

## КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ

В настоящее время тема агрессивного поведения подростков является одной из наиболее актуальных тем в педагогике и психологии. Нарастающая волна детской преступности и увеличение числа детей, склонных к агрессивным формам поведения – все это говорит о том, что ситуация ухудшается и с этой проблемой необходимо незамедлительно бороться.

Целью нашего исследования является коррекция агрессивного поведения подростков методом арт-терапии. Мы использовали в нашей работе следующие методы: теоретический анализ литературных источников по проблеме исследования; опросник «Реактивная-Проактивная агрессия» (авторы К.Додж, Р.Лобер, Л.Гацке-Копп и Д.Линам).

Наша исследовательская работа состоит из трех этапов:

На первом этапе осуществляется анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования; определялся научный аппарат и база исследования; подбирались методики опытно-экспериментального исследования.

На втором этапе мы проводим методику по выявлению склонности к агрессивному поведению, осуществляем работу программы по преодолению агрессивного поведения у подростков.

На третьем этапе проводится систематизация и обработка результатов исследования, формируются теоретические и экспериментальные выводы.

В своей работе мы опирались на термин «агрессивное поведение» взятое из Педагогического энциклопедического словаря. Агрессивное поведение (от лат. *aggredior* - нападаю, франц. *agressif* - вызывающий, нападающий, воинственный) — мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический или моральный ущерб людям, вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряжённости, страха, подавленности и т.п.). Агрессивное поведение проявляется во всех возрастах. И подростковый возраст не исключение. Подростковым возрастом принято считать период развития ребенка от 11 до 16 лет. Особенностью агрессивного

поведения в подростковом возрасте является то, что ребенок в это время переживает два переломных момента: первый – это психофизиологический, связанный с внутренними гормональными и физиологическими изменениями, влекущими за собой телесные изменения, неосознанное половое влечение, а также эмоционально–чувствительные изменения и второй – социальный, окончание детства и переход в мир взрослых, связанный с развитием у подростка критического рефлектирующего мышления в рассудочной форме.

Особенностью подросткового возраста также является кризис идентичности, тесно связанный с кризисом смысла жизни. Становление идентичности может происходить на фоне социально-благополучного окружения подростка при высоком уровне взаимопонимания с близкими взрослыми, сверстниками при достаточно высокой самооценке. Выбор образцов поведения в этом случае осуществляется в реальном круге общения. При неблагоприятной ситуации, чем нереальнее эти образцы, тем сложнее переживается подростком кризис идентичности, тем больше у него проблем с окружающими.

Еще одна из причин подросткового кризиса и конфликтов с окружающими в этом возрасте – переоценка своих возросших возможностей, которая определяется стремлением к известной независимости и самостоятельности, болезненное самолюбие и обидчивость. Повышенная критичность по отношению к взрослым, острая реакция на попытки окружающих умалить их достоинство, принизить их взрослость, недооценить их правовые возможности, являются причинами частых конфликтов в подростковом возрасте.

В подростковом возрасте агрессивное поведение, прежде всего, проявляется в школе, на улице, дома в отношении рядом находящихся людей. Это могут быть как физически агрессивное поведение, так и вербальное выражение агрессивности (грубые слова), в меньшей степени агрессия выражена в отношении к неодушевленным предметам, но всё же, если присмотреться она существует. Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, учебным заведением, а также массовой информации.

Итак, кризис подросткового возраста - явление, свидетельствующее о развитии личности, но при наличии некоторых неблагоприятных факторов и условий это кризисное состояние, которое приводит к агрессивному поведению.

Существует множество способов борьбы с агрессивным поведением. Мы в данной работе в качестве метода коррекции агрессивного поведения

подростков выбрали метод арт-терапии как наиболее экологичный и ресурсный метод в практической психологии.

Термин «арт-терапия» (art - искусство, arttherapy – терапия), буквально переводится как терапия искусством. Это терапевтический метод, основанный на лечебном влиянии общения в сочетании с творчеством. Арт-терапия является специализированной формой психотерапии, основанной на сильном влиянии искусства и творчества. Стратегической целью арт-терапии является гармонизация развития личности через развитие способностей самовыражения и самопознания клиента через искусство.

В нашей стране и за рубежом растет интерес к применению методов арт-терапии в психологии, образовании, в социальной сфере и других областях. Арт-терапия - относительно новый метод психотерапии, развивающийся со второй половины 40-х годов прошлого столетия.

Арт-терапия имеет ряд преимуществ перед другими психолого-педагогическими средствами коррекции:

1) Практически каждый человек (независимо от своего возраста) может участвовать в арт-терапевтической работе, которая не требует от него каких-либо способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков;

2) Арт-терапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словестном описании своих переживаний;

3) Арт-терапевтическая деятельность является мощным средством сближения людей. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднении налаживания контактов;

4) Продукты изобразительного творчества являются объективным средством настроений и мыслей человека, что позволит использовать их для оценки состояния, проведения соответствующих исследований;

5) Арт-терапия является средством свободного самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека;

6) Арт-терапевтическая деятельность в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию;

7) Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции.

Для коррекции агрессивного поведения подростков применяется арт-терапия как метод невербальной, в том числе изобразительной экспрессии, выражения чувств и эмоций. Арт-терапия очень выгодна в работе с

агрессивными подростками. Это связано с такими ее достоинствами, как полное отсутствие дискриминации по какому бы то ни было признаку; возможность невербального общения, так как часто подростки из неблагополучных семей недостаточно хорошо владеют речью; возможность актуализации латентных ролей и состояний, тех форм поведения, которые находятся в «вытесненном» виде либо слабо проявлены у подростка в повседневной жизни; возможность свободного самовыражения и самопознания и многое другое.

Арт-терапия имеет широкие возможности в коррекционной работе с подростками. Творчество тесно связано с жизнью ребенка. Чувства и эмоции нередко находят выход с помощью используемых подростками символов. Происходит смешение внутренней и внешней реальности. В своем творчестве подросток, не задумываясь, рисует то, что чувствует. Именно через творческую деятельность можно добиться коррекционного эффекта в работе с подростками, склонными к агрессивному поведению. Ребенок-подросток часто не может выразить словами, что он чувствует, какие эмоции переживает в данный момент, но зато он может рисовать, лепить, фантазировать и через предметы своего творчества общаться с окружающим миром и близкими людьми. На арт-терапевтических занятиях искусство не является самоцелью. Это лишь средство, которое помогает лучше понять себя. Цель данных занятий не научить подростка рисовать или лепить, а помочь средствами искусства справиться с проблемами, вызывающими у него негативные эмоции, которые зачастую он не может вербализовать и дать выход творческой энергии.

Каждый изобразительный материал задает определенный диапазон возможных способов действия с ним, стимулирует подростка к различным видам деятельности. Так, для работы с агрессивным поведением, в наибольшей степени, подходят пластилин и тесто. Выражение негативных эмоциональных состояний посредством определенных манипуляций с пластичными материалами снижает вероятность агрессивного поведения со стороны самого подростка по отношению к другим.

К методическим приемам, осуществляемым в арт-терапии, относят следующее: пластические этюды, терапевтические сказки, игры и задания на развитие произвольности поведения, дыхательные упражнения, терапия песком, терапия музыкой, дыхательные упражнения, составление коллажей и аппликаций, рисование, драма-терапия, танцевальная терапия, мандала-терапия.

В своем исследовании чтобы замерить склонность к агрессивному поведению подростков мы использовали опросник «Реактивная-Проактивная агрессия» авторы К.Додж, Р.Лобер, Л.Гацке-Копп и Д.Линам. Методика

позволяет выявить уровень агрессивного поведения, но и его тип. Экспериментальной базой нашего исследования стала МБОУ «Гимназия №6» города Казани. В выборке приняло участие 27 человек учащиеся 7а класса. Результаты получились следующие: 72% испытуемых склонны к агрессивному поведению. Тип агрессивного поведения преобладает в основном вербальный, его выбирают 43% испытуемых. На втором месте находится физический тип выражения агрессивного поведения, его выбирают 21% испытуемых. Третье место занимает обида, этот тип агрессивного поведения выбирают 8% испытуемых. Как можно увидеть из результатов ситуация складывается не лучшим образом: больше половины испытуемых склонны к проявлению агрессивного поведения.

На данном этапе нашей работы мы осуществляем программу арт-терапии, направленную на коррекцию агрессивного поведения подростков и надеемся на положительные результаты по ее осуществлению.