ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ОБРАЗОВАНИЮ

УРАЛЬСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ ИНСТИТУТ

Психологический факультет

КУРСОВАЯ РАБОТА

на тему: «Взаимосвязь уровня агрессии и самооценки личности, обучающихся ГОУ СПО «Алапаевский профессионально-педагогический колледж»

Алапаевск 2009

**Содержание**

Введение

1. Теоретические аспекты проявления агрессии и самооценки личности
   1. Понятие агрессии и агрессивности: психолого-педагогический аспект

1.2 Самооценка как компонент самосознания; ее структура и проявления

1.3 Специфика проявления агрессивности и самооценки в юношеском возрасте

2 Эмпирическое исследование агрессии и самооценки, обучающихся ГОУ СПО «Алапаевский профессионально-педагогический колледж»

* 1. Методы и методики исследования
  2. Характеристика выборки
  3. Анализ полученных результатов
  4. Программа развития для детей юношеского возраста

Заключение

Литература

Приложение

**Введение**

**Актуальность темы.** Ни одно общество не свободно от таких явлений, как убийство и разрушение. Наше непосредственное оружие полно красноречивых сцен: омерзительная пьяная драка на улице, убийство из ревности, ограбление. Насилие устрашает, повергает в смятения и возмущает. Нам всем хочется жить в мире с другими. Мы надеемся прийти к этой цели, выслушав конфликтующие стороны. На словах все без исключения искренне против насилия, все подчеркивают, что предпочитают решать любой конфликт мирным путем и прибегают к насилию только в крайних случаях. Однако дело обстоит в точном соответствии с поговоркой о благих намерениях, которыми вымощена дорога в ад – все наши попытки воплотить эти намерения в жизнь терпят неудачу. Расхождение между нашими словами и действиями проявляются со всей остротой. Вот реальности сегодняшнего дня.

Издревле человечество проявляло интерес к феномену агрессии. И в наше время агрессия является предметом научно-практических исследований. Статистика свидетельствует о том, с какой частотой люди ранят и убивают друг друга, причиняют страдания и боль своим ближним. Вопрос, почему люди действуют агрессивно, занимал лучшие умы человечества на протяжении многих веков и рассматривался с различных позиций (философии, поэзии, религии и т.д.). В связи с этим можно предположить, что агрессия – это результат заниженной или завышенной неадекватной самооценки.

**Постановка проблемы.** С развитием и становлением рыночных отношений в нашем современном обществе возникает ряд проблем у всего человечества. Не каждый человек способен адаптироваться к новым условиям, требованиям, предъявляемым со стороны общества. Несомненной проблемой выступает такое качество личности, как агрессия (от лат. Aggredi), что означает нападать. Оно издавна используется в европейских языках, однако, значения ему придавалось не всегда одинаковое. На мой взгляд, агрессия может быть следствием неадекватной самооценки и, следовательно, встает вопрос защиты хрупкой человеческой психики и самооценки как ее компонента. Понять – значит на половину исправить.

**Цель исследования.** Исследование взаимосвязи уровня агрессии и самооценки личности, обучающихся в «Алапаевском профессионально-педагогическом колледже».

**Задачи исследования.**

1. Проанализировать научно-методическую литературу по проблеме агрессии и самооценки.
2. Рассмотреть определение понятий агрессии и самооценки.
3. Охарактеризовать психологические особенности юношеского возраста.
4. Определить меры профилактики агрессии.
5. Ознакомиться с основными методами и методиками исследования агрессии и самооценки.
6. Провести психолого-диагностические исследования на выявление уровня агрессии и самооценки, проанализировать полученные результаты и найти взаимосвязь между ними, если таковая имеется.
7. Разработать методические рекомендации по профилактике агрессии в студенческой среде.
8. Разработать методические рекомендации по формированию адекватной самооценки у обучающихся в «Алапаевском профессионально-педагогическом колледже».

**Гипотеза.** Если у обучающегося неадекватная самооценка, то уровень агрессии будет высокий.

**Объект исследования.** Личность.

**Предмет исследования.** Самооценка и агрессия как свойство личности в юношеском возрасте.

**Научная новизна проблемы.** Как таковое исследование агрессивности, как свойство личности, проводится мало. В этом образовательном учреждении не ведётся профилактическая и психодиагностическая работа по проблеме агрессивности в студенческой среде. Также не проводится исследование самооценки студентов, но оно важно в современном мире, так как от того на каком уровне самооценка личности зависит поведение человека, его успешность или наоборот.

**Степень и уровень научной разработанности проблемы.** Можно сказать, что частные вопросы в рамках данной области исследований проблемы достаточно изучены, но очень мало применяются на практике.

**Методология и методика научного исследования.** За основу исследования уровня агрессии была взята методика А. Басса – А. Дарка. Созданный американскими психологами А. Бассом и А. Дарки в 1957 г. одноимённый опросник – одна из наиболее часто применяемых методик для исследования уровня агрессивности. А. Басс разграничивает понятия «враждебность» и «агрессия». Он определяет враждебность как скрытно – вербальную реакцию, которой сопутствуют негативные чувства и негативные оценки людей и событий, а агрессию как ответ, содержащий стимулы, способность причинить вред другому существу.

За основу исследования самооценки была использована методика исследования самооценки личности С.А. Будасси. Методика С.А. Будасси позволяет проводить количественное исследование самооценки личности, т.е. ее измерение. В основе данной методики лежит способ ранжирования.

**1 Теоретические аспекты агрессии и самооценки личности**

* 1. **Понятие агрессии и агрессивности: психолого-педагогический аспект**

До начала XIX века агрессивным считалось любое активное поведение, как доброжелательное, так и враждебное. Позднее, значение этого слова изменилось, стало более узким. Под агрессией стали понимать враждебное поведение в отношении окружающих людей. В настоящее время ближайшими по смыслу словами к термину «агрессия» являются следующие: нападение, захват, переход границ, насилие, проявление враждебности, угроза и реализация воинственности.

Одна из главных проблем в определении агрессии в том, что этот термин подразумевает большое разнообразие действий. Когда люди характеризуют кого-то как агрессивного, они могут сказать, что он обычно оскорбляет других, или что он часто недружелюбен, или же, что он, будучи достаточно сильным, пытается делать все по-своему, или может быть, что он твердо отстаивает свои убеждения, или, возможно, без страха бросается в омут неразрешимых проблем. Таким образом, при изучении агрессивного поведения человека мы сразу же сталкиваемся с серьезной и противоречивой задачей: как найти выразительное и пригодное определение основного понятия.

Согласно одному из определений, предложенному Бассом, агрессия – это любое поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим. Второе определение, предложенное несколькими известными исследователями, содержит следующее положение: чтобы те или иные действия были квалифицированны как агрессия, они должны включать в себя намерение обиды и оскорбления, а не просто приводить к таким последствиям. И, наконец, третья точка зрения, высказанная Зильманом[[1]](#footnote-1), ограничивает употребление термина агрессия попыткой нанесения другим телесных или физических повреждений.

Несмотря на значительные разногласия, относительно определений агрессии, многие специалисты в области социальных наук склоняются к принятию определения, близкого к седьмому. В это определение входит как категория намерения, так и актуальное причинение оскорбления или вреда другим. Таким образом, в настоящее время большинством принимается следующее определение: Агрессия – это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Это определение предполагает, что агрессию следует рассматривать как модель поведения, а не как эмоцию, мотив или установку. Это важное утверждение породило большую путаницу. Термин агрессия часто ассоциируется с негативными эмоциями, – такими как злость; с мотивами, – такими как стремление, оскорбить, или навредить; и даже с негативными установками, – такими как расовые или этнические предрассудки. Несмотря на то, что все эти факторы, несомненно, играют важную роль в поведении, результатом которого становится причинение ущерба, их наличие не является необходимым условием для подобных действий. Злость вовсе не является необходимым условием нападения на других; агрессия разворачивается как в состоянии полнейшего хладнокровия, так и чрезвычайно эмоционального возбуждения. Также совершенно не обязательно чтобы агрессоры ненавидели или даже не симпатизировали тем, на кого направлены их действия. Многие причиняют страдания людям, к которым относятся скорее положительно, чем отрицательно.

Ввиду того, что проявления агрессии у людей бесконечны и многообразны, весьма полезным, оказывается, ограничить изучение подобного поведения концептуальными рамками, предложенными Бассом. По его мнению, агрессивные действия можно описать на основании трех шкал: физическая – вербальная, активная – пассивная и прямая – непрямая.[[2]](#footnote-2) Их комбинация дает восемь возможных категорий, под которые подпадает большинство агрессивных действий. Например, такие действия, как стрельба, нанесение ударов холодным оружием или избиение, при которых один человек осуществляет физическое насилие над другим, могут быть классифицированы как физические, активные и прямые, (приложение №1).

Самое раннее и, возможно, наиболее известное теоретическое положение, имеющее отношение к агрессии, – это то, согласно которому данное поведение по своей природе преимущественно инстинктивное. Согласно этому довольно распространённому подходу, агрессия возникает потому, что человеческие существа генетически или конституциональное «запрограммированы» на подобные действия.

Рассмотрим наиболее известные теоретические положения.

**Теория влечения (психоаналитический подход).**

Основоположником этой теории является Зигмунд Фрейд. Он считал, что агрессивное поведение по своей природе инстинктивное и неизбежно. В человеке существует два наиболее мощных инстинкта: сексуальный (либидо) и инстинкт влечения к смерти (танатос). Энергия первого типа направлена на упрочнение, сохранение и воспроизведение жизни. Энергия же второго типа направлена на разрушение и прекращение жизни. Он утверждал, что все человеческое поведение является результатом сложного взаимодействия этих инстинктов, и между ними существует постоянное напряжение. Ввиду того, что существует острый конфликт между сохранением жизни (эросом) и ее разрушением (танатосом), другие механизмы (смещение) служат направлять энергию танатоса вовне, в направлении от «Я». А если энергия танатоса не будет обращена вовне, то это вскоре приведет к разрушению самого индивидуума. Таким образом, танатос косвенно способствует тому, что агрессия выводится наружу и направляется на других.

Уменьшить вероятность появления опасных действий может внешнее проявление эмоций, сопровождающих агрессию.

**Экологический подход.**

Новое звучание эта тема получила благодаря работам К. Лоренца, который придерживался эволюционного подхода к агрессии, что было схоже с позицией З. Фрейда.

Согласно Лоренцу, агрессия берет начало, прежде всего, из врожденного инстинкта борьбы за выживание, который присутствует у людей так же, как и у других живых существ. Он считал, что агрессивная энергия, имеющая своим источником инстинкт борьбы за выживание, генерируется в организме спонтанно, непрерывно, в постоянном темпе, регулярно накапливаясь с течением времени. Таким образом, развертывание явно агрессивных действий является совместной функцией:

1. Количества накопленной агрессивной энергии.

2. Наличия стимулов, облегчающих разрядку агрессии.

Но, чем большее количество агрессивной энергии имеется в данный момент. Тем меньший стимул нужен для того, чтобы агрессия выплеснулась вовне, т.е. агрессивное поведение может выплеснуться спонтанно.

Лоренц отмечал, что кроме врожденного инстинкта борьбы все живые существа наделены возможностью подавлять свои стремления, т.е. имеют сдерживающее начало, которое препятствует нападению на представителей своего вида. А люди, в свою очередь, обладают более слабым сдерживающим началом, чем животные. Отсюда, технический прогресс (оружие массового уничтожения) может привести к уничтожению человека как вида.

Ослабление агрессии возможно путем различных действий. Также Лоренц утверждал, что любовь и дружеские отношения могут оказаться несовместимыми с выражением открытой агрессии и могут блокировать ее проявления.

**Фрустрационная теория (гомеостатическая модель)**

Эта теория, предложенная Д. Доллардом, противопоставляется двум, выше описанным. Здесь агрессивное поведение рассматривается как ситуативный, а не эволюционный процесс. Основные положения этой теории звучат так:

* Фрустрация всегда приводит к агрессии в какой-либо форме.
* Агрессия всегда является результатом фрустрации.

В отношении побуждения к агрессии решающее значение имеют три фактора:

1. Степень ожидаемого субъектом удовлетворения от будущего достижения цели;

2. Сила препятствия на пути достижения цели;

3. Количества последовательных фрустраций.

Т.е., чем в большей степени субъект предвкушает удовольствие, чем сильнее препятствие и чем большее количество реакций блокируется, тем сильнее будет толчок к агрессивному поведению. А если фрустрации следуют одна за другой, то их сила может быть совокупной и это может вызвать агрессивную реакцию большей силы.

Когда выяснилось, что индивидуумы не всегда реагируют агрессией на фрустрацию, Доллард и соавторы пришли к выводу, что подобное поведение не проявляется в тот же момент фрустрации, прежде всего из-за угрозы наказания. В этом случае происходит «смещение», в результате которого агрессивные действия направляются на другого человека, нападение на которого ассоциируется с наименьшим наказанием.

Таким образом, человек, которого удерживает от агрессивности против фрустатора сильный страх наказания, прибегает к смещению своих наладок, направляя на другие мишени – на тех лиц, по отношению к которым у данного индивидуума не действует сдерживающий.

**Теория социального научения (бихевиоральная модель)**

В отличие от других, эта теория гласит, что агрессия представляет собой усвоенное поведение в процессе социализации через наблюдение соответствующего образа действий и социальное подкрепление. Т.е. идет изучение человеческого поведения, ориентированного на образец.

Эта теория была предложена Бандурой и объясняла усвоение, провоцирование и регуляцию агрессивного поведения (приложение №3).

С его точки зрения, анализ агрессивного поведения требует учета трех моментов:

1. Способов усвоения подобных действий;

2. Факторов, провоцирующих их появление;

3. Условий, при которых они закрепляются.

Поэтому, существенное значение здесь уделяется обучению, влиянию первичных посредников социализации, а именно родителей, на обучение детей агрессивному поведению. В частности, было доказано, что поведение родителей может выступать в качестве модели агрессиии, что у агрессивных родителей обычно бывают агрессивные дети. Также эта теория утверждает, что усвоение человеком широкого диапазона агрессивных реакций – прямое поощрение такого поведения. Т.е. получение подкрепления за агрессивные действия повышает вероятность того, что подобные действия будут повторяться и в дальнейшем. Вместе с тем, существенное значение имеет результативнаяагрессия, т.е. достижение успеха при использовании агрессивных действий. Сюда же относится ивикарный опыт, т.е. наблюдение поощрения агрессии у других. Социальное поощрение и наказание относятся к побуждению агрессии. Самопоощрение и самонаказание – модели открытой агрессии, регулируемые поощрением и наказанием, которые человек устанавливает для себя сам.[[3]](#footnote-3)

Хочется отметить, что эта теория оставляет гораздо больше возможностей предотвратить и контролировать человеческую агрессию. Тому есть две причины:

1. Согласно теории, агрессия – приобретенная модель социального поведения. Отсюда она может быть ослаблена с помощью процедур (устранение условий).

2. Социальное научение предполагает проявление агрессии людьми только в определенных социальных условиях.

В настоящее время теория социального научения является наиболее эффективной в предсказании агрессивного поведения, особенно если есть сведения об агрессоре и ситуации социального развития.

Таким образом, из вышеупомянутых теорий, объясняющих природу агрессивности, можно сделать следующие выводы:

* Проявление агрессии объясняют биологические и социальные факторы;
* Агрессивность может быть не только жестокой, но и нормальной реакцией индивидуума в ходе борьбы за выживание;
* Агрессивные действия могут быть ослаблены или направлены в социально приемлемые рамки с помощью положительного подкрепления неагрессивного поведения, ориентации человека на позитивную модель поведения, изменение условий, способствующих проявлению агрессии.

Рассмотрим причины агрессии, её виды и механизм действия.

Склонность человека к агрессивным действиям пытались объяснять по-разному. Одной из первых возникла точка зрения, согласно которой у животных и у человека существует врожденный «инстинкт агрессивности». Фрейд указывал на инстинктивные основы человеческого стремления к разрушению, считая бесплодными попытки приостановить этот процесс.

Человеческая агрессивность имеет свои эволюционные и физиологические корни. К числу физиологических факторов агрессии относятся половые гормоны.

Согласно теории фрустрации, агрессия – это не автоматически возникающее в недрах организма влечение, а следствие фрустрации, т.е. препятствий, возникающих на пути целенаправленных действий субъекта, или же не наступление состояния, к которому он стремился. Эта теория утверждает, что, во-первых, агрессия всегда есть следствие фрустрации и, во-вторых, фрустрация всегда влечет за собой агрессию.

Другой взгляд на происхождение агрессивного поведения, представлен в теории социального научения Л. Берковитц. Для того чтобы агрессивное поведение возникло и распространилось на определенный объект, необходимо чтобы существовало два условия[[4]](#footnote-4): первое – чтобы препятствие, возникшее на пути целенаправленной деятельности, вызвало у человека реакцию гнева и второе – чтобы в качестве причины возникновения препятствия был воспринят другой человек.

Самая современная точка зрения на происхождение агрессивного поведения связана с когнитивной теорией научения, о которой мы уже говорили в первой главе.

Агрессивные действия рассматриваются не только как результат фрустрации, но и как следствие научения, подражания другим людям. Агрессивное поведение в этой концепции трактуется как результат следующих когнитивных и других процессов:

1. Оценки субъектом следствий своего агрессивного поведения как положительных.

2. Наличие фрустрации.

3. Наличие эмоционального перевозбуждения типа аффекта или стресса, сопровождающегося внутренней напряженностью, от которой человек хочет избавиться.

4. Наличие подходящего объекта агрессивного поведения, способного снять напряжение и устранить фрустрацию.

Говоря о причинах агрессии нужно учитывать, что агрессия – неоднородна по своей природе. Выделяют различные типы и виды агрессии.

Во-первых, различают реактивную и спонтанную агрессию. Ряд немаловажных различий отметил С. Фешбах, разграничив друг от друга экспрессивную, враждебную и инструментальную агрессию. Экспрессивная агрессия представляет собой непроизвольный взрыв гнева и ярости, нецеленаправленный и быстро прекращающийся, причем источник нарушения спокойствия не обязательно подвергается нападению.

Наиболее важно различение враждебной и инструментальной агрессии. Целью первой является главным образом нанесение вреда другому, в то время как вторая направлена на достижение цели нейтрального характера, а агрессия используется при этом лишь в качестве средства (например, в случае шантажа, воспитания путем наказания, выстрела в захватившего заложников бандита).

Инструментальную агрессию Фешбах подразделяет на индивидуально и социально мотивированную, можно также говорить о своекорыстной и бескорыстной, или антисоциальной и просоциальной агрессии.

Среди форм агрессивных реакций, встречающихся в различных источниках, необходимо выделить следующие:[[5]](#footnote-5)

* Физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица.
* Косвенная агрессия – действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.).
* Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань).
* Склонность к раздражению – готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.
* Негативизм – оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

Из форм враждебных реакций отмечаются:

* Обида – зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания.
* Подозрительность – недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

Различают агрессию и по механизму возникновения и действия, а механизм и принцип действия во многом зависят от восприятия и оценки человеком ситуации, в частности – намерений, приписываемых другому лицу, возмездия за агрессивное поведение, способности достичь поставленной цели в результате применения агрессивных действий, оценки подобных действий со стороны других людей и самооценки.[[6]](#footnote-6)

Рассмотрим их более подробно, т. к. именно эти факторы и определяют агрессивное поведение у человека.

Первый фактор – намерение: когда человек видит, что другой собирается напасть на него или помешать ему, то решающим оказывается, прежде всего, то обстоятельство, приписываются ли этому другому агрессивные намерения и враждебные по отношению к себе планы. Для начала агрессии нередко бывает достаточно одного только знания о том, что другой питает враждебные намерения, даже если субъект еще и не подвергся нападению. Вместе с тем если противник заранее просит извинить его за агрессивное действие, то очень часто гнев не возникает вообще и ответной агрессии не происходит. Этот эффект основан на различной атрибуции мотивации, т.е. на приписывании субъектом другому враждебных или безобидных намерений. Как только субъект решит, что другой намерен ему навредить, и возникнет гнев, то изменить после этого такую атрибуцию можно лишь с очень большим трудом. Если же субъект придет к выводу, что инцидент был непреднамеренным или что произошла ошибка, то гнев, желание мести и стремление к ответной агрессии могут быстро пройти.

Второй фактор – ожидание достижения цели агрессии и возмездия за агрессивное поведение:[[7]](#footnote-7) пока субъект располагает возможностями совершения прямой агрессии, реализация которых не представляет трудностей, ожидание вероятности нанесения вреда жертве и тем самым достижение цели агрессивного действия играют незначительную роль. Существенное значение это ожидание приобретает лишь в том случае, когда ответная агрессия субъекта не может достигнуть инициатора агрессии непосредственно, например, нет возможности с ним встретиться. Тогда может последовать непрямая агрессия типа нанесения ущерба собственности агрессора или его репутации. Вероятность, что подобные косвенные агрессивные действия на самом деле поразят агрессора, весьма различна и является в качестве ожидания последствий результата действия – одним из решающих детерминантов. Например, если единственное, что человек может сделать, состоит в жалобе на агрессора начальнику, а поведение последнего не позволяет надеяться на его заинтересованность в содержании жалобы и в принятии им мер, то часть возникшей агрессивной тенденции останется нереализованной и сохранится на будущее. Если же прямая агрессия возможна, то решающее значение приобретает ожидание иного рода, а именно вероятность ответа на агрессию субъекта также агрессией, т.е. что в результате своего агрессивного акта субъект снова превратится в жертву. В действенности ожидания возмездия решающим оказывается обстоятельство, подвергся субъект нападению или нет. Если субъект стал жертвой агрессии, то он осуществляет принцип возмездия, даже когда вероятность ответного возмездия велика.

Третий фактор – благоприятствующие агрессии ключевые раздражители: особенности контекста влияют на оценку ситуации, указывая субъекту, какой смысл ей следует приписать. Один из примеров это так называемый эффект оружия. Если в лабораторном помещении находится оружие, то агрессивность испытуемого будет повышаться. Ключевые раздражители оказывают мотивирующее воздействие, лишь в том случае, когда отвечают текущему мотивационному состоянию.

Четвертый фактор – удовлетворение, приносимое достигнутым в ходе агрессии результатом: для человека, подвергшегося агрессии и думающего о возмездии, восприятие поединка боксеров после испытанного одним из них поражения сопровождалась замещающим переживанием, отражавшим, возбуждавшим и умножавшим надежды на отмщение, что приводило к усилению мотивации. Наиболее непосредственное удовлетворение субъекту приносят любые реакции жертвы, выражающие ее страдание, прежде всего реакции, свидетельствующие об испытываемой ею боли. Если враждебная агрессия базируется на принципе возмездия, то максимальное удовлетворение принесет созерцание боли заранее определенной силы. Подобное созерцание сокращает агрессивную мотивацию вплоть до нулевого уровня и одновременно закрепляет агрессивное поведение в аналогичных ситуациях. Причинение незначительной боли не полностью удовлетворит субъекта и сохранит остаточную агрессивную тенденцию.

Пятый фактор – самооценка: процессы самооценки представляют собой решающий детерминант агрессивности субъекта, уровень самооценки регулирует внутренне обязательные нормативные стандарты, которые могут, как препятствовать, так и благоприятствовать свершению агрессии. Если в результате несправедливого (по мнению субъекта) нападения, оскорбления или намеренно созданного препятствия будет задето и умалено его чувство собственного достоинства (его нормативный уровень), то агрессия будет нацелена на восстановление своего достоинства осуществлением возмездия.[[8]](#footnote-8)

Итак, в самых общих чертах алгоритм развития агрессивного цикла выглядит так: вначале происходят невидимые наблюдателю и чувственно не оформленные для самого больного процессы отклонения от нормального хода биологической жизни. На этом этапе происходит включение механизмов компенсации, направленных на преодоление возникших патологических изменений.

* 1. **Самооценка как компонент самосознания; ее структура и проявления**

Существенное отличие человека как вида от животных состоит в его способности рассуждать и мыслить абстрактно, размышлять о своем прошлом, критически оценивая его и думать о будущем, разрабатывая и реализуя рассчитанные на него планы и программы. Все это вместе взятое связано со сферой человеческого сознания.[[9]](#footnote-9)

Сознание – это высшая форма развития и проявления психики человека. Сознание осуществляет мысленное построение действий, контроль и управление поведением человека, определяет его способность отдавать себе отчет в том, что происходит в нем самом и окружающем мире. Содержательно сознание включает в себя совокупность знаний о мире и о себе самом. Последнее трактуется как самосознание.

Самосознание – это осознание человеком своих качеств, способностей, возможностей, знаний, интересов, идеалов, мотивов поведения, целостная оценка себя как чувствующего и мыслящего существа, как деятеля.[[10]](#footnote-10)

При изучении феномена самосознания выделяют три основных аспекта (приложение №4)[[11]](#footnote-11):

1. взаимообусловленность сознания и самосознания;
2. механизмы самосознания;
3. функции самосознания.

Самосознание предполагает осознание своего «Я» во всем многообразии индивидуальных особенностей, выделение себя из окружающего мира и представление о себе в сопоставлении с другими людьми.

В психологической науке принято следующее определение: «Совокупность психических процессов, посредством которых индивид осознает себя в качестве субъекта деятельности, называется самосознанием, а его представления о самом себе складываются в определенный «образ «Я».[[12]](#footnote-12)

«Образ «Я» – это не просто представление или понятие личности о самой себе, а социальная установка, отношение личности к себе. Поэтому в образе «Я» можно выделить три компонента:

1) познавательный (когнитивный) – знание себя, самосознание;

2) эмоционально – оценочный – ценностное отношение к себе;

3) поведенческий – особенности регуляции поведения.

Как уже говорилось, образ «Я» – не статическое, а чрезвычайно динамичное образование личности. Образ «Я» может возникать как представление о себе в момент самого переживания, обычно обозначаемого в психологии как реальное «Я». Это «Я» все время меняется, например «Я» до соревнования и после соревнования, «Я» до экзамена и после экзамена будут различны. Одновременно образ «Я» является идеальным «Я» субъекта, т.е. каким он бы должен стать, чтобы соответствовать социальным нормам и ожиданиям окружающих. Это то, к чему стремится человек, кем он хочет сделаться в будущем. Возможно еще существование и фантастического «Я». В этом случае человек смотрит на себя сквозь призму собственных желаний, не учитывая своих реальных возможностей. Обычно фантастическое «Я» сопровождается словами «если бы», что означает, каким субъект желал бы стать, если бы это оказалось для него возможным.

Все «Я» уживаются в человеке одновременно. И если одно из «Я» будет преобладать над другими, это может отразиться на его личности. Так, если перевес в структуре личности фантастических представлений о себе не сопровождается поступками, которые способствовали бы осуществлению желаемого, происходит дезорганизация деятельности и самосознания человека. Мальчик, которого все обижают, может в своих мечтах быть сильным и наказывать своих обидчиков. Но если эти мечты не подкрепляются занятиями спортом, ситуация в конце концов может его жестоко травмировать ввиду очередного несовпадения желаемого и действительного.

Степень правильности образа «Я» выясняется при изучении одного из важнейших его аспектов – самооценки личности, т.е. оценки личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Это наиболее существенная и наиболее изученная в психологии сторона самосознания личности. Самооценка – непременный спутник нашего «Я». Она проявляется не столько в том, что человек думает или говорит о себе, сколько в его отношении к достижениям других. С помощью самооценки происходит регуляция поведения личности.

Самооценка является сложным личностным образованием и относится к фундаментальным свойствам личности. В ней отражается то, что человек узнает о себе от других, и его собственная активность, направленная на осознание своих действий и личностных качеств. Отношение человека к самому себе является наиболее поздним образованием в системе его мировосприятия. Но, несмотря на это (а может быть, именно благодаря этому), в структуре личности самооценке принадлежит особо важное место. Самооценка связана с одной из центральных потребностей человека – потребностью в самоутверждении, которое определяется отношением ее действительных достижений к тому, на что человек претендует, какие цели перед собой ставит – уровню притязаний. В своей практической деятельности человек обычно стремится к достижению таких результатов, которые согласуются с его самооценкой, способствуют ее укреплению, нормализации. Существенные изменения в самооценке появляются тогда, когда достижения связываются субъектом деятельности с наличием или отсутствием у него необходимых способностей.

Следовательно, функции самооценки и самоуважения психической жизни личности состоят в том, что они выступаю внутренними условиями регуляции поведения и деятельности человека. Благодаря включению самооценки в структуру мотивации деятельности личность постоянно соотносит свои возможности, психические ресурсы с целями и средствами деятельности. [[13]](#footnote-13)

В соответствии с привычным целостным восприятием человека о единстве его чувств, ума и воли проявления самооценки могут быть представлены эмоциональными, познавательными и волевыми формами. На социально-психологическом уровне выделяется поведенческая форма самооценки. При этом самооценка в составе самосознания позволяет осуществлять не только функцию саморегуляции поведения, но и две другие: психологической защиты и когнитивную (познавательную) функцию.

Самооценка не есть нечто данное, изначально присущее личности. Само формирование самооценки происходит в процессе деятельности и межличностного взаимодействия. Социум в значительной степени влияет на формирование самооценки личности. Став устойчивой, самооценка меняется с большим трудом, то изменить ее можно, изменив отношение окружающих. Поэтому формирование оптимальной самооценки сильно зависит от справедливости оценки всех этих людей. Адекватное оценивание себя в ситуации взаимодействия с другими людьми является одним из основных показателей социально-психологической адаптации. Если самооценка деформирована, то это уже достаточное условие для социальной дезадаптации. [[14]](#footnote-14)

Развивается самооценка путем постепенного погружения (интериоризации) внешних оценок, выражающих семейные требования, в требования человека к самому себе. По мере формирования и укрепления самооценки возрастает способность к утверждению и отстаиванию своей жизненной позиции. Процесс, в результате которого человек привыкает действовать в определенной социальной среде и в соответствии с нормами данного общества, осваивает мораль, имеет много аспектов и продолжается всю жизнь. Но наиболее сенситивными этапами в формировании личности и ее социализации является подростковый и юношеский возраст. Подростковый возраст – завершающий этап первичной социализации. В качестве основных институтов социализации, прежде всего, выступает семья и школа, соответственно, родители, ровесники и учителя. [[15]](#footnote-15)

Ведущим мотивом в период формирования самооценки выступает желание утвердиться в коллективе сверстников, завоевать авторитет уважение и внимание товарищей. При этом те, кто ценит себя высоко, предъявляют высокие требования и в общении, стараясь им соответствовать, так как считают ниже своего достоинства быть на плохом счету в коллективе. Для молодого человека типично стремление к сохранению такого статуса в группе, который поддерживает его повышенную самооценку.

Знания, накопленные человеком о самом себе, а также глобальная самооценка, формирующаяся на основе таких знаний, позволяют сформировать многомерное образование, которое называется Я-концепцией и составляет ядро личности. Я-концепция – это более или менее осознанная, переживаемая как неповторимая система представлений человека о себе, на основе которой он строит взаимодействие с другими людьми, осуществляет регуляцию своего поведения и деятельности. При этом Я-концепция представляет набор описательных представлений о себе, а самооценка предполагает оценочный компонент. Например, осознание человеком того, что по темпераменту он является сангвиником составляет часть его Я-концепции, но это свойство в оценочном плане не рассматривается.

Помимо этого, выделяют актуальную (то, что уже достигнуто) и потенциальную (то, на что способен) самооценку. Потенциальную самооценку часто называют уровнем притязаний. Человек может оценивать себя адекватно и неадекватно (завышать либо занижать свои успехи, достижения). Самооценка может быть высокой и низкой, различаться по степени устойчивости, самостоятельности, критичности. Неустойчивость общей самооценки может проистекать из того, что формирующие ее частные оценки находятся на разных уровнях устойчивости и адекватности. Кроме того, они могут по-разному взаимодействовать между собой: быть согласованными, взаимно дополнять друг друга или противоречивыми, конфликтными.

Различают текущую и личностную самооценку[[16]](#footnote-16):

Текущая самооценка – это оценка человеком своих действий и поступков. Такая самооценка является основной для саморегуляции человеком своей деятельности, своего поведения. Произведя самоконтроль своих действий, поступков, а затем, установив их приемлемость и желаемость, степень успешности, человек совершает в соответствии с самооценкой коррекцию этих действий и поступков, то есть осуществляет саморегуляцию своей деятельности и поведения.

Личностная самооценка – это отношение человека к своим способностям, возможностям, личным качествам, а также к внешнему облику. Личностная самооценка помогает определить уровень удовлетворенности самим собой исходя из количественной оценки этого уровня.

Самооценкаможет быть заниженной, завышенной адекватной и неадекватной. В одинаковой ситуации люди с разной самооценкой будут вести себя совершенно по-разному, предпримут разные действия, тем самым по-разному будут воздействовать на развитие событий.

На основе завышенной самооценки у человека возникает идеализированное представление о своей личности, своей ценности для окружающих, Он не желает признавать собственных ошибок, лени, недостатка знаний, неправильного поведения, часто становится жестким, агрессивным, неуживчивым.

Явно заниженная самооценка ведет к неуверенности в себе, робости, застенчивости, невозможности реализовывать свои задатки и способности. Такие люди обычно ставят перед собой более низкие цели, чем те, которых могли бы достигнуть, преувеличивают значение неудач, остро нуждаются в поддержке окружающих, слишком критичны к себе. Человек с низкой самооценкой очень раним. Все это приводит к возникновению комплекса неполноценности, отражается на его внешнем виде – глаза отводит в сторону, хмур, неулыбчив.

Причины подобной самооценки могут скрываться в чрезмерно властном, заботливом или потакающем родительском воспитании, что будет с ранних лет запрограммировано в подсознании человека, рождать чувство неполноценности, а оно, в свою очередь, формирует основу для низкой самооценки.

Низкая самооценка имеет много форм проявлений. Это жалобы и обвинения, поиск виновного, потребность во внимании и одобрении, что как бы компенсирует в глазах такого человека чувство самоотрицания, чувство собственного достоинства. Депрессии, разводы (многие из них – результат низкой самооценки одного или обоих партнеров).

Адекватная же самооценка личностью своих способностей и возможностей обычно обеспечивает соответствующий уровень притязаний, трезвое отношение к успехам и неудачам, одобрению и неодобрению. Такой человек более энергичен, активен и оптимистичен. Отсюда вывод: нужно стремиться развивать у себя адекватную самооценку на основе самопознания.

Формирование и развитие позитивной самооценки – это фундамент, на котором должна строиться вся жизнь, Позволяя же негативным схемам мышления доминировать в нашей жизни, мы формируем у себя привычку ожидания негативных факторов.

Неадекватная самооценка свидетельствует о необъективной оценке человеком самого себя, его мнение о себе расходится с мнением о нем окружающих. Различают неадекватную завышенную самооценку – переоценку себя субъектом и неадекватную заниженную самооценку – недооценку себя субъектом.

Свою жизнь можно усовершенствовать только тогда, когда мы сами, а не случай программируем свое подсознаниеи мышление. Итак, формирование позитивной самооценки – главная жизненная установка для каждого из нас.

Согласно работам, проведённым вышеуказанными исследователями, можно заключить: самооценка является центральным звеном произвольной саморегуляции, определяет направление и уровень активности человека, его отношение к миру, к людям, к самому себе; выступает в качестве важной детерминанты всех форм и видов деятельности и социального поведения человека (поведения человека в обществе).

Она выполняет регуляторную и защитную функции, влияя на развитие личности, её деятельность, поведение и её взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворённости или неудовлетворённости собой, уровень самоуважения, самооценка создаёт основу для восприятия собственного успеха или неуспеха, достижения целей определённого уровня, то есть уровня притязаний личности.

Люди с адекватной либо высокой самооценкой настроены более оптимистично, нежели те, у кого самооценка занижена; они успешно решают встающие перед ними задачи, так как чувствуют уверенность в собственных силах. Такие люди менее подвержены стрессу и тревожности, доброжелательно воспринимает окружающий мир и себя самого.

Верная самооценка дает человеку нравственное удовлетворение и поддерживает его человеческое достоинство.

Основы самовосприятия закладываются в детстве и могут оказывать влияние на весь дальнейший ход жизни.

**1.3 Специфика проявления агрессивности и самооценки в юношеском возрасте**

Прежде чем приступать к рассмотрению психологических особенностей проявления агрессии в раннем юношеском возрасте нужно определить возрастные рамки этого периода.

Н.П. Гундобина предполагает, что юношеский возраст идентичен подростковому, и он характеризуется как пубертатный период. Для мальчиков – от 13 до 17 лет, для девочек – от 11 до 15 лет.[[17]](#footnote-17)

В.С. Мухина в свою очередь юношеский возраст определила как период жизни после отрочества до взрослости (возрастные границы условны – от 15–16 до 21–25 лет). Это период, когда человек может пройти путь от неуверенного, непоследовательного отрока, притязающего на взрослость, до действительно повзросления.[[18]](#footnote-18)

А.Е. Личко – автор первого советского руководства по подростковой психиатрии – различает младший подростковый возраст – 12–13 лет, средний – 14–15 лет и старший – 16–17 лет. По его инициативе в 1970 году была создана первая подростковая психиатрическая клиника в Ленинградском психоневрологическом институте им. В.М. Бехтерева. В эту клинику поступают дети подросткового возраста – от 12 до 18 лет.[[19]](#footnote-19)

А.В. Мудрик характеризует ранний юношеский возраст, как период от 14 с половиной до 17 лет. При этом утверждает, что надо различать хронологический возраст – прожитое данным индивидом число лет, физиологический возраст – степень физического развития человека, психологический возраст – степень душевного развития и педагогический возраст – степень овладения культурой данного общества. Эти возрасты могут не совпадать у одного и того же лица, и это несовпадение далеко не всегда указывает на какие-то ненормальности в его развитии.[[20]](#footnote-20)

В зарубежной психологии, по концепции Э. Эриксона, возраст от 12 до 19 лет считается подростковый. И ему характерен психосоциальный кризис идентичности или ролевого смешение, при этом сильная сторона для этого периода – верность.

На международном симпозиуме по возрастной периодизации, проходившем в Москве в 1965 году, было принято, что юношеский возраст имеет различные возрастные рамки, зависящие от пола человека. Для молодых людей – 17–21 год, для девушек – 16–20 лет.

По Э.Ф. Зееру ранняя юность характеризуется возрастом от 15 до 18 лет. Основные потребности в этом периоде: самоутверждения, профессиональное самоопределение и общение с противоположным полом.

В данной курсовой работе мы будем основываться на возрастную периодизацию, которая захватывает возрастные рамки юношеского возраста от 14–15 до 17–18 лет. Именно эти возрастные рамки, так или иначе, проявляются в концепциях следующих авторов: В.С. Мухиной, А.В. Мудрика и А.Е. Личко.

Хотя старшеклассники сталкиваются с одними и теми же проблемами, взрослеют они по-разному. Прежде всего, действует закон неравномерности созревания и развития. Эта неравномерность является одновременно межличностной (подростки созревают и развиваются в различном темпе, поэтому хронологические сверстники могут фактически находиться на разных стадиях своего индивидуального развития) и внутриличностной (гетерохронность физического, полового, умственного, социального и нравственного развития одного и того же индивида). В зависимости от индивидуально-типологических особенностей существуют принципиально разные типы развития. У одних людей юность – период «бури и натиска», протекающий бурно и кризисно, характеризующийся серьезными эмоциональными и поведенческими конфликтами с окружающими и самим собой. У других юность протекает плавно и постепенно, они включаются во взрослую жизнь сравнительно легко, но до некоторой степени пассивно; романтические порывы, обычно ассоциирующиеся с юностью, им не свойственны; такие люди доставляют меньше всего хлопот воспитателям, но в их развитии механизмы приспособления могут блокировать формирование самостоятельности. Третий тип юности характеризуется быстрыми, скачкообразными изменениями, которые, однако, эффективно контролируются самой личностью, не вызывая резких эмоциональных срывов; рано определив свои жизненные цели, такие юноши и девушки отличаются высоким уровнем самоконтроля, самодисциплины и потребности в достижении, они активно формируют собственную личность, но у них слабее развита интроспекция и эмоциональная жизнь.[[21]](#footnote-21)

При анализе поведения юношей и девушек следует учитывать различия в характере их психики и деятельности. Известно, что юноши создают больше шума. Это не значит, однако, что у них больше нарушений по существу, поскольку нарушения у девушек более «тихие». Отрицательные проявления у девушек обычно носят боле скрытый характер. Известно, что «трудные» юноши в сравнении с «трудными» девушками более шумливы, но «трудные» девушки, зато значительно более «трудны». Причина этого лежит в особенностях женской психики, женского сознания. Большая эмоциональность и импульсивность женщин при наличии плохих привычек затрудняют выработку правильной линии поведения. Девушки больше, чем юноши, склонны апеллировать к старшим в случае каких-либо конфликтов или затруднений. Поскольку истец всегда выступает в качестве потерпевшей стороны, невольно предполагается, что если девушка жалуется на юношу, то, так или иначе, он повинен. Юноши же в аналогичных случаях жалуются значительно реже, и поэтому в представлении старших они чаще оказываются в роли зачинщиков каких-либо конфликтов и междоусобиц. Общая активность юношей и девушек в целом одинакова. Однако девушки обладают большей исполнительностью. Зато круг интересов юношей шире, чем у девушек. В соответствии с этим у них больше и словарный запас, особенно за счет общих понятий. В речи юношей преобладают слова, передающие действия (глаголы и междометья), тогда как девушки склонны к предметно-оценочной речи (имена существительные и прилагательные, отрицания и утверждения). Юноши более подвижны, непоседливы, смелее ведут себя на уроках. Они чаще поднимают руку, не боясь ошибиться в ответе; девушки же поднимают ее реже, хотя и отвечают правильно, то есть знают не хуже. Заметны различия в учебных интересах. Обычно юноши больше любят труд, физкультуру, из гуманитарных предметов – историю; наименее любимы у них русский язык и иностранные языки. Девушки предпочитают гуманитарные предметы. Девушки более терпеливы, аккуратны, добросовестны. Когда они уверены в том, что следует делать, они чаще ждут разъяснений учителя, тогда как юноши чаще предлагают ему свои попытки решения. Девушки более эмоциональны, чем их сверстники мужского пола. Они ближе к сердцу принимают похвалу и порицание, их легче растрогать, заставить смеяться или плакать. Они более самолюбивы и обидчивы, скорее обижаются, когда над ними подшучивают, и часто проявляют особую чувствительность к порицанию, высказанному в иронической форме, реагируя при этом, прежде всего на насмешливый тон говорящего, а потом уже на содержание его слов.[[22]](#footnote-22)

Научные исследования показали, что сексуальное поведение старшеклассника зависит от того, насколько важное значение он ему придает и с удовлетворением каких субъективных потребностей связывает. Важность его признается достаточно большой при высоком самоуважении и напряжении жизненных событиях, а при недостаточном опыте общения с противоположным полом значимость снижается. Выявлена связь сексуальной активности молодежи с отклоняющимся поведением. Одни исследователи считают, что эта активность способствует девиантности поведения, другие видят в последнем почву для вседозволенности. Как бы то ни было, высокая сексуальная активность подростка ставит перед воспитателями вопрос о возможной вовлеченности его в девиантную среду и в сексуально-активное окружение, которые взаимосвязаны. Поиск таких сред активизируется при наличии напряженных жизненных ситуаций. Понятно, что на сексуальное поведение подростка сильно влияет познавательно-мотивационная сфера личности, свойства темперамента и характера. Также сексуальное поведение подростков и старшеклассников зависит от широкого круга социальных и психологических факторов: макросоциальных, средовых и т.д. Еще можно сказать о том, что у старшеклассников заметное затруднение сексуального поведения связано с застенчивостью. В значительной степени она вызвана присущим многим старшеклассникам интроверсий, а у мужчин нередко связана также с невротизмом.[[23]](#footnote-23)

Среди многих взрослых людей существует предубеждение, что невозможно влиять на сексуальное поведение старшеклассников, хотя это не так. Основными методами в данном случае будут: откровенные беседы о сексе и сексуальных отношениях, введение курса сексологии и подобных ему в школьную программу, показ фильмов и использование средств массовой информации по этому поводу и так далее. Рационная сфера личности, свойства темперамента и характера ззначительно реже, и поэтому в представлении старших они чаще оказываются в роли зачинщиков как

Многие юноши, склонны к уходу из напряженных, критических ситуаций, задумываются над реальной возможностью самоубийства. Некоторые просто играют с этой идеей, но кое-кто пытается осуществить ее на деле, причем по совершенно случайным и ничтожным, с взрослой точки зрения, поводам. У девушек такое поведение чаще демонстративно, рассчитано на то, чтобы вызывать сочувствие; юноши предпринимают такие попытки гораздо реже, но зато всерьез. Резкое чередование настроений, переход от беззаботной жизнерадостности к беспросветной хандре и «мировой скорби» вообще типично для этого возраста, требующего к себе повешенной чуткости, хотя сами юноши мало внимательны к взрослым.[[24]](#footnote-24)

Юношеский возраст по сравнению с подростковым характеризуется большей дифферинцированностью эмоциональных реакций и способов выражения эмоциональных состояний, а также повышением самоконтроля и саморегуляции. Тем не менее, отмечаются изменчивость настроения с переходами от безудержного веселья к унынию и сочетание ряда полярных качеств, выступающих попеременно. К ним относятся особая юношеская чувствительность к оценке другими своей внешности, способностей, умений и наряду с этим излишняя самоуверенность и чрезмерная критичность в отношении окружающих. Тонкая чувствительность порой уживается с поразительной черствостью, болезненная застенчивость – с развязностью, желание быть признанным и оцененным другими – с подчеркнутой независимостью, борьба с авторитетами – с обожествлением случайных кумиров, чувственное фантазирование – с сухим мудрствованием. Открытие своего внутреннего мира – радостное и волнующее событие. Но оно вызывает и много тревожных, драматических переживаний. Внутреннее «Я» не совпадает с «внешним» поведением, актуализируя проблему самоконтроля. Вместе с осознанием своей уникальности, неповторимости, непохожести на других приходит чувство одиночества. Юношеское «Я» еще неопределенно, расплывчато, оно нередко переживается как смутное беспокойство или ощущение внутренней пустоты, которую необходимо чем-то заполнить. Отсюда растет потребность в общении и одновременно повышается его избирательность, появляется потребность в уединении. Представление юноши о себе всегда соотносится с групповым образом «мы», то есть образом типичного сверстника своего пола, но никогда не совпадает с этим «мы» полностью. Свойственное многим старшеклассникам преувеличение собственной уникальности с возрастом обычно проходит, но отнюдь не ценой ослабления индивидуального начала. Напротив, чем человек старше и более развит, тем более он находит различий между собой и «усредненным» сверстником. Осознание своей непохожести на других исторически и логически предшествует пониманию своей глубокой внутренней связи с окружающими людьми и единства с ними. Чрезвычайно важный компонент самосознания старшеклассников – самоуважение. Это понятие многозначно, оно подразумевает и удовлетворенность собой, и принятие себя, и чувство собственного достоинства, и положительное отношение к себе, и согласованность своего наличного и идеального «Я», и указывает, в какой мере индивид считает себя способным, значительным, преуспевающим и достойным. Короче, самоуважение – это личное ценное суждение, выраженное в установках индивида «к себе». В зависимости от того идет ли речь о целостной самооценке себя как личности или о каких-либо отдельных исполняемых социальных ролях, различают общее и частное (например, учебное или профессионально) самоуважение. Поскольку высокое самоуважение ассоциируется с положительными, а низкое – с отрицательными эмоциями, мотив самоуважения – это «личная потребность максимизировать переживание положительных и минимизировать переживание отрицательных установок по отношению к себе». Высокое самоуважение отнюдь не синоним зазнайства, высокомерия или несамокритичности. Человек с высоким самоуважением считает себя не хуже других, верит в себя и в то, что может преодолеть свои недостатки. Низкое самоуважение, напротив, предполагает устойчивое чувство неполноценности, ущербности, что оказывает крайне отрицательное воздействие на эмоциональное самочувствие и социальное поведение личности. Юноши с пониженным самоуважением особенно ранимы и чувствительны ко всему, что как-то затрагивает их самооценку. Они болезненнее других реагируют на критику, смех, порицание. Их больше беспокоит плохое мнение о них окружающих, они болезненно реагируют, если у них что-то не получается в работе или если они обнаруживают в себе какой-то недостаток. Вследствие этого многим из них свойственны застенчивость, склонность к психической изоляции, уходу от действительности в мир мечты, причем этот уход, отнюдь не добровольный. Чем ниже уровень самоуважения личности, тем вероятнее, что она страдает от одиночества.[[25]](#footnote-25)

Самое характерное для старшеклассника – это неоднородность их социального положения. С одной стороны, продолжают волновать проблемы, унаследованные от подросткового этапа, собственно возрастная специфика, право на автономию от старших, сегодняшние проблемы взаимоотношений, отметок, различных мероприятий и т.п. С другой стороны, перед ними стоят задачи жизненного самоопределения. Такое сочетание внешних и внутренних факторов, или социальная ситуация развития, определяют и особенности развития личности в старшем школьном возрасте. Именно на основе новой социальной ситуации развития происходит коренное изменение в содержании и соотношении основных мотивационных тенденций личности старшеклассника, определяющее изменение и других его психологических особенностей. Таким образом, юношеский возраст выступает как своеобразная черта между детством и взрослостью. К концу юношеского возраста молодой человек начинает реально овладевать защитными механизмами, которые не только позволяют ему внешне защищать себя от стороннего вторжения, но и укрепляют его внутренне. Рефлексия помогает предугадать возможное поведение другого и подготовить встречные действия, которые отодвинут без аппеляционное вторжение; занять такую внутреннюю позицию, которая может защитить больше, чем физическая сила. Причем общее эмоциональное самочувствие в этом возрасте становится более ровным, чем у подростков; как правило, нет резких аффективных вспышек, которые нередко возникали у подростков; нет также и скоропалительного суждения о людях, их качествах и чертах, таких необоснованно образующихся пристрастий, которые свойственны подростку. Но вместе с тем не надо себе представлять, что в годы юности развитие происходит спокойно, что в этот период не бывает внутренних конфликтов и противоречивых переживаний. То обстоятельство, что юноша испытывает большой прилив жизненных сил и стремление приложить свою энергию при недостаточном жизненном опыте и не всегда отчетливо осознаваемых конкретных жизненных целях на ближайшее время, приводит иногда к внутреннему недовольству и к метанию от одних целей к другим. Многое хочется узнать, пережить, испытать, многое надо проверить и хочется проявить себя. Все это выражается в переходах от намеченного плана самовоспитания к проявлениям малорегулируемого поведения, в переходах от серьезных, целеустремленных занятий к бездумному времяпрепровождению. Возможность таких внутренних переходов, неожиданного «бунта» против принятых норм поведения, правил общения, желание стать в оппозицию к принятому, недоверие к суждениям людей не исключены в этом возрасте. Это обстоятельство надо учитывать воспитателю, когда он сталкивается с непривычной, неожиданной эмоциональной реакцией юноши на те или другие факты и обстоятельства. Стремление как-то выделиться, проявить свою «оригинальность» может в ряде случаев принимать незрелые формы, превращаться в оригинальничание в манерах, в высказываемых мнениях. Но рядом с этой, часто наносной формой поведения появляется уже серьезный интерес к собственной личности, к своим достоинствам и недостаткам. Иногда это приводит школьника к придирчивому рассмотрению того, в чем он хорош, в чем плох, превращается в подлинный анализ своих «слабостей». И это ведет не только к переживанию, часто глубокому, своих недостатков, но и к стремлению улучшить какие-то свои качества, переделать себя, заняться самовоспитанием.[[26]](#footnote-26)

Знаменательно для самого юноши и для всего человечества, если молодой человек выбрал для себя путь духовного роста и преуспевания, а не прельстился пороком и противостоянием общественным добродетелям. Выбор внутренней позиции – весьма многотрудная духовная работа. Молодому человеку, обратившемуся к анализу и сопоставлению общечеловеческих ценностей и своих собственных склонностей и ценностных ориентаций, предстоит сознательно разрушить или принять исторически обусловленные нормативы и ценности, которые определяли его поведение в детстве и отрочестве. Он выбирает для себя неадаптивную или адаптивную позицию в жизни, при этом считает, что именно избранная им позиция является единственно для него приемлемой и, следовательно, единственно правильной. Юность – период жизни человека, размещенный онтогенетически между отрочеством и взрослостью, ранняя молодость. Именно в юности происходит становление человека как личности, когда молодой человек, пройдя сложный путь онтогенетической идентификации уподобления другим людям, присвоил от них социально значимые свойства личности, способность к сопереживанию, к активному нравственному отношению к людям, к самому себе и к природе; способность к усвоению конвенциональных ролей, норм, правил поведения в обществе и др. В юности получает новое развитие механизм идентификации – обособления. Именно в юности обостряются способности к чувствованию в состояния других, способности переживать эмоционально эти состояния как свои. Именно поэтому юность может быть столь сенситивна, столь тонка в своих проявлениях к другим людям, в своем переживании впечатлений от созерцания природы и идентификации с ней, в своем отношении и понимании искусства. Идентификация уточняет сферу чувствования человека, делая его богаче и одновременно ранимее. В то же время именно в юности обостряется потребность к обособлению, стремление оградить свой уникальный мир от вторжения сторонних и близких людей для того, чтобы через рефлексии укрепить чувство личности, чтобы сохранить свою индивидуальность, реализовать свои притязания на признание. Обособление как средство удержания дистанции при взаимодействии с другими позволяет молодому человеку «сохранять свое лицо» на рациональном и эмоциональном уровне общения. Юноша несет в себе чувство личности и стремится предстать перед другими и самим собой как личность в ситуациях горячечных молодежных споров и в ситуациях выбора линии поведения и совершаемого поступка. Юность, обретая потенциал личности, входящей в пору второго рождения, начинает чувствовать освобождение от непосредственной зависимости тесного круга значимых лиц (родных и близких людей). Эта независимость приносит сильнейшие переживания, захлестывает эмоционально и создает огромное количество проблем. Для того, чтобы дойти до понимания относительно любой независимости, для того, чтобы ценить родственные связи и авторитет опыта старшего поколения, юности предстоит духовный путь библейского блудного сына через трудные, непереносимо тяжелые переживания отчуждения от круга значимых людей, через глубинные рефлексивные страдания и поиск истинных ценностей к возвращению в новой ипостаси – теперь уже в качестве взрослого, способного проидентифицировать себя со значимыми близкими и теперь уже окончательно принять их как таковых. Именно взрослый, социально зрелый человек несет в себе постоянство мировоззрения, ценностных ориентаций, органически сочетающих в себе не только независимость, но и понимание необходимости зависимости – ведь личность несет в себе бытие общественных отношений.[[27]](#footnote-27)

Как показывают материалы различных исследований, поведение личности старшеклассника достигается на базе сформированного интегративного комплекса морально-волевых качеств и оптимальной морально-волевой саморегуляции поведения. В поведении сознание не только проявляется, но и формируется, совершенствуется, обретая общественное значение и действенность. Нравственное сознание, регулируя, направляя и формируя поведение, в свою очередь, само обогащается практикой, опытом, жизнью. Сила нравственного сознания и поведения – в их единстве, взаимообогащении. Воспитание сознания и поведения в их единстве, преодоление противоречий на пути к нему – это суть процесса нравственного воспитания личности. Вот почему знание внутренней структуры морально-волевой сферы, характера взаимосвязи сознания и поведения позволяет педагогу выявить и осуществить оптимальное педагогическое воздействие на личность старшеклассника с целью дальнейшего его совершенствования. Методическое решение задачи формирования поведения старшеклассников составляет комплексное обеспечение целенаправленных всесторонних воспитательных воздействий на ум, чувства, волю, взгляды, убеждения и поступки, идеала, опыт, сознание и поведение, когда вербальные и практические воздействия органичны, когда общественный опыт поведения осознается и переживается, находит в индивидуальном опыте личности старшеклассника дальнейшее развитие.[[28]](#footnote-28)

Таким образом, оптимизация процесса выработки поведения у старшеклассников достигается за счет совершенствования содержания, обеспечивающего единство моральных и волевых качеств личности, и методики учебно-трудовой деятельности как ведущего средства воспитания.

**2 Эмпирическое исследование агрессии и самооценки, обучающихся ГОУ СПО «Алапаевский профессионально-педагогический колледж»**

**2.1 Методы и методики исследования**

Психология, как и другие науки, использует для сбора научной информации различные методы. Но специфика объекта исследования – психики человека – накладывает свой отпечаток и на возможности использования того или иного метода, и на его результативность.

Методы научных исследований – это те приемы и средства, с помощью которых ученые получают достоверные сведения, используемые далее для построения научных теорий и выработки практических рекомендаций.

Наряду с математизацией и технизацией исследований в психологии до сих пор не утратили своего значения традиционные методы сбора научной информации, в том числе такие, как наблюдение, самонаблюдение и опрос.

**Опросники.** Самый прямой метод – просто опросить людей, опросники позволяют непосредственно задавать вопросы. Для измерения агрессивности психологи разработали множество опросников. Некоторые из них посвящены общей агрессивности, другие предназначены для изучения агрессивного поведения в конкретных ситуациях. Во многих случаях опросники составлены так, чтобы испытуемые не знали о заинтересованности исследователя в выявлении их агрессивности.

Эверил (1982) указывает на преимущества опросников при изучении поведения, неприемлемого или не поощряемого в данной культуре. Он утверждает, что опросы являются лучшим способом для изучения поведения и эмоций, в которых люди, может быть, не хотят признаваться.

Архивные исследования состоят в сборе информации из публичных источников. Например, сведения дорожной полиции, статистика преступности. Изучение архивных данных позволяет исследователю получить информацию, не обращаясь непосредственно к людям, которых он хочет изучить. Сведения, собранные в архивах, скорей всего будут отличаться сравнительно высокой степенью объективности и беспристрастности, однако поиск релевантных для исследователя данных потребует кропотливого труда.

**Методика исследования агрессивности личности «Диагностика показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки»**

Созданный американскими психологами А. Бассом и А. Дарки в 1957 г. одноимённый опросник, – одна из наиболее часто применяемых методик для исследования уровня агрессивности.

А. Басс разграничивает понятия «враждебность» и «агрессия». А. Басс определяет враждебность как скрытно-вербальную реакцию, которой сопутствуют негативные чувства и негативные оценки людей и событий, а агрессию как ответ, содержащий стимулы, способные причинить вред другому существу.

Опросник А. Басса – А. Дарки включает инструкцию и 75 вопросов-суждений. Исследование может проводиться как индивидуально, так и в группе.

По числу совпадений ответов с ключом, оцениваемых как 1 балл, определяются уровни выраженности присущих Вам форм агрессивности и враждебных реакций (приложение №6).

По методике определяем следующие виды агрессии:

1. Физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица.
2. Косвенная агрессия– в этой шкале под термином понимают как агрессию, которая окольным путём направлена на другое лицо, – злобные сплетни, шутки, так и агрессию, которая ни на кого не направлена, – взрыв ярости, проявляющийся в крике, топанье ногами, битье кулаками по столу и т.д. Эти взрывы характеризуются отсутствием направленности и неупорядоченностью.
3. Склонность к раздражению– готовность (при малейшем возбуждении) к проявлению вспыльчивости, резкости, грубости.
4. Негативизм – оппозиционная форма поведения, направленная обычно против авторитета или руководства; это поведение может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. Обида –зависть или ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания.
6. Подозрительность –недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.
7. Вербальная агрессия –выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (угроза, проклятие, ругань).
8. Чувство вины *–* эта шкала выражает возможное убеждение человека в том, что он – плохой, поступает зло и свидетельствует о наличии у него угрызений совести.

**Методика исследования самооценки личности.**

Методика С.А. Будасси позволяет проводить количественное исследование самооценки личности, т.е. ее измерение. В основе данной методики лежит способ ранжирования (приложение №7)

В предложенной методике исследования самооценки ее уровень и адекватность определяются как отношение между Я идеальным, и Я реальным. Представления человека о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или на субъективном мнении, являются ли они истинными или ложными. Качества, которые человек приписывает самому себе, далеко не всегда адекватны. Процесс самооценивания может происходить двумя путями:

1) путем сопоставления уровня своих притязаний с объективными результатами своей деятельности;

2) путем сравнения себя с другими людьми.

Однако независимо от того, лежат ли в основе самооценки собственные суждения человека о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно-заданные стандарты, самооценка всегда носит субъективный характер; при этом ее показателями могут выступать адекватность и уровень.

Адекватность самооцениваниявыражает степень соответствия представлений человека о себе объективным основаниям этих представлений. Уровень самооценкивыражает степень реальных и идеальных, или желаемых, представлений о себе. Адекватную самооценку (с тенденцией к завышению) можно приравнять к позитивному отношению к себе, к самоуважению, принятию себя, ощущению собственной неполноценности. Низкая самооценка (с тенденцией к занижению), наоборот, может быть связана с негативным отношением к себе, неприятием себя, ощущением собственной неполноценности.

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

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

**2.2 Характеристика выборки**

Исследование проводилось в Алапаевском профессионально-педагогическом колледже в ноябре 2008 года. В исследовании принимали участие юноши 17 лет в количестве 4 человек и девушки от 16 до 20 лет в количестве 13 человек. Все участники исследования студенты Алапаевского профессионально-педагогического колледжа, обучающиеся на третьем курсе по специальности 050501 «Профессиональное обучение по профилю: технология продовольственных продуктов», очной формы обучения.

Основания, по которым производился отбор – это, во-первых, одна возрастная категория, а конкретно ранний юношеский возраст, во-вторых, все обследуемые являются студентами одной учебной группы и все обучаются в ГОУ СПО «Алапаевский профессионально-педагогический колледж».

Диагностика проводилась следующим образом: каждому испытуемому раздавались бланки для заполнения тестов, затем зачитывалась инструкция и вопросы теста. На выполнение задания испытуемым понадобилось 45 минут на две методики. За это время тесты успевают заполнить большинство студентов.

**2.3 Анализ полученных результатов**

Во время прохождения практики мною было проведено психолого-педагогическое обследование студентов обучающихся в ГОУ СПО «Алапаевский профессионально-педагогический колледж». Обследование проводилось с помощью методики «Диагностики показателей и форм агрессии» А. Басса и А. Дарки и методики «Исследование самооценки личности» С.А. Будасси. По результатам данного исследования были сделаны следующие выводы.

У данной группы испытуемых отмечаются средние показатели по шкалам косвенная агрессия и склонность к раздражению (4,53 и 5,70 соответственно). Это говорит о том, что действия, как окольными путями, направленными на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, битье кулаком по столу, хлопанье дверями и др.) не всегда проявляется у данных испытуемых.

Также не всегда проявляется готовность (при малейшем возбуждении) к проявлению вспыльчивости, резкости, грубости. Также у испытуемых можно увидеть средние показатели с тенденцией к высоким цифрам по следующим шкалам: физическая агрессия (6,47 из возможных 10 баллов); негативизм (2,94 из возможных 5 баллов); обида (4,53 из возможных 8 баллов); подозрительность (5,47 из возможных 10). Таким образом, можно говорить о том, что у данных испытуемых в той или иной степени могут проявляться использование физической силы против другого лица; такую форму поведения, которая направлена обычно против авторитета или руководства. Такое поведение может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев. Также им может быть присуща зависть или ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания. Недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

Наряду со средневыраженными шкалами у испытуемых проявляются и высокие показатели по таким шкалам как вербальная агрессия и чувство вины (8,76 и 6,59 соответственно). Таким образом, можно сказать, что данным испытуемым свойственно выражение негативных чувств через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (угроза, проклятие ругань). Данные испытуемые могут выражать возможное убеждение их в том, что они плохие, поступают зло.

Исходя из данных (приложение №10) можно также сказать, что данным испытуемым свойственна средняя адекватная самооценка, что предполагает равное признание испытуемыми как своих достоинств, так и недостатков. Так же можно сказать, что этой группе присуще такое свойство личности как уверенность. Уверенность в себе позволяет им регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям, они отличаются решительностью, твердостью, умением находить и принимать логические решения и последовательно их реализовывать. Также они критически относятся к допущенным ошибкам, анализируя их причины, с тем, чтобы не повторять их вновь.

Если проанализировать гистограммы средних значений (приложение №9, 11) можно отметить следующую закономерность, у испытуемых идет преобладание средних значений практически по всем шкалам, имеющимся в опроснике и методике. Это говорит о том, что им характерны как собственное причинение страдания (вреда) жертве (враждебная агрессия), так и использование агрессии как способа достижения иной цели (инструментальная агрессия). Агрессия бывает направлена на внешние объекты (людей и предметы) или на себя (тело или личность). Несмотря на то, что термин «агрессия» обычно употребляется для обозначения разрушительных намерений, его распространяют и на более позитивные проявления, например активность, порождаемую честолюбием. Подобные действия обозначают как самоутверждение, чтобы подчеркнуть, что они побуждаются невраждебной мотивацией. Они проявляются в форме конкуренции, стремления к достижениям, иронии, спортивных состязаниях и т.д.

Наиболее же привычным проявлением агрессии считаются конфликтность, злословие, давление, принуждение, негативное оценивание, угрозы или применение физической силы. Скрытые формы агрессии выражаются в уходе от контактов, бездействии с целью навредить кому-то, причинении вреда себе и самоубийстве. Внутренними репрезентациями агрессии могут быть идеи, фантазии и аффекты. Например, человек может вынашивать идею насилия над кем-то, он может расправляться с обидчиком лишь в своих фантазиях или испытывать сильный аффект.

Агрессивное влечение может проявляться через различные агрессивные аффекты, такие, как (в порядке усиления интенсивности и глубины), раздражение, зависть, отвращение, злость, нетерпимость, неистовство, ярость, бешенство и ненависть. Интенсивность агрессивных аффектов коррелируют с их психологической функцией. Агрессия может выполнять такие важные для индивида функции, как отстаивание автономии, устранение источника угрозы или страдания, удаление препятствий на пути к удовлетворению потребностей, разрешение внутреннего конфликта, повышение самооценки. При этом агрессия может частично или полностью не осознаваться ее хозяином.

При проведении корреляционного анализа выяснилось, что имеется существенная связь как на уровне значимости 0,05; так и при 0,01. У испытуемых видна корреляция между (приложение №13):

* Физической агрессией и общей шкалой агрессивности, общей шкалой мотивационной агрессии;
* Склонностью к раздражению и вербальной агрессией, общей шкалой мотивационной агрессии;
* Обидой и подозрительностью, общей шкалой враждебности;
* Подозрительностью и общей шкалой враждебности;
* Вербальной агрессией и общей шкалой агрессивности, общей шкалой мотивационной агрессии;
* Чувством вины и общей шкалой враждебности;
* Общей шкалой агрессивности и общей шкалой мотивационной агрессии.

Коэффициент ранговой корреляции Спирмена позволяет определить тесноту (силу) и направление корреляционной связи между двумя признаками или двумя профилями (иерархиями) признаков. Основанием для выбора этого коэффициента служат его универсальность, простота и широкие возможности в решении задач сравнения индивидуальных или групповых иерархий признаков. Ограничения коэффициента ранговой корреляции: по каждой переменной должно быть представлено не менее 5 наблюдений. Верхняя граница выборки определяется имеющимися таблицами критических значений, а именно N≤40. коэффициент ранговой корреляции Спирмена при большом количестве одинаковых рангов по одной или обеим сопоставляемым переменным дает огрубленные значения. В идеале оба коррелируемых ряда должны представлять собой две последовательности несовпадающих значений. В случае если это условие не соблюдается, необходимо вносить поправку на одинаковые ранги. В исследовании ранговая корреляция производилась с помощью компьютерной программы Microsoft Office Excel.

По данным проведенных ранее исследований можно сказать, что дети раннего юношеского возраста особенно зависимы от микросреды и конкретной ситуации. Одним из определяющих элементов микросреды в отношениях, формирующих личность, является семья. При этом решающим является не её состав – полная, неполная, распавшаяся, – а нравственная атмосфера, взаимоотношения, которые складываются между взрослыми членами семьи, между взрослыми и детьми. Установлено, что уровень физической формы агрессивного поведения наиболее выражен у детей из рабочей среды, а наиболее агрессивными являются дети из среды сельских механизаторов. Вместе с тем у молодых людей этой группы отмечается минимальный уровень негативизма. Вербальные формы агрессивного поведения типичны для большинства людей из семьи служащих среднего звена. В то же время эти юноши отличаются сравнительно невысоким уровнем физической формы агрессивного поведения. По уровню косвенной агрессии на первом месте люди из семей подсобных работников и семей руководящих служащих. Повышенным негативизмом отличаются юноши из среды руководящих работников и семей интеллигенции (врачи, учителя, инженеры). Менее всего выражено агрессивное поведение у юношей из среды торговых работников. Видимо в этом случае сказывается не только материальное благосостояние, но и выработанное в этой среде стремление избегать конфликтов, сглаживать возникающие противоречия, не обострять ситуацию.

Таким образом, при анализе психологических особенностей агрессивного поведения, уточнения его мотивов и планировании воспитательной тактики нужно учитывать ряд обстоятельств: какое положение занимает человек в группе, что означает данный индивид для группы, что означает группа для индивида, какую внешнюю ориентацию в социальной среде занимает группа. Так же важно знать каковы эмоциональные и рациональные начала в мотивообразовании агрессивного поступка, какова цель агрессивного проявления. А также необходимо учитывать какую роль играла внешняя ситуация в появлении конкретного повода для использования силы в решении конфликта.

Особое место в коррекционной работе следует уделять формированию круга интересов ребенка раннего юношеского возраста также на основе особенностей его характера и способностей. Необходимо стремиться к максимальному сокращению периода свободного времени – «времени праздного существования и безделья» за счет привлечения к положительно формирующим личность занятиям: чтение, самообразование, занятие музыкой, спортом, и т.д.

Исходя из того, что развитие ребенка осуществляется в деятельности, а юноша стремится к утверждению себя, своей позиции, как взрослый, среди взрослых, то необходимо обеспечить включение его в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создаёт возможности ему реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.

Профилактика и предупреждение агрессивного поведения несовершеннолетних становится не только социально значимым, но и психологически необходимым. Проблема повышения эффективности ранней профилактики должна решаться в следующих основных направлениях:

* выявление неблагоприятных факторов и десоциализирующих воздействий со стороны ближайшего окружения, которые обуславливают отклонения в развитии личности несовершеннолетних и своевременная нейтрализация этих неблагоприятных дезадаптирующих воздействий;
* современная диагностика асоциальных отклонений в поведении несовершеннолетних и осуществление дифференцированного подхода в выборе воспитательно-профилактических средств психолого-педагогической коррекции отклоняющегося поведения.

**2.4 Развивающая программа для детей юношеского возраста**

Исходя из всего выше перечисленного можно предложить провести развивающую программу, которая будет направлена на снижение агрессивности и повышение самооценки (приложение №14). Данная программа будет представлена в виде комплекса тренинговых упражнений.

**Цель данной программы** – работа с юношами по снижению агрессивности и повышению самооценки.

**Задачи:**

1. отвлечь агрессивного юношу и помочь ему разрядить агрессивные эмоции доступными способами;
2. научить молодых людей выражать свои чувства приемлемыми способами (вербально, невербально);
3. научить молодых людей исследовать свои эмоции и попытаться понять, что их вызвало;
4. организовать работу по снижению агрессивности и модификации поведения с помощью игр и упражнений, целью которых является проявление и переживание агрессии;
5. повышение самооценки юношей и девушек.

Условия проведения занятий:

Занятия проводятся шесть часов по субботам, возраст участников 16–20 лет, средства используемые на занятиях: ручка, бумага, шапка, цветные карандаши (маркеры, фломастеры), сумочка, зеркальце (6 –9 см.), воздушные шары, пластмассовые стаканчики, магнитофон, музыкальные фрагменты, нитки, скотч, ленты или тесьма, цветная бумага, фольга пленка, мел, любые сухарики, глина или слоеное тесто, емкость для воды, вода, ветошь, кусочек клеенки, музыкальные инструменты – треугольник, колокольчик, барабан; открытки и картинки, картон для труда, цветная гофрированная бумага, нейлоновые или атласные ленты, стиплер, клей.

**Заключение**

Итак, во время прохождения практики в «Алапаевском профессионально – педагогическом колледже» нами было сделано исследование агрессии, агрессивности и самооценки, а также установить есть ли между ними связь. Проблема агрессии в современном мире, является чрезвычайно актуальной, как с точки зрения науки, так и с позиции социальной практики. Необходимо выяснить механизмы возникновения и принципы функционирования агрессии и разработать методы профилактики и коррекции агрессивного поведения, а также решение проблем по формированию адекватной самооценки. Эти задачи и попытались решить в настоящей курсовой работе.

Гипотеза, которая звучала как «если у обучающихся неадекватная самооценка, то уровень агрессии будет высокий» не нашла своего подтверждения.

Обычно уровень выраженности агрессивных реакций коррелирует с самооценкой личности. Общая тенденция здесь заключается в наличии прямой связи: чем выше уровень самооценки, тем выше показатели общей агрессии и различных ее составляющих. Такая взаимосвязь характерна как для инструментальной агрессии, так и для другой формы агрессии – враждебности. Но в нашем исследовании подобной взаимосвязи не выявлено, так как нет корреляции между формами агрессии и самооценкой (приложение №13).

Под агрессией понимается любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Период взросления, ранний юношеский возраст, сам по себе не являясь болезнью, может спровоцировать возникновение глубоких психологических проблем. При этом кризис может перейти грань, отделяющую его от болезненного состояния, требующего вмешательства специалистов – психологов и психиатров. Поэтому изучение особенностей раннеюношеского возраста необходимо для понимания психологии агрессии в раннеюношеском возрасте.

Причины, по которым молодые люди совершают агрессивные поступки, остаются, до сих пор, полностью не выяснены.

Основными факторами, определяющими формирование детской агрессивности, являются: семья, сверстники, средства массовой информации и пр. Дети учатся агрессивному поведению посредством прямых подкреплений так же, как и путем наблюдения агрессивных действий. Общество, больное агрессией и нетерпимостью, заражает и свое молодое поколение. Опасность состоит в том, у нового поколения болезнь может стать врожденной и массовой, превратиться из социальной патологии в социальную норму, поэтому необходимо продолжать более детальное и глубокое рассмотрение данной темы, как на уровне психологической и педагогической наук, так и на уровне практической работы с подростками.

В юношеском возрасте одним из видов отклоняющегося поведения является агрессивное поведение, нередко принимающее враждебную форму (драки, оскорбления). Для некоторых юношей участие в драках, утверждение себя с помощью кулаков является устоявшейся линией поведения. Ситуация усугубляется нестабильностью общества, межличностными и межгрупповыми конфликтами. Снижается возраст проявления агрессивных действий. Всё чаще встречаются случаи агрессивного поведения у девушек.

Непременным условием делинквентного поведения является избыток свободного времени, отсутствие положительно формирующих личность увлечений. У многих молодых людей отмечается неполная семья с нарушенными функциональными связями. С другой стороны, гиперопека, также как и безнадзорность, нередко способствуют делинквентному поведению. Реакции, вызванные чрезмерным контролем и нудными поучениями и наставлениями, находят своё выражение в виде уходов из дома и бродяжничества, агрессивности.

Для понимания раннеюношеской агрессии важное значение имеет не только рассмотрение самой по себе самооценки личности, но и анализ соотношения самооценки и внешней оценки, которая дается референтными лицами. Если самооценка не находит должной опоры во внешнем социальном пространстве, если оценка личности значимыми из ближайшего окружения всегда (или преимущественно) ниже его самооценки, то эта ситуация, несомненно, должна рассматриваться как фрустрирующая.

Специальные исследования, проведенные по этому поводу, показали, что действительно молодые люди, чья самооценка находится в конфликте с внешней оценкой социума (оценка ниже и не соответствует самооценке), значимо отличаются от своих сверстников более высокими показателями агрессии. Наиболее несущественные различия обнаруживаются по уровню выраженности косвенной агрессии и негативности.Однако, кроме того, юноши с конфликтным соотношением самооценки и внешней оценки имеют также и более высокий уровень таких форм агрессии, как раздражительность, физическая агрессия и обида.

Воспитательно-профилактическая деятельность не может ограничиваться лишь мерами индивидуального воздействия и коррекции, применяемыми непосредственно к несовершеннолетнему. Социального оздоровления и социально-педагогической коррекции требует неблагоприятная среда, которая вызывает социальную дезадаптацию несовершеннолетнего.

Отсюда возникает необходимость в проведении системного анализа индивидных, личностных, социально-психологических и психолого-педагогических факторов, обуславливающих социальные отклонения в поведении несовершеннолетних, с учётом которых должна строиться и осуществляться воспитательно-профилактическая работа по предупреждению этих отклонений. Раннее выявление поведенческих проблем у молодых людей, системный анализ характера их возникновения и адекватная воспитательно-коррекционная работа дают шанс предотвратить десоциализацию юношей. Несвоевременное обнаружение начальных признаков отклоняющегося поведения и проблем в воспитании, препятствующих развитию ребёнка, приводит к быстрому переходу отклонений в хронические нарушения поведения.

**Список литературы**

1. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. М.: 2002

Басс А. Дарки. А. Концепция агрессии / враждебности Екатеринбург 2003

Берковец Л. Агрессия. Причины, последствия, контроль. М.: 2001

Бурлачук Л.Ф. Словарь – справочник по психодиагностике. 3-е изд. – СПб.: Питер, 2008. Серия «Мастера психологии».

Бэрон Р. Ричардсон Д., Агрессия. СПб: 2000.

1. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Сост.И.В. Дубровина, А.М Прихожан, В.В. Зацепин. – М.: Издательский центр «Академия», 2003.
2. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб пособие для студ. пед. вузов / Сост. И науч. Ред. *В.С.* Мухина, А.А. Хвостов. – М.: Издательский центр «Академия», 1999

Горбушина О.П. Психологический тренинг. Секреты проведения. – СПб.: Питер, 2008. Серия «Практическая психология».

1. Гурин *В.Е.* Формирование нравственного сознания и поведения старшеклассников: (Педагогическая наука – реформе школы). – М.: Педагогика, 1988.
2. Дарвиш О.Б. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по специальности 031000 «Педагогика и психология» / О.Б. Дарвиш; под ред. В.Е. Клочко. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2005.

Кон И.С. Открытие «Я». – М., Политиздат, 1978.

Крысько В.Г. Общая психология в схемах и комментариях: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2007. Серия «учебное пособие».

Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб.: Издательство «Речь», 2007.

Майерс Д. Социальная психология. – 7-е изд. – СПб.: Питер, 2007. Серия «мастера психологии».

1. Мир детства: Подросток / Под ред. А.Г. Хрипковой; Отв. ред. Г.Н. Филонов. – 2-е изд., доп. – М.: Педагогика, 1989.
2. Мудрик А.В. Социальная педагогика: Учеб. для студ. пед. вузов / Под ред. В.А. Сластенина. – М.: Издательский центр «Академия», 1999.
3. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов. – 4-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 1999.
4. Можгинский Ю.Б. Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм. СПб.: 2003.
5. Немов Р.С. Психология. В 3 кн. Кн. 1.: Общие основы психологии: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Р.С. Немов. – 5-е изд. ‑ М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006.

Паренс Г. «Агрессия наших детей». М: 2003

1. Популярная психология для родителей / Под ред. А.А. Бодалева. – М.: Педагогика, 1988.

Прусова Н.В. Общая психология: учебное пособие для вузов / Н.В. Прусова, И.А. Пивоварова, Т.В. Ножкина. – М.: Издательство «Экзамен», 2007. (Серия «Курс лекций»).

1. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности. // Психологический журнал. №5. 2003
2. Реан. А.А. Психология человека от рождения до смерти. СПб: прайм-ЕВРОЗНАК, 2006.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб: Питер, 2007. Серия «Мастера психологии».
4. Семенова С.Л., Дъяченко Е.В. Практикум по общей психологии: Учеб. пособие / Под общ. ред. Н.С. Глуханюк. Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. проф.-пед. ун-та, 2000.
5. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. М. 2000.
6. Смирнов В.М. Нейрофизиология и высшая деятельность детей и подростков: Учеб пособие для студ. дефектол. фак. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 400 с.
7. Соколова В.Н., Юзефович Г.Я. Отцы и дети в меняющемся мире: Кн. для учителей и родителей. – М.: Просвещение, 1991. – 223 с.
8. Соколова Е.Т. самосознание и самооценка при аномалиях личности. – М., 2002.
9. Сорокоумова Е.А. Возрастная психология. Краткий курс. – СПб: Питер, 2008.
10. Степанов В.Г. Психология трудных школьников. Учеб. пособие для учителей и родителей. – 2-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 1988.
11. Столяренко Л.Д. Основы психологии. 16-е изд. Учебное пособие /Л.Д. Столяренко. – Ростов н/Д: Феникс, 2006.
12. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Практикум. – Ростов н/Д: Феникс, 2003.
13. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально – психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: Изд-во Института Психотерапии. 2002.
14. Хрестоматия по возрастной психологии. – М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 1998.

1. Бэрон Р. Ричардсон Д. Агрессия. – СПб., 1997 [↑](#footnote-ref-1)
2. Бэрон Р. Ричардсон Д., Агрессия [↑](#footnote-ref-2)
3. Бандура А. Уолтерс Р. Подростковая агрессия. М., 1999 [↑](#footnote-ref-3)
4. Можгинский Ю.Б. Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм. – СПб., 2003 [↑](#footnote-ref-4)
5. См.: Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности.// Психологический журнал. №5. См.: Можгинский Ю.Б. Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм. [↑](#footnote-ref-5)
6. Можгинский Ю.Б. Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм. [↑](#footnote-ref-6)
7. Бандура А. Уолтерс Р. Подростковая агрессия. М., 1999 [↑](#footnote-ref-7)
8. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. М., 1996 [↑](#footnote-ref-8)
9. Немов Р.С. Психология. В 3 кн. Кн 1. М., 2006 [↑](#footnote-ref-9)
10. Реан А.А. психология человека от рождения до смерти. СПб., 2006 [↑](#footnote-ref-10)
11. Семенова С.Л., Дьяченко Е.В. практикум по общей психологии. Екатеринбург. 2003 [↑](#footnote-ref-11)
12. Кон И.С. Открытие Я. М., 1989 [↑](#footnote-ref-12)
13. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов н/Д., 2006 [↑](#footnote-ref-13)
14. Мудрик А.В. Социальная педагогика. М., 1999 [↑](#footnote-ref-14)
15. Мудрик А.В. Социальная педагогика. М., 1999 [↑](#footnote-ref-15)
16. Семенова С.Л., Дьяченко Е.В. практикум по общей психологии. Екатеринбург. 2003 [↑](#footnote-ref-16)
17. Смирнов В.М. Нейрофизиология и высшая деятельность детей и подростков. М., 2000 [↑](#footnote-ref-17)
18. Возрастная и педагогическая психология. Под.ред.И.В. Дубровина. Хрестоматия. М., 2003 [↑](#footnote-ref-18)
19. Соколова В.Н. Юзефович Г.Я. Отцы и дети в меняющемся мире. М., 1991 [↑](#footnote-ref-19)
20. Хрестоматия по возрастной психологии. М., 1998 [↑](#footnote-ref-20)
21. Хрестоматия по возрастной психологии. М., 1998 [↑](#footnote-ref-21)
22. Мир детства: Подросток/ под ред. А.Г. Хрипковой. М., 1999 [↑](#footnote-ref-22)
23. Степанов В.Г. Психология трудных школьников. М., 2001 [↑](#footnote-ref-23)
24. Популярная психология для родителей/ Под ред. А.А. Бодалева. М., 1999 [↑](#footnote-ref-24)
25. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия. М., 2002 [↑](#footnote-ref-25)
26. Возрастная и педагогическая психология. Под.ред.И.В. Дубровина. Хрестоматия. М., 2003 [↑](#footnote-ref-26)
27. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М., 2001 [↑](#footnote-ref-27)
28. Гурин В.Е. Формирование нравственного сознания и поведения старшеклассников. М., 1999 [↑](#footnote-ref-28)