

ПСИХОЛОГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

УДК 159.922.7:316.613.434
ББК 88.8

Тетяна Карпінська

ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОФІЛАКТИКИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ДОШКІЛЬНИКІВ ЗАСОБАМИ РУХОВОЇ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У роботі викладені результати дослідження щодо попередження агресивної поведінки дітей дошкільного віку з позиції психоаналітичного підходу та концепції соціального навчання. Здійснюється перевірка ефективності психопрофілактичного тренінгу засобами рухової ігрової діяльності з метою попередження агресивної поведінки дошкільників.

Ключові слова: агресивна поведінка, фізична агресія, вербальна агресія, непрямая агресія, профілактика, катарсис, рухливі ігри.

В работе изложены результаты исследования относительно предупреждения агрессивного поведения детей дошкольного возраста с позиции психоаналитического подхода и концепции социального обучения. Осуществляется проверка эффективности психопрофилактического тренинга средствами двигательной игровой деятельности с целью предупреждения агрессивного поведения дошкольников.

Ключевые слова: агрессивное поведение, физическая агрессия, вербальная агрессия, непрямая агрессия, профилактика, катарсис, подвижные игры.

In the article the expounded results of research are in relation to warning of aggressive conduct of children of preschool age from position of psycho-analytic approach and conception of social education. Verification of efficiency of the psychoprophylactic training is carried out by facilities of motive playing activity with the purpose of warning of aggressive behavior of childrens.

Key words: aggressive behavior, physical aggression, verbal aggression, indirect aggression, prophylaxis, catharsis, games.

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Сьогодні викликає занепокоєння факт зростання агресивності молоді. При цьому практика показує, що прояви агресивності часто трапляються в дошкільному віці (бійки, негативне ставлення одне до одного, плач, бажання образити однолітка неприємними словами, навмисне намагання влаштувати конфлікт, небажання поступитися, ділитися, у відповідь на звичайні розпорядження прагнення зробити все навпаки; інколи діти так наполягають на чомусь, що інших це дратує, часом вони із задоволенням щось ламають). Шкідливість агресивності для даного віку поглиблюється тим, що саме в цей період відбувається інтенсивний розвиток особистості, засвоєння соціальних норм поведінки. Важливо вчити дітей конструктивно взаємодіяти з однолітками, дорослими, адже засвоєні форми поведінки в такому віці багато в чому визначають її в подальшому житті дитини. Тому в дошкільних закладах освіти необхідно приділяти увагу корекції та профілактиці агресивності поведінки.

Сучасна цивілізація не тільки не подавляє, але й стимулює й культивує прояви агресії та насильства. “Агресія окупується”, – писав А.Басс [12], як приклад він наводив міфи американської історії, що прославляють ідеї захоплення і насилля, про діяльність мафії і т. п. Із цього приводу викликають інтерес пошуки у сфері соціальної філософії [3]. Зокрема, А.П.Назаретян стверджував, що впродовж усієї історії послідовно перетворювався вигляд цивілізації, що призвело до того, що “досить високий рівень інтелектуального розвитку перетворює мораль зі свого боку в критичний інструмент перевірки на доцільність дій...” [3, с.133]. На думку А.Басса [11], для здійснення корекції агресивної поведінки слід перебудувати економіку, закони з метою не винагороджувати агресію.

Г.Паренс [7], представник психоаналізу, стверджує, що основним шляхом подолання почуття ворожості є вивільнення енергії, що накопичилась, через словесне вираження в контексті значущих взаємин дітей з батьками.

Варто звернути увагу на проблему відреагування на агресію чи катарсис. З.Фрейд стверджував, що агресія, яка не знайшла виходу, призводить до страждань і загрожує важкими руйнуваннями для особистості індивіда [8]. Проте сучасний цивілізований світ не дає можливості для нормальних проявів природних схильностей і сублімації агресивних спонук [4]. Тому якщо витіснення агресії не вирішує проблеми, то “треба зруйнувати інше та інших, щоби не зруйнувати самого себе” [8, с.365]. Але така ідея руйнування інших є, щонайменше, неетичною. Тому З.Фрейд вводить поняття катарсису, що пов’язується з розрядкою агресивності на об’єктах. Такими об’єктами агресії можуть бути: лялька; відреагування можливе в процесі перегляду теле- чи відеофільму агресивного змісту; комп’ютерні ігри; спортивні змагання з боротьби (псевдоагресія за Е.Фроммом) чи під час спостереження за агресивними діями.

Однак питання про те, чи сприяють вищеназвані дії розрядці чи, навпаки, стимулюванню агресії, доволі суперечливе. Дослідження останніх років виявили обмежений характер застосування всіх цих методів, а іноді й зовсім протилежні ефекти. Було показано, зокрема, що зниження рівня агресивності необов’язково відбувається внаслідок участі в так званих катарсичних діях, що має місце тільки в строго специфічних обставинах, коли розгнівані індивіди спричиняють біль саме суб’єктам, які безпосередньо спровокували їх на таку поведінку [12, с.173]. Окремими дослідниками було встановлено, що після перегляду кіно- чи відеопродукції агресивного змісту рівень агресивності суттєво підвищувався.

Розрядці агресивних імпульсів сприяє спорт як ритуалізована форма боротьби. Так, Е.Фромм уважав, що ігрова агресія, до якої відносять спорт, не має жодних негативних мотивацій, пов’язаних із гнівом чи ненавистю [9]. Проте в такому випадку немає й агресивних імпульсів. Імовірно, мова повинна йти про розрядку агресії в спортивній боротьбі, причому в ролі учасника. Так, за даними досліджень, в осіб, що спостерігали за змаганнями з агресивних видів спорту (бокс, боротьба, хокей, футбол), відмічалось збільшення агресивності [14, с.27–32].

Психіатр Уільям Меннінгер зазначає, що “змагальні ігри забезпечують задоволення інстинктивного агресивного потягу” [13, с.340]. Проте Л.Берковіц [1] у своїх дослідженнях не зміг знайти простих і неспростовних результатів на підтримку ідеї про те, що в результаті інтенсивної фізичної діяльності агресія знижується.

Мета роботи – розробити програму психотренінгу на основі рухової ігрової діяльності та експериментально обґрунтувати ефективність профілактики агресивності в дошкільників.

Методи та організація дослідження. Проаналізувавши основні причини, що сприяють виникненню агресивної поведінки в дітей дошкільного віку, ми розробили програму психологічного тренінгу з попередження агресивної поведінки дошкільників. Такий тренінг був апробований у перших класах шкіл м. Івано-Франківськ. Програма розрахована на 14 академічних годин. Заняття проводяться двічі на тиждень, тривалістю 25–30 хвилин. Кількість дітей, що беруть участь у групі, – 6–10 осіб (загальна кількість дітей – 60).

Основними **принципами** психопрофілактичної роботи стали:

1. Принцип комплексного підходу в профілактичній роботі.
2. Принцип попередження в діяльності, у контексті соціальної взаємодії, що реалізуються шляхом моделювання життєвих ситуацій.

3. Принцип нормативності розвитку, що передбачає постійне порівняння індивідуальних особливостей з віковою нормою, врахування закономірностей вікового розвитку.
4. Принцип випередження в профілактичній роботі: врахування зони найближчого розвитку й прагнення досягнути максимально можливих змін.
5. Принцип системності розвитку психічної діяльності.
6. Принцип врахування провідної діяльності. Для дошкільників – це сюжетно-рольова гра.

У психопрофілактичній роботі з дітьми дошкільного віку ми поставили такі

завдання:

1. Зниження рівня тривожності та емоційної напруженості дітей.
2. Формування в них адекватних самооцінки та рівня домагань.
3. Ігрова корекція агресивної поведінки, відреагування негативних емоцій.
4. Прищеплення дітям навичок самоконтролю, саморегуляції свого емоційного стану та стримування агресії.
5. Навчання технікам ауторелаксації.
6. Формування в дітей адекватних моральних уявлень.

Під час розробки психопрофілактичної програми велику увагу ми звертали на вибір способів впливу. У зв'язку із цим нас зацікавив підхід, запропонований В.П.Шейновим [10], який виділяє три способи зняття агресивності: пасивний, активний і логічний. Пасивний спосіб полягає в тому, щоби “поплакатись” комусь, поскаржитись, виговоритись тощо. Активні способи базуються на руховій активності. У їх основі лежить той факт, що адреналін, концентрація якого в крові завжди зростає під час напруження, гніву, “згоряє” за умов активної м'язової діяльності. При логічному способі важливим є “докопатись” до суті явища. Уже сама аналітична робота заспокоює, оскільки забирає багато енергії, емоції притупляються.

Очевидно, що з вищенаведених способів психопрофілактичної роботи з дітьми дошкільного віку можна використовувати лиш два перших, оскільки вони ще не спроможні проводити аналітичну роботу. При цьому в рамках психопрофілактичного тренінгу ми використовували активні, когнітивні й поведінкові способи попередження агресії в дітей.

Головним чинником психопрофілактичної програми стала гра. Однією з теоретичних основ психопрофілактики є ігротерапія, центрована на дитині, яка, за словами Г.А.Лендрет [4], являє собою цілісну терапевтичну систему. В ігротерапії, центрованій на дитині, ключем впливу й розвитку є саме взаємини, а не використання іграшок чи інтерпретація поведінки.

Цієї точки зору дотримувались А.Фрейд, Д.Муштакас, В.Екландер, А.Захаров, А.С.Співаковська, О.Б.Бовть, Г.Хузеева. Ігротерапія сприяє розвитку міжособистісних взаємин через виконання дитиною ролі. Також гра є провідною діяльністю, у якій формуються основні новоутворення особистості дитини: потребнісно-мотиваційна сфера (Д.Б.Ельконін, А.Н.Леонт'єв), діяльність поведінки (Е.О.Смирнова), емоційна сфера та сфера самопізнання.

Ураховуючи, що довільна увага в дошкільників ще несформована, ми прагнули забезпечити часту зміну видів діяльності: бесіди змінювались руховими іграми, етюди – малюванням тощо.

Кожне заняття мало таку **структуру:**

1. *Розминка.* На цьому етапі відбувалося входження дітей у тренінгові заняття. Для зняття тривожності та емоційної напруженості дітей ми використовували рухові ігрові вправи, музику.

2. *Основна частина.* На цей етап відводилась основна частина часу та основне змістовне навантаження. Саме на цьому етапі ми використовували ігри та вправи, спрямовані на попередження агресивності дошкільників. У перерві між двома вправами також включалися рухові ігри, вправи на релаксацію.
3. *Розрядка.* Завданням даного етапу є забезпечення виходу з тієї психологічної атмосфери, що виникла під час основної частини заняття. Як і на першому етапі, тут ми використовували рухові ігри.

Результати дослідження. Для виявлення ефективності психопрофілактичної роботи з дітьми був проведений формуючий експеримент, у якому взяло участь 60 дітей, 30 з яких діти з високими показниками агресивності (експериментальна група), та 30 – контрольна група (діти, у яких агресивність не була виявлена). Досліджувались тільки ті сторони психічного розвитку, де були виявленні суттєві відмінності між агресивними й неагресивними дітьми. Таким чином, згідно з нашим дослідженням, у рамках цієї програми ми брали до уваги такий блок параметрів: 1) фізична агресія; 2) непрямая агресія; 3) вербальна агресія; 4) індекс загальної агресивності; 5) коефіцієнт соціальної адаптації GCR.

Дані параметри ми отримали, використавши такі методики: методику С.Розенцвейга, що дозволила виявити коефіцієнт соціальної адаптації GCR; “Тест-Руку” Е.Вагнера, який виявляє індекс загальної агресивності; анкетування та експертні оцінки вчителів, що виявляють фізичну, вербальну та непряму агресію.

У психотренінговій програмі з попередження агресивної поведінки дітей дошкільного віку ми використовували такі рухливі ігри: “Море хвилюється”, “Будь ласка”, “Злюка”, “Рухливі вогники”, “Полювання Баби Яги”, “Тікай, злосте, тікай”, “Лялька Бобо”, “Липучка”, “Боксерська груша” [2; 6].

Порівняння даних констатуючого й контрольного дослідження, отриманих в експериментальній і контрольній групах до і після тренінгу, свідчать про наявність позитивної динаміки.

Достовірні відмінності в значеннях характеристик спостерігаються в експериментальній групі відносно контрольної. Це свідчить про позитивну тенденцію стосовно попередження агресії дошкільників. При цьому найбільш значуща позитивна динаміка спостерігається стосовно вербальної агресії (у 32,1% дітей) і непрямой (у 28,6% дошкільників), що підтверджує необхідність навчання дітей поведінково-когнітивним способам подавлення агресивних імпульсів. Зниження показників індексу агресивності та рівня фізичної агресії відмічено в 14,3% та 17,9% дошкільників відповідно; у трьох учасників спостерігається незначні підвищення (у середньому на два бали) рівня непрямой агресії, що теж може бути пов'язане з оволодінням поведінково-когнітивними техніками. І хоча в цілому позитивні зміни стосовно фізичної та загальної агресії не настільки суттєві, як у плані вербальної та непрямой, проте їх наявність теж говорить про ефективність тренінгу.

Стосовно соціально-психологічного показника, то не виявлено достовірних відмінностей між даними, отриманими в контрольній та експериментальній групах після проведення тренінгової роботи за показниками соціальної адаптації (коефіцієнт GCR).

Відсутність суттєвих відмінностей стосовно показника коефіцієнта соціальної адаптації пояснюється певним зростом їх значення в контрольній групі за час проведення програми. Але якщо в експериментальній групі цей ріст виявився достовірним, то в контрольній – незначущим. Цим підтверджується факт наявності певної вікової динаміки соціальних навичок і моральних уявлень. Однак за наявності очевидних змін, а також достовірних відмінностей в експериментальній групі про те, що спеціально організована робота з розвитку навичок соціальної взаємодії дітей допомагає пришвидшити цей процес, тому здійснювати її необхідно.

Висновки

1. Основними шляхами попередження агресивної поведінки є відреагування та катарсис, що пов'язується з розрядкою агресивності на об'єктах, у ролі яких виступають: лялька; відреагування можливе в процесі перегляду теле- чи відеофільму агресивного змісту, комп'ютерні ігри, спортивні змагання з боротьби.

2. Дієвим способом зниження агресивної поведінки в дітей є активний метод, що базується на руховій активності, адже адреналін, який завжди супроводжує напруження, гнів, "згоряє" під час фізичних робіт.

3. Під час використання психопрофілактичної програми з метою зниження агресивної поведінки дошкільників спостерігається позитивна динаміка стосовно зниження фізичної, вербальної, непрямой агресії та незначні зміни відбуваються стосовно показника коефіцієнта соціальної адаптації, що свідчить про вікову динаміку моральних уявлень та соціальних навичок.

1. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. – С. Пб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 512 с.
2. Дозорець Л. Корекція агресивності у дошкільників / Л. Дозорець // Психолог-вкладка. – 2006. – № 9.
3. Назаретян А. П. Интеллект во Вселенной : истоки, становление, перспективы : очерки междисциплинарной теории прогресса / А. П. Назаретян ; Российский открытый университет. – М. : Недра, 1991. – 222 с.
4. Лоренц К. Агрессия / К. Лоренц. – М. : Прогресс, 1994. – 342 с.
5. Лэндрет Г. Л. Игровая терапия: искусство отношений / Г. Лэндрет. – М. : Международная педагогическая академия, 1994. – 368 с.
6. Лящук Л. Програма курсу корекційних занять зі зниження агресії у дітей / Л. Лящук // Психолог. – 2008. – № 30–32.
7. Паренс Г. Агрессия наших детей / Г. Паренс. – М. : Форум, 1998. – 152 с.
8. Фрейд З. Введение в психоанализ : лекции / З. Фрейд. – М. : Наука, 1989. – 456 с.
9. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. – М. : ВЛАДОС, 1994. – 354 с.
10. Шейнов В. П. Психологическое влияние / В. П. Шейнов. – Минск : Харвест, 2007. – 640 с.
11. Baron R. Human aggression / R. Baron. – N. Y., 1977. – 173 p.
12. Buss A. H. The psychology of aggression / A. H. Buss. – N. Y., 1961. – 192 p.
13. Menninger W. Recreation and mental health / W. Menninger // Psychological Review. – 1948. – V. 42. – P. 340–346.
14. Wann D. Person perception when aggressive or nonaggressive sports are primed / D. Wann, N. Brancombe // Aggressive Behavior. – 1990. – № 1. – P. 27–32.

Рецензент: канд. психол. наук, доц. Фотуйма О.Я.

УДК 378.016:796.8
ББК 75.0

Сергій Потапчук

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ КРИТЕРІЇ ВІДБОРУ ДЛЯ ЗАНЯТЬ ЄДИНОБОРСТВАМИ

У статті проаналізовано й узагальнено дані науково-методичної літератури та досліджень щодо аспектів відбору для занять єдиноборствами.

Ключові слова: психолого-педагогічні критерії, координаційні здібності, тактико-технічні дії, спортивний відбір.

В статье проанализированы и обобщены данные научно-методической литературы и исследований относительно аспектов отбора для занятий единоборствами.

Ключевые слова: психолого-педагогические критерии, координационные способности, тактико-технические действия, спортивный отбор.