

Секция «Теория и методика педагогического образования (социально-гуманитарные науки)»

Исследование агрессивности подростков

Немыгина Алина Васильевна

Студент (бакалавр)

Мордовский государственный педагогический университет им. М. Е. Евсевьева, Саранск,
Россия

E-mail: nemalina02@mail.ru

Современные кризисные явления негативно сказываются на психическом здоровье подростков, вызывая рост агрессивных проявлений. Подростковый возраст (15-17 лет) является критическим переходным этапом между детством и юностью, сензитивным для формирования жизненных планов, мировоззрения и механизмов саморегуляции. Однако именно в этот период внешние и внутренние факторы могут провоцировать агрессию как компенсаторную защиту «Я». Проявление агрессивного поведения по отношению к другим дает повод для возникновения конфликтных ситуаций [3]. Цель исследования – на основе теоретического анализа и эмпирического изучения выявить доминирующие формы агрессивного поведения старших подростков и разработать комплекс психолого-педагогических рекомендаций по профилактике агрессивных проявлений.

В зарубежной психологии агрессия трактуется как врождённый инстинкт выживания (К. Лоренц), адаптивная реакция, корректируемая через научение (А. Бандура), устойчивая предрасположенность (Л. Берковиц) или защитная реакция при угрозе удовлетворению потребностей (К. Хорни). В отечественной психологии А. А. Реан определяет агрессивность как устойчивую личностную черту с деструктивным потенциалом, а И. А. Фурманов в аффективно-динамической модели рассматривает агрессию как способ адаптации в ситуациях фрустрации, депривации и стресса. Ключевая классификация А. Басса и А. Дарки включает физическую, вербальную, косвенную агрессию, раздражительность, негативизм и подозрительность [2].

Факторы подростковой агрессивности многообразны. За внешней грубостью часто скрывается заниженная самооценка. Дефицит эмоционального интеллекта приводит к тому, что у девушек неспособность распознать переживания проявляется в негативизме и косвенной агрессии, а у юношей – в прямых физических и вербальных формах [4]. Высокая тревожность создаёт постоянное психическое напряжение. Когнитивные искажения (катастрофизация, долженствование) коррелируют с подозрительностью, вербальной агрессией и раздражением. Агрессия может выступать стратегией достижения лидерского статуса: наиболее агрессивны подростки с высокими и средними лидерскими способностями.

Стиль семейного воспитания (гиперконтроль или безнадзорность) провоцирует агрессивность, тогда как сбалансированный подход снижает риск [5]. Цифровая среда (кибербуллинг, троллинг) служит удобной площадкой для проявления агрессии у подростков с высоким нейротизмом, импульсивностью и низкой рефлексией. Половые различия: юноши склонны к прямой физической агрессии, девушки – к вербальной и косвенной, причём у них более выражено чувство вины. С возрастом физическая агрессия значительно снижается, уступая место эмоционально-социальным формам [4]. Аутоагрессия (самоповреждения, суицидальные мысли) тесно связана с высоким уровнем тревожности. Сами подростки объясняют свою агрессивность внешними причинами (необходимость защиты, реакция на раздражение) и внутренними (отсутствие конструктивных способов достижения целей, протест против ограничений, накопление негативных эмоций).

Эмпирическое исследование проведено на базе МОУ «Гимназия № 19» г. о. Саранск Республики Мордовия на выборке 30 учащихся 15 лет. Использовались: «Опросник уровня

агрессивности Басса – Дарки», «Тест агрессивности» Л. Г. Почебут, «Агрессивное поведение» Е. П. Ильина и П. А. Ковалева.

По опроснику Басса – Дарки средний уровень агрессии по всем видам является преобладающим (соответствует возрастной норме). Высокий уровень вербальной агрессии показали 36,7% подростков, физической – 30%, косвенной – 33%. По тесту Л. Г. Почебут также доминирует средний уровень: высокий уровень вербальной агрессии выявлен у 34% респондентов, физической – у 30%, предметной (косвенной) – у 26,7%. Методика Е. П. Ильина и П. А. Ковалева показала особенно заметное преобладание косвенной вербальной агрессии (сплетни, злобные шутки, интриги) – высокий уровень у 63% подростков. Прямая вербальная агрессия (оскорбления, угрозы) выражена у 40%. Косвенная физическая агрессия (порча вещей, поломка предметов) – у 56%, прямая физическая (драки, нападения) – у 33%. Высокий уровень несдержанности (импульсивность, слабый самоконтроль) зафиксирован у 56,7% учащихся.

Таким образом, при общем нормативном уровне агрессивности устойчиво доминирует вербальная агрессия (как прямая, так и косвенная) над физической. Значительная распространённость косвенных форм и высокая несдержанность указывают на необходимость целенаправленной профилактической работы.

Психолого-педагогические рекомендации разработаны для педагогов, родителей и подростков [1]. Они строятся на принципах: развитие конструктивных коммуникативных навыков (обучение «Я-высказываниям», активному слушанию, вербализации эмоций без оскорблений); формирование самоконтроля и снижение импульсивности (дыхательные техники, сеансы релаксации, «Дневник гнева»); создание безопасных каналов выражения негативных чувств (арт-терапия, метафорические карты, сказкотерапия, песочная терапия); моделирование конструктивного диалога в семье и школе на личном примере взрослых. Для педагогов и психологов: упражнение «Я-высказывания» и «Чувства словами», краткие сеансы саморегуляции «Внутренний луч», «Групповое раскрашивание матриц-фракталов», арт-упражнения «Рисуем агрессию», «Метафорический автопортрет», техника «Солнышко», «Маска эмоций», сказкотерапия, песочная терапия, метафорические ассоциативные карты (колода «Кнуты и пряники»). Для родителей: моделирование конструктивного диалога, активное слушание, техника «Каракули», создание атмосферы, где подросток не боится быть прямым. Для подростков: техника «внутреннего стопа», дыхательное упражнение «4-7-8», ведение «Дневника гнева» и др.

Интеграция указанных технологий в систему психолого-педагогического сопровождения создаёт комплексные условия для преодоления агрессивных проявлений и способствует формированию гармоничной личности подростка, способной к конструктивному взаимодействию и осознанной саморегуляции. Полученные результаты подтверждают актуальность проблемы и необходимость профилактической работы с учётом выявленных возрастных, половых и средовых факторов.

Источники и литература

- 1) Авдулова, Т. П. Агрессивность в подростковом возрасте : практическое пособие. 2-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2026. 126 с.
- 2) Басс, А., Дарки А. Концепция агрессии / враждебности: учебник. Екатеринбург, 2013. 260 с.
- 3) Вдовина Н. А., Варданян Ю. В., Савинова Т. В., Юртайкина С. И. Психологические особенности конфликтности подростков и характеристика тренинга ее снижения // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2022. Т. 41. С. 11-20.

- 4) Егорова А.В., Реан А.А., Тихомандрицкая О.А. Половозрастные особенности проявления различных типов агрессии в старшем подростковом возрасте // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2024. Т. 14, № 2. С. 205–222.
- 5) Реан А.А., Ставцев А.А. Протективные и провокативные семейные факторы агрессивного поведения детей и подростков // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2021. Т. 11, № 2. С. 137–149.