

Л. О. Подкоритовакандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницький національний університет**О. В. Гоя**магістр кафедри психології та педагогіки
Хмельницький національний університет

ПОДОЛАННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ: ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ

У статті представлено результати емпіричного дослідження агресивної поведінки підлітків та апробації програми, спрямованої на її подолання за допомогою засобів арт-терапії.

У дослідженні взяли участь 50 підлітків віком 13–14 років. Було використано такі методики, як опитувальник Басса-Дарки (досліджувались такі показники агресії, як фізична агресія, вербальна агресія, непрямая агресія, негативізм, роздратування, підозрілість, образа, почуття провини); проєктивна методика «Тест руки», проєктивна методика «Малюнок неіснуючої тварини». Дослідження за тестом Басса-Дарки виявило, що більшість респондентів має підвищені показники за всіма видами агресивної поведінки. Дослідження за «Тестом руки» виявило агресивність у 20% досліджуваних, а методика «Неіснуюча тварина» – у 24% досліджуваних. Загалом, досліджувані підлітки більш схильні до вербальної, ніж фізичної, агресії, а також до непрямой агресії.

Було розроблено та апробовано програму, спрямовану на подолання агресивної поведінки підлітків засобами арт-терапії. Програма складається з 10 занять тривалістю по 45 хвилин. У ній використано як провідні арт-терапевтичні вправи (ліплення, казкотерапевтичні та малюнкові техніки), а також деякі додаткові не арт-терапевтичні вправи: інформаційні повідомлення, мозковий штурм, рольові ігри, вправи-демонстрації. Завдання корекційної програми: навчити підлітків контролювати свою агресію та звільнитися від неї у прийнятній формі, формувати навички регуляції емоційних станів і самоконтролю, формувати адекватну самооцінку, розвивати вміння ефективно спілкуватися та співпрацювати з іншими, знизити емоційне напруження та рівень ситуативної агресії, вчити усвідомленню особистої відповідальності за своє життя. Очікувані результати: досягнення позитивних поведінкових змін, зниження рівня агресивності, володіння навичками самоконтролю та емоційної саморегуляції, стабільна адекватна самооцінка, сформовані навички конструктивної комунікації.

Досліджувані були поділені на контрольну та експериментальну групи. Після проведення в експериментальній групі підлітків психокорекційної програми з методами арт-терапії було проведено повторне дослідження за допомогою опитувальника Басса-Дарки та методики «Тест руки». Це дослідження виявило зменшення показників агресивності в експериментальній групі. У контрольній групі суттєвих змін не виявлено.

Ключові слова: агресія, підлітки, арт-терапія, фізична агресія, вербальна агресія, непрямая агресія, негативізм, роздратування, підозрілість, почуття провини, образа, ворожість.

Постановка проблеми. Підліткова агресивність є однією з актуальних проблем сучасності. Агресивні прояви в дітей є однією з найбільш гострих проблем не лише для працівників сфери освіти, а й для суспільства загалом. Агресивність формується переважно в дитячому та підлітковому віці, коли закладаються навички соціалізації, і саме в цьому віці краще проводити профілактику та корекцію агресивної поведінки.

Одним із найбільш ефективних методів психологічної корекції і профілактики дитячої і підліткової агресивності є арт-терапія. Сьогодні відбувається становлення нового напрямку її розвитку – педагогічного, що полягає в певній «соціальній терапії» особистості та корекції стереотипів її поведінки

засобами художньої діяльності. Завдяки використанню методів арт-терапії в дитини знімаються внутрішня напруженість і втома, усувається замкненість, розвивається здібність адекватно сприймати себе й оточення, з'являється можливість вільного самовираження й самопізнання. Окрім того, арт-терапевтичні практики створюють позитивний емоційний настрій і формують у школяра впевненість у власних силах.

При тому, що в арт-терапії сьогодні є багато розробок для роботи з агресивністю, зокрема підлітковою, бракує теоретичних узагальнень за цією темою, що робить дослідження актуальним.

Дослідженню проблеми агресивності і її проявів приділяється велика увага як у науковій, так і прак-

Таблиця 1

Результати досліджуваних підлітків за опитувальником Басса-Дарки

| № | Тип агресивної поведінки | Кількість (у %) |
|---|--------------------------|-----------------|
| 1 | Фізична агресія | 56,7 |
| 2 | Вербальна агресія | 70,0 |
| 3 | Непряма агресія | 56,7 |
| 4 | Негативізм | 43,3 |
| 5 | Роздратування | 66,7 |
| 6 | Підозрілість | 53,3 |
| 7 | Образа | 50,0 |
| 8 | Почуття провини | 43,3 |

тичний психології. Особлива увага цій проблемі приділялася в роботах таких авторів, як Л. Берковіч (агресія: причини, наслідки та контроль), Р. Берон, Д. Річардсон (агресія), К. Бютнер (дитяча агресія і конфліктна поведінка). Проблема агресії висвітлена в працях А. Реана (Агресія і агресивність особистості), Л. Семенюк (психологічні особливості агресивної поведінки підлітків і умови її корекції), Т. Румянцевой (агресія: проблеми і пошуки в західній філософії та науці), І. Фурманова (агресивність і її прояви в дитячому віці). При цьому вітчизняні дослідники (О. Бовть, О. Мізерна, О. Фотуйма) [2] розглядали агресивного суб'єкта як такого, що інтегрує в собі внутрішні та зовнішні впливи, тоді як зарубіжні науковці (А. Бандура, Р. Волтерс, Г. Паренс, Дж. Паттерсон, М. Раттер) зосереджували увагу на пошуку окремих детермінантів прояву агресії. Вчені приділяють увагу вивченню агресивної поведінки в дітей різного віку: О. Бовть, В. Шебанова – молодшого шкільного; А. Реан, Л. Семенюк – підліткового; В. Крайнюк, О. Хренніков, С. Шебанова, В. Павелків – юнацького. Зокрема, в дослідженні підліткового віку науковцями отримано дані щодо особливостей вікової динаміки агресивної поведінки (А. Реан, Л. Семенюк), статевих відмінностей (І. Фурманов, Л. Семенюк); визначено вплив макросоціальних чинників сім'ї на агресивну поведінку (Н. Алікіна, О. Бовть, А. Реан).

На думку Л. Божович, С. Максименко, А. Реан, Є. Смірнова, В. Кузьменко та інших психологів [5], підлітковий вік є важливим для формування і закріплення різних поведінкових актів.

Методичні напрацювання щодо застосування арт-терапії для психологічної роботи з підлітковою агресією є в О. Деркач, Л. Лебедевої, М. Сидоркіної та багатьох інших.

Мета статті – представити результати емпіричного дослідження рівня агресивності підлітків та апробацію арт-терапевтичної програми, спрямованої на її подолання.

Методи дослідження: опитувальник Басса-Дарки [9]; проєктивна методика «Тест руки» [3]; проєктивна методика «Малюнок неіснуючої тварини» [6].

Виклад основного матеріалу. Дослідження проводилось у період із вересня 2019 по жовтень 2019 року у 8-му класі ССЗОШ № 1 м. Хмельницького. У ньому взяло участь 50 дітей віком 13–14 років. Були обрані такі методики: опитувальник Басса-Дарки [9]; проєктивна методика «Тест руки» [3]; проєктивна методика «Малюнок неіснуючої тварини» [6]. Результати дослідження за кожною методикою подано нижче.

Дослідження за опитувальником Басса-Дарки [9] проводилось у груповій формі. Кожен учень заповнював свій бланк самостійно. Було дано гарантію конфіденційності результатів. Отримані результати подано в таблиці 1.

Як можна побачити з таблиці 1, у 56,7% підлітків переважає фізична агресія в поведінкових реакція. Вони можуть використовувати фізичну силу проти іншої особи. Вербальна форма агресії виявлена в 70% учнів. Ці учні виражають свої негативні почуття через крик, сварки, лайку та погрози. Непряму агресію проявляють 56,7% випробуваних, тобто учні такого типу реагування направляють свою агресію на сторонню особу – плітки, злобні жарти. Негативізм відстежується в 43,3% учнів. Ця форма поведінки може проявлятися проти керівництва, проти встановлених у соціальному середовищі звичаїв і законів. Роздратування продемонстрували 66,7% підлітків, які готові за найменшого збудження до проявів грубості. Таку рису, як підозрілість, встановлено в 53,3% підлітків. Такі учні переживають недовіру та обережність щодо інших людей. У 50% підлітків спостерігається образа. Такі учні відчувають заздрість і ненависть за дійсні або уявні страждання. Почуття провини переживають 43,3% учнів. Їм властиве переконання, що вони є поганими людьми, чинять погано.

Слід зазначити, що для кожної дитини індивідуально визначили індекс ворожості (складався з показників образи і підозрілості) та індекс агресивності (складався із суми показників фізичної, вербальної та непрямой агресії).

Найвищі показники за індексом агресивності і ворожості – 30 і 15, середній показник – 24 і 9. Результати індексу агресивності та індексу ворожості зображено на рисунку 1.

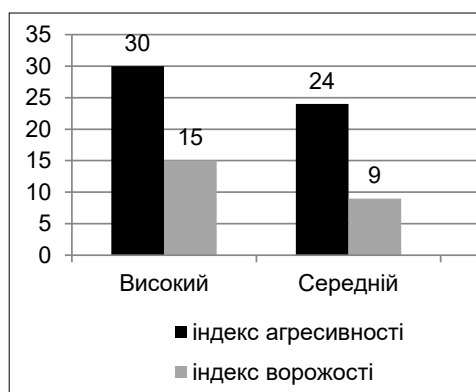


Рис. 1. Результат діагностики за опитувальником Басса-Дарки

Дослідження за методикою «Тест руки» [3] проводилося індивідуально з кожною дитиною. Відповіді фіксувались у протоколі.

Інтерпретація результатів здійснювалась за 11 категоріями: агресія, вказівки, страх, емоційність, комунікація, залежність, демонстративність, інвалідність, активна безособовість, пасивна безособовість, опис. Відповіді, що належать до перших двох категорій («Агресія», «Вказівки»), пов'язані з готовністю досліджуваного до зовнішнього прояву агресивності. Наступні категорії («Страх», «Прихильність», «Комунікація», «Залежність») відображають тенденцію до дії, спрямовану на пристосування до соціального оточення; при цьому ймовірність агресивної поведінки незначна. Кількісний показник агресивної поведінки розраховується за формулою. Відповіді, що потрапляють під останні п'ять категорій, можуть лише уточнити мотиви агресивної поведінки [8, с. 310–327].

Дослідження за цією методикою показало, що у 20% досліджуваних спостерігається агресивна поведінка, у 80% досліджуваних агресивної поведінки не виявлено. Результати подано в таблиці 2 і на діаграмі 2.

Таблиця 2
Результати методики «Тест руки»

| | Кількість досліджуваних, % |
|--------------------------|----------------------------|
| Виявлено агресивність | 20 |
| Не виявлено агресивності | 80 |

Як видно з таблиці 2, агресивність виявлено у 20% досліджуваних.

Аналіз асоціацій за методикою представлено на рисунку 2.

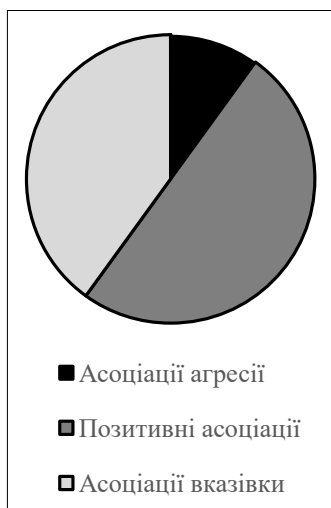


Рис. 2. Асоціації, виявлені в досліджуваних за «Тестом руки»

Як видно з рисунка 2, 10% учнів майже в кожній картці бачили прояв агресії, жорстокості, страху; 50% учнів помітили асоціації із прихильністю, вираження любові, захисту, позитивні емоції; 40%

учнів асоціювали зображення руки з вказівками, перешкодами, підпорядкуванням, залежністю.

Для дослідження неусвідомленого рівня прояву агресії в підлітків була застосована проєктивна методика «Малюнок неіснуючої тварини» [6]. За її результатами, підвищена агресивність виявлена у 12 учнів (24%).

Оскільки ця проєктивна методика має низку недоліків (неможливо дослідити причини виникнення підліткової агресії; інтерпретації не включають якісну характеристику, яка необхідна для виявлення видів агресії; структура не здатна показати рівень усвідомленості дитиною своєї агресії), а діагностика агресії за допомогою проєктивних методик має спиратися на глибоке психологічне вивчення особистості [5, с. 67], для створення якісної характеристики агресивних проявів підлітків ми скористалися результатами дослідження трьох методик, які дали змогу виявити різні форми та прояви агресії.

За результатами проведеного дослідження можна стверджувати, що досліджувані підлітки мають підвищений рівень агресивності і частіше проявляють словесну (вербальну) агресію, ніж фізичну.

Відповідно, психологічна корекція агресивних проявів у досліджуваних дітей є актуальною. Для цього була розроблена відповідна корекційна програма, у якій для подолання агресивних проявів підлітків були використані засоби арт-терапії.

Мета програми – профілактика і зниження рівня агресивності в підлітковому віці шляхом формування адекватної самооцінки, вивчення прийнятних способів реагування в складних ситуаціях, прийняття себе та інших.

Завдання програми: навчити підлітків контролювати свою агресію та звільнитися від неї у прийнятній формі; формувати навички регуляції емоційних станів і самоконтролю; формувати адекватну самооцінку; розвивати вміння ефективно спілкуватися та співпрацювати з іншими; знизити емоційне напруження та рівень ситуативної агресії; вчити усвідомленню особистої відповідальності за своє життя.

Учасники: діти 13–14 років. **Форма:** групове заняття (6–10 дітей). **Структура програми:** 10 занять тривалістю по 45 хвилин. **Методи роботи:** інформаційні повідомлення, мозковий штурм, рольові ігри, арт-терапевтичні вправи (казкотерапія, ліплення, малюнкові техніки), вправи-демонстрації тощо. **Обладнання** (відповідно до кількості учнів у групі): бейджики; плакати-заготовки для вправи «Очікування»; маркери; білий папір формату А4 і А2; кольоровий папір; ножиці; клей; кольорові журнали; іграшкові кубики.

Очікувані результати: досягнення позитивних поведінкових змін; зниження рівня агресивності; володіння навичками самоконтролю та емоційної

саморегуляції; стабільна адекватна самооцінка; сформовані навички конструктивної комунікації.

Головна спрямованість програми в тому, щоб не притлумлювати та викорінювати емоції, а в тому, щоб належним чином їх спрямувати [1, с. 4].

Досліджувані були поділені на контрольну та експериментальну групи – по 25 осіб у кожній. Після впровадження в експериментальній групі розробленої програми було проведено повторне дослідження за опитувальником Басса-Дарки та методикою «Тест руки».

Узагальнені результати за опитувальником Басса-Дарки наведено в таблиці 3. Виявлено позитивну динаміку змін в експериментальній групі та незначні зміни в контрольній групі.

Графічно динаміка результатів експериментальної групи за методикою Басса-Дарки до та після впровадження корекційної програми зображена на рисунку 3, а результати повторного дослідження контрольної групи представлені на рисунку 4.

З рисунка 3 видно, що після проведення корекційної роботи з методами арт-терапії в експери-

Таблиця 3

Результати до та після корекційної роботи з підлітками за методикою Басса-Дарки

| Шкала | Група | | | |
|-------------------|------------------|-------|------------|-------|
| | Експериментальна | | Контрольна | |
| | до | після | до | після |
| Фізична агресія | 5 | 3,1 | 9,2 | 9,0 |
| Вербальна агресія | 8,8 | 5,3 | 9,8 | 9,7 |
| Непряма агресія | 5,6 | 3,1 | 7,3 | 7,1 |
| Негативізм | 3 | 1,2 | 3,1 | 3,1 |
| Роздратування | 7,2 | 2,5 | 6,8 | 6,7 |
| Підозрілість | 6,2 | 3,5 | 7 | 7,1 |
| Образа | 5,6 | 2,5 | 5,1 | 5,1 |
| Почуття провини | 3,9 | 3 | 5,3 | 5,3 |

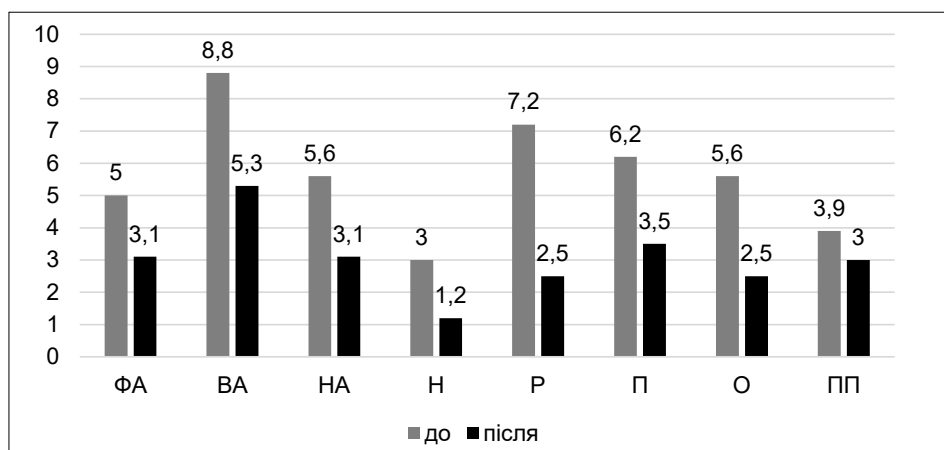


Рис. 3. Результати експериментальної групи за методикою Басса-Дарки до і після корекційної програми

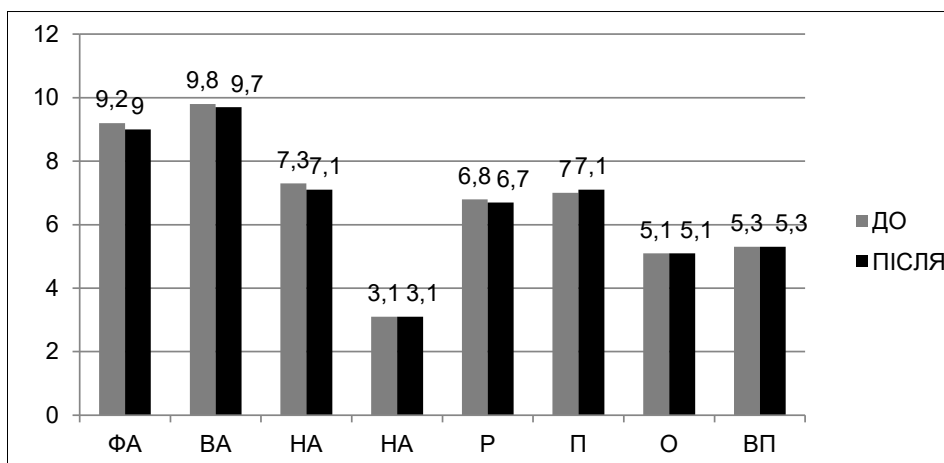


Рис. 4. Графічне зображення результатів контрольної групи за методикою Басса-Дарки

Примітка: ФА – фізична агресія, ВА – вербальна агресія, НА – непряма агресія, Н – негативізм, Р – роздратування П – підозрілість, О – образа, ПП/ВП – почуття провини

ментальній групі виявлено позитивну динаміку. Рівень усіх форм агресій знизився. Особливо знизились: роздратування (на 4,7 бали), вербальна агресія (на 3,5 бали), образа (на 3,1 бали), підозрілість (на 2,7 бали), непряма агресія (на 2,4 бали). Дещо менше знизились фізична агресія (на 1,9 бали), негативізм (на 1,8 бали) та почуття провини (на 0,9 бали). Позитивні зміни ми пов'язуємо з тим, що завдяки арт-терапевтичним засобам діти змогли відреагувати свою агресію і зменшити її прояви. Незначні зміни негативізму ми пов'язуємо зі специфікою самого підліткового віку, якому притаманна ця властивість. А малі зміни в почутті провини пов'язуємо з тим, що почуття провини часто має глибинні причини, працювати з якими потрібно індивідуально і не в напрямі корекції, а терапії як більш глибокого опрацювання проблеми.

Як показали результати повторного дослідження за методикою Басса-Дарки, в контрольній групі рівень агресії має незначні зміни за шкалами вербальної, фізичної і непрямой агресії. Відмінності між образою, схильністю до роздратувань, негативізмом, підозрілістю, провинною, ворожістю не є значимими. Такі результати, очевидно, пов'язані з тим, що учасники контрольної групи не брали участі в корекційній роботі.

Після повторного дослідження в контрольній та експериментальній групах за методикою «Тест руки» ми отримали суттєві зміни за проявами агресії. Результати дослідження подано в таблиці 4 і на рисунку 5.

Як можна побачити з таблиці 4, до впровадження програми з подолання агресивних проявів і в експериментальній, і в контрольній групі була однакова кількість дітей, у яких виявлено агресію і в яких її не виявлено (по 20% і 80% відповідно). Після впровадження програми в експериментальній групі агресивні прояви були виявлені лише в однієї дитини (4%).

Загалом, було виявлено, що в експериментальній групі кількість дітей, у яких виявлено агресивні прояви, суттєво зменшилась (на 16%). У контрольній – дещо зросла (на 4%).

Аналіз результатів, отриманих за критерієм Фішера [7], показав їхню статистичну значущість: $\phi^*_{\text{емп}} = 3,712$ (отримане емпіричне значення ϕ^* перебуває в зоні значущості).

Як видно з рисунка 5, в експериментальній групі після участі в програмі із застосуванням арт-терапевтичних засобів 60% учнів асоціювали зображення руки із прихильністю, захистом і позитивними емоціями (зростання на 14%); 36% підлітків вказали на асоціації зображення руки з перешкодами, залежністю, вказівками (зменшення на 6%); і лише 4% учнів у багатьох картках бачили страх, жорстокість та агресію (зменшення на 8%). У контрольній групі виявлено незначне зростання кількості дітей (на 4%), які бачать більше агресивних асоціацій – 12%, та відповідне зменшення тих, хто бачить позитивні асоціації (48%).

Таблиця 4

Узагальнені результати дослідження за методикою «Тест руки» в контрольній та експериментальній групах до і після апробації програми подолання агресивних проявів у підлітків засобами арт-терапії

| | Контрольна група | | Експериментальна група | |
|--------------------------|------------------|-------|------------------------|-------|
| | до | після | до | після |
| Наявність агресивності | 20 | 24 | 20 | 4 |
| Не виявлено агресивності | 80 | 76 | 80 | 96 |

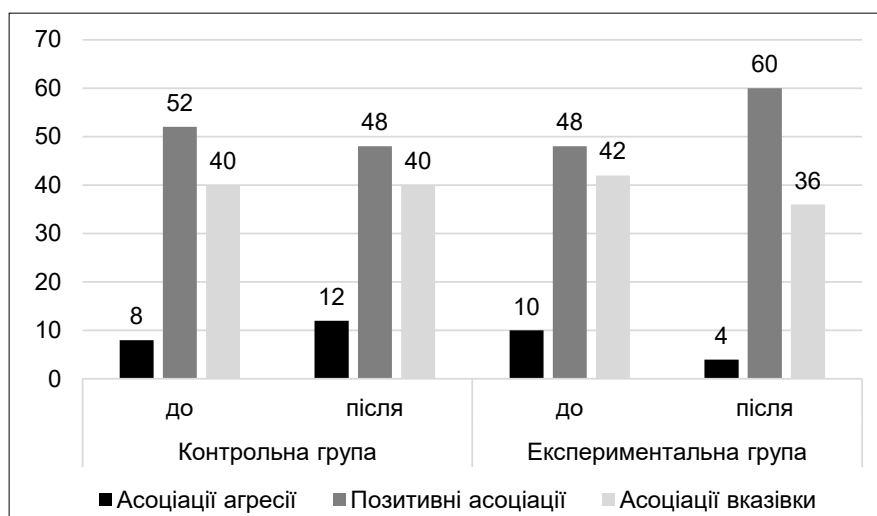


Рис. 5. Виявлені асоціації за методикою «Тест руки» в контрольній та експериментальній групах до і після апробації програми подолання агресивних проявів у підлітків засобами арт-терапії

Аналізуючи отримані результати, ми дійшли висновку, що після проведення корекційної програми з використанням арт-терапії у підлітків в експериментальній групі знизилася прояви агресивності.

Отже, отримані результати підтверджують ефективність арт-терапевтичних методів як засобу корекції агресивності в підлітків.

Висновки. Проведено емпіричне дослідження агресивності підлітків за допомогою таких методик, як опитувальник Басса-Дарки, проєктивна методика «Тест руки», проєктивна методика «Малюнок неіснуючої тварини». У дослідженні взяло участь 50 підлітків віком 13–14 років. Було виявлено, що більше 20% досліджуваних мають підвищений рівень агресивності; при цьому вони більше схильні до вербальної і непрямой агресії, ніж до фізичної.

Відповідно до результатів емпіричного дослідження була розроблена програма подолання агресивної поведінки підлітків із використанням засобів арт-терапії. Програма складається з 10 занять тривалістю по 45 хвилин. У ній використано арт-терапевтичні вправи (ліплення, казкотерапевтичні та малюнкові техніки), а також інформаційні повідомлення, мозковий штурм, рольові ігри, вправи-демонстрації.

Апробація програми показала її ефективність. Зокрема, повторне дослідження за опитувальником Басса-Дарки та методикою «Тест руки» виявило зменшення показників агресивності в експериментальній групі. В контрольній групі суттєвих змін не виявлено.

Перспективи подальших досліджень убачаються у вивченні впливу засобів арт-терапії на подолання агресивних проявів в інших вікових групах, порівнянні результатів у дівчачій і хлопчачій підвбірках.

Література:

1. Адаменко Л.В. Взаємодія дошкільників та дорослих : комплексна корекційно-розвивальна робота. Київ : Редакції загально-пед. газет, 2013. 128 с.
2. Бовть О.Б. Агресивні реакції та шляхи їх корекції в молодших школярів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2001. 18 с.
3. Єлісеєв О.П. Практикум з психології особистості. Санкт-Петербург, 2003. С. 310–327.
4. Максименко Д.С. Психологічні особливості криз підлітка. Практична психологія. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 200 с.
5. Мельничук О.Б. Психологічна діагностика : навчальний посібник для студентів подвійних спеціальностей із спеціальністю «Практична психологія». 2-е вид. Київ : Каравела, 2017. 316 с.
6. Музыченко Г.Ф. Проективная методика «Несуществующее животное». Руководство и результаты психодиагностического исследования взрослых пациентов с различными расстройствами эмоционально-личностной сферы. Санкт-Петербург : Речь, 2013. 556 с.
7. Назначение и описание критерия Фишера. URL: <https://www.psychol-ok.ru/statistics/fisher> (дата обращения: 14.11.2019).
8. Петрова А.Б. Психологическая коррекция и профилактика агрессивных форм поведения несовершеннолетних с девиантным поведением: практическое руководство : учеб. пособие. Москва : Флинта, 2008. 150 с.
9. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие. Самара : Издательский дом «БАХРАХ-М», 2008. 672 с.

Podkorytova L. O., Hoia O. V. The overcoming of teenagers' aggressive behavior with art therapeutic tools: the empirical research

The article presents the results of an empirical research of teenagers' aggressive behavior and approbation of a program aimed at overcoming it with the help of art therapy.

There were involved 50 teenagers aged 13-14 years in the research. There were used such tests: Bass-Darka's questionnaire (were investigated such indicators of aggression: physical aggression, verbal aggression, indirect aggression, negativity, irritation, suspicion, insults, feelings of guilt); projective technique "Hand test"; projective technique "Drawing a non-existent animal". The research by Bass-Darka's test founded that the majority of respondents had increased scores on all types of aggressive behavior. The research by Hand Test founded that 20% of our respondents were aggressive. The research by Non-existent Animal test founded that 24% of our respondents were aggressive. It was found that in general, teenagers were verbal and indirect aggressively inclined than physical aggressively inclined.

It was created a program aimed at overcoming teenagers's aggressive behavior by art therapy. The program consisted of 10 sessions lasting 45 minutes each. There were used as a leading art-therapeutic exercises (modeling, story-telling and drawing techniques), as well as some non-art-therapeutic exercises: informational messages, brainstorming, role-playing games, demonstration exercises in the program. The program had such main tasks: to teach teenagers to control their aggression and get rid of it in an acceptable form; to develop skills of regulation of emotions and self-control; to form adequate self-esteem; to develop the communicative and collaborative skills; to reduce emotional tension and the level of situational aggression; to teach of personal responsibility for one's life. Expected results: achievement of positive behavioral changes;

reducing of the level of aggression; self-control and emotional self-regulation skills; stable adequate self-esteem; formed constructive communication skills.

The respondents were divided into control and experimental groups. It was made the retest after using of the psychocorrection art-therapy program. There were used the Bass-Darka test and the "Hand test" for the retest. It was found that the level of aggression in a decreased in the experimental group. It were not found significant results in the control group.

Key words: *aggression, adolescents, art therapy, physical aggression, verbal aggression, indirect aggression, negativity, irritation, suspicion, feeling of guilt, insult, hostility.*