



УДК 159.922.7:316.6

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ КОРЕКЦІЇ АУТОАГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ МОЛОДІ

Піддубняк С.В., здобувач кафедри
практичної психології та соціальної роботи

Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля

У статті проаналізовано інтегровану соціально-психологічну програму корекції аутоагресивної поведінки молоді, побудовану на принципах єдності діагностики й корекції, системності, комплексності, динамічності та диференційованості, яка складалася з діагностичного, формувального та моніторингового блоків.

Ефективність програми констатована зниженням рівня тривожності та агресивності молоді, підвищенням емоційної стійкості, рівня самоконтролю та саморегуляції поведінки, соціометричного статусу. Психокорекційні заходи сприяли формуванню адекватної самооцінки, збалансованості локус контролю, інтеграції між потребою в досягненні головних життєвих цінностей та можливістю їх досягнення в реальності, налагодженню міжособистісної взаємодії; зменшилась напруженість та конфліктність досліджуваних у міжособистісній взаємодії.

Ключові слова: аутоагресивна поведінка, молодь, соціально-психологічні особливості, психологічна корекція.

Піддубняк С.В. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА КОРРЕКЦИИ АУТОАГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ МОЛОДЕЖИ

В статье проанализирована интегрированная социально-психологическая программа коррекции аутоагрессивного поведения молодежи, построенная на принципах единства диагностики и коррекции, системности, комплексности, динамичности и дифференцированности, которая состояла из диагностического, формирующего и мониторингового блоков.

Эффективность программы констатирована снижением уровня тревожности и агрессивности молодежи, повышением эмоциональной устойчивости, уровня самоконтроля и саморегуляции поведения, социометрического статуса. Психокоррекционные мероприятия способствовали формированию адекватной самооценки, сбалансированности локус контроля, интеграции между потребностью в достижении главных жизненных ценностей и возможностью их достижения в реальности, налаживанию межличностного взаимодействия; уменьшилась напряженность и конфликтность респондентов в межличностном взаимодействии.

Ключевые слова: аутоагрессивное поведение, молодежь, социально-психологические особенности, психологическая коррекция.

Piddubniak S.V. SOCIO-PSYCHOLOGICAL MEANS OF CORRECTION OF AUTOAGGRESSIVE BEHAVIOR OF YOUTH

The article analyzes the integrated socio-psychological program for correcting the autoaggressive behavior of young people, built on the principles of the unity of diagnosis and correction, systemic, integrated, dynamic and differentiated, which consisted of diagnostic, forming and monitoring units.

The effectiveness of the program established by a decrease in the level of anxiety and aggressiveness of young people, increased emotional stability, self-control and self-regulation of behavior, sociometric status. Psycho-corrective measures contributed to the formation of adequate self-esteem, the balance of the locus of control, the integration between the need to achieve the main values of life and the possibility of achieving them in reality, establishing interpersonal interaction; the tension and conflict of respondents in interpersonal interaction decreased.

Key words: autoaggressive behavior; youth, socio-psychological characteristics, psychological correction.

Постановка проблеми. Процес соціально-психологічної адаптації неповнолітніх має поліфункціональний характер: є засобом оптимізації взаємин із широким соціальним довкіллям; через адаптацію відбувається формування соціальної сутності особистості; це дієвий складник її успішної соціалізації у суспільстві. Наслідком порушення цього процесу може стати аутоагресивна поведінка молоді як результат дії психодинамічних, генетичних, середовищ-

них чинників. Складність процесу соціалізації неповнолітніх, розлади й перепади настрою, закомплексованість, несформованість Я-образу, ставово-рольової ідентичності, ціннісно-мотиваційної регуляції, деформація ціннісно-нормативних уявлень (системи внутрішньої регуляції, референтних орієнтацій) впливають на аутоагресію молоді людини. Розроблення ефективних психологічних засобів корекції аутоагресивної поведінки молоді сприятиме попе-

редженню та виправленню негативних тенденцій її прояву [1].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Встановлено, що аутоагресивна поведінка як інтегральне поняття відображає різні прояви соціального, психологічного чи комплексного неблагополуччя особистості, яке полягає в дегармонізації її взаємодії з собою, соціумом, близьким оточенням незалежно від джерела, природи й ступеня прояву [1; 3; 5]. Така поведінка більшою мірою притаманна молоді, оскільки кризи перехідних періодів характеризуються зниженням адаптаційних можливостей, за яких виникають пускові психологічні механізми (конфлікти мотиваційної сфери, порушення емоційно-вольових проявів, пізнавальні труднощі тощо), які деформують суб'єктні стосунки і породжують внутрішні і зовнішні ускладнення [2; 4].

З'ясовано, що в працях, присвячених вивченню аутоагресивної поведінки молоді, розглядаються проблеми типологізації дезадаптованих осіб, значна увага приділяється акцентуаціям та психічним розладам дитини, визначаються особливості поведінки аутоагресивної молоді, представлено різні види корекційної роботи. При цьому суто психологічні засоби корекції аутоагресивної поведінки молоді здійснюються переважно в руслі індивідуального підходу, тобто працюють лише з аутоагресивним неповнолітнім, не впливаючи на його оточення, а серед групових видів корекції найбільш поширеною формою є тренінг соціальних навичок. Проте необхідним є наукове обґрунтування ефективних заходів корекційного впливу на аутоагресивну поведінку молоді, яка перебуває, зокрема, в несприятливих умовах соціалізації.

Психологічні дослідження із зазначеної проблеми здебільшого були спрямовані на особливості роботи з неповнолітніми з неблагополучних та неповних сімей; зовнішні та внутрішні детермінанти процесу соціалізації неповнолітніх із неповних сімей; на психологічні особливості диспозиційної системи особистості у функціонально неспроможній родині; на формування соціальної компетентності неповнолітніх з неповної сім'ї; особливості психологічної допомоги в умовах навчально-виховного комплексу.

Результати аналізу робіт психологів – представників різних теоретичних орієнтацій дають змогу зробити такі узагальнення: соціально-психологічну адаптацію правомірно розглядати як складову частину більш широкого процесу – соціалізації; адаптація розглядається як процес одночасного пристосування до зовнішнього середовища і пристосовування умов середовища з метою задоволення потреб та реалізації внутріш-

нього потенціалу особистості; говорячи про соціально-психологічну дезадаптацію, автори акцентують увагу на зміні змісту в компонентах динамічних підструктур особистості: у ціннісних орієнтаціях; в «Я-концепції»; у психічних станах особистості; у разі, коли адаптація розвивається успішно, формується адаптованість як складне психічне утворення, інтегративна якість особистості. У разі неуспішної адаптації, коли людина не справляється з труднощами і вимогами нового оточуючого середовища, розвивається протилежний процес – дезадаптація, завершується дезадаптованим – складним психічним утворенням, що виявляються в дисгармонійному розвитку змісту в тих чи інших компонентах і підструктурах особистості (неадекватність самооцінки, рівня вимог; гіпер-або гіпомотивація, негативні психічні стани тощо), зокрема аутоагресії. Як визначальні чинники аутоагресії автори виділяють або зовнішні (середовищні), або внутрішні (особливості особистості), або систему взаємодій цих чинників.

Аутоагресивна поведінка зумовлена взаємовпливом найрізноманітніших факторів і причин, що діють у різних вікових періодах, з різним негативним внеском у розвиток і формування особистості. Частково це вже розглядалося в процесі аналізу наукових поглядів на проблему дезадаптації в різних наукових школах. Відсутність єдиного підходу в зазначеному питанні пов'язана з невирішеністю проблеми співвідношення біологічного і соціального в особистості, що є предметом досить гострої, багаторічної дискусії вчених. Ця найважливіша методологічна проблема розглядалася в роботах провідних вітчизняних психологів, які обґрунтували принцип єдності історії та природи в психічному розвитку людини. Разом з тим подібний підхід намічений, на наш погляд, лише в контурному плані: залишаються, зокрема, неопрацьованими такі важливі питання, як індивідуальні особливості, що в умовах життєдіяльності приводять людину до соціально-психологічної дезадаптації або сприяють їй. Багатомірність і взаємозумовленість соціального і природного в особистості являють для дослідника складну проблему. Б. Ломов звернув увагу, що зв'язки багатопланові і багатогранні. В одних вимірах і за певних обставин біологічне виступає стосовно психічного як його механізм – фізіологічне забезпечення психічних процесів, в інших – як передумова, у третіх – як зміст психічного відображення (наприклад, відчуття стану організму), у четвертих – як фактор, що впливає на психічні явища, у п'ятих – як причина окремих фактів поведінки, у шостих – як виникнення психічних явищ тощо [6].



Мета статті – розкрити особливості інтегрованої соціально-психологічної програми корекції аутоагресивної поведінки молоді.

Виклад основного матеріалу результатів дослідження. На першому етапі емпіричного дослідження було проведено аналіз даних фокус-групового інтерв'ю, анкетування, документів, що дало змогу виявити прояви аутоагресивної поведінки молоді. На основі групового інтерв'ю визначалися такі параметри, як соціальна активність, рівень інтеграції з середовищем, коло спілкування, наявність позитивних соціальних контактів, специфіка міжособистісних стосунків, ціннісних орієнтацій, а також особливості самоставлення та емоційно-вольової сфери досліджуваних.

Аналіз документів та анкетування дав змогу отримати дані щодо успішності в навчанні, відомості про сім'ю та соматичний стан досліджуваних. Дані інтерв'ювання та аналізу документів надали можливість співставити суб'єктивне бачення досліджуваних і тих змінних, які були визначені за допомогою карти спостереження Д. Стотта й експертних оцінок за Л. Яссман, зокрема за шкалами: недовіра до нових людей, речей, ситуацій; депресія; тривожність; ворожість; асоціальність; емоційне напруження; соціально-психологічні контакти та особистісне реагування.

Дані дисперсійного аналізу дали змогу здійснити розподіл досліджуваних на групи відповідно до рівня прояву в них аутоагресивної поведінки, а математична обробка цих даних за допомогою параметричного коефіцієнта *t*-критерію Стюдента надала можливість визначити суттєві відмінності у виділених групах за всіма шкалами, що дає змогу вважати їх належними до різних вибірок.

Визначено рівні прояву аутоагресивної поведінки молоді. Низький рівень виявлений у респондентів, яких вирізняли тривожність, невпевненість у собі та у своїх силах, слабка самокритика, а наявність частих конфліктів між членами сім'ї, неузгодженість виховних впливів у ній заважали виробленню стійкої високоморальної життєвої позиції. Середній рівень встановлений у досліджуваних, яких вирізняли егоцентричність, негативізм; рівень вимог до оточуючих переважав натомість вимогливість до себе; простежувалися проблеми в навчанні та недисциплінованість. Високий рівень переважав у досліджуваних з вираженою асоціальністю, конфліктністю, імпульсивністю, впертістю, а також вираженими протидіями виховним впливам.

У психокорекційній роботі взяли участь 50 досліджуваних (26 хлопців та 24 дівчини) експериментальної групи з різними рівнями прояву аутоагресивної поведінки.

Відбір досліджуваних відбувався за принципом добровільності. Всі досліджувані були розподілені на 6 підгруп (по 7–8 молоді у кожній з них). Тривалість психокорекційної роботи становила один рік з періодичністю занять один-два рази на тиждень. Контрольну групу становили 40 досліджуваних (20 хлопців та 20 дівчат), у якій процедура психокорекції не відбувалася. Соціально адаптовані досліджувані без проявів аутоагресивної поведінки до психокорекційної роботи також не залучалися.

Основними принципами побудови психокорекційної програми були: *принцип* єдності діагностики й корекції, що є основоположним у всій корекційній роботі, оскільки контроль за ефективністю корекції вимагає проведення діагностичних процедур, які дають змогу отримати необхідні дані та зворотний зв'язок у діагностичній роботі; *принцип* системності, який полягав у тому, що процес корекції соціально дезадаптованої поведінки молоді із дистантних сімей був спрямований не тільки на самих досліджуваних, але й такою ж мірою включав цілісну систему соціальних відносин, суб'єктами якої вони є, і насамперед сімейне оточення, адже система стосунків з референтними особами, особливості їхнього спілкування, форми спільної діяльності, засоби її впровадження відіграють важливу роль у процесі психокорекції аутоагресивної поведінки молоді; *принцип* комплексності, що вимагає поетапних психологічних дій із використанням відповідних методичних засобів, консультативних та організаційних прийомів; *принцип* динамічності, згідно з яким вся процедура психокорекції розглядалася як поетапний пролонгований процес, що передбачав раціональну послідовність заходів формуального впливу, моніторинг динаміки змін показників соціально дезадаптованої поведінки молоді; *принцип* диференційованості, який полягав у визначенні змістовних і формальних аспектів психокорекційної програми відповідно до рівнів прояву аутоагресивної молоді, їхнього соціометричного статусу, емоційної насиченості та міцності соціальних зв'язків.

Програма складалася з трьох взаємопов'язаних блоків: діагностичного, формуального та моніторингового.

Діагностичний блок передбачав отримання інформації про особистісні особливості молоді, сприйняття нею свого місця в сім'ї й у колективі, соціометричного статусу, аналіз даних щодо особливостей сімейної взаємодії. Проводилася настанова на заходи психокорекційного впливу, формування мотивів самовдосконалення, самопізнання та особистісного зростання, підвищення впевненості в собі.

Формувальний блок був спрямований на реалізацію власне формувального впливу, орієнтованого на відновлення рівноваги досліджуваних через вирішення внутрішніх конфліктів, зняття проявів аутоагресивної поведінки, формування і закріплення навичок ефективного самоствердження, розширення усвідомлення функціонального взаємозв'язку власної поведінки з поведінкою оточуючих та корекції дезадаптивних форм самоставлення. Зазначені напрями роботи розглядалися як складники єдиної системи.

Розвитку навичок саморегуляції й толерантного ставлення до оточуючих сприяли вправи на самопізнання та пізнання інших: «Моя схожість з іншими», «Запитай мене», «Мої уподобання»; для вироблення конструктивних форм поведінки виявилися ефективними психогімнастика для відтворення окремих (проблемних) форм відносин із однолітками, психологічна гра «Відчуття та почуття оточуючих», вправи «Сумісні дії», «Пропозиції»; розвитку позитивного мислення та доброзичливого спілкування сприяли вправи: «Добром за добро», «Мій теплий подарунок», «Щастя», мозковий штурм «Що викликає інтраперсональний конфлікт». Пропонувалися також вправи для вироблення вміння управляти своїми емоційними станами; вправи, що сприяли розпізнаванню та корекції агресивних імпульсів. Формування відповідального ставлення до себе, свого життя і навколишнього світу досягалось завдяки роздумам (бесідам) над етичними проблемами, розвитку позитивного самоусвідомлення й самооцінки, рольовому програванню ситуацій.

У психокорекційній програмі ми використовували такі методичні засоби: вступне і заключне слово ведучого, бесіду, групову дискусію, рольові ігри, аналіз ситуації, проєктивне малювання, елементи психогімнастики, психодрами, тілесної терапії, терапію музикою, релаксаційні методи, завдання на самопізнання. Зокрема, групова дискусія – це спосіб організації спілкування учасників групи, який дає змогу побачити проблему з різних боків, уточнити взаємні позиції, що зменшують опір сприйняттю нової інформації, усуває емоційну упередженість (особливо зважаючи на характерний для підлітків негативізм і егоцентризм). Метод дає змогу навчити аналізу реальних ситуацій, виробляє вміння слухати і взаємодіяти з іншими учасниками, показує багатозначність можливого вирішення більшості проблем.

Аналіз ситуацій стимулює звернення до досвіду інших, прагнення до здобуття теоретичних знань для отримання відповідей на обговорювані питання. Використовуються ситуації двох видів: «тут і тепер» – що і

чому відбулося в групі або з її конкретними учасниками; «там і тоді» – випадки з життя, значущі для учасників групи. Ситуації можуть бути описані вдома і принесені у групу для обговорення. Це дає змогу чіткіше сформулювати своє утруднення і позначити своє місце в ситуації.

Психодрама – метод групової роботи, в якому учасники моделюють життєві ситуації, що мають для них особистісний смисл. Мета психодрами: усвідомлення своїх відчуттів і переживань, зменшення внутрішніх суперечностей, відреагування негативних емоцій. У тренінгу нами застосовувалися такі прийоми психодрами, як «монолог», «обмін ролями», «дзеркало», «відображення», «розмова за спиною», «проєкція майбутнього». Метод «репетиції поведінки» полягає у визначенні поведінки, яка потребує тренінгу, моделюванні бажаної поведінки, відпрацюванні поведінки протягом одного або декількох занять, отриманні зворотної інформації про поведінку поза групою. У процесі роботи групи й обговорення різних проблем накопичується банк життєвих ситуацій, розв'язання яких є актуальним для молоді. Використання техніки «рольового обміну» в роботі групи важливе для учасників тренінгу, оскільки дає змогу не тільки «програти», розширити репертуар власного досвіду, а подивитися на ситуацію очима іншої людини, познайомитися з різними моделями поведінки, асимілювати досвід інших. Крім того, участь у розігруванні ситуації надає можливість членам групи моделювати, а отже, модифікувати власну поведінку.

Проєктивне малювання – допоміжний метод роботи в групі, який сприяє поглибленню розуміння себе, свого внутрішнього світу і його суперечностей. Метод дає змогу працювати з думками і відчуттями, які учасник не усвідомлює через ті або інші причини.

Моніторинговий блок програми передбачав оцінку ефективності впроваджених корекційних заходів.

З'ясовано, що в експериментальній групі відбулися позитивні зміни за параметром «самооцінка». Так, у групі молоді із низьким рівнем прояву соціально аутоагресивної поведінки зросла кількість досліджуваних з адекватною самооцінкою ($G_{\text{крит}}=24$; $p \leq 0,05$). Позитивні зміни за цим параметром відбулися і у молоді із середнім рівнем прояву аутоагресивної поведінки: виявилось значно менше досліджуваних із заниженою самооцінкою ($G_{\text{крит}}=19$; $p \leq 0,05$); знизилася кількість молоді із нестійкою та неадекватно завищеною самооцінкою ($G_{\text{крит}}=27$; $p \leq 0,05$). У досліджуваних з високим рівнем прояву аутоагресивної поведінки значущих відмінностей за параметром самооцінки не відбулося.



Констатовано, що показником успішності формульованого впливу стало зближення показників у методиці Т. Лірі за актуальним і реальним «Я» ($T=1695$; $p \leq 0,02$). Так, у досліджуваних із низьким рівнем прояву аутоагресивної поведінки та з переважанням у структурі особистості стеничних рис, більш стійких до стресу, неагресивних, з помірною розбіжністю між показниками ідеального і реального «Я» спостерігалася відносна помірність і рівномірність балів за всіма октантами з незначним переважанням V або VI. Аналіз динаміки змін свідчить про підвищення інтернальності та ступеня самосприйняття досліджуваних із середнім та високим рівнями прояву аутоагресивної поведінки ($T=1727$; $p \leq 0,06$).

Визначено збільшення показників за даними методики «РСК» Дж. Роттера по підшкалах «Загальна інтернальність» ($T=2553$; $p \leq 0,07$), «Інтернальність у сфері досягнень» ($T=3849$; $p \leq 0,05$), «Інтернальність у сфері невдач» ($T=2347$; $p \leq 0,01$). Серед досліджуваних із високим рівнем прояву аутоагресивної поведінки знизилася кількість молоді із крайнім ступенем екстернальності ($T=1721$; $p \leq 0,02$).

Щодо контрольної групи, то за результатами 1-го та 2-го діагностичних зрізів зафіксовані лише незначні зміни, які загалом істотно не змінили самооцінку досліджуваних. Не відбулося статистично значущих змін за параметрами локус контролю та ступенем самосприйняття досліджуваних.

Встановлено зниження параметра агресивності ($T=1667$; $p \leq 0,01$). Це вказує на підвищення контролю агресивних тенденцій та стриманості у поведінці. У молоді із високим рівнем прояву аутоагресивної поведінки покращення не досягає ступеня статистичної значущості, що свідчить про перевагу агресивних тенденцій у поведінці.

У порівняльному аналізі рівнів тривожності до і після корекції встановлено достовірні зрушення як високої ($G_{\text{крит}}=18$; $p \leq 0,05$) у молоді із низьким рівнем прояву аутоагресивної поведінки, так і низької тривожності ($G_{\text{крит}}=22$; $p \leq 0,05$) у молоді із середнім та високим рівнями її прояву. Стосовно контрольної групи такої динаміки не спостерігалось.

Аналіз динаміки змін, які відбулися в мотиваційно-ціннісній сфері досліджуваних експериментальної групи, показав зниження коефіцієнта рівня дезінтеграції між головними цінностями та можливостями у їх досягненні ($T=2195$; $p \leq 0,01$). У досліджуваних контрольної групи в динаміці зазначених параметрів статистично значущих відмінностей не відбулося.

Висновки. Інтегрована соціально-психологічна програма корекції аутоагре-

сивної поведінки молоді побудована на принципах єдності діагностики й корекції, системності, комплексності, динамічності та диференційованості, складалася із діагностичного, формульованого, моніторингового блоків із застосуванням методів індивідуальної, групової психокорекції та сімейної психотерапії.

Ефективність розробленої програми констатована зниженням рівня особистісної та ситуативної тривожності молоді, зменшенням кількості агресивно-захисних реакцій, підвищенням емоційної стійкості, рівня самоконтролю та саморегуляції поведінки, а також їхнього соціометричного статусу. Вплив розробленої системи психокорекційних заходів сприяв формуванню адекватної самооцінки, збалансованості локус контролю, інтеграції між потребою в досягненні головних життєвих цінностей та можливістю їх досягнення в реальності, налагодженню міжособистісної взаємодії. У результаті формульованого впливу зменшилась напруженість та конфліктність, зафіксовано зниження прояву дезадаптивних форм інтраперсональних відносин.

Перспективи подальшого дослідження полягають у вивченні особливостей динаміки та шляхів психологічної корекції аутоагресивної поведінки осіб різних вікових груп та на підставі їхнього гендерного розподілу, які перебувають у несприятливих умовах соціалізації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балл Г.А. Актуальні методологічні питання дослідження моралі і моральної поведінки. Соціальна психологія. 2007. № 4. Ч. 2. Спец. вип. С. 14–23.
2. Бондарчук О.І. Психологічні проблеми соціалізації підлітків в умовах соціально-економічних трансформацій. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка. К., 2010. Т. IX. Ч. 2. С. 35–44.
3. Боярин Л.В. Аналіз психотерапевтичної практики вітчизняних та зарубіжних науковців щодо соціально-психологічної дезадаптації. Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. 2014. № 1(33). С. 98–103.
4. Гошовський Я.О. Ресоціалізація депривованої особистості: змістово-семантичні та структурно-функціональні параметри. Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка. К., 2007. Т. IX. Ч. 1. С. 105–111.
5. Завацька Н.Є. Аналіз підходів до проблеми соціально-психологічної дезадаптації особистості. Теоретичні і прикладні проблеми психол.: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. 2004. № 1 (6). С. 84–88.
6. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984. 448 с.