**I открытый региональный конкурс исследовательских и проектных работ школьников**

**«Высший пилотаж - Пенза» 2019**

**Секция «Психология»**

**Изучение влияния одиночества подростков на их агрессивность**

**Выполнила:**Штах Елизавета,

ученица 9 Б класса МБОУ СОШ №12 г. Пензы

**Руководитель**: Ольхова Татьяна Васильевна, педагог-психолог МБОУ СОШ №12 г. Пензы

**Пенза, 2019**

**Оглавление**

[Введение 3](#_Toc353223751)

[1. Проблема одиночества и агрессивности в психологической науке 4](#_Toc353223752)

[1.1. Проблемы исследования одиночества 4](#_Toc353223753)

[1.2. Проблемы исследования агресивности 5](#_Toc353223754)

[1.3. Классификация агрессии …………………………………………………………………..6](#_Toc353223756)

[1.4. Классификация одиночества 6](#_Toc353223757)

[2. Результаты практического исследования обучающихся 7](#_Toc353223758)

[2.1 Исследование влияния одиночества на агрессивность обучающихся среднего и старшего звена 7](#_Toc353223759)

[2.2 Анализ результатов исследования. 8](#_Toc353223760)

[Заключение 14](#_Toc353223761)

[Список используемой литературы 15](#_Toc353223762)

Приложения…………………………………………………………………………………….16

# Введение

Я живу в том уединении, которое столь болезненно

в юности, но восхитительно в зрелости.

Альберт Эйнштейн

 Все мы часто слышим в своей жизни, да и употребляем такие слова, как «одиночество» и «агрессивность». Но не всегда мы можем дать им определение (понятие).

Одиночество порождается утерей смысла бытия человека в современном обществе. Но зависит это не только от самого человека.

Одиночество может испытывать молодой человек или девушка, которые не могут найти себе подходящего партнёра, или пожилой человек, утративший знакомых и близких и не умеющий найти общий язык с молодым поколением. Одиночество нередко переживают люди с инертной нервной системой, с трудом завязывающие новые контакты, медленно привыкающие к новым знакомым. В результате одиночество может привести к депрессии и проявлению агрессивности.

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем не только для врачей, педагогов и психологов, но и для общества в целом. Число детей с таким поведением стремительно растет. В последнее время тема агрессивности приобретает особую актуальность в связи с ростом детской и подростковой преступности, различных проявлении агрессивности,  жестокости в детской и подростковой субкультурах и семьях.

 Наиболее остро выражена эта проблема в юности, а одиночество впервые осознается человеком в подростковом возрасте. Это связано, прежде всего, с развитием рефлексии в этом возрасте и переходом на новый уровень самосознания, с усилением потребностей в самопознании, принятии и признании, общении и обособлении, с кризисом самооценки.

 В настоящее время мы часто сталкиваемся со случаями суицидов среди подростков. Выясняется, что эти подростки чувствовали себя одинокими, не хотели ни с кем общаться, проявляя при этом агрессию. Поэтому я решила изучить тему одиночества подростков, и как она связана с агрессивностью.

 В настоящее время мы часто сталкиваемся со случаями суицидов среди подростков. Выясняется, что эти подростки чувствовали себя одинокими, не хотели ни с кем общаться, проявляя при этом агрессию. Поэтому я решила изучить тему одиночества подростков, и как она связана с агрессивностью.

 **Цель работы:** изучение влияния одиночества подростков на их агрессивность.

**Задачи:**

1. Изучить литературу по проблеме.
2. Провести исследование уровней одиночества у обучающихся 8-х и 10-х классов до и после проведения тренинговых занятий.
3. Провести исследование уровней агрессивности у обучающихся 8-х и 10-х классов до и после проведения тренинговых занятий..
4. Изучить взаимосвязь одиночества подростков и их агрессивности.
5. Проанализировать полученные результаты и сделать выводы.

**Объект исследования:** одиночество и агрессивность подростков.

**Предмет исследования:** влияние одиночества на агрессивность подростков.

**Гипотеза:** существует взаимосвязь между одиночеством подростков и их агрессивностью.

**1. Проблема одиночества и агрессивности в психологической науке**

# 1.1. Проблемы исследования одиночества

Одино́чество — социально-психологическое явление, эмоциональное состояние человека, связанное с отсутствием близких, положительных эмоциональных связей с людьми и/или со страхом их потери в результате вынужденной или имеющей психологические причины социальной изоляции. В рамках этого понятия различают два различных феномена — позитивное (уединённость) и негативное (изоляция) одиночество, однако чаще всего понятие одиночества имеет негативные коннотации.

Проблема определения одиночества связана с многообразием трактовок этого понятия у разных исследователей: чувство одиночества и социальная изоляция; болезненное переживание вынужденной изоляции и добровольное уединение, связанное с экзистенциальным поиском. Чувство одиночества исполняет регулятивную функцию и включено в механизм обратной связи, помогающий индивиду регулировать оптимальный уровень межличностных контактов. Однако физическая изоляция человека не всегда приводит к одиночеству.

Для одних одиночество — результат осознания человеком оторванности и конечности его существования, сопровождающееся отчаянием и потерей надежды, для других — активное творческое состояние, благоприятная возможность для общения с самим собой и источник силы.

 Однако общим в различных психологических и философских подходах является понимание одиночества как состояния человека, сознающего факт своей отстраненности и отчужденности от мира других людей. Отчужденность человека от других людей может быть следствием и реального отсутствия круга общения и значимых связей, и восприятия человеком своих социальных контактов как неудовлетворительных.

Существует ряд психологических факторов, которые способствуют одиночеству. Например, это может быть самооценка, которая приводит к избеганию контактов с другими людьми из-за страха подвергнуться критике, что, в свою очередь, создаёт порочный круг — в результате отсутствия контактов самооценка ещё больше падает и также способствуют возникновению одиночества. Люди с плохо развитыми навыками межличностного общения, низкой социализацией из-за страха потерпеть неудачу в отношениях или попасть в психологическую зависимость также нередко стремятся к одиночеству, особенно если у них уже есть неудачный опыт общения с другими людьми.

Истоки одиночества следует искать в самом субъекте, его личностных, эмоциональных особенностях. Такие психологические характеристики как неадекватная самооценка, тревожность, застенчивость, агрессивность не способствуют нормальной коммуникации.

Человек, считающий себя одиноким, нередко склонен оправдывать собственные неудачи, неуспех в жизни, как уверяя себя («меня никто не любит», «меня никто не понимает» и т.п.) так и подсознательно выбирая такие ситуации, которые бы в итоге подтверждали неизбежность такого психологического состояния.

 Выделяют три главных тезиса, касающихся одиночества, с которыми соглашается большинство современных специалистов, работающих в данной области:

- Одиночество - результат дефицита социальных связей и общения.

- Одиночество - внутренний, субъективный опыт, который вовсе не тождествен объективной социальной изоляции. (Например, человек может испытывать одиночество в толпе или же, наоборот, не быть одиноким в условиях физической изоляции от сообщества).

- Одиночество сопровождается стрессовым состоянием психики и ни в коей мере не рассматривается человеком как приятное или же желаемое [1, с.56].

В подростковом возрасте ребенок открывает свой внутренний мир. Он обретает способность погружаться в себя и наслаждаться своими переживаниями. Подросток начинает ощущать свое тело, открывает для себя мир любви. Практически любое событие стимулирует его к размышлениям о себе и своих проблемах.

Открытие внутреннего мира — важное, волнующее событие, но оно приносит с собой множество тревог и переживаний. Появляется чувство неповторимости и одиночества. Оно возникает как смутное беспокойство, может ощущаться как внутренняя пустота, которую необходимо заполнить. Отсюда необъяснимые порывы к общению и уединению, неожиданные проявления щедрости и агрессивности.

Подростку начинает казаться, что никто не испытывал подобного чувства. В связи с этим меняется его поведение. То он уходит в свою комнату, закрывается и слушает музыку. То пропадает до ночи на улице. В его речи часто появляется местоимение «Я». А все события, которые происходят с юношей или девушкой, кажутся им значимыми и решающими. Но никто, по их мнению, не понимает всего происходящего.

Концепцию одиночества и уединения выдвинул современник Торо, СёренКьекегор. Его взгляд на судьбу личности уже не так оптимистичен. Одиночество по Кьекегору – «…замкнутый мир внутреннего самосознания, мир, принципиально не размыкаемый никем, кроме бога».

Миюскович Б. в своей статье «Одиночество: междисциплинарный подход» раскрывает и анализирует этот феномен, опираясь на теорию З. Фрейда. Он говорит о том, что темнота ужасает детей, ибо она символизирует одиночество. Дети зачастую боятся идти спать не потому, что боятся заснуть и больше не проснуться, но скорее потому, что их пугает перспектива сохранять сознание и быть при этом одинокими.

В отечественной психологии, по сравнению с зарубежной, проблема одиночества рассматривалась сначала исключительно как проблема общения, межличностного взаимодействия. Затем стало очевидным, что одиночество связано не столько с особенностями общения, сколько со свойствами личности. Т.е. человек чувствует себя одиноким независимо от наличия рядом других людей.

 Среди ученых, рассматривающих одиночество, агрессивность, самооценку, встречаются такие ученые, как: В.М. Бахтерев, А.Н. Леонтьев, В.Н. Мясищев и др.

 Подросток, стремясь доказать себе и окружающим свою самостоятельность, ценность своей личности, её уникальность и неповторимость, неизбежно сталкивается с состоянием одиночества, «разговором с собой», которое в свою очередь помогает ему в этом обособлении, индивидуализации, развитии его личности.

# 1.2. Проблемы исследования агрессивности

Истоки одиночества следует искать в самом субъекте, его личностных, эмоциональных особенностях. Такие психологические характеристики как неадекватная самооценка, тревожность, застенчивость, агрессивность не способствуют нормальной коммуникации.

# Агрессия (агрессивность) - тема, которая живо интересует специалистов не только в различных областях психологии, но и социологов, работников правоохранительных органов, педагогов, философов.

На становление агрессивного поведения у ребенка влияют: семья (степень сплоченности семьи, близость между родителями и ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семей­ного воспитания); общение со сверстниками (агрессивное поведение других детей); чувство одиночества (недостаточность общения из-за несформированности коммуникативных навыков); средства массовой информации (наблюдение за чужой агрессией).

До сих пор нет четкого определения понятия «агрессия».

Агрессия, в какой бы форме она ни проявлялась, представляет собой поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющему все основания избегать подобного с собой обращения.

**1.3.Классификация агрессии**

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

* Вербальная агрессия – человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.
* Физическая агрессия – человек выражает свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.
* Предметная агрессия – человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.
* Эмоциональная агрессия – у человека возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.
* Самоагрессия – человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде.

**1.4. Классификация одиночества**

 В древние времена, когда само существование людей было сугубо общинным, мы находим три основные формы одиночества.

1. Обряды и ритуалы, так называемое воспитание одиночеством. Одиночество здесь – необходимое условие становления личности и не несёт в себе трагической окраски.

2. Наказание одиночеством – изгнание. Собственно, на всех уровнях развития общества не было большего наказания, чем насильственная социальная изоляция. Причина особой тяжести наказания в том, что «подвергается отчуждению не просто тот или иной поступок индивида, а он сам как таковой, его личность» [3, с. 56].

3. Добровольное уединение – отшельничество. Цель такого уединения – самосовершенствование, преодоление плотского начала духовным. Отшельничество предполагало внутреннюю сосредоточенность, внимание к своему внутреннему миру.

Ученые выделяют два типа одиночества: социальное и психологическое.

1.Социальное одиночество является результатом состояния недостаточной социальной организованности, адаптации, а также следствием разрыва значимых социальных связей, отношений. Психологи выделяют два вида социального одиночества: дезадаптивный, или конфликтный, и одиночество «потери» (смерть близкого человека, развод родителей и т.п.).

2.Психологическое одиночество – комплекс внутриличностных переживаний, связанный с «непохожестью», «инакостью», непризнанием, обидой, а также следствие раскола образа Я.

В литературе по проблеме одиночества высказано много всевозможных предположений о типологиях этого состояния. Различия между типологиями проводятся по трем основным измерениям, касающимся оценки индивидом его (ее) социального положения, типа испытуемого им дефицита социальных отношений и временной перспективы, связанной с одиночеством.

Первый тип – «безнадежно одинокие», полностью не удовлетворенные своими отношениями. Эти люди редко устанавливали связь с кем-либо (например, с соседями). Им присуще сильное чувство неудовлетворенности своими взаимоотношениями со сверстниками, опустошенность, покинутость. Более других они склонны обвинять в своем одиночестве других людей.

Второй тип – «периодически и временно одинокие». Они в достаточной мере связаны со своими друзьями, знакомыми, хотя и испытывают недостаток в близкой привязанности. Они чаще других вступают в социальные контакты в различных местах. По сравнению с другими одинокими, они наиболее социально активны. Эти люди считают свое одиночество переходящим, чувствуют себя покинутыми значительно реже, чем другие одинокие.

Третий тип – «пассивно и устойчиво одинокие». Несмотря на то, что они испытывают недостаток в общении, они не выражают такой неудовлетворенности по этому поводу, как респонденты, относящиеся к первому и второму типам. Это подростки, смирившиеся со своим положением, принимающие его как неизбежность.

Можно выделить 2 вида одиночества:

Ситуативное одиночество - иногда испытываемое чувство одиночества, которое большинство подростков переживают время от времени. Ситуативное одиночество может быть следствием крушения сложившейся модели или еще не сформировавшихся межличностных отношений.

Подросткам, испытывающим ситуативное одиночество, больше всего пользы принесет вновь обретенная уверенность и оказанная им помощь в установлении межличностных отношений.

Хроническое одиночество - следствие длительной неспособности подростка установить отношения со сверстниками.

Больше всего пользы от своего состояния хронически одинокие подростки могут получить благодаря выработке невосприимчивости к социальным тревогам и развитию социальных навыков общения и взаимодействия.

**2. Результаты практического исследования обучающихся**

# 2.1 Исследование влияния одиночества на агрессивностьобучающихся среднего и старшего звена

Для исследования влияния одиночества на агрессивность обучающихся были выбраны ученики среднего и старшего звена. Данный выбор обусловлен тем, что учащиеся 8- х и 10-х классов находятся в подростковом возрасте. Как известно, подростковый возраст характеризуется частой сменой настроения, повышенной возбудимостью, неуравновешенностью с преобладанием возбуждения над торможением. В этом возрасте у подростков формируются нравственные взгляды, происходит развитие эмоциональной сферы, самооценки, в том числе и переживание состояния одиночества. Исследование проводилось в два этапа. На первом этапе (начало учебного года) проводилось исследование одиночества и агрессивности учащихся среднего и старшего звена. На втором этапе диагностики (конец учебного года) мы также исследуем уровень одиночества и агрессивность этих же учащихся и проводим сравнительный анализ характеристик одиночества и агрессивности контрольной и экспериментальной групп.

 В обследовании приняли участие ученики 8-х и 10-х классов, всего 109человек.

 Для проведения диагностического обследования применялся следующий инструментарий:

 - модифицированная шкала измерения одиночества «UCLA» Д.Рассела;

 -тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут);

 -методика исследования самооценки (Т.В. Дембо и С.Я. Рубинштейн); - беседа;

- наблюдение.

Модифицированная шкала измерения одиночества «UCLA» включает 10 позитивно сформулированных и 10 негативно сформулированных пунктов.

Испытуемым необходимо прочитать список возможных состояний и отметить как часто они испытывают подобные состояния.

Далее подсчитывается сумма баллов.

Те, кто набрал меньше 22 баллов, могут считать себя людьми с очень низкой степенью одиночества. От 22 до 32 – низкая степень. От 32 до 52 – средняя степень одиночества. От 52 до 62 – высокая степень одиночества, а те, кто набрал более 62 баллов, считаются людьми с очень высокой степенью одиночества.

Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут) состоит из 40 утверждений, на которые нужно ответить «да» или «нет». Далее подсчитываются баллы по каждой шкале агрессии и общей агрессии. Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал: вербальная агрессия (ВА), физическая агрессия (ФА), предметная агрессия (ПА), эмоциональная агрессия (ЭА), самоагрессия (СА).

Если сумма баллов выше 5, это означает высокую степень агрессивности и низкую степень адаптивности по шкале.

Сумма баллов от 3 до 4 соответствует средней степени агрессии и адаптированности. Сумма баллов от 0 до 2 означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированности по данному типу поведения. Затем суммируются баллы по всем шкалам.

Если сумма превышает 25 баллов, это означает высокую степень агрессивности человека, его низкие адаптационные возможности.

Сумма баллов от 11 до 24 соответствует среднему уровню агрессивности и адаптированности.

Сумма баллов от 0 до 10 означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированного поведения.

Методика исследования самооценки. Авторы - Т.В. Дембо и С.Я. Рубинштейн. Предназначена для определения уровня самооценки учащегося, ее адекватности. Испытуемым предлагается нарисовать лестницы, обозначающие умственное развитие, здоровье, характер и счастье, при чем им сообщается, что если условно на этих лестницах расположить людей, то на верхней ступени первой лестницы расположатся «самые умные», а на нижней – «самые глупые», по аналогичному принципу расположатся люди на остальных лестницах.

Испытуемые с адекватной самооценкой не склонны к крайностям и указывают «свое место», как правило, на 4-5 ступеньках, то есть чуть выше среднего или к зоне середины. Они видят себя (или хотят показать) со средним умом, здоровьем, характером, счастьем.

**2.2 Анализ результатов исследования.**

Анализ результатов диагностики позволяет говорить о том, что низкий уровень состояния одиночества выявлен у 21,7% респондентов 8-х классов. Положительный результат по тесту (то есть наличие состояния одиночества) был выявлен у 78,3% обучающихся в 8-х классах. Высокого и очень высокого уровней не выявлено.

 Результаты диагностики 10-х классов показывают, что очень низкого уровня одиночества не было выявлено. Низкий уровень составляет всего 6,25% ответов респондентов. Средний уровень - 93,75% респондентов. Высокого и очень высокого уровней выявлено не было.

**Результаты диагностики состояния одиночества обучающихся 8-х и 10-х классов**

 Следует отметить, что показатели одиночества среднего уровня у некоторых обучающихся 8-х и 10-х классов являются пограничными с высоким уровнем. Поэтому, обучающихся, у которых выявлен средний уровень одиночества и имеющий пограничные показатели, можно отнести к группе риска.

Нам предстояло выяснить уровни агрессии у обучающихся 8-х и 10-х классов. Результаты диагностики показывают, что вербальная агрессия выявлена у большинства обучающихся. Так, высокий уровень агрессии составляет – 30,2% у обучающихся8-х классов и 55% у обучающихся 10-х классов, средний – 47,3% у обучающихся 8-х классов и 15% у обучающихся 10-х классов, низкий – 21,5% у обучающихся 8-х классов и 30% у обучающихся 10-х классов.

**Результаты диагностики вербальной агрессии обучающихся 8-х и 10-х классов**

 Физическая агрессия выражена не так ярко. Высокий уровень физической агрессии у обучающихся 8-х классов составил 18,2% респондентов, а у обучающихся 10-х классов – 35%. Средний уровень составляет 43,1% респондентов 8-х классов и 40% респондентов 10-х классов. Низкий уровень выявлен у 38,7% респондентов 8-х классов и 25% респондентов 10-х классов.

**Результаты диагностики физической агрессии обучающихся 8-хи 10-х классов**

 Анализ результатов диагностики показывает, что предметная агрессия проявляется на высоком уровнеу 21,5% обучающихся 8-х классов, у обучающихся 10-х классов высокого уровня выявлено не было. Средний уровень составляет 12,9% респондентов 8-х классов и 45% обучающихся 10-х классов, низкий – 67,5% обучающихся 8-х классов и 55% обучающихся 10-х классов.

**Результаты диагностики предметной агрессии обучающихся 8-хи 10-х классов**

Эмоциональная агрессия находится на высокомуровнеу8,6% респондентов 8-х классов и 15% респондентов 10-х классов. Средний уровень составляет 24% респондентов8-х классов и 45% респондентов 10-х классов. Низкий уровень эмоциональной агрессии выявлен у 67,4% респондентов 8-х классов и 40% респондентов 10-х классов.

**Результаты диагностики эмоциональной агрессии обучающихся 8-х и 10-х классов**

 Анализ результатов диагностики показывает, что высокий уровень самоагрессии показали 21,3% обучающихся 8-х классов и 45% обучающихся 10-х классов. Средний уровень самоагресси выявлен у 67,5% обучающихся 8-х классов и 45% обучающихся 10-х классов. Низкий уровень наблюдается у 12,9% респондентов 8-х классов и 10% респондентов 10-х классов.

**Результаты диагностики самоагрессии у обучающихся 8-х и 10-х классов**

 Результаты диагностики показывают, что высокий уровень общей агрессии выявлен у 8,6% респондентов 8-х классов и 15% респондентов 10-х классов. Средний уровень выявлен у 78,4% респондентов 8-х классов и 85% респондентов 10-х классов. Низкий уровень – у 13% респондентов 8-х классов, у респондентов 10-х классов низкого уровня выявлено не было.

**Результаты диагностики общей агрессии обучающихся 8-х и 10-х классов**

Результаты диагностики самооценки показывают, что завышенная самооценка выявлена у 16,2% респондентов 8-х классов и 16,2% респондентов 10-х классов. Адекватная самооценка выявлена у 60,5% респондентов 8-х классов и 69,8 % респондентов 10-х классов. Заниженная самооценка выявлена у 23,3% респондентов 8-х классов, у 14% респондентов 10-х классов.

**Результаты диагностики самооценки обучающихся 8-х и 10-х классов.**

Таким образом, мы выявили, что у обучающихся, у которых средний уровень состояния одиночества, но уже близкий к высокому, проявляется повышенная агрессивность. Мы можем видеть, что у обучающихся 8-х и 10-х классов ярко выражена вербальная агрессия и самоагрессия. У обучающихся 10-х классов хорошо выражена физическая агрессия. А у обучающихся 8-х классов выражена и предметная агрессия. Самооценка у обучающихся с повышенной агрессией и средним уровнем состояния одиночества, но близким к высокому, в большинстве своем или заниженная или завышенная.

Мы выдвинули гипотезу о том, что существует взаимосвязь одиночества подростков и их агрессивности. Для достоверности результатов мы сформировали экспериментальную группу из обучающихся 8-х классов (Э1) и 10-х классов (Э2). У этих обучающихся высокий уровень общей агрессивности, или средний, но близкий к высокому. Уровень одиночества у этих подростков средний, но близкий к высокому. Самооценка у большинства занижена или завышена. Только у нескольких человек она адекватная. Из оставшихся обучающихся по тем же признакам были сформированы контрольные группы из обучающихся 8-х классов (К1) и из обучающихся 10-х классов (К2). Каждая группа состоит из 15-ти человек.

С экспериментальными группами в течение года проводились тренинговые занятия, направленные на развитие коммуникативных навыков подростков.

Сравнительный анализ показывает, что в экспериментальных группах у подростков, у которых понизился уровень одиночества, понизился и уровень агрессивности (Приложение 1).

**Сравнительные результаты диагностики обучающихся 8-х классов экспериментальной группы (Э1) до и после проведения занятий.**

Уровень общей агрессии

Самооценка

Уровень одиночества

**Сравнительные результаты диагностики обучающихся 10-х классов экспериментальной группы (Э2) до и после проведения занятий.**

В контрольных группах таких явных изменений не произошло (Приложение 2).

**Сравнительные результаты диагностики обучающихся 8-х классов контрольной группы в начале и конце учебного года.**

**Сравнительные результаты диагностики обучающихся 10-х классов контрольной группы в начале и конце учебного года.**

Таким образом, результаты диагностики контрольных и экспериментальных групп позволяют говорить о том, что после проведения тренинговых занятий, направленных на развитие коммуникативных навыков подростков, положительная динамика наблюдается больше в экспериментальных группах. У этих обучающихся снизился уровень одиночества, и, соответственно, уменьшился уровень агрессивности. В контрольных группах таких явных изменений не произошло.

**Заключение**

Все мы часто слышим в своей жизни, да и употребляем такие слова, как «одиночество» и «агрессивность». Но не всегда мы можем дать им определение (понятие).

Одиночество порождается утерей смысла бытия человека в современном обществе. Но зависит это не только от самого человека. Скорее это не его вина, а его беда. «Слишком много объективных факторов выпало на наш стремительный век, и противостоять им каждая отдельная личность сама по себе просто не в силах. Именно поэтому мы и говорим, что наше время – время отчуждения и одиночества».

В настоящее время мы часто сталкиваемся со случаями суицидов среди подростков. Выясняется, что эти подростки чувствовали себя одинокими, не хотели ни с кем общаться, проявляя при этом агрессию.

Актуальность проблемы, констатируемая психологами на протяжении многих десятилетий, на сегодняшний день не снята. Это обусловило выбор темы исследования: «Изучение влияния одиночества подростков на их агрессивность».

Мы выдвинули гипотезу: существует взаимосвязь одиночества подростков и агрессивности. Гипотеза была подвержена. Мы можем видеть, что у обучающихся ярко выражена вербальная агрессия и самоагрессия. У обучающихся 10-х классов хорошо выражена физическая агрессия. А у обучающихся 8-х классов выражена предметная агрессия. У большинства респондентов выявлен средний уровень состояния одиночества, но уже близкий к высокому. В экспериментальных группах с подростками проводились тренинговые занятия по развитию коммуникативных навыков. Сравнительный анализ показывает, что в экспериментальных группах у подростков, у которых понизился уровень одиночества, понизился и уровень агрессивности. В контрольных группах таких явных изменений не произошло.

Практическая значимость исследований влияния одиночества на агрессивность у подростков состоит в том, что результаты исследования могут использоваться учителями школы в планировании работы по профилактике негативных явлений, развитию коммуникативных способностей, снижению агрессивности у подростков.

# Список используемой литературы

1. Волков Б. С. Психология подростков - СПб. : Питер, 2010. - 240 с.
2. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. – М., 1978
3. Киселева В. Подростковое одиночество Школьный психолог. - 2002. - № 8.
4. Кон И.С. Психология ранней юности. М., 1989.
5. Леви В.Л. Искусство быть другим. М., 1981
6. Леонтьев А.Н. Потребность, мотивы. – М.,1971
7. Поливанова К.Н. Психологическое содержание подросткового возраста. Вопросы психологии. 1996. №1. С. 20-33.
8. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников. – М., «ВЛАДОС», 2001
9. Прихожан А.М. Агрессивность у детей и подростков. – М, 2000
10. Прихожан А., Толстых Н. Что характерно для современного подростка. Воспитание школьников. 1991. № 5. С. 8-12.
11. Психологическая диагностика детей и подростков. – М., 1995, с. 193
12. Психологический словарь. – М., 1983
13. Психодиагностика эмоциональной сферы личности. Авт.-сост. Г.А.Шалимова. – М., АРКТИ, 2006
14. Рогов Е.И. Эмоции и воля. – М., «ВЛАДОС», 1999
15. Фридман Л.Н. Психология воспитания. – ТЦ “Сфера”, 2000
16. Шингаров Г.Х. Эмоции и чувства как форма отражения действительности. – М., 1971
17. Щербатых Ю.В. Психология успеха. – М., ЭКСМО, 2005

**Приложение 1**

**Результаты диагностики экспериментальной группы обучающихся 8-х и 10-х классов до и после проведения занятий**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Код учащихся** | **Уровень одиночества** | **Самооценка** | **Уровень общей агрессии** |
|  | **8 класс (Э1)** |
|  | **До занятий** | **После занятий** | **До занятий** | **После занятий** | **До занятий** | **После занятий** |
| 1. | КЮ | 48 | 44 | 3 | 4 | 24 | 20 |
| 2. | ХА | 51 | 45 | 8 | 5 | 21 | 19 |
| 3. | ДА | 45 | 37 | 2 | 4 | 23 | 19 |
| 4. | БА | 46 | 40 | 4 | 4 | 22 | 22 |
| 5. | УД | 51 | 45 | 3 | 4 | 21 | 21 |
| 6. | КЯ | 50 | 43 | 4 | 4 | 28 | 19 |
| 7. | ВА | 44 | 31 | 4 | 5 | 26 | 22 |
| 8. | ЗВ | 45 | 30 | 3 | 4 | 24 | 17 |
| 9. | ТМ | 47 | 45 | 3 | 3 | 23 | 23 |
| 10. | ПН | 49 | 44 | 6 | 6 | 21 | 20 |
| 11. | ЛА | 49 | 39 | 7 | 5 | 21 | 18 |
| 12. | БМ | 46 | 37 | 3 | 5 | 22 | 16 |
| 13. | СА | 50 | 41 | 7 | 6 | 27 | 19 |
| 14. | ЮТ | 49 | 41 | 2 | 4 | 25 | 17 |
| 15. | КД | 48 | 41 | 3 | 5 | 21 | 18 |
|  | **10 класс (Э2)** |
|  | **До занятий** | **После занятий** | **До занятий** | **После занятий** | **До занятий** | **После занятий** |
| 1. | СД | 52 | 48 | 8 | 6 | 27 | 23 |
| 2. | ТП | 47 | 31 | 6 | 5 | 23 | 15 |
| 3. | КН | 47 | 43 | 3 | 4 | 24 | 21 |
| 4. | КИ | 47 | 32 | 3 | 5 | 21 | 17 |
| 5. | .ДН | 48 | 36 | 3 | 4 | 25 | 22 |
| 6. | СМ | 51 | 49 | 7 | 6 | 26 | 25 |
| 7. | ЛА | 50 | 39 | 6 | 5 | 26 | 17 |
| 8. | ЕМ | 51 | 45 | 7 | 5 | 27 | 23 |
| 9. | ДИ | 47 | 41 | 4 | 4 | 23 | 21 |
| 10. | КА | 45 | 31 | 5 | 5 | 25 | 18 |
| 11. | ЛГ | 48 | 37 | 3 | 4 | 21 | 16 |
| 12. | КЕ | 45 | 30 | 5 | 5 | 22 | 16 |
| 13. | СА | 48 | 42 | 2 | 3 | 23 | 22 |
| 14. | БЕ | 49 | 43 | 3 | 4 | 26 | 24 |
| 15. | ИЛ | 46 | 38 | 5 | 5 | 24 | 19 |

**Приложение 2**

**Результаты диагностики контрольной группы обучающихся 8-х и 10-х классов в начале и конце учебного года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Код учащихся** | **Уровень одиночества** | **Самооценка** | **Уровень общей агрессии** |
|  | **8 класс (К1)** |
|  | **Начало уч. года** | **Конец уч.года** | **Начало уч. года** | **Конец уч.года** | **Начало уч. года** | **Конец уч.года** |
| 1. | МА | 42 | 40 | 3 | 4 | 24 | 23 |
| 2. | КЛ | 45 | 45 | 3 | 4 | 25 | 23 |
| 3. | АД | 51 | 50 | 7 | 7 | 28 | 27 |
| 4. | МД | 43 | 40 | 8 | 7 | 29 | 29 |
| 5. | МН | 44 | 41 | 7 | 7 | 21 | 22 |
| 6. | ГР | 51 | 49 | 2 | 3 | 25 | 24 |
| 7. | КН | 47 | 47 | 3 | 3 | 23 | 21 |
| 8. | ШО | 49 | 49 | 4 | 4 | 23 | 23 |
| 9. | ОИ | 50 | 48 | 4 | 4 | 25 | 24 |
| 10. | ИК | 43 | 43 | 3 | 3 | 21 | 20 |
| 11. | ПИ | 46 | 46 | 7 | 8 | 22 | 22 |
| 12. | КЕ | 49 | 49 | 4 | 4 | 22 | 21 |
| 13. | ДМ | 50 | 48 | 4 | 5 | 24 | 22 |
| 14. | ГН | 48 | 46 | 3 | 4 | 24 | 22 |
| 15. | ОЕ | 49 | 47 | 3 | 3 | 25 | 24 |
|  | **10 класс (К2)** |
|  | **Начало уч. года** | **Конец уч.года** | **Начало уч. года** | **Конец уч.года** | **Начало уч. года** | **Конец уч.года** |
| 1. | БА | 44 | 43 | 4 | 4 | 28 | 26 |
| 2. | ДА | 46 | 44 | 6 | 6 | 27 | 26 |
| 3. | БМ | 46 | 46 | 5 | 6 | 26 | 25 |
| 4. | ТП | 48 | 47 | 4 | 4 | 26 | 26 |
| 5. | БП | 47 | 46 | 5 | 5 | 23 | 23 |
| 6. | КН | 51 | 48 | 3 | 4 | 21 | 21 |
| 7. | КИ | 47 | 46 | 7 | 7 | 22 | 22 |
| 8. | КД | 45 | 44 | 8 | 8 | 24 | 24 |
| 9. | ЛА | 46 | 43 | 3 | 3 | 26 | 24 |
| 10. | АО | 41 | 39 | 8 | 7 | 27 | 25 |
| 11. | ГК | 42 | 41 | 2 | 3 | 24 | 24 |
| 12. | ЛМ | 46 | 47 | 4 | 4 | 22 | 22 |
| 13. | СА | 48 | 47 | 5 | 5 | 21 | 21 |
| 14. | КЯ | 44 | 44 | 4 | 4 | 22 | 20 |
| 15. | ВЮ | 47 | 48 | 5 | 5 | 22 | 21 |