

Подростковая агрессивность способствует росту преступности, неуважению старших поколений, агрессивному отношению к сверстникам. Также, тревожным сигналом является заметный рост количества подростковых девиантных групп, проявлениями которых являются асоциальные действия, вандализм, алкоголизм, наркомания и т.д.. Все эти проявления приводят к острым социальным проблемам.

Проблеме агрессивности и ее проявлений уделяется большое внимание как в зарубежной психологии, так и в отечественной. Данная проблема являлась главенствующей среди таких зарубежных авторов как Берковиц Л. (Агрессия: причины, последствия и контроль), Бэрон Р., Ричардсон Д. (Агрессия), К. Бютнер (детская агрессия и конфликтное поведение). В отечественной психологии представителями являются Реан А.А. (Агрессия и агрессивность личности), как Семенюк Л.М. (Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции), Румянцева Т.Г. (Агрессия: проблемы и поиски в западной философии и науке), Фурманов И. А. (Агрессивность и ее проявления в детском возрасте).

Вопросы, которые напрямую связаны с человеческой агрессивностью, затрагиваются во многих психологических исследованиях. Агрессивность формируется преимущественно в детском и подростковом возрасте, когда закладываются фундаментальные навыки социализации и именно этот возраст наиболее оптимален для профилактики и коррекции агрессивного

поведения. Этим и объясняется актуальность темы нивелирования агрессивности подростков.

Цель работы: исследовать и нивелировать агрессивность подростков методами арт-терапии.

Объект исследования: агрессивность подростков.

Предмет исследования: нивелирование агрессивности подростков методами арт-терапии.

Гипотеза исследования: коррекционно-развивающая программа будет способствовать нивелированию агрессивности подростков: обучению контроля и управления гневом, развитию эмпатии, формированию конструктивных способов взаимодействия с окружающими, навыков саморегуляции своего поведения.

Задачи исследования:

1. На теоретическом уровне раскрыть понятие «агрессивность» в отечественной и зарубежной литературе;
2. Провести теоретический анализ концепций и подходов к снижению агрессивности подростков;
3. Реализовать коррекционно-развивающую программу, способствующую снижению агрессивности подростков, содержащую методы арт-терапии.
4. Выявить эффективность реализованной программы по нивелированию агрессивности подростков методами арт-терапии.

Теоретико-методологической базой исследования послужили труды в области изучения агрессии и агрессивных тенденций – З. Фрейд (психоаналитический подход), К. Лоренц (этологический подход), Дж. Доллард, Г. Миллер (теория фрустрации), А. Басс (бихевиористский подход). Так же в определении понятия агрессии мы опирались на работы таких авторов как А. Бандура, Э. Фромм, И.А. Фурманов, Г. Андреева, Т.Г. Румянцева и многие другие. При исследовании психологических

особенностей агрессивности подростков и методов арт-терапии в работе с ними мы опирались на труды таких авторов как А. Бандура (Подростковая агрессия), Семенюк, Л.М. (Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции), Ш. Рили (Современная арт-терапия подростков), Копытин А.И., Свистовская М.А. (Арт-терапия детей и подростков).

Для проверки выдвинутой гипотезы были использованы следующие методы исследования:

1. Методы сбора теоретической информации: анализ, синтез, обобщение и систематизация имеющихся в психологической литературе научных представлений по теме исследования.
2. Методы сбора эмпирических данных: опросник Басса-Дарки на выявление особенностей агрессии подростков.
3. Методы математико-статистической обработки данных (U-критерий Манна-Уитни).

Практическая значимость работы заключается в том, что выявленные результаты исследования могут найти свое применение в психолого-педагогической работе с подростками с целью нивелирования агрессивности подростков и формирования навыков саморегуляции психоэмоционального состояния.

Структура теоретического исследования состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы, включающего 51 наименования для написания теоретической и эмпирической частей исследования, 4 приложений, оснащенных сводными таблицами. Общий объем исследования составил 78 страниц.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ И МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ

1.1. Психологические аспекты изучения агрессивности в трудах отечественных и зарубежных учёных

Проблема агрессивности является предметом большого числа психологических работ как в России, так и за рубежом. К настоящему времени различными авторами предложено множество определений агрессии, ни одно из которых не может быть признано исчерпывающим и общеупотребительным.

Реан А. А. предлагает не идентифицировать понятия «агрессия» и «агрессивность». Давая определение данным терминам, он обращает внимание на то, что «агрессия это намеренные действия, направленные „на причинение ущерба другому человеку, группе людей или животному»[41]. Агрессивность это свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии.

Таким образом, можно сделать вывод: если агрессия это действие, то агрессивность готовность к совершению таких действий.

В обыденном сознании "агрессия" ассоциируется со множеством разнообразных действий, которые нарушают физическую или психологическую целостность другого человека (или группы людей), наносят ему материальный ущерб, препятствуют осуществлению его намерений, противодействуют его интересам или же ведут к его уничтожению (Хекхаузен, 1986). С позиции науки можно выделить несколько определений понятия "агрессия", охватывающих почти все стороны изучения этого понятия на сегодняшний день:

- Агрессия понимается как акт присвоения, насильственного овладения материальными или идеальными объектами (в т.ч. властью над другими людьми). В рамках этого представления о человеке судят как об

агрессивном, если он имеет стремление к лидерству и власти[17] (цит. по: Ениколопов, 1994);

- В рамках поведенческого подхода (сюда относят и представителей фрустрационного направления - Берковица, Фишбаха) можно выделить два определения. Согласно одному из них, предложенному Бассом, агрессия - это любое поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим людям[10]. Второе определение содержит следующее положение: чтобы действия были признаны агрессивными, они должны включать в себя намерения обиды и оскорбления;

- Зиллманн понимает агрессию только как попытку нанесения другим телесных или физических повреждений. Он считает, что агрессия обусловлена возбуждением, т.е. состоянием, которое можно наблюдать.

Большинством западных специалистов в области социальных наук принимается следующее определение: "Агрессия - это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения"[12] (Бэрон, Ричардсон);

В отечественной психологии, наряду с выше перечисленными составляющими понятия "агрессия" (такими как намерение обиды и оскорбления, ущерб и др.), включается также и социальный аспект. Обширное изучение этой проблемы у нас только начинает набирать обороты, хотя в работах таких ученых как Семенюк Л.М., Дроздов А.Ю., Румянцева Т.Г., Фурманов И. А. уже можно найти ответы на отдельные вопросы изучения агрессии и агрессивного поведения.

Н.Д. Левитов рассматривал агрессию как психическое состояние и выделял в ней следующие компоненты:

- познавательный

- эмоциональный
- волевой.

Познавательный и волевой компоненты агрессии осуществляют функцию ориентировки и понимания ситуации, выделяют объект для нападения и соотносят его с «наступательными средствами». В понятии «агрессия» Н.Д. Левитов объединяет различные по форме и результатам акты поведения - от таких, как злые шутки, сплетни, враждебные фантазии, деструктивные формы поведения, до бандитизма и убийств.

Волевая сторона агрессии представлена настойчивостью, решительностью, целеустремленностью, иногда смелостью и риском, что делает привлекательным агрессивный поступок. Эмоциональная сторона - переживаниями недоброжелательности, злости, мести, гнева и ярости. Но не всегда эти переживания выливаются в агрессивные действия. Существует «бессильный гнев» при фрустрации, когда нет никакой возможности снять барьер на пути к цели.

П.А. Ковалев считает, что агрессивные действия человека обусловлены его агрессивностью как психологическим свойством личности. Он предлагает следующее определение: «Агрессивность - устойчивый набор личностных качеств, который способствует совпадению потребности и цели насильственного поведения». [23]

П.А. Ковалев экспериментально подтвердил, что уровень агрессивного поведения зависит от наличия у субъекта конфликтных свойств личности. С возрастом детерминация агрессивного поведения изменяется от чисто ярких, импульсивных качеств вспыльчивости, обидчивости к мстительности и подозрительности.

Иными словами, агрессия представляет собой акты враждебности, атаки, разрушения, т. е. действия, которые вредят другому лицу или объекту.

По определению К.К. Платонова, агрессивность - это «…психическое явление, выражающееся в стремлении к насильственным действиям в межличностных отношениях». [32]

Т.Г. Румянцева, И.В. Бойко рассматривают агрессивность как форму социального поведения, которая реализуется в контексте социального взаимодействия. Но поведение будет агрессивным при двух условиях[46]:

- когда имеют место губительные для жертвы последствия;
- когда нарушены нормы поведения.

А.А. Реан понимает под агрессивностью такое свойство личности, которое выражается в готовности к агрессии. [43]

В теории социального научения А. Бандуры агрессия рассматривается как некое специфическое социальное поведение, которое усваивается и поддерживается в основном точно также, как и многие другие формы социального поведения.

Ю.Б. Гиппенрейтер привела классификацию фактов любого человеческого поведения, которые можно наблюдать. Агрессивное поведение индивида, следуя ее логике, включает следующие составляющие[10]:

1. Внешние проявления физиологических процессов, связанных с состоянием, деятельностью, общением людей, - это позы, мимика, интонации, взгляды, блеск глаз, вегетативные реакции, мышечные напряжения и другие. Это самые мелкие элементы деятельности. Сами по себе они могут не вести к разрушению, но, включаясь в более крупные, вносят определенный вклад в агрессивное поведение.

2. Отдельные движения и жесты, такие, как поклон, кивок, стук кулаком, сжимание руки и тому подобные. Такие движения и жесты могут иметь различную силу и направленность. Они вполне могут приводить к разрушениям, к нанесению вреда. (Народное выражение «уложил одной левой» свидетельствует о возможностях таких элементов деятельности).

3. Действия, более крупные акты поведения, имеющие определенный смысл. Это просьбы, угрозы, системы ударов в драке и так далее.

4. Поступки - самые крупные акты поведения. Они имеют общественное, социальное звучание, связаны с такими психологическими категориями, как отношения, установки, ценности, и другими.

Р. Бэрон и Д. Ричардсон, считают, что агрессия, в какой бы форме она не проявлялась, представляет собой поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющего все основания избегать подобного обращения с собой. Данное комплексное определение включает в себя следующие частные положения:

- агрессия обязательно подразумевает преднамеренное, целенаправленное причинение вреда жертве;
- в качестве агрессии может рассматриваться только такое поведение, которое подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам;

Жертвы должны обладать мотивацией избегания подобного обращения с собой[12] (Р. Бэрон, Д. Ричардсон “Агрессия”). Под агрессией, по Э. Фромму, следует понимать любые действия, которые причиняют или имеют намерение причинить ущерб другому человеку, группе людей или животному, а также причинение ущерба вообще всякому неживому объекту. Агрессивность, по Р.С. Немову, понимается как враждебность - поведение человека в отношении других людей, которое отличается стремлением причинить им неприятности, нанести вред. Психологический словарь предлагает следующее определение: агрессия - мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям

или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности)[38].

Проявление агрессии весьма разнообразно. Различают два основных типа агрессивных проявлений:

- целевая агрессия;
- инструментальная агрессия

Первая выступает как осуществление агрессии в качестве заранее спланированного акта, цель которого - нанесение вреда или ущерба объекту. Вторая совершается как средство достижения некоторого результата, который сам по себе не является агрессивным актом.

Все существующие ныне теории агрессии, при всем их многообразии, многие авторы подразделяют на четыре основные категории[10]:

1. Инстинктивистская теория агрессии (З. Фрейд, К. Лоренц).

Согласно данной теории источником агрессии рассматриваются врожденные инстинкты. Данная теория включает в себя два подхода: психоаналитический подход З. Фрейда (агрессия берет начало из врожденных, инстинктивных сил человека) и эволюционный подход К. Лоренца (агрессия берет начало из врожденного инстинкта борьбы за выживание).

2. Фрустрационная теория агрессии (Д. Доллард, Н. Миллер).

Изначально Д. Доллард и Н. Миллер рассматривали агрессию как реакцию на фрустрацию. Агрессия всегда есть результат действия фрустраторов. Д Доллард и соавторы полагали, что в побуждении к агрессии решающее значение имеют три фактора - степень ожидаемого субъектом удовлетворения от будущего достижения цели; сила препятствия на пути достижения цели; количество последовательных фрустраций. Н. Миллер внес поправки в теорию фрустрации – агрессии. Фрустрация порождает различные модели поведения, и агрессия является лишь одной из них.

3. Поведенческий подход к агрессии (А. Басс, А. Бандура).

Сторонники поведенческого подхода считают, что чем чаще человек совершает агрессивные действия, тем в большей степени эти действия становятся неотъемлемой частью его поведения. А. Бандура утверждает, что для возникновения агрессии недостаточно того, чтобы субъект был фрустрирован и испытывал чувство неудовлетворенности. Субъект должен еще иметь перед собой некий агрессивный пример для обучения и подражания.

4. Когнитивный подход к агрессии Л. Берковица.

Данная теория рассматривает в качестве основных детерминант агрессии эмоциональные и когнитивные процессы. Эти процессы лежат в основе взаимосвязи фрустрации и агрессии. В соответствии с его моделью образования новых когнитивных связей, фрустрация или другие аверсивные стимулы (боль, неприятные запахи, жара) провоцируют агрессивные реакции путем формирования негативного аффекта.

Н.И. Корытченкова дает характеристику уровней и механизмов агрессивного поведения, в основе которых лежит принцип способа переработки информации и особенности поведенческой регуляции человека[24]:

I. Низший уровень, или уровень генерализованной агрессии (агрессия против «всех и вся»). Главная ориентация людей, принадлежащих к этому уровню, это ориентация на себя, на собственные мысли и переживания, забота о физическом благополучии, детерминированность поведения своим самочувствием и настроением. Они слабо контролируют свое поведение, у них отсутствуют механизм переработки информации, альтернативные способы поведения. Они раздражительны, подозрительны, эмоционально черствы и деспотичны по отношению к другим.

II. Уровень ситуативной или локальной агрессии. Для людей, принадлежащих к этому уровню, характерна избирательная агрессия, они агрессивны по отношению к тем, кто их слабее. На этом основана дедовщина.

Они завистливы и недоброжелательны к тем, кто их в чем-то опережает. Так, физически слабый, но интеллектуально преуспевающий ребенок может стать объектом для нападок в школе. Представитель данного уровня агрессии перерабатывает информацию под углом зрения собственных эгоистических интересов, осознания своих недостатков, но не способен с ними бороться. Он болезненно переживает чужой успех и пользуется популярностью у небольшой части сверстников. Стремится внешне выглядеть сильным, постоянно испытывает чувство дискомфорта, страх перед миром и собственной судьбой.

III. Уровень защитной или адаптивной агрессии. Отличительным признаком этого уровня агрессии является наличие действительной, непосредственной угрозы жизни или здоровью, для сохранения которых предпринимаются соответствующие насильственные действия. Эти действия иногда могут содержать в себе признаки криминального поведения.

Защитная агрессия возникает как компенсаторная реакция на жесткое к себе отношение или как результат формирования стереотипной антисоциальной линии поведения.

Дети, находящиеся на этой стадии агрессивного поведения, имеют навыки социального поведения в отсутствие стрессовой ситуации. В конфликте же они становятся неуправляемыми, аффективными. Как правило, это дети из семей, в которых между родителями и детьми наблюдаются конфликты. Они чувствуют себя неуверенно, общаются с узким кругом сверстников, не имеют собственного мнения и заискивают перед сильными.

IV. Четвертый уровень творческой агрессии характерен для людей интеллектуального труда. Они умеют наблюдать, анализировать, предвидеть собственные и чужие поступки, легко импровизируют в ситуации конфликта, умеют защитить других людей, когда их кто-то обижает. Защищают

достоинство человека интеллектуальными средствами: юмором, иронией, сарказмом в форме пародий, четверостиший, песен, шаржей. Представители четвертого уровня агрессии в совершенстве владеют искусством диалога. Учитель или родители могут обучать своих детей умению вести диалог методом сказки, озвучивая ту или иную роль сказки или же составляя диалог к сюжетным картинам.

Таким образом, анализируя все приведенные определения можно констатировать что, во-первых, агрессия понимается и очень узко (как нанесение другим повреждений), и очень широко, не различаясь с агрессивностью ("системное социально-психологическое свойство"); во-вторых, нет единого знаменателя: существует несколько групп подходов, где понимание агрессии, зачастую совершенно различно; в-третьих (как следствие), слабо разработана методическая база изучения вопроса агрессивности.

1.2. Психолого-педагогическая характеристика агрессивных подростков

Подростковому возрасту отводится период от 10-11 до 15 лет или от 11-12 до 16-17 лет и считается, что этот возраст является одним из самых сложных и ответственных в жизни ребенка и его родителей. Подростковый возраст считается кризисным, поскольку происходят резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны развития и жизни. Кризис подросткового возраста связан с изменением социальной ситуации развития и ведущей деятельности.

Для подросткового возраста характерны следующие особенности:

- половое созревание и неравномерное физиологическое развитие, обуславливающие эмоциональную неустойчивость и резкие колебания настроения;

- изменение социальной ситуации развития: переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости;

- смена ведущей деятельности: учебную деятельность вытесняет интимно-личностное общение со сверстниками;

- открытие и утверждение своего «Я», поиск собственного места в системе человеческих взаимоотношений;

- познание себя через противопоставление миру взрослых и через чувство принадлежности к миру сверстников. Это помогает подростку найти собственные ценности и нормы, сформировать свое представление об окружающем его мире;

- появление «чувства взрослости», желание подростка признания своей «взрослости». В этом возрасте подростки стремятся освободиться от эмоциональной зависимости от родителей.

По данным психологических исследований последние несколько лет агрессия в подростковом периоде развивается с большой скоростью. И. Ю. Кулагина связывает проявления агрессивного поведения подростков с тем, какие трудности в социальной адаптации испытывал подросток в условиях подростковой группы [27], т. е. такие подростки не умеют выстраивать взаимоотношения со своими сверстниками и контролировать свое нормативное поведение, связывая все это проявление с их характерными чертами характера и личностными особенностями.

И. Лалаянц, наоборот, отмечает, что агрессивное проявление подростков связано с их поведением в семье. С этой целью необходимо проводить обучение родителей современным приемам снижения агрессивного поведения подростков и использовать в работе с ними такие формы, как проведение совместной деятельности с детьми, семейных обсуждений.

Подростковая агрессия зависит от отношений в семье. Если в отношениях между членами семьи наблюдается неблагоприятная атмосфера, то это оказывает сильное влияние на психику ребенка. Сегодня СМИ активно пропагандируют агрессию, жестокость, насилие. При этом современный

кинематограф никак не опровергает это, а наоборот, поддерживает. Вся эта информация имеет весомое влияние на психику ребенка. Вот почему подростки делают выводы, что при помощи агрессии можно самоутвердиться как личности, подняться в глазах сверстников. Основной причиной возникновения агрессивной формы действия, по мнению психологов, является привлечение внимания к своей личности. Агрессия является своеобразным криком о помощи. Как правило, под маской агрессии ребенок старается скрыть все свои внутренние комплексы.

М.Ю. Мишучкова дифференцировала факторы, обуславливающие проявление агрессии подростков на следующие группы[32]:

- Медико-биологические: наследственные, врожденные и приобретённые заболевания различного рода, провоцирующие агрессию;
- Индивидуально-психические: сформировавшиеся к началу подросткового возраста особенности эмоционально-волевой и мотивационной сферы, особенности самосознания, темперамента, характера, создающие предпосылки для формирования агрессии в поведении;
- Патогенное семейное воспитание;
- Неблагополучные особенности межличностных отношений со сверстниками и другими участниками общения;
- Общие неблагоприятные факторы социокультурного развития общества.

И.А. Фурманов полагает, что агрессивное поведение подростка, как правило, бывает направленно против взрослых и родственников[52]. Оно выражается во враждебности, словесной брани, наглости, непокорности и негативизме, постоянной лжи, прогулах и вандализме. Дети с этим типом нарушений обычно даже не стараются скрыть свое антисоциальное поведение. Они часто рано начинают вовлекаться в сексуальные отношения, курить, употреблять алкоголь и наркотики. Агрессивное антисоциальное

поведение может носить форму хулиганства, физической агрессии и жестокости по отношению к сверстникам. В тяжелых случаях наблюдаются дезорганизация поведения, воровство и физическое насилие.

У многих из этих детей нарушаются социальные связи, что проявляется в невозможности установить нормальные контакты со сверстниками. Такие дети могут быть аутичными или держаться изолированно. Некоторые из них дружат с гораздо более старшими или, наоборот, более младшими, чем они, или же имеют поверхностные отношения с другими молодыми людьми.

Для большинства детей, отнесенных к агрессивному одиночному типу, свойственна низкая самооценка, хотя они иногда проецируют образ жестокости. Характерно, что они никогда не заступаются за других, даже если это им выгодно. Их эгоцентризм проявляется в готовности манипулировать другими в свою пользу, без малейшей попытки добиться взаимности. Они не интересуются чувствами, желаниями и благополучием других людей. Редко испытывают чувство вины или угрызения совести за свое бездушное поведение и стараются обвинить других. Эти дети часто испытывают фрустрацию, имеют гипертрофированную потребность в зависимости, совершенно не подчиняются дисциплине. Их недостаточная социабельность проявляется в чрезмерной агрессивности почти во всех социальных аспектах и в недостаточности сексуального торможения. Таких детей часто наказывают.

К сожалению, подобные наказания почти всегда усиливают выражение ярости, носящие дезадаптивный характер, вместо того, чтобы способствовать решению проблемы. Основной отличительной особенностью такого агрессивного поведения является одиночный, а не групповой характер деятельности.

Кроме агрессивного нарушения одиночного типа И.А. Фурманов выделяет групповой агрессивный тип. Характерной доминирующей особенностью является агрессивное поведение, проявляющееся в основном в виде групповой активности в компании сверстников обычно вне дома. Оно включает прогулы, акты вандализма, физическое насилие или выпады против других, прогулы, воровство, а также незначительные правонарушения и антисоциальные поступки[52].

Важной и постоянной динамической характеристикой такого поведения является значительное влияние группы сверстников на поступки подростков и их чрезвычайная потребность в зависимости, выражающаяся в необходимости быть членом группы. Поэтому дети с такими нарушениями обычно дружат со сверстниками. Они часто обнаруживают интерес к благополучию своих друзей или членов своей группы и не склонны обвинять их или доносить на них. Существенной особенностью нарушения поведения с непокорностью и непослушанием является вызывающее поведение с негативизмом, враждебностью, часто направленное против родителей или учителей. Эти действия, встречающиеся при других формах расстройств поведения, однако, не включают более серьезных проявлений в виде насилия над другими людьми. Диагностическими критериями для такого типа нарушений поведения являются: импульсивность, раздражительность, открытое или скрытое сопротивление требованиям окружающих, обидчивость и подозрительность, недоброжелательность и мстительность.

Дети с указанными признаками спорят с взрослыми, теряют терпение, легко раздражаются, бранятся, сердятся, возмущаются. Они часто не выполняют просьб и требований, чем провоцируют конфликты с окружающими. Пытаются обвинить других в своих собственных ошибках и трудностях. Это почти всегда проявляется дома и в школе, при

взаимодействии с родителями или взрослыми, сверстниками, которых ребенок хорошо знает.

Нарушения в виде непослушания всегда препятствуют нормальным взаимоотношениям с другими людьми и успешному обучению в школе. У таких детей часто нет друзей, они недовольны тем, как складываются взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Несмотря на нормальный интеллект, они плохо учатся в школе или совсем не успевают, поскольку не хотят ни в чем участвовать. Помимо того, сопротивляются требованиям и хотят решать свои задачи без посторонней помощи. Психологами доказано, что у агрессивного ребенка имеются нарушения в области восприятия. Данные нарушения тем более выражены, чем неоднозначней конфликтная ситуация (когда неясно, создана она непреднамеренно или намеренно). Агрессивные дети склонны приписывать окружающим дурные намерения, а неагрессивные — видят в их действиях результат собственной ошибки. К недостаточности когнитивных процессов относят: неспособность к эмпатии, ограниченность возможных стратегий преодоления конфликтов, фокусирование на конечной цели вместо обдумывания промежуточных шагов, непонимание мотивов, определяющих поступки, а также недостаточный уровень самоконтроля.

Подросток 12-14 лет стремится к бунту, желает, чтобы его заметили, о нем говорили, особенно бурно он противопоставляет себя взрослым, чтобы перегрызть пуповину детства. И если это ему удается, то можно утверждать, что подросток сам престает ощущать себя ребенком и становится взрослым. Если же его удерживать от пубертатного бунта, происходит так называемый процесс заморозки, т.е. родители, педагоги и другие воспитатели, стремясь сделать подростка милым и послушным, загоняют его в определенную поведенческую капсулу, откладывая на потом протестное поведение.

Подросток, которого таким образом «заморозили», будучи уже сформировавшимся юношей, проявит себя с негативной стороны и будет бунтовать до тех пор, пока не восстановит баланс между личностными потребностями и социальными ожиданиями.

Согласно наблюдениям норвежского ученого и педагога Д. Олвеуса, юноши чаще выступают в роли агрессоров, чем девушки. Хотя девочки демонстрируют значительно меньше агрессии и насилия, это не означает, что они вообще не замешаны в конфликтных ситуациях.

В. Хайтмайер в свою очередь, считает, что современные девочки «ликвидируют отставание» и не всегда ведут себя только корректно и «примерно». Девочки иначе втянуты в насильственные действия, чем мальчики: например, как «закулисные силы» или как «зрители, выражающие одобрение аплодисментами»[44].

Наблюдая за поведением школьников можно установить, что преимущественно девочки могут быть подлыми, коварными, хитрыми и вероломными. Они тайно высмеивают одноклассников и отрицательно высказываются о них учителям, издеваются над нелюбимыми мальчиками, называя их «слабаками» и «маменькиными сынками», высказывают пренебрежительные замечания по поводу их внешнего вида и поведения.

Если у мальчиков преимущественно доминирует физическая агрессия, то у девочек на первый план выступают косвенная агрессия и негативизм, проявляющиеся в сплетнях, «язвительных замечаниях», интригах, «пустых разговорах», «перешептываниях за спиной», «манипулировании кругом друзей и подруг» и подстрекательстве, которые иногда провоцируют физическую агрессию со стороны мальчиков.

Таким образом, девочки проецируют на юношей неосуществленные потребности во власти. Они «заставляют принимать решительные меры», «заставляют бороться», испытывая при этом чувство защищенности и

безопасности. Ответные действия с их стороны выражаются в поощрении победителя или выражении жалости к побежденному.

Агрессивное поведение, направленное против сверстников, встречается гораздо чаще, чем против взрослых. Во-первых, со сверстниками ребенок сталкивается ежедневно. Во-вторых, будучи слабым сам, он ищет жертву заведомо слабее себя, что вообще свойственно для тех, кто желает самоутвердиться. Мальчики-агрессоры доминантны. Девочки-агрессоры незаметны и изворотливы, агрессия с их стороны может проявляться в скрытой форме.

Агрессивное поведение, наблюдаемое в раннем детстве, в дальнейшем зачастую приводит к проблемам со школьной адаптацией. Упрямство, вспышки ярости, неповиновение, склочность, раздражительность, которые появляются в 4-6 лет, в «итоге мостят дорогу» к деструктивным актам, в числе которых запугивание, вандализм, прогулы и побеги в 10-13-летнем возрасте. Не получившие профессиональной психологической консультации дети, став подростками, втягиваются в криминальную деятельность и злоупотребляют токсическими веществами. Они плохо учатся и плохо принимаются сверстниками. В отличие от других у них чаще наблюдаются депрессия и бегство от реальности.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод о том, что агрессивным подросткам характерны следующие особенности:

1. Восприятие большого круга ситуаций как угрожающих и враждебных по отношению к ним;
2. Сверхчувствительность к негативному отношению к себе;
3. Не расценивание собственной агрессии как агрессивного поведения;
4. Обвинение окружающих в собственном деструктивном поведении;
5. В случае намеренной агрессии (нападение, порча имущества и т.п.) отсутствие чувства вины, либо вина проявлена очень слабо;
6. Склонность не брать на себя ответственность за свои поступки;
7. Ограниченный набор реакций на проблемную ситуацию;

8. Проявление низкого уровня эмпатии во взаимоотношениях;
9. Слабо развит контроль над своими эмоциями;
10. Слабое осознание своих эмоций, кроме гнева;
11. Страх непредсказуемости в поведении родителей;
12. Обладание неврологическими недостатками: неустойчивое, рассеянное внимание, слабая оперативная память, неустойчивое запоминание;
13. Не умение прогнозировать последствия своих действий (эмоционально застревают на проблемной ситуации);
14. Положительное отношение к агрессии, так как через агрессию получают чувства собственной значимости и силы.

Опыт работы с агрессивными подростками в школах позволяет указать еще на три важнейшие характерологические особенности подобных подростков:

1. Имеют высокий уровень личной тревожности;
2. Имеют неадекватную самооценку, чаще низкую;
3. Чувствуют себя отверженными.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что агрессивность имеет качественную и количественную характеристику. Как и всякое свойство, она имеет различную степень выраженности: от почти полного отсутствия, до ее предельного развития. Каждая личность должна обладать определенной степенью агрессивности. Отсутствие ее приводит к пассивности, конформности и т.д..

1.3. Изучение истории использования арт-терапии в психологии

Арт-терапия - метод психотерапии, использующий для лечения и психокоррекции художественные приёмы и творчество, такие как рисование, лепка, музыка, фотография, кинофильмы, книги, актёрское мастерство, создание историй и многое другое. [38]

Арт-терапия возникла в 30-е годы 20-го века. Первый урок применения арт-терапии относится к попыткам коррекции эмоционально-личностных проблем детей, эмигрировавших в США из Германии во время второй мировой войны. Первые попытки использовать арт-терапию для коррекции трудности личностного развития относятся к 30-м годам 20-го столетия, когда арт-терапевтические методы были применены в работе с детьми, испытавшими стресс в фашистских лагерях и вывезенными в США.

Впервые термин «арт-терапия» был использован Адрианом Хиллом в 1938 г. при описании своей работы с больными туберкулезом и вскоре получил широкое распространение. В настоящее время им обозначают все виды занятий искусством, которые проводятся в больницах и центрах психического здоровья, хотя многие специалисты в этой области считают такое определение слишком широким и неточным. Эффективность применения искусства в контексте лечения основывается на том, что этот метод позволяет экспериментировать с чувствами, исследовать и выражать их на символическом уровне.

В России в 1913 г. по инициативе В.М. Бехтерева был основан комитет по исследованию музыкально-терапевтических эффектов, в который вошли ряд видных врачей и представителей музыкального мира. Специальные исследования С. С. Корсакова, В. М. Бехтерева, И. М. Догеля, И. М. Сеченова, И. Р. Тарханова, Г. П. Шипулина и др. выявили положительное влияние музыки на различные системы организма человека: сердечнососудистую, двигательную, дыхательную, центральную нервную.

В Европе практика использования изобразительного творчества в лечении больных, имеющих психические расстройства, относится к началу XX в. В Великобритании такой деятельностью занимались М. Ричардсон, Дж. Дебуффе, Е. Гутман и др. Опыт использования художественного творчества в

преодолении недугов и ускорении процессов восстановления и реабилитации описан в книге А. Хилла «Изобразительное искусство против болезни» (1945). Он ввел в европейскую науку и практику термин «арттерапия» по отношению к изобразительному искусству как средству лечебного воздействия. Это словосочетание использовалось по отношению ко всем видам занятия искусством, которые проводились в больницах и центрах психического здоровья.

Прообраз современной арт-терапии сохранился в архаических формах искусства – в народном творчестве. Здесь непосредственнее всего выражена опора на символический язык «коллективного бессознательного». Склонный к символизации, человек бессознательно преобразовывал в символы предметы и формы окружающего мира и использовал эти символы, как в религии, так и в изобразительном искусстве. Первоначально арт-терапия возникла в контексте теоретических идей 3. Фрейда и К.Г. Юнга, а в дальнейшем приобретала более широкую концептуальную базу, включая гуманистические модели развития личности К. Роджерса и А. Маслоу.

В США в 1940-е гг. М. Наумбург использовала в психотерапевтической работе с детьми рисуночные техники, рассматривая выражение ребенком своих переживаний в изобразительной деятельности в качестве инструмента исследования его бессознательных процессов. [30]

В 1970-е гг. Британская ассоциация арт-терапевтов сделала первые шаги по внедрению арт-терапии в государственное здравоохранение. В это же время начинается подготовка специалистов арт-терапевтов в США и Великобритании. В 1980–90-е гг. характерным для арт-терапевтической практики является повышение ее роли в образовании, в частности, в специализированных школах.

Рассмотрение искусства как фактора психического развития детей, обоснование использования изобразительных приемов в работе с детьми в качестве психотерапевтического и психокоррекционного инструмента дается в работах Х. Рид, Е. Крамер. В России такой опыт работы представлен в работах Е.И. Бурно, Г.В. Бурковского, Р.Б.Хайкина, О.А. Карабановой и др.

Во второй половине XX в. музыкотерапия выделяется как самостоятельное направление. Оно широко практикуется в странах Европы и США. Этот период характеризуется организацией музыкально-психотерапевтических обществ и центров в Швеции, Австрии, Швейцарии, Германии, России.

В России во второй половине XX в. арт-терапия разрабатывается и используется в лечебных и коррекционных целях как в различных направлениях медицины, так и в психологии, в частности, в специальной психологии.

Интерес к использованию искусства в целях коррекции, к механизму его воздействия на человека в конце XX в. заметно вырос. Это связано с научнотехническим прогрессом (появлением аудиовизуальных средств, медицинской техники и пр.).

Обзор направлений арт-терапии содержится в работах Л. С. Брусиловского, В. Е. Рожнова, 3. Матейновой, С. Машуры, В. И. Петрушина.

В настоящее время различные виды арт-терапии представлены практически во всех странах как в медицине (при нервно-психических, соматических заболеваниях), так и в психологии (общей, медицинской, специальной), поскольку при любой структуре нарушения, так или иначе, затрагивается аффективная сфера.

Очевидно, что арт-терапия в разных странах развивается по-разному, в зависимости от специфики форм изобразительного искусства, культурных

традиций, социальных и экономических условий, систем медицинской и социальной помощи населению, традиций образования, развития институтов гражданского общества и иных факторов. Вместе с тем, есть определенные общие тенденции и закономерные стадии, связанные с оформлением и институционализацией арт-терапии в качестве узаконенной формы помогающей деятельности на основе использования творческой активности представителей разных социальных и клинических групп.

Изучение специфики развития арт-терапии в разных странах позволяет признать, что, несмотря на определенные различия, оно обычно предполагает три следующих основных этапа:

1. этап предшественников и пионеров арт-терапии;
2. этап начального становления профессиональной арт-терапии;
3. этап укрепления позиций профессиональной арт-терапии.

Хотя развитие арт-терапии в нашей стране началось позже, чем в некоторых странах, за последние 20 лет происходило укрепление ее позиций в разных сферах ее практического применения. Параллельно с этим, происходило повышение требований к эффективности и научности ее методов; формирование новых теоретических моделей арт-терапии, уделяющих большее внимание роли культурной, социальной среды, экологии, политике, организационное оформление отечественного арт-терапевтического сообщества.

На основе обобщения определений арт-терапии, содержащихся в различных отечественных и зарубежных источниках, прежде всего тех, которые отражают высокий уровень профессионализации арт-терапевтической деятельности, Копытин А.И. предлагает рассматривать арт-терапию как совокупность психологических методов воздействия, применяемых в контексте изобразительной деятельности клиента и психотерапевтических отношений используемых с целью лечения,

психокоррекции, психопрофилактики, реабилитации и тренинга лиц с различными физическими недостатками, эмоциональными и психическимирасстройствами, а также представителей групп риска.

Несмотря на тесную связь с лечебной практикой, арт-терапия во многих случаях имеет преимущественно психопрофилактическую, социализирующую и развивающую направленность, благодаря чему она может стать ценным инструментом в деятельности образовательных учреждений, реабилитационных проектах и в социальной работе. Вместе с тем внедрение методов арт-терапии в эти области должно осуществляться на основе ясного понимания того, что составляет основное содержание арт-терапевтической практики, ее цель и задачи и не должно приводить к их искажению и подмене иными, не свойственными ей формами околопрофессиональной деятельности.

Очевидно, что разные виды творческой активности могут оказывать важные психопрофилактические и развивающие эффекты. Инновационные подходы к образованию, например, могут и должны опираться на проявления творческого потенциала детей и подростков и использование его здоровьесберегающих факторов. Педагоги и школьные психологи в ходе образовательного процесса вполне могли бы осваивать такие формы взаимодействия с учащимися, которые основаны на игровой деятельности и приемах изобразительной, музыкальной, драматически-ролевой и художественно-поэтической экспрессии. Это, однако, не должно служить основанием для их перехода в плоскость терапевтической практики.

Во избежание смешивания терапевтических и образовательных компонентов в работе педагогов, авторы настоящей работы предлагают им вместо слов «арт-терапия» и «арт-терапевтический» (метод, прием, подход) использовать такие понятия, как «арт-метод» («арт-методы»), «методы,

основанные на творческой активности», «методы творческого самовыражения» и иные близкие им по содержанию определения.

Используемые в настоящее время в разных странах формы и методы арт-терапевтической работы с детьми весьма разнообразны. Основы для создания первых техник арт-терапевтической работы с детьми на Западе были заложены такими авторами, как В. Ловенфельд, Е. Кейн. Эти авторы рассматривают изобразительную деятельность ребенка в неразрывной связи с развитием его познавательной и эмоциональной сфер и видят в ней богатый потенциал для гармонизации его психики.

Классическими работами в области детской арт-терапии стали публикации Э. Крамер «Арт-терапия в сообществе детей», «Арт-терапия с детьми» и «Детство и арт-терапия». Эти книги отражают взгляды Э. Крамер на природу детского художественного творчества и его психотерапевтические возможности. Опираясь на психоаналитическое понимание процесса психического развития и творческой активности, Э. Крамер в значительной мере связывает ее терапевтические возможности с тем, что в процессе занятий ребенка рисованием происходит организация психических процессов и постепенный переход от относительно примитивных форм психической деятельности к более сложным и эффективным. Она пишет, что «изобразительная деятельность и творческий процесс предполагают развитие комплекса умений, включающих овладение изобразительными материалами таким образом, что они начинают выступать в качестве эквивалента человеческого опыта и психических процессов». Крамер описывает пять способов обращения детей с изобразительными материалами, соответствующих стадиям психического развития и совершенствования познавательных и коммуникативных навыков:

1. «предвестники» изо-деятельности, такие как создание каракулей, размазывание краски, исследование физических свойств материалов;

2. хаотическое выражение чувств – разбрызгивание, размазывание краски, удары кистью;

3. стереотипии – копирование, создание линий и простейших стереотипных форм;

4. пиктограммы, выступающие в качестве средства графической коммуникации, замещающего или дополняющего слова;

5. оформленная экспрессия – создание символических образов, обеспечивающих успешное самовыражение и коммуникацию.

Хотя применительно к подросткам, в особенности к тем, которые в силу наличия выраженных эмоциональных и поведенческих нарушений участвовать в группе не могут, индивидуальная арт-терапия признается подходящей или единственно приемлемой формой работы, групповая арт-терапия во многих случаях обладает определенными преимуществами перед индивидуальной арт-терапией, что подчеркивается в целом ряде арт-терапевтических публикаций.

Б. Книлле и С. Туана указывают, что индивидуальная арт-терапия может быть малопригодной для многих подростков из-за присущего им негативного отношения ко взрослым и социальным авторитетам. Групповая арт-терапия дает подросткам возможность самим контролировать, в какой мере доверять окружающим свои мысли и переживания и в силу этого обеспечивает их большую, чем в индивидуальной арт-терапии, психологическую защищенность.

В отличие от индивидуальной психотерапии и арт-терапии, работа в условиях арт-терапевтической группы дает подросткам ощущение большей

независимости и, тем самым, удовлетворяет их потребность в самостоятельности и защите своего личного пространства.

Групповая арт-терапия обеспечивает подросткам возможность взаимной эмоциональной поддержки в период их дистанцирования от семьи и психологического самоопределения. Большое значение для подростков имеет возможность невербального общения в арт-терапевтической группе. Иногда вербальная коммуникация, тем более при ведущей роли арт-терапевта, может приводить к усилению защит и сокрытию психологически значимого материала. Это, однако, не означает, что при проведении групповой арт-терапии вообще не следует прибегать к обсуждениям. Просто обсуждения и интерпретации должны применяться в такой форме, которая учитывала бы психологическую готовность участников и степень их доверия друг к другу и ведущему. Лучше, если при ведении подростковой группы арт-терапевт будет использовать непрямые вопросы и интерпретации.

Существует две формы арт-терапии: пассивная и активная.

При пассивной форме клиент "потребляет" художественные произведения, созданные другими людьми: рассматривает картины, читает книги, прослушивает музыкальные произведения.

При активной форме арт-терапии клиент сам создает продукты творчества: рисунки, скульптуры и т.д. Занятия по арт-терапии могут быть структурированными и неструктурированными.

При структурированных занятиях тема жестко задается и материал предлагается психологом. Как правило, по окончании занятий обсуждаются тема, манера исполнения и т.д.

При неструктурированных занятиях клиенты самостоятельно выбирают тему для освещения, материал, инструменты.

Существуют различные варианты использования метода арт-терапии:

- использование уже существующих произведений искусства через их анализ и интерпретацию клиентами;
- побуждение клиентов к самостоятельному творчеству;
- использование имеющегося произведения искусства и самостоятельное творчество клиентов;
- творчество самого психолога (лепка, рисование и др.), направленное на установление взаимодействия с клиентом.

Методами арт-терапии являются: рисование, ваяние, моделирование с бумагой, красками, деревом, камнем, образные разговоры, написание рассказов, пение, музыка, выразительное движение тела и т.д.

Рассмотрим основные направления арт-терапии, появившиеся сравнительно недавно[24]:

- Изотерапия – лечение с помощью рисования, изобразительного искусства. Клиенту предлагается воспользоваться кистями и красками, карандашами, иногда – фломастерами, мелками, ручками;
- Мандалотерапия – терапия с использованием мандал. Клиенту предлагают создать мандалу – нарисовать ее, сплести из цветных ниток, создать насыпную с помощью песка и т.д.;
- Музыкотерапия – направление арт-терапии, подразумевающее лечение при помощи музыки. Так, человеку могут предложить прослушать готовую музыку, проиграть ее, или же создать собственные ритмы;
- Песочная терапия – терапевтическая работа с использованием потенциала песка. Клиент создает картины, проигрывает сюжеты в песочнице;
- МАК – психологическая работа с применением метафорических ассоциативных карт. Они хорошо помогают сделать выбор, найти неожиданное решение, взглянуть на ситуацию со стороны;

- Сказкотерапия – терапия с помощью метафоры в сказках, легендах, мифах. Клиенту предлагается прочесть и проанализировать готовую сказку, переписать ее часть, или сочинить свою сказку под запрос;
- Тканевая терапия – терапевтическая работа с тканями. В данном случае человек создает композиции при помощи разных типов тканей;
- Библиотерапия – целебное воздействие чтением или другой формой работы с текстом. Здесь человек читает знакомые и незнакомые тексты, выбирает значимые для него слова, составляет послания из этих слов и т.д.;
- Куклотерапия – лечение при помощи различных кукол. Клиенту предлагается изготовить собственную куклу из различных материалов;
- Коллажирование – лечение с помощью создания коллажей. Бумага, вырезанные картинки превращаются в карту желаемого;
- Кинотерапия – терапия с помощью кино и видеороликов. Клиенту предлагается просмотреть ролики, потом идет обсуждение и переосмысление важных для клиента ценностей;
- Фототерапия – лечение с использованием терапевтических возможностей фотографии, для развития и личностного роста человека. Подразумевает работу с фотографиями, своими и чужими;
- Тестопластика – лечение при помощи работы с пластичными материалами: соленым тестом, глиной, пластилином.

Арт-терапевтические занятия проводятся двумя способами. В первом случае клиенту предоставляется возможность изготовить поделку из конкретного материала по собственным рисункам на определенную тему. При этом удается увидеть удивительные необычные сочетания цветов, своеобразную форму, самобытное выражение сюжета. Арт-терапия позволяет получить в этом случае дополнительный диагностический материал, свидетельствующий о проблемах клиента.

Второй вариант - неструктурированное занятие. Клиенты сами выбирают тему, материал, инструменты. В конце занятий проводится обсуждение темы, манеры выполнения и т.д.

Многими авторами подчеркивается роль арт-терапии в повышении адаптационных способностей клиентов в повседневной жизни.

Выводы по первой главе:

Изучив подходы к рассмотрению агрессии, мы пришли к выводу, что под агрессией мы понимаем любую форму поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Агрессия подростков в современном мире в равной степени встречается как среди девочек, так и среди мальчиков. Агрессивное поведение против сверстников встречается среди подростков гораздо чаще, чем против взрослых.

Арт-терапия - метод психотерапии, использующий для лечения и психокоррекции художественные приёмы и творчество, такие как рисование, лепка, музыка, фотография, кинофильмы, книги, актёрское мастерство, создание историй и многое другое. В настоящее время существует множество разнообразных методов арт-терапии и не прекращают появляться новые. Примерами арт-терапии, активно используемыми в работе психологов являются изотерапия, песочная терапия, коллажирование, куклотерапия, музыкотерапия, кинотерапия, фототерапия, библиотерапия и т.д.

ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Характеристика выборки, описание методик и результатов исследования

Исследование проводилось на базе МАОУ СОШ №125 города Екатеринбурга. В исследовании приняли участие 80 учащихся седьмых классов. Среди них 49 мальчиков и 31 девочка, возраст испытуемых варьируется от 13 до 14,5 лет. Исследование проводилось в феврале 2018 года и состояло из трёх этапов:

1 этап. (Констатирующий эксперимент) мы замеряли уровень агрессивности у 80 подростков 7-х классов. Для решения этой задачи был применен эмпирический психодиагностический метод, а именно стандартизированная психодиагностическая методика: опросник Басса-Дарки на выявление особенностей агрессивности подростков. В результате данного этапа была сформирована выборка респондентов с высоким уровнем агрессивности. Методом рандомизации данная группа испытуемых была разделена на две подгруппы: экспериментальную и контрольную.

2 этап. (Формирующий эксперимент) была осуществлена реализация в экспериментальной группе специальной коррекционно – развивающей программы, направленной на нивелирование агрессивного поведения подростков методами арт-терапии.

3 этап. Была осуществлена организация и проведение контрольного эксперимента, где был использован тот же диагностический инструментарий, что и на этапе констатирующего эксперимента. Основная цель данного этапа – определение эффективности коррекционной программы с помощью методов математической статистики.

Цель: изучение эффективности применения арт-терапевтических методов при нивелировании агрессивности подростков.

Исходя из цели исследования, нами были поставлены эмпирические задачи:

1. Определить уровень агрессивности подростков (учеников 7 класса школы №125);
2. Выявить подростков с высоким уровнем агрессивности и сформировать две группы: экспериментальную и контрольную.
3. Реализовать программу нивелирования агрессивности подростков методами арт-терапии.
4. Провести коррекционную работу с экспериментальной группой подростков.
5. Провести повторную диагностику уровня агрессивности в двух группах детей (экспериментальной и контрольной);
6. Оценить динамику уровня агрессивности в двух группах подростков;
7. Сделать выводы об эффективности программы нивелирования агрессивности подростков методами арт-терапии с помощью статистической обработки результатов исследования.

Опросник Басса-Дарки

Цель: диагностика форм агрессивных и враждебных реакций.

Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый должен ответить "да" или "нет". Ответы оцениваются по восьми шкалам (Физическая агрессия (ФА), Косвенная агрессия (КА), Раздражение (Р), Негативизм (Н), Обида (О), Подозрительность (П), Вербальная агрессия (ВА), Чувство вины (ЧВ)). Обработка результатов производится с помощью ключа. По числу совпадений ответов с ключом подсчитываются индексы различных форм агрессивности и враждебных реакций, а также общий индекс агрессивности и индекс враждебности[15].

2.2 Описание программы по нивелированию агрессивности у подростков средствами арт-терапии

Программа нивелирования агрессивности подростков методами арт-терапии

Цель: развитие способности к самоконтролю эмоциональных проявлений, отражающих агрессивную направленность поведения.

Задачи:

1. Снижение эмоционального напряжения;
2. Снижение уровня личной тревоги;
3. Развитие позитивной самооценки;
4. Развитие умения взаимодействовать с окружающими людьми;
5. Снижение уровня агрессивности.

Возраст участников: 13-14 лет;

Форма организации занятий: психологический треннинг в группе подростков с элементами арт-терапии;

Объект: группа подростков;

Оптимальное число участников: 8-10 человек;

Продолжительность занятия: 1 час;

Общий объём программы: 10 часов (10 занятий).

Этапы работы:

1. Подготовительный этап. (Занятие №1. Создание благоприятных условий для работы тренинговой группы, вызвать у подростков интерес, желание быть активными; ознакомить с правилами взаимодействия во время тренинга)

2. Основной этап. (Занятие№2- Занятие№9. Используются различные формы проведения занятий с использованием методов арт-терапии - тренинги на снижение уровня агрессивности, на борьбу с тревожностью, формирование навыков саморегуляции.)

3. Заключительный этап. (Занятие №10. Подведение итогов.)

Данная программа носит компилятивный характер. На основе изучения литературных источников, коррекционных программ по нивелированию агрессивности подростков методами арт-терапии (Е.И. Гончаренко, И.В. Сапрыкина, В.А. Юдина, Копытин А.И., Свистовская М.А.), а также с учетом психологических особенностей подростков была составлена программа коррекционных мероприятий нивелирования агрессивности подростков

методами арт-терапии (Программа с использованием элементов арт-терапии в коррекционно-развивающей работе с девиантными подростками «Эффект ДЕЖАВЮ»; Программа групповых развивающих занятий для подростков с элементами арт-терапии; Арт-терапевтической тренинг творческой коммуникации.)

Планируемый результат: по нашему мнению, данная программа поможет подросткам в повышении самооценки, уверенности в себе, осознании и выражении собственных чувств. Она способствует снижению уровня агрессивности, развитию умения выходить из конфликта альтернативным агрессии путём, учит подростков контролю над своим поведением и использованию методов саморегуляции.

Таблица 1

Название и цель каждого занятия и список использованных упражнений

№	Название занятия	Цель	Упражнения
1	«Затерянный мир»	Установление контакта с подростками, создание положительной мотивации к предстоящему циклу занятий	1. Ритуал приветствия; 2. "Каракули"; 3. "Метафоричный автопортрет"; 4. Рефлексивный анализ.
2	«Цветные звуки моего тела»	Побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношений и эмоциональных реакций.	1. Разогрев; 2. Техника "Цветные звуки моего тела"; 3. Рефлексия.
3	Арт-занятие "Рисуем маски"	Создание условий для включения личности в процесс самопознания, осознания участниками своего реального и идеального Я, отношения к себе, своих сильных и слабых сторон, повышение самооценки.	1.Визуализация "Маскарад"; 2. "Маски"; 3. "Два письма".
4	"Все грани	Отработка навыков	1. "Здесь и сейчас";

	моего Я"	невербальной коммуникации, эмоциональный подход к заданной теме, развитие креативности, формирование установки на взаимопонимание, развитие навыков рефлексии, повышение самооценки.	2. "Коллаж"; 3. Упражнение "Избавимся от комплексов".
5	"Парное рисование"	Развитие саморегуляции, умения работать по правилам, навыков коструктивного взаимодействия, умения понимать собеседника, совместно работать и договариваться для достижения единого результата, снятие психоэмоционального напряжения, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.	1.Упражнение «Вместе с тобой…»; 2.Арт-терапевтическое упражнение «Парное рисование»; 3.Групповая рефлексия по итогам занятия.
6	"Глазами группы"	Развитие самосознания, самоинтереса, эмпатии, творческого мышления, креативности. Снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие оригинальности, ассоциативности мышления, повышение самооценки, развитие навыка рефлексии.	1.Упражнение «Пожелания по кругу»; 2.Арт-терапевтическое упражнение «Мой портрет глазами группы»; 3. Рефлексия.
7	"Превратности жизни"	Осознание собственных переживаний и эмоциональных состояний, развитие творческого мышления. Познание своего «Я», снижение уровня	1.Упражнение «Передай эмоцию по кругу»; 2.Арт-терапевтическое упражнение «Превратности жизни»; 3. Рефлексия.

		тревожности.	
8	"Мой внутренний мир"	Формирование представления о себе; осознание и выражение своих чувств, развитие творческого мышления, креативности. Выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, ассоциативности мышления.	1.Упражнение «Ассоциации»; 2.Арт-терапевтическое упражнение «Карта моего внутреннего мира»; 3. Рефлексия.
9	"Сон куклы"	Спонтанное самовыражение, повышение уверенности в себе, развитие креативности, творческого мышления. Снижение уровня тревожности, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, фантазии.	1.Упражнение «Коллективный счет»; 2. Арт-терапевтическое упражнение «Кукла из бумаги»; 3. Рефлексия.
10	"Отдарок на подарок"	Отработка чувства благодарности другим людям, развитие творческого мышления. Анализ и обобщение опыта изменений	1. Упражнение «Желанный подарок»; 2. Арт-терапевтическое упражнение «Отдарок на подарок»; 3. Рефлексия.

На констатирующем этапе эксперимента проведён анализ результатов, полученных с помощью диагностики. Результаты диагностики уровня агрессивности подростков по опроснику Басса-Дарки представлены в Приложении 1, таблице 2 и рис. 1 - рис. 4:

Таблица 2

Таблица средних значений по показателям методики опросник Басса-Дарки

ФА	КА	Р	Н	О	П	ВА	ЧВ
4,9	**5,2**	**5,9**	**2,9**	**4,1**	**5,8**	**7,3**	**5,2**

Средние показатели агрессивности по опроснику Басса-Дарки представлены на рис.1:

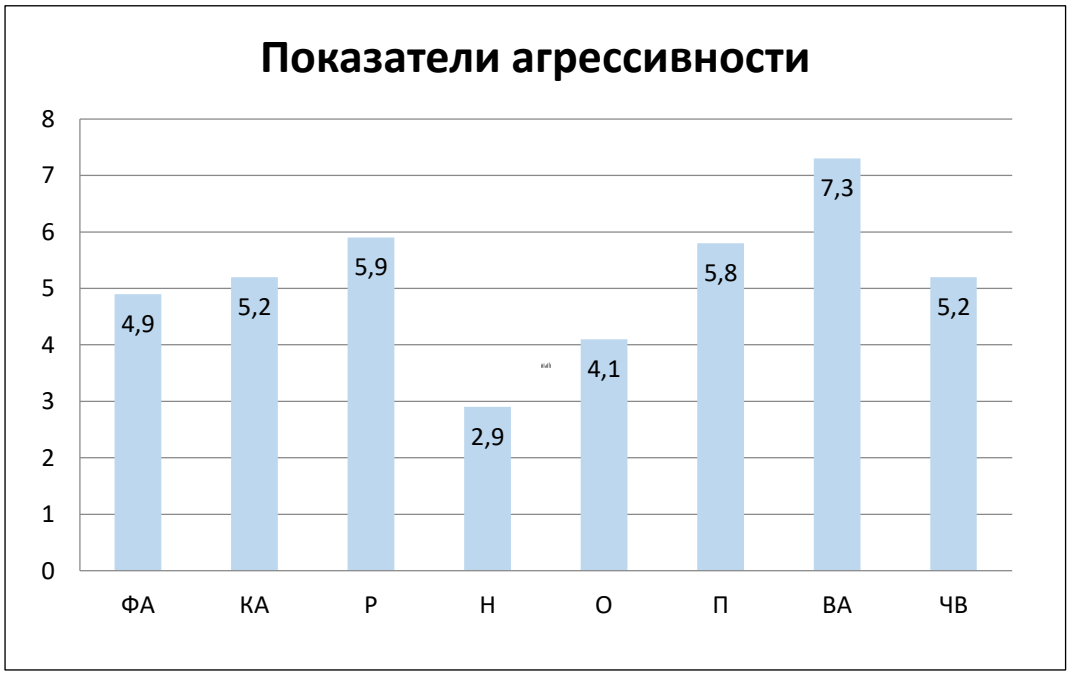

Рис. 1. Результаты диагностики по опроснику Басса-Дарки

Индекс враждебности включает в себя шкалы "обида" и "подозрительность", а индекс агрессивности включает в себя шкалы "физическая агрессия", "раздражение" и "вербальная агрессия". Результаты диагностики индекса враждебности и индекса агрессивности представлены на рис. 2:

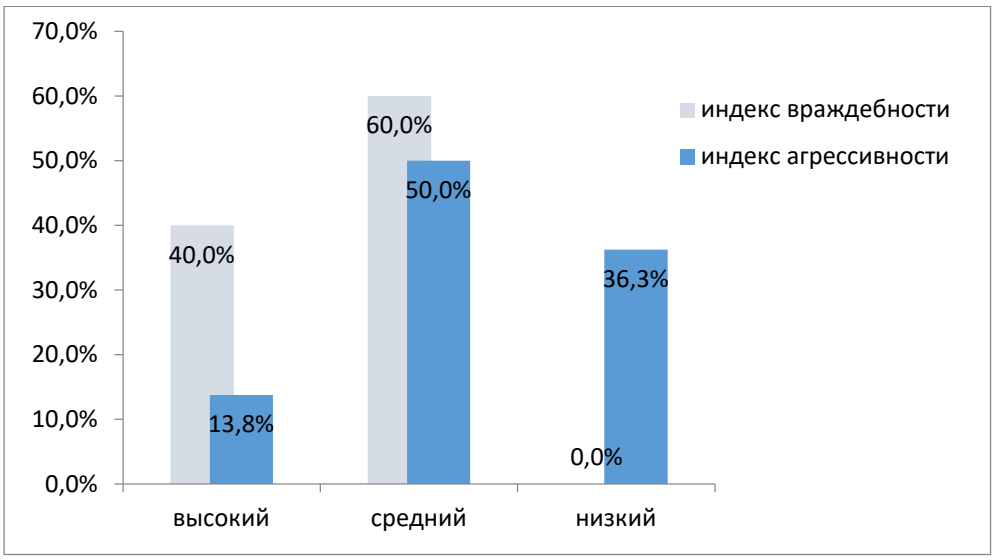

Рис. 2. Результаты диагностики по опроснику Басса-Дарки

У испытуемых, по индексу враждебности выявлено два уровня агрессивных реакций - высокий и средний. Высокий уровень был выявлен у 40% (32 уч.) испытуемых, а средний - у 60% (48 уч.). Подростки с высоким уровнем по индексу враждебности отмечают, что легко раздражимы и их часто охватывает чувство ярости. Также, они обращают свое внимание на то, что часто не могут справиться с желанием причинить вред другим людям, что является целью защиты себя и своих интересов. Примечательно то, что не было выявлено подростков с низким уровнем агрессивных реакций по индексу враждебности. Что наталкивает нас на вывод о том, что современный подросток хоты бы раз сталкивался с чувством зависти или ненависти к другим людям, с которым ему было бы трудно справиться.

По индексу агрессивности было выявлено три уровня агрессивных реакций - высокий, средний и низкий. Испытуемых с высоким уровнем индекса агрессивности было выявлено 13,8% (11 уч.), со средним уровнем - 50% (40 уч.), а с низким - 36,3% (29 уч.). Подростки с высоким уровнем индекса агрессивности отмечают, что периодически испытывают желание причинить вред окружающим, а также используют физическую силу против

другого человека. Они утверждают, что довольно часто испытывают злость, ненависть, раздражение к обидчикам.

На основании полученных результатов можно сделать вывод о том, что среди 80 испытуемых преобладающее большинство имеет средний уровень агрессивности. Исходя из этого была выявлена группа из 20 учащихся с высоким и выше среднего уровнями агрессии. Для сравнения результатов эффективности психолого-педагогической программы методом рандомизации данная группа испытуемых была разделена на две подгруппы по 10 человек: экспериментальную и контрольную. На первой, в рамках формирующего эксперимента, осуществлялась реализация коррекционно-развивающей программы, направленной на нивелирование агрессивности подростков методами арт-терапии.

По каждой шкале был выявлен уровень коэффициентов ответов испытуемых - высокий, средний и низкий. Рассмотрим их на рис. 3- рис.4:

Рис. 3. Данные высокого уровня по каждой шкале опросника Басса-Дарки

По шкале "Вербальная агрессия" было выявлено больше всего ответов высокого уровня, и это указывает нам на то, что вербальная агрессия проявляется наиболее ярко в процессе жизнедеятельности испытуемых.

Можно сделать вывод о том, что испытуемые часто переходят к использованию грубых слов, хамству, вызывающему поведению.

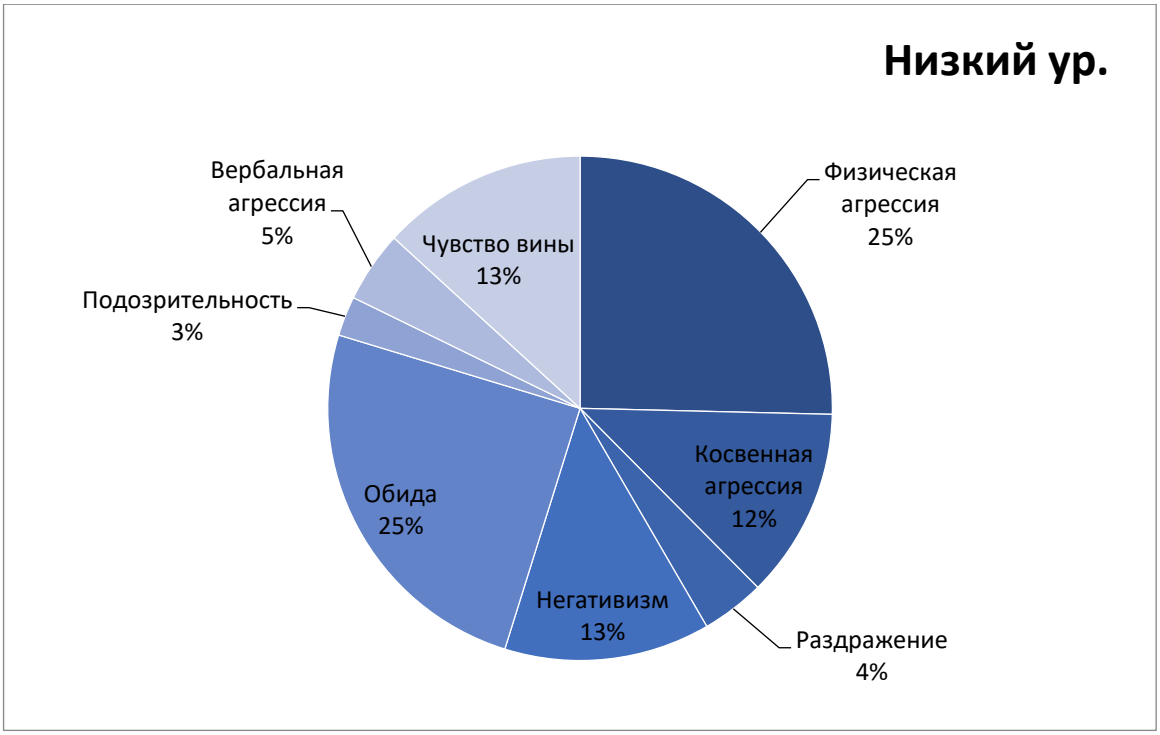

Рис. 4. Данные низкого уровня по каждой шкале опросника Басса-Дарки

Можно отметить, что максимальное количество процентов по данным низкого уровня набрали такие шкалы как "Физическая агрессия" и "Обида". Из этого можно сделать вывод о том, что подростки реже всего стараются прибегать к дракам, физическому насилию, а также, что большинство из них не часто чувствуют в себе проявления таких качеств как зависть, обида или же ненависть.

2.3 Результаты контрольного эксперимента

После того как нами была проведена программа нивелирования агрессивности подростков методами арт-терапии, мы провели контрольный эксперимент, в котором совершили повторное измерение уровня агрессивности, используя тот же диагностический инструментарий, что и на этапе констатирующего эксперимента: опросник Басса-Дарки на выявление особенностей агрессии подростков.

В таблице 3 приведены средние результаты, полученные после проведения повторной диагностики по опроснику Басса-Дарки:

Таблица 3

Шкала	**Группа**			
	Экспериментальная		**Контрольная**	
	До	**После**	**До**	**После**
ФА	5	4,9	6,2	6,2
КА	5,3	5,3	5	5
Р	7,2	6,4	6,2	6,3
Н	2,8	2,8	3,1	3,1
О	5,6	4,4	5,4	5,8
П	7,2	4,9	7	7,1
ВА	8,8	7,7	9,1	9
ЧВ	5,9	5,9	5,5	5,5

Результаты каждого испытуемого из экспериментальной и контрольной групп представлены в приложении 3 и приложении 4.

Графическая динамика результатов диагностики экспериментальной группы по методике Басса-Дарки до и после программы представлена на рис.5, а динамика контрольной группы представлена на рис.6:

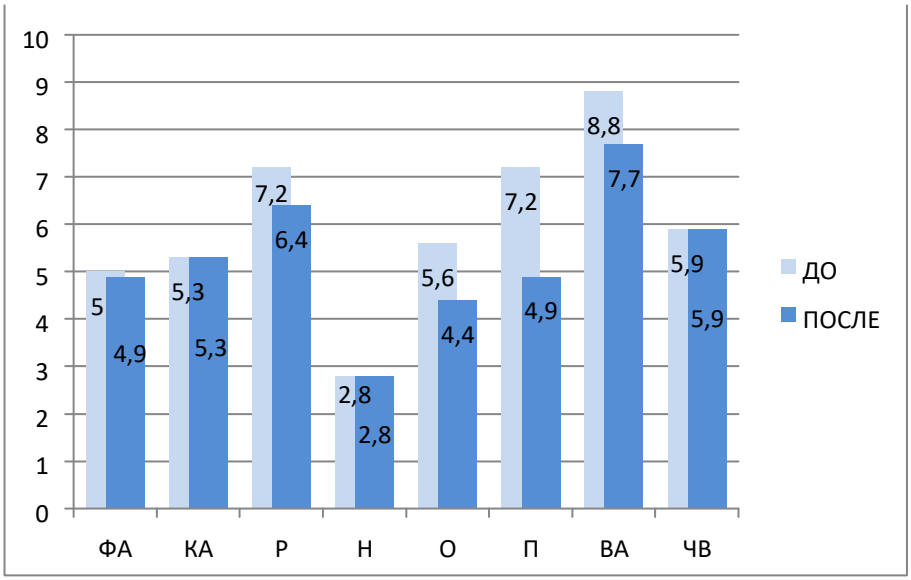

Рис. 5. Динамика результатов экспериментальной группы по опроснику Басса-Дарки до и после проведения программы

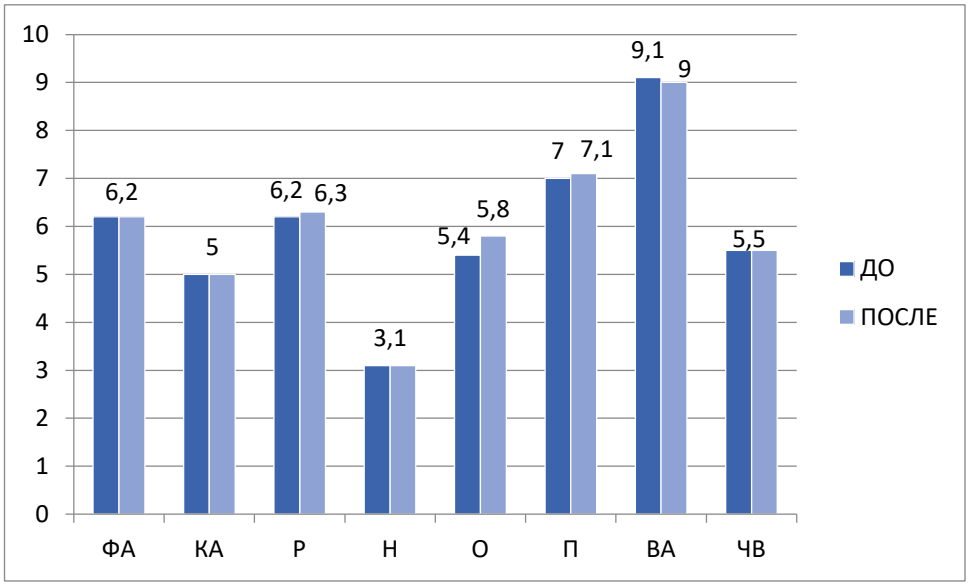

Рис. 6. Динамика результатов контрольной группы по опроснику Басса-Дарки до и после проведения программы

Для сравнения рассмотрим динамику результатов контрольной и экспериментальной групп после проведения программы на рис. 7:

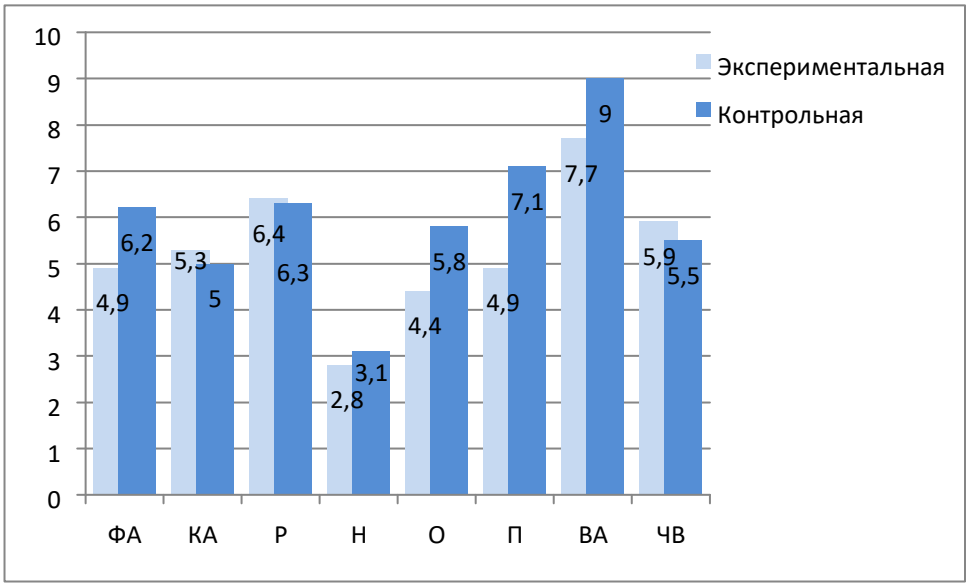

Рис. 7. Результаты экспериментальной и контрольной групп по опроснику Басса-Дарки после проведения методики

Анализируя полученные данные, мы пришли к выводу о том, что после проведения программы у подростков из экспериментальной группы снизились проявления агрессивности. Им стало менее свойственно проявлять физическую и вербальную агрессию, демонстрировать импульсивность, вспыльчивость негативизм или обиду.

Исходя из анализа полученных данных можно сделать вывод, что у большинства испытуемых экспериментальной группы наметилась тенденция к снижению уровня агрессивности. Следовательно, можно сказать о том, что коррекционная программа, направленная на нивелирование агрессивности подростков методами арт-терапии имела смысл.

Подтвердим полученные результаты с помощью метода математической статистики. Подвергнем статистической обработке результаты диагностики по опроснику Басса-Дарки.

В качестве метода математико-статистической обработки мы использовали U-критерий Манна-Уитни, который является не параметрическим, т.к. по произведенным расчётам асимметрии и эксцесса, распределение значений в наших выборках не соответствует нормальному

(таблица 5). Подсчет производился с помощью компьютерной обработки Statistica 6.0.

В таблице 4 представлены результаты уровня значимости различий по U-критерию Манна-Уитни в экспериментальной и контрольной группах.

Таблица 4

Достоверность различий по U-критерию Манна-Уитни в контрольной и экспериментальной группах.

U-критерий Манна-Уитни				
Параметры	Достоверность различий		Критические значение	
	Экспериментальная группа	Контрольная группа	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Индекс враждебности	6 (зона значимости)	36,5 (зона незначимости)	$p \leq 0.01 = 19$ $p \leq 0.05 = 27$	$p \leq 0.01 = 19$ $p \leq 0.05 = 27$
Индекс агрессивности	9 (зона значимости)	47,5 (зона незначимости)	$p \leq 0.01 = 19$ $p \leq 0.05 = 27$	$p \leq 0.01 = 19$ $p \leq 0.05 = 27$

Полученные в результате статистического анализа значения дают нам основания утверждать, что наша гипотеза о том, что коррекционно-развивающая программа будет способствовать нивелированию агрессивности подростков: обучению контроля и управления гневом, развитию эмпатии, формированию конструктивных способов взаимодействия с окружающими, навыков саморегуляции своего поведения подтверждается.

Произведенные расчёты асимметрии и эксцесса показывают, что распределение значений в наших выборках не соответствует нормальному (таблица 5).

Таблица 5

Значения асимметрии и эксцесса у экспериментальной группы

Критерии	Название	Эмпирическое значение	Критическое значение
Индекс враждебности	Асимметрия	1,354465	1,23
	Эксцесс	1,622967	1,43
Индекс враждебности	Асимметрия	1,112343	1,23
	Эксцесс	1,465148	1,43

Значения асимметрии и эксцесса у контрольной группы

Критерии	Название	Эмпирическое значение	Критическое значение
Индекс враждебности	Асимметрия	1,454465	1,23
	Эксцесс	1,721967	1,43
Индекс враждебности	Асимметрия	1,442343	1,23
	Эксцесс	1,545143	1,43

Таким образом, обобщая данные, мы можем говорить о том, что различия в уровне выраженности агрессивности на констатирующем и контрольном этапах исследования, а также показатели сдвига значений в экспериментальной и контрольной группах не случайны. Это может являться результатом проведения коррекционной работы в экспериментальной группе.

Вывод по главе 2

В ходе проведения диагностики на наличие агрессивности подростков, нами было выявлено, что такие проявления имеются среди значительного количества испытуемых. Для коррекции агрессивного поведения нами была реализована коррекционная программа по нивелированию агрессивности подростков методами арт-терапии.

Целью программы являлось снижение агрессивности подростков. Программа состояла из десяти занятий, каждое из которых имело свою цель, направленную на нивелирование агрессивности подростков. В основе занятий лежали арт-терапевтические методы, а также были применены методы дискуссия, беседа, работа в парах.

Анализ данных, полученных в процессе диагностики до и после проведения коррекционной программы, указывает на то, что проведённая программа способствовала снижению уровня агрессивности подростков. Проведенный статистический анализ подтвердил достоверность полученных результатов. Из этого следует, что под воздействием коррекционной работы у испытуемых снизились проявления агрессивности. Можно полагать, что подросткам стало менее свойственно демонстрировать импульсивность, вспыльчивость, склонность использовать ругательства или выражать агрессию косвенно, что говорит об эффективности проведения коррекционной программы.

Следовательно, проведенная коррекционная работа способствует нивелированию агрессивного поведения подростков. Гипотеза, выдвигаемая нами в начале исследования, подтвердилась.

Заключение

Проблема агрессивности является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии. На сегодняшний день в психологии и педагогике проблема личностного развития подрастающего поколения является все более актуальной в связи с высоким темпом жизни, информатизацией, кризисом современной семьи, что неизбежно влияет на особенности психоэмоционального развития подростков.

Подростковая агрессивность способствует росту преступности, неуважению старших поколений, агрессивному отношению к сверстникам. Также, тревожным сигналом является заметный рост количества подростковых девиантных групп, проявлениями которых являются асоциальные действия, вандализм, алкоголизм, наркомания и т.д.. Все эти проявления приводят к острым социальным проблемам.

В данной работе, согласно цели и задачам исследования, были изучены особенности агрессивности в подростковом возрасте. В теоретической части исследования нами рассмотрены такие аспекты заявленной темы как Психологические аспекты изучения агрессивности в трудах отечественных и зарубежных учёных, психологическая Изучение истории использования арттерапии в психологии, Психолого-педагогическая характеристика агрессивных подростков.

Исследование литературных источников показало, что проблема агрессивности в подростковом возрасте является актуальной и требующей к себе достаточного внимания, поскольку в этот период формируется нравственная основа поведения, ценностные ориентиры, развивается социальная компетентность. Нами было проведено психологическое обследование подростков с использованием ОпросникаБасса-Дарки на выявление агрессивных и враждебных реакций подростков.

Анализ результатов исследования показал, что подросткам в большей степени свойственны такие особенности как импульсивность, вспыльчивость, склонность использовать ругательства или выражать агрессию косвенно, окольным путем, не напрямую. В то же время настороженность, подозрительность, обособленность в поведении также были свойственны испытуемым.

Полученные результаты диагностики выявили необходимость реализации коррекционно - развивающей программы по нивелированию агрессивности подростков методами арт-терапии. Анализ результатов после проведения программы профилактики показал, что уровень агрессивности подростков снизился, а это свидетельствует об эффективности проведенной программы.

Подводя итог проделанной работы, можно говорить о том, что выдвинутая нами исследовательская гипотеза нашла свое эмпирическое подтверждение. Проведенные коррекционные занятия могут быть эффективными средствами для снижения и профилактики агрессивности.

Список литературы

1. Абрамова А.А., Кузнецова С.О. Влияние условий обучения на проявление агрессивности у подростков // Тюменский медицинский журнал. 2012. № 1. С. 4.
2. Авдулова, Т.П. Агрессивный подросток: книга для родителей [Текст] / Т.П.Авдулова. - М.: Академия,2008.- 128с.
3. Аверин В. А. Психология детей и подростков: Уч. пос. - СПб., 1998.
4. Агрессия у детей и подростков: Учебное пособие / Под ред. Н. М. Платоновой. — СПб.: Речь, 2006. — 336 с.
5. Агронина Н.И., Баркова В.Л., Краснова Н.П. Взаимосвязь видов агрессии с характерологическими свойствами личности / Актуальные проблемы социально-гуманитарного и научно-технического знания. 2014. № 2 (3). С. 50-55.
6. Андрюшина, Л.О. Психологическая профилактика агрессивного поведения школьников-подростков /Л.О. Андрюшина // Дис. ... канд. психол. наук. - Тверь, 2009. – 202 с.
7. Андрюшина, Л.О. Психологическая профилактика агрессивного поведения школьников-подростков /Л.О. Андрюшина // Дис. … канд. психол. наук. — Тверь, 2009. — 202 с.
8. Базарова Е.Н., Молчанова Е.В. Социальные аспекты агрессивного поведения / Социальные аспекты здоровья населения. 2011. Т. 22. № 6. С. 13.
9. Бандура, А. Подростковая агрессия / А.Бандура, Р.Уолтерс. - М.: ВЛАДОС, 2007. – 345с.
10. Берковиц, Л. Агрессия. Причины, последствия и контроль /Л. Берковиц. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2011. – 510 с.
11. Бетенски, М. Что ты видишь. Новые методы арт-терапии / М.Бетенски. - - М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. – 256 с.
12. Бэрон, Р, Рчардсон, Д, Агрессия [Текст] - СПб.: - Питер,2001.-352.

13. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми: Пер. с нем. – М.: Педагогика, 1991. – 144 с.

14. Волков Б. С. Психология подростка.- М., 2001.

15. Диагностики эмоционально-нравственного развития / Ред. и сост. И.Б. Дерманова. - СПб.: Издательство "Речь", 2002. - с. 80-84.

16. Долгова В.И., Капитанец Е.Г. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков // Челябинск: АТОКСО. - 2010. – 109 с.

17. Дроздов, А.Ю. Агрессивное поведение молодежи в контексте социальной ситуации /А.Ю. Дроздов // Соц.Из. 2010. № 4. – С.31-34.

18. Ениколопов, С.Н. Понятие агрессии в современной психологии /С.Н. Ениколопов // Прикладная психология. 2009. № 1. – С. 60-71.

19. Жигалина Е.В. Агрессия в подростковом возрасте // Вестник Науки и Творчества. 2016. № 2 (2). С. 26-29.

20. Журавлев, В.С. Почему агрессивны подростки /В.С. Журавлев// СоцИс. - 2001. - № 2. - С.18-19.

21. Зинкевич-Евстигнеева,Т.Д., Грабенко,Т.М. Практикум по креативной терапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. – СПб.: Речь, 2012. – 359 с.

22. Киселева, М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе / М.В. Киселева. – СПб.: Речь, 2007. –156 с.

23. Ковалев П. А. Возрастно-половые особенности отражения в сознании структуры собственной агрессивности и агрессивного поведения: Автореф. дис. канд. наук. — СПб., 1996.

24. Копытин А.И. Основы арт-терапии. СПб.: Лань, 1999.

25. Копытин А.И., Свистовская М.А. Арт-терапия детей и подростков.- М.: 2001

26. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. М.,2004.

27. Кулагина И. Ю. Возрастная психология: полный жизненный цикл развития человека / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. — М.: ТЦ «Сфера», 2002. — 464 с.

28. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб.: Речь, 2003.

29. М.Ю. Мишучкова, ФАКТОРЫ, ОБУСЛОВЛИВАЮЩИЕ ПРОЯВЛЕНИЕ АГРЕССИИ ПОДРОСТКАМИ/ Вестник ТвГУ. Серия "Педагогика и психология". 2011. Выпуск 2. С. 70-75

30. Мадонова, Е.Н. Арт-терапия в решении задач психологической коррекции / Е.Н.Мадонова // Журнал прикладной психологии. – 2005. - №5. - С. 26-39.

31. Мауро М. Использование арт-терапии в формировании идентичности подростка // Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И. Копытина. СПб.: Питер, 2000. С. 175–196.

32. Мишучкова М.Ю. Факторы, обуславливающие проявление агрессии подростками // Вестник Тверского государственного университета. – Тверь: изд-во: Тверской государственный университет. – 2011. - №2. – С. 70-75.

33. Мурадова, В.И. Агрессивное поведение современных подростков / Молодой ученый.- 2016. №15,с.413 - 415.

34. Мэрфи Д., Пейсли Д., Пардоу Л. Арт-терапевтическая группа для импульсивных детей // Арт-терапия – новые горизонты / Под ред. А.И. Копытина. М.: Когито-центр, 2006. С. 160–182.

35. Овчарова Р. В. Практическая психология образования. М., ACADEMA, 2003. – 448 с.

36. Плотникова, Н. М. Агрессия детей и подростков [Текст] / Н.М.Плотникова. – СПб: Книжный мир, 2004. – 167 с.

37. Профилактика агрессивных и террористических проявлений у подростков. Метод пос. /Под ред. Соковни И. В.— М., 2002.

38. Психологический словарь / Под ред. В. П. Зинченко, Б. Г Мещерякова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Педагогика-Пресс, 1999. – 40 с.

39. Психология подростка. Хрест.//под ред. Ю. А. Фролова. - М., 1997.

40. Психология подросткового возраста / Авт.-сост. Д. А. Донцов, М. В. Донцова, Г. В. Сухова, О. В. Матвеева.–Тула: Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л. Н. Толстого, 2011.– 134 с.

41. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс, К. Долджин. - СПб.: Питер, 2011. - 816 с.

42. Ранняя профилактика девиантного поведения детей и подростков (девиантология) / Под ред. Фоминой А. Б. М., Педагогическое общество России, 2003.

43. Реан А. А. Агрессия в структуре поведения возбудимой и демонстративной личности.//Ананьевские чтения - 1997. №2.

44. Реан А.А., Трофимова Н.Б. Гендерные различия структуры агрессивности у подростков // Актуальные проблемы деятельности практических психологов. - 2002. - № 3. :

45. Рили Ш. «Современная арт-терапия подростков»

46. Румянцева Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии [Текст] / Т.Г. Румянцева // Вопросы психологии. 1991 № 1 С. 81–88.

47. Саблина Н.А. Гендерные различия психологических коррелятов агрессивности в подростковом возрасте.//Вопросы психологии. 2002 №2.

48. Смирнова Т.П. «Психологическая коррекция агрессивного поведения детей» Ростов н/Д.: Феникс,2005.

49. Сурова Е. В. Особенности проявления агрессии у современных подростков: опыт изучения // Молодой ученый. — 2018. — №6. — С. 154-157. — URL

50. Трошина, Н.В. Изучение девиантного поведения подростков современного «общества риска»// Альманах «Продуктивное образование»: формирование картины мира ребенка и его педагогическое сопровождение: Матер. международ. науч.-практич. конференции 1-3

февраля 2012г. / под ред. Е.А. Александровой, М.П. Зиновьевой. М.: Экшен, 2012. Вып. 14. Ч.2.

51. Фрейд З. Психология бессознательного [Текст] / З. Фрейд. – М., 1989. – 192 с.

52. Фурманов, И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция /И.А. Фурманов. - Минск: Ильин В.П., 1996. - 192 с.

Приложение 1

Таблица сводных результатов агрессивности подростков по опроснику Басса-Дарки

№	Индекс враждебности	Индекс агрессивности	Общий уровень
1	10 (средний)	15 (низкий)	Ниже среднего
2	8 (средний)	18 (средний)	Средний
3	18(высокий)	28(высокий)	Высокий
4	8 (средний)	16 (низкий)	Ниже среднего
5	10 (средний)	5 (низкий)	Ниже среднего
6	8(средний)	25 (средний)	Средний
7	9 (средний)	17 (средний)	Средний
8	10 (средний)	19 (средний)	Средний
9	9 (средний)	21 (средний)	Средний
10	9 (средний)	20 (средний)	Средний
11	13(высокий)	28(высокий)	Высокий
12	9 (средний)	24 (средний)	Средний
13	13(средний)	15 (низкий)	Средний
14	10 (средний)	11 (низкий)	Ниже среднего
15	8 (средний)	22 (средний)	Средний
16	11(высокий)	10 (низкий)	Средний
17	8 (средний)	14 (низкий)	Ниже среднего
18	8 (средний)	10 (низкий)	Ниже среднего
19	9 (средний)	13 (низкий)	Ниже среднего
20	11(высокий)	26(высокий)	Высокий
21	8 (средний)	13 (низкий)	Ниже среднего
22	9(средний)	18 (средний)	Средний
23	14(высокий)	26(высокий)	Высокий
24	10 (средний)	17 (средний)	Средний
25	9 (средний)	22 (средний)	Средний
26	12(высокий)	27(высокий)	Высокий
27	9 (средний)	10 (низкий)	Ниже среднего
28	9 (средний)	11 (низкий)	Ниже среднего
29	11(высокий)	18 (средний)	Выше среднего
30	13(высокий)	27(высокий)	Высокий
31	9 (средний)	16 (низкий)	Ниже среднего
32	9 (средний)	14 (низкий)	Ниже среднего
33	9 (средний)	23 (средний)	Средний

34	14(высокий)	16 (средний)	Выше среднего
35	9 (средний)	20 (средний)	Средний
36	12(высокий)	27(высокий)	Высокий
37	5 (средний)	15 (низкий)	Ниже среднего

38	9 (средний)	21 (средний)	Средний
39	11(высокий)	17 (средний)	Выше среднего
40	6 (средний)	15 (низкий)	Ниже среднего
41	9 (средний)	16 (низкий)	Ниже среднего
42	10 (средний)	22 (средний)	Средний
43	12(высокий)	21 (средний)	Выше среднего
44	8 (средний)	14 (низкий)	Ниже среднего
45	11(высокий)	21 (средний)	Выше среднего
46	9 (средний)	20 (средний)	Средний
47	7 (средний)	20 (средний)	Средний
48	11(высокий)	22 (средний)	Выше среднего
49	15(высокий)	26(высокий)	Высокий
50	3 (средний)	15 (низкий)	Ниже среднего
51	11(высокий)	18 (средний)	Выше среднего
52	10 (средний)	18 (средний)	Средний
53	9 (средний)	20 (средний)	Средний
54	11(высокий)	17 (средний)	Выше среднего
55	10 (средний)	21 (средний)	Средний
56	12(высокий)	26(высокий)	Высокий
57	11(высокий)	18 (средний)	Выше среднего
58	8 (средний)	21 (средний)	Средний
59	8 (средний)	24 (средний)	Средний
60	9 (средний)	13 (низкий)	Ниже среднего
61	9 (средний)	20 (средний)	Средний
62	14(высокий)	16 (низкий)	Средний
63	11(высокий)	13 (низкий)	Средний
64	7 (средний)	19 (средний)	Средний
65	9 (средний)	21 (средний)	Средний
66	10(средний)	18 (средний)	Средний
67	11(высокий)	15 (низкий)	Средний
68	10 (средний)	21 (средний)	Средний
69	9 (средний)	17 (средний)	Средний
70	11(высокий)	15 (низкий)	Средний

71	8 (средний)	13 (низкий)	Ниже среднего
72	12(высокий)	15 (низкий)	Средний
73	8 (средний)	15 (низкий)	Ниже среднего
74	7 (средний)	24 (средний)	Средний
75	10 (средний)	16 (низкий)	Ниже среднего
76	13(высокий)	27(высокий)	Высокий
77	7 (средний)	21 (средний)	Средний
78	12(высокий)	27(высокий)	Высокий
79	4 (средний)	19 (средний)	Средний
80	6 (средний)	22 (средний)	Средний

Приложение 2

Программа нивелирования агрессивности подростков методами арт-терапии

1."Затерянный мир"

Цель: установление контакта с подростками, создание положительной мотивации к предстоящему циклу занятий.

1. Ритуал приветствия

1. Знакомство с ведущим и участниками (называют свои главные качества и выслушивают характеристики других)
2. Знакомство друг с другом. Дается задание нарисовать свою комнату или свое место в квартире, а затем назвать себя и рассказать о себе, используя рисунок. (Если бы я пришла к тебе домой, что я могла бы узнать о тебе, просто рассматривая твою комнату?

2. Техника «Каракули»

Цель: данная изобразительная техника в сочетании с музыкой побуждает личность взрослого ребенка к самораскрытию, исследованию собственного эмоционального состояния, развитию творческого воображения.

Описание техники:

Участникам сессии предлагается выбрать бумагу и изобразительные материалы по желанию, послушать ритм и настроение музыкального произведения, представить себе образ, о котором рассказывает музыка, затем изобразить его экспрессивно (с помощью каракулей, клякс, линий, точек, пятен, отпечатков и др.)

На этапе обсуждения участники рассказывают о своем рисунке, отмечают, получилось ли передать задуманный образ, получилось ли у них что-либо неожиданное, и на что оно может быть похожим, что обозначает выбранный для рисунка цвет.

Другие участники терапевтической группы тоже подключаются к обсуждению, и интерпретации работ, рассказывают о своих впечатлениях от творческого процесса, отмечают эмоциональный климат в группе.

3. Техника «Метафоричный Автопортрет».

Цель: осознать самих себя– своею внешность и внутренние характеристики, повышение уверенности в себе. Нередко работа над автопортретом помогает выразить те эмоционально окрашенные аспекты к себе, которые трудно поддаются вербализации. Участникам объясняется суть слова метафора.

Далее индивидуальная работа над своими автопортретами.

Когда портреты готовы, они размещаются в аудитории, и участникам группы предлагается что-либо сочинить от имени автопортрета и воспроизвести текст для всей группы. Данный момент работы, связанный с произнесением обращения в присутствии других членов группы, хотя и предъявляет дополнительную психологическую нагрузку на подростков, часто обеспечивает ощущение безопасности и поддержки, помогая справиться со сложными переживаниями, вызванными «встречей» с самим собой.

После зачитывания обращений происходит обмен впечатлениями и обсуждение рисунков и текстов. Нередко такая работа также помогает

актуализировать цели будущего, дать самому себе определенную позитивную установку и закрепить полученные терапевтические эффекты.

4. Рефлексивный анализ

Каждому участнику предлагается показать свою работу и рассказать о тех мыслях, чувствах, ассоциациях, которые возникли у него в процессе занятия.

2. "Цветные звуки моего тела"

Цель: Побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношений и эмоциональных реакций.

Задачи:

1. Создание в группе атмосферы взаимного принятия, доброжелательности, взаимопомощи, эмоциональной поддержки.
2. Обучению осознания реакций своего тела, общего состояния и способам выражать свое состояние.

Материалы: Половина листа ватмана каждому участнику. Акварельные краски или гуашь, кисти. Фломастеры. Баночки для воды.

1. "Разогрев"

Свободное рисование на листе бумаги форматов А3. «Рисуйте цветные линии автоматически, не задумываясь, в свободной манере. Опишите рисунок от своего лица. Начните описание словами: «Я – картинка, по всей моей поверхности расположены линии…».

2. Техника «Цветные звуки моего тела»

Инструкция 1:

«Знаете ли вы, что наше тело может звучать как целый оркестр? Каждая часть тела, голова, руки, ноги, грудь, живот, даже спина звучит по-своему. Нужно только уметь его слушать. И это не сложно. Давайте послушаем тело прямо сейчас. Сядьте удобно, расслабьтесь. Закройте глаза. Сейчас, я буду говорить на чем сосредоточиться, а вы начинайте слушать свое тело.

Итак, послушайте свое тело. Представьте себе, какая мелодия или просто звуки могут звучать внутри него. Эта мелодия или звуки возникнут сами собой. Не прогоняйте их. Просто слушайте.

Теперь сосредоточьтесь на затылке. Теперь сосредоточьтесь на своих глазах. Слушайте их. Теперь сосредоточьтесь на губах. Перейдите к носу. Теперь послушайте свою шею. Теперь- плечи. Теперь перейдите к рукам. Послушайте грудь. Спину. Прислушайтесь к своему животу. Пояснице. Теперь послушайте свои ноги. Отдельно послушайте свои стопы. А теперь постарайтесь послушать все тело целиком. Теперь откройте глаза. »

Обсуждение 1: Поделитесь впечатлениями.

Комментарии для психолога:

При обсуждении психолог может обратить внимание на то, что «беззвучные» места – это те части тела, которые мы плохо сознаем. Но иногда человек просто не умеет слышать звуки. У него все тело «молчит». Такому участнику можно порекомендовать потренироваться дома. Обычно после нескольких тренировок тело начинает «звучать».

Вообще, молчащие участки – это яркий диагностический признак, требующий психотерапевтической работы с мышечными зажимами, с запретами и страхами. Но на тренинге мы, конечно, не интерпретируем «глухоту». В крайнем случае, если это вызывает беспокойство самого участника, наедине, после тренинга, мы можем порекомендовать психолога, знакомого с телесно-ориентированной психотерапией.

Инструкция 2: «Мы можем не только слышать свое тело, но и видеть его в самых разнообразных красках. Сейчас возьмите ватман, кисти и краски. Нарисуйте фломастером на всем пространстве ватмана силуэт вашего тела: как будто вы легли, а вас обвели, только в уменьшенном размере.

Изобразите красками, как вы чувствуете каждый участок тела. Для этого сфокусируйте внимание на ощущение в данном участке головы и тела,

слушайте его звучание и одновременно смотрите, какой образ и какого цвета возник перед вашим внутренним взором. Постарайтесь нарисовать этот образ, использую эти цвета внутри силуэта. Не заботьтесь, чтобы образ был изображен точно. Пусть будет как получится. Это лишь символ того, что вы чувствуете. Так постепенно закрасьте весь силуэт.»

3. Вербализация.

Участники обмениваются впечатлениями, рассказывают о позитивном опыте, чувствах, эмоциях. «Покажите, что у вас получилось. Какие участки вам не нравятся? Почему? Где вы видите диссонанс? В чем он выражается? Какие участки тела вам нравятся? Расскажите, что по вашему мнению означают цвета, которые вы взяли для каждой части?»

Резюме психолога: «Мы можем слышать свое тело и видеть его в разных красках. Когда вы делаете такое упражнение вы не только начинаете лучше понимать свое состояние, выражать его без слов, но и снимать стрессовое напряжение и лучше принимать свое тело.»

Комментарии для психолога: При создании рисунка можно включить фоновую музыку. Она должна носить нейтральный характер. Лучше всего если это будет трансовая музыка (не путать с релаксационной). Такая музыка больше напоминает некое приятное сочетание звуков, а не мелодию. Каждый слышит ее в соответствии со своим состоянием. *Рисунки участников- очень хорошая диагностика для психологов. Но участникам не следует озвучивать свои наблюдения. Если есть время и вам кажется необходимым, можете стимулировать выражение чувств.*

3. Арт-занятие "Рисуем маски"

1. Визуализация "Маскарад"

Используется прием визуализации

Цель: создать условия для совместного и в тоже время индивидуального существования.

Участники садятся в круг. Предлагается сесть удобно и закрыть глаза. Психолог: «Закройте глаза. Чудесный день, голубое небо, теплое солнце. Воздух свеж и приятен. Вам дышится легко и свободно. Вы чувствуете себя совершенно спокойно, и с каждым вздохом вы все сильнее расслабляетесь. А теперь представьте себя на Маскараде. Представьте, как будто ваша душа покидает ваше тело, вы смотрите на себя со стороны. Что вы видите, чувствуете? А теперь вернитесь обратно в ваше тело, посмотрите на себя изнутри. Что вы есть на самом деле? Почувствуйте свое настроение, что хочется делать? Не открывая глаз, еще раз осмотритесь. Зафиксируйте свои ощущения и на счет «три» откройте глаза».

2. "Маски"

Материалы*:* листы плотной бумаги формата А3, акварель, кисти, цветные мелки, карандаши, клей, цветная бумага, цветные нитки, кисти, различные журналы с картинками, цветная фольга, ножницы.

Далее психолог предлагает каждому подростку самому сделать маску, главное, чтобы маска отражала его "внутренний мир", несла некоторое содержание о хозяине. Предлагается создать маску Персоны (проявление того, что мы предъявляем миру; это характер, который мы считаем приемлемым) или Тени (ее содержание включает себя желания, воспоминания, опыты, которые отсекаются человеком как несовместимые с идеалами). Предлагается подумать и решить, какую маску – своей Персоны или Тени – они будут делать, каким им представляется этот образ. Если ктото из участников хочет изготовит обе маски – это не возбраняется.

Пока участники работают над своими масками, подготавливается следующий *этап – примерка масок.* Для этого необходим еще один участник процесса –

зеркало. Важно поставить его таким образом, чтобы каждый мог к нему подойти и увидеть себя.

Приглашается каждый участник, надев маску, подойти к зеркалу (в любом порядке, по мере готовности). Каждый у зеркала проводит столько времени, сколько ему необходимо. Следующий подросток подходит к зеркалу только тогда, когда оно свободно.

Обсуждение: Участники обмениваются впечатлениями, рассказывают о чувствах, полученных эмоциях. Делятся, какую маску создавали, почему был сделан именно такой выбор. Какие эмоции человек испытал, надев маску, глядя на себя в зеркало? Подросткам предлагается по кругу высказаться о положительных сторонах, качествах масок партнеров.

3. *Упражнение «Два письма»*

Участникам предлагается проанализировать свои выявленные противоречия и изобразить на одном листе качества (характеристики), от которых желательно избавиться, а также те, которые необходимо приобрести. Затем часть рисунка с образом ненужных, «плохих» качеств уничтожиться. Лучше, по словам Ф.С. Сомера, использовать ритуальный прием сжигания.

Оставшаяся желаемая, «хорошая» часть помещается в конверт с адресом автора. Эти письма через некоторое время психолог отправит каждому участнику занятия, как напоминание о взятой им ответственности за собственные положительные изменения, личностный рост.

4. "Все грани моего Я"

Материалы: листы бумаги и картона большого формата, журналы, газеты, ножницы, фломастеры, клей, скотч и т.д.

1. "Здесь и сейчас"

Участникам предлагается занять удобное для себя положение.

Закройте глаза. Представьте цвет, звук, мелодию, движения, с помощью которых можно было бы выразить собственное состояние «здесь и сейчас».

Встаньте в общий круг. Попробуйте описать и показать свои ощущения.

2. Коллаж

Участникам предлагается вырезать из газет и журналов картинки, лозунги, слова, часть текста, и из них составить композицию на интересующую их тему. Если для завершения композиции не хватает материала (его не нашлось в предлагаемых журналах), разрешается дорисовать его фломастерами и карандашами.

Примечание: Оформление коллажа может происходить в молчании: каждый руководствуется только своими идеями, кладет на определенное место тот или иной материал.

В конце каждый желающий рассказывает о своей идее коллажа, что в нём является основной деталью, что - дополняющей.

3. Упражнение «Избавимся от комплексов»

Цель: данное упражнение направленно на релаксацию. Оно способствует лучшему пониманию себя, своего внутреннего мира и желаний, повышение самооценки, избавление от комплексов. Участники садятся в круг и закрывают глаза.

Займите удобное положение, закройте глаза и прослушайте следующую историю, пытаясь ее визуализировать в своем воображении. *«Представьте, что вы выходите из своего дома. Ты идешь по дороге, спускаясь в долину. Твоим глазам открывается удивительный и чарующий вид — впереди чудесный сад, наполненный разнообразными деревьями, экзотическими цветами, добрыми животными и прекрасной музыкой. Ты наслаждаешься красотой и покоем. Вдруг ты замечаешь большую Дубову дверь. Пытаешься открыть ее, и она тебе поддается. Когда ты входишь в нее то обнаруживаешь что находишься на берегу моря. Ты ощущаешь телом дуновение сырого морского ветра. Слышишь плеск волн и крики чаек вдали. На твоем пути встречается лодка, ты решаешь поплыть на ней подальше*

от берега. Плывешь, плывешь, наслаждаясь голубыми просторами. Но понимаешь, что что-то мешает твоему дальнейшему путешествию, лодку тянет ко дну. Ты обнаруживаешь на лодке тяжелые ящики с надписью твоего комплекса.. Сколько их? Какого они размера? Ты пытаешься всеми силами выкинуть их за борт….(пауза). После того как ящики выброшены за борт, мы решаем вернуться на берег. Ступаем ногами на песчаный пляж. Чувствуешь легкость в твоей походке, ощущаешь себя свободной и окрыленной, душа улыбается. И ты обновленная, красивая и счастливая возвращаешься сад и закрываешь за собой дверь. Сделай глубокий вдох. Глубокий выдох. Почувствуй себя Здесь и Сейчас. Свежая, бодрая и с хорошим настроением!»

Обсуждение: Участники обмениваются чувствами, которые они испытали в ходе упражнения, рассказывают, что нового они узнали сегодня о других участниках и о себе, о своих эмоциях.

5. "Парное рисование"

Материалы: бумага, фломастеры, цветные карандаши, релаксационная музыка.

1. Упражнение «Вместе с тобой…»

Каждому участнику предлагается кинуть мяч любому человеку из круга и назвать то, что он с ним вместе хотел бы сделать.

2. Арт-терапевтическое упражнение «Парное рисование».

Группа делится по парам. Каждой паре раздается про листу бумаги, коробке красок или карандашей, фломастеров. Дается инструкция:

1 этап. Двое рисуют на листе на заданную тему (например, «Каникулы»). Разрешается разговаривать, обсуждать совместный рисунок. После завершения работ проводится обсуждение: Что помогало вам в работе? Что мешало? Как происходил процесс рисования? Как вы договаривались? Кто был ведущим, кто ведомым?

2 этап. Двое рисуют на листе на заданную тему (например, «Творчество»). Разговаривать в процессе рисования нельзя. После завершения работ проводится обсуждение: Как происходил процесс рисования на этот раз? Как вы договаривались? Кто был ведущим, кто ведомым? Как назовет картину каждый из ее создателей?

3 этап. Двое рисуют на листе на свободную тему. Разговаривать в процессе рисования нельзя. После завершения работ проводится обсуждение: Какова была тактика рисования? Как вы понимали друг друга? Кто ведущий, кто ведомый? Дайте название картине. Довольны ли вы результатом?

Рефлексия. Обсуждение по итогам рисования: какой вид рисования был наиболее интересным? Что было важно в работе? Где может пригодиться умение чувствовать и понимать другого человека?

3. Групповая рефлексия по итогам занятия.

6. "Глазами группы"

Материалы: листы бумаги, фломастеры, краски, цветные карандаши, релаксационная музыка.

1. Упражнение «Пожелания по кругу»

Участники желают что-то своемусоседу справа то, что они хотели бы пожелать себе.

2.Арт-терапевтическое упражнение «Мой портрет глазами группы»

Ведущий обращается к участникам группы с предложением каждому получить свой психологический портрет? И не просто словесный портрет с перечислением достоинств и недостатков, а совершенно реальное изображение на бумаге их облика. Определившись с натурщиком, которому предлагается занять «горячий стул», ведущий продолжает:

Все остальные участники группы становятся художниками. У каждого лист бумаги и принадлежности для рисования.

Не стоит пытаться создать портрет нашего натурщика в духе реалистической традиции. Не стоит стремиться к внешнему сходству. Необходимо отказаться от попыток правильно нарисовать глаза, нос, рот, верно передать цвет одежды и нюансы прически. Мы же поставим перед собой более сложную и интересную задачу: каждый из нас должен создать именно психологический портрет человека, сидящего перед нами. Для этого можно применять изобразительные средства, предоставленные в наше распоряжение художниками-модернистами, и исходить из единственного принципа: «Я вижу так!». Пусть ваши рисунки будут иметь метафорический смысл и тонкий подтекст. Может быть, понимаемый вами внутренний мир человека, чей портрет вы изображаете, породит в вашей душе цепочку ассоциаций или создаст конкретный образ, отражающий нечто важное в нем. Может быть, вы воспринимаете его психологический облик в виде какого-то реального предмета, а может, это какой-то узор, абстрактный орнамент или набор цветовых пятен. Ограничений для вас нет никаких, будьте свободны в выборе способов изображения его внутреннего облика. Помните лишь, что до конца упражнения разговаривать воспрещается.»

Сделав небольшую паузу, ведущий продолжает свой монолог спокойным, чуть замедленным голосом, создавая необходимый настрой, медитативное творческое состояние участников. Можно в этот момент включить и медитативную музыку, но есть опасность, что она не будет вполне соответствовать внутреннему состоянию кого-либо из «художников» и восприятию им натурщика и собьет с верного звучания его «внутренний резонатор».

«А теперь посмотрите внимательно на человека, сидящего перед вами, проникните сквозь внешнюю оболочку, за которой скрывается чуткая и нежная субстанция – человеческая душа. Какова она у этого человека? В чем

ее отличие от других душ? Каковы ее особенности, делающие этого человека уникальным созданием во Вселенной? Разглядите внутренним взором образ этой души. Услышьте звучание музыки этой души. Почувствуйте форму и поверхность, ощутите материал этой души. Поймите сущность этой души… И перенесите свое понимание на бумагу. Творите!»

После завершения рисования проводится обсуждение: почему именно так «художники» увидели «натурщика». «Художник» – автор поясняет что именно он хотел передать в рисунке. Выслушивается мнение «натурщика».

После рефлексии каждый «художник» дарит рисунок лицу, на нем изображенному.

3. Рефлексия.

Обсуждение занятия.

7. Превратности жизни

Материалы: листы бумаги А4, ножницы, цветные карандаши, фломастеры, релаксационная музыка.

1. Упражнение «Передай эмоцию по кругу».

Детям предлагается встать друг за другом в одну линию. Тот, кто стоит первым, изображает какую-либо эмоцию своему соседу. Тот передает ее следующему участнику и т.д. Последний участник демонстрирует полученную эмоцию всем остальным и называет ее. Первый участник сравнивает отправленную эмоцию с итоговой. Упражнение проводится несколько раз, используя различные эмоции. Дети меняются местами.

2. Арт-терапевтическое упражнение «Превратности жизни».

Психолог задает вопрос детям: от чего зависит эмоциональное состояние человека? Ваше эмоциональное состояние? Далее ребята делают совместно с психологом фигуру – оригами: «Превратности жизни».

Далее необходимо нарисовать фломастерами и цветными карандашами на разворотах заготовки различные рожицы, отражающие различные эмоциональные состояния (например, радость, злость, грусть).

После завершения работы проводится обсуждение: в каких ситуациях вы испытываете родость, грусть, злость? Какое эмоциональное состояние чаще свойственно вам? Почему? Что можно сделать, чтобы улучшить настроение? (Можно нарисовать способы поднятия настроения на отдельных листах).

3. Рефлексия.

Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

8. "Мой внутренний мир"

Материалы: бумага разного формата; краски, кисточки; набор карандашей, фломастеров, мелков, простые карандаши, ластики.

1. Упражнение «Ассоциации».

Участникам кидается мяч с названием какого-либо географического объекта (ландшафта): море, горы, тропа, озеро, льдины и т.д. Каждому адресату необходимо быстро отреагировать, придумав ассоциацию к предложенному ему слову так4им образом: горы любви, озеро слез, тропа познания и т.д. *2. Арт-терапевтическое упражнение «Карта моего внутреннего мира».*

Психолог показывает детям различные географические карты.

«Перед вами лежат различные географические карты. Как вы видите, они нам могут рассказать о том, как располагаются материки, океаны, моря, горы; об особенностях природы; об устройстве и развитии городов; о различных народах. На карте находит отражение всё то, что смогли открыть и изучить люди. Хотя когда-то наша Земля была совсем неизведанной, люди мало что знали о том, что их окружает.

Но всё это мир внешний. А есть ещё особый мир. Мир внутренний. У каждого человека он свой – удивительный, неповторимый, и где-то неизведанный.

Так давайте с вами создадим карты нашего внутреннего мира. Они будут похожи на карты, которые мы сегодня рассматривали, только все названия на них будут у нас особенные. Например, «океан любви», или «гора смелости». Обозначим сначала то, что уже открыли в себе, знаем. И оставим место для наших дальнейших открытий»

Когда карты будут готовы, по ним устраиваются «экскурсии».

Обсуждение: Что преобладает на ваших картах: какие чувства, состояния, цветовая гамма? Какой был выбран «маршрут» продвижения по карте, с какого места началось путешествие и на каком закончилась? Какие области были оставлены для дальнейших открытий; какие хотелось бы открытия сделать? Что было сложнее всего изобразить? Хотелось бы что-то изменить?

Что больше всего понравилось в своей карте, и карте другого? Чем ваши карты похожи, а чем отличаются?

3. Рефлексия.

Обсуждение занятия.

9. "Сон куклы"

Материалы: Листы бумаги для рисования, карандаши, фломастеры, краски или другие изобразительные средства (по желанию участников).

Стирательная резинка, клей, ножницы, скотч.

1. Упражнение «Коллективный счет».

Участники стоят в кругу, опустив головы вниз и не глядя друг на друга. Задача группы — называть по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия: во-первых, никто не знает, кто начнет счет и кто

назовет следующее число (запрещается договариваться друг с другом вербально или невербально); во-вторых, нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд; в-третьих, если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начинать с единицы. Общей целью группы становится ежедневное увеличение достигнутого числа при уменьшении количества попыток. Ведущий повторяет участникам, что они должны уметь прислушиваться к себе, ловить настрой других, чтобы понять, нужно ли ему в данный момент промолчать или пришла пора озвучить число..

2. Арт-терапевтическое упражнение «Кукла из бумаги».

Каждый участник рисует на листе плотной бумаги куклу, похожую на себя. Далее нужно склеить полоску бумаги в виде цилиндра и прикрепить к ней куклу. Надеваем получившуюся куколку на палец. Необходимо придумать историю, которую кукла хотела бы рассказать о себе. Начать можно словами: «Жила-была кукла, похожая на меня…». «Однажды кукле приснился сон…». При желании можно нарисовать иллюстрации к рассказу.

Далее все участники занятия по кругу рассказывают свои истории.

Обсуждение: Что понравилось в работе? Что бы хотелось изменить? Что показалось сложным? «Куклам» задают вопросы. Их можно дарить друг другу.

3. Рефлексия.

Обсуждение занятия.

10. "Отдарок на подарок"

Материалы: Прямоугольник ткани 30Х15 см, красные нитки.

1. Упражнение «Желанный подарок».

Участникам предлагается невербально показать подарок, который они бы хотели получить. Остальные должны угадать, что это.

Затем психолог усложняет задание: «А какой же подарок можно пожелать, который нельзя потрогать, пощупать, но он тоже бывает очень нужен?» Здесь дети могут показать «любовь», «счастье», «здоровье» и т.д.

2. Арт-терапевтическое упражнение «Отдарок на подарок».

Психолог проводит беседу с ребятами о родителях и близких, обсуждая вопросы: Каково предназначение родителей и близких по отношению к детям? Каково предназначение детей по отношению к родителям и близким? Как родители и близкие показывают, что они любят ребенка? Как ребенок показывает, что он любит родителей, благодарен близким? За что ребенок может быть благодарен своим родителям?

Далее психолог предлагает ребятам закрыть глаза и представить своих самых близких людей (родителей, других родственников), затем, своих бабушек и дедушек, кто-то может представить и прабабушек и прадедушек. Затем дети представляют самих себя, свою благодарность роду и передают ее своим близким, прощая все обиды и ссоры.

Психолог рассказывает участникам о русской народной кукле «Отдарок-наподарок».

Предположительно кукла Отдарок-на-подарок была одной из первых куколок, с которой соприкасались малыши на Руси. По силам ее сделать ребенку самостоятельно. Для куклы нужно — лоскуток-прямоугольник и немного ниток. Такая куколка могла пригодиться для благодарности маме за первую одежу (порты и рубаха для мальчика, рубаха и сарафан для девочки). Эти куколки делались без иголки. Когда ребенок овладевал изготовлением данной куклы, его впервые сажали его за общий обеденный стол со всей семьей и, вручая, изготовленную куколку родителям ребенок, при этом, говорил: «Спасибо маменьке и папеньке за то, что меня на ноги поставили!».

Эти слова дети тщательно заучивали заранее.

Данную куколку дарили и другим людям (друзьям, близким), благодаря за подаренную вещь.

Такая Кукла говорит о том, что на Руси умели воспитать через куклу что-то очень важное… когда-то вручение подарка и ответное «отдаривание» было одним из самых важных жизненных обычаев. Подарок считался обладающим силой, поэтому считалось, что предмет, подаренный от чистого сердца, приносит удачу, а подаренный с «темным умыслом» — может даже навредить…

Подарок связывал незримой нитью дарившего и дарителя, порой сплетая их судьбы воедино. Неслучайно в сказках многих народов рассказывается о том, что на подаренном ноже появляется кровь, когда его даритель попадает далеко, далеко отсюда, в тридесятом царстве, в беду, а когда-то подаренное кольцо или браслет позволяют родным узнать друг друга после многолетней разлуки…

Изготовление куклы.

Для куколки нужно приготовить небольшой прямоугольный кусочек ткани, да еще кусочек-узенький и длиной в полтора пальца, чтобы из него скатать голову. Просто скатать из этого узкого кусочка ткани плотную скаточку, сложить больший кусочек ткани пополам, вложить внутрь эту скаточку.

Держа свернутый кусочек ткани в двух руках, нужно отгладить указательными пальчиками скатку так, чтобы получилась головка. После этого одним движением окрутить шейку нитью «по солнышку», подхватить спереди одну руку, после через спину подхватить другую и перевести нитку на плечо на одно и перекинуть на другое, пропустить через шейку и закрепить на пояске. Получается готовая куколка «отдарок-на-подарок».

Куклу, которую ребята изготовили на занятии, необходимо подарить близкому родственнику (маме, папе, тете, бабушке и т.д.).

А затем ребятам предлагается сделать еще одну такую же куколку и подарить ее любому из участников с добрыми словами. Но при условии, что одному человеку двух подарков вручать нельзя.

3. Рефлексия.

Обсуждение всех пройденных занятий. Участники делятся с группой, чему им удалось научиться, что нового они узнали на занятиях, какие чувства они испытывали на протяжении всех занятий и что чувствуют сейчас. Каждый участник высказывается о своем общем впечатлении.

Приложение 3

Результаты экспериментальной и контрольной групп до проведения программы

Экспериментальная группа			
№	**Индекс враждебности**	**Индекс агрессивности**	**Общий уровень**
3	18(высокий)	28(высокий)	Высокий
20	11(высокий)	26(высокий)	Высокий
26	12(высокий)	27(высокий)	Высокий
29	11(высокий)	18 (средний)	Выше среднего
30	13(высокий)	27(высокий)	Высокий
39	11(высокий)	17 (средний)	Выше среднего
51	11(высокий)	18 (средний)	Выше среднего
54	11(высокий)	17 (средний)	Выше среднего
57	11(высокий)	18 (средний)	Выше среднего
78	12(высокий)	27(высокий)	Высокий

Контрольная группа			
№	**Индекс враждебности**	**Индекс агрессивности**	**Общий уровень**
11	13(высокий)	28(высокий)	Высокий
23	14(высокий)	26(высокий)	Высокий
34	14(высокий)	16 (средний)	Выше среднего
36	12(высокий)	27(высокий)	Высокий
43	12(высокий)	21 (средний)	Выше среднего
45	11(высокий)	21 (средний)	Выше среднего
48	11(высокий)	22 (средний)	Выше среднего
49	15(высокий)	26(высокий)	Высокий
56	12(высокий)	26(высокий)	Высокий
76	13(высокий)	27(высокий)	Высокий

Приложение 4

Результаты экспериментальной и контрольной групп после проведения программы

Экспериментальная группа			
№	**Индекс враждебности**	**Индекс агрессивности**	**Общий уровень**
3	11(высокий)	18(средний)	Выше среднего
20	8 (средний)	21(средний)	Средний
26	10(средний)	22(средний)	Средний
29	8(средний)	18 (средний)	Средний
30	10(средний)	25(средний)	Средний
39	9(средний)	17 (средний)	Средний
51	9(средний)	16 (средний)	Средний
54	10(средний)	16 (средний)	Средний
57	11(высокий)	17 (средний)	Выше среднего
78	8 (средний)	22 (средний)	Средний

Контрольная группа			
№	**Индекс враждебности**	**Индекс агрессивности**	**Общий уровень**
11	13(высокий)	28(высокий)	Высокий
23	14(высокий)	26(высокий)	Высокий
34	14(высокий)	20 (средний)	Выше среднего
36	12(высокий)	27(высокий)	Высокий
43	15(высокий)	21 (средний)	Выше среднего
45	12(высокий)	23 (средний)	Выше среднего
48	13(высокий)	22 (средний)	Выше среднего
49	15(высокий)	26(высокий)	Высокий
56	12(высокий)	26(высокий)	Высокий
76	13(высокий)	27(высокий)	Высокий