

Секция «Психология»

**Ритмо-двигательная терапия как способ коррекции агрессивного поведения
в юношеском возрасте**

Колчина Наталья Александровна

Студент

*Астраханский государственный университет, Факультет психологии, Астрахань,
Россия*

E-mail: dizzy.doza@mail.ru

В последнее время проблема агрессивного поведения в юношеском возрасте приобретает всё более острую социальную направленность и привлекает внимание юристов, социологов, педагогов, психологов, которые рассматривают вопросы контроля и «снижения» агрессивных проявлений [1, с. 68-69].

Авторы (Н.И. Гуткина, А.В. Мудрик, А.М. Прихожан, Э.Эриксон и др.) отмечают, что для данной возрастной ступени характерно стремление к самостоятельным поискам и самоутверждению в глазах окружающих людей, в то же время наличие повышенной эмоциональности, завышенная самооценка и самомнение, беспечность в действиях и поведении. В силу эмоциональной нестабильности проявляется подверженность фрустрациям и, как следствие, переживания с разнообразными эмоциональными реакциями, одной из которых выступает агрессия.

Агрессивность как качество личности является одним из основных механизмов защиты собственного «Я», своего мнения, своих прав. На наш взгляд, снижение агрессивных проявлений возможно посредством ритмо-двигательной терапии.

Телесные движения человека рассматриваются как отражение его внутренней психической жизни и взаимоотношений с окружающим. Ритмо-двигательная терапия базируется на предпосылке, что тело и психика взаимосвязаны. [4, с. 56].

Большой вклад в разработку данного положения внесли А. Гиршон, Р. Лабан, Мэриан Чейс, И.Г. Малкина-Пых, Г.В. Тимошенко, Т.С. Лисицкая и др. По мнению данных авторов овладение новыми движениями и позами дает возможность выработать позитивный образ собственного тела, повысить самооценку. Данный терапевтический метод помогает разобраться с границами собственного образа «Я», с межличностными отношениями, с сверхконтролем, с опорами или заземлением, с психофизиологическими блоками, со структурной интеграцией, с агрессивными проявлениями.

На базе Астраханского социально-педагогического колледжа, в рамках написания бакалаврской работы, нами было проведено пилотажное исследование. Целью явилось выявление особенностей проявления агрессивного поведения на этапе юношеского возраста и доказательство важности проведения психокоррекционной работы посредством ритмо-двигательной терапии.

Выборку составили студенты 3 курса, в количестве 40 человек. Наблюдение за поведенческими реакциями студентов в процессе учебно-профессиональной деятельности и общения, а также использование методик «Диагностика показателей и форм агрессии» А. Басса и А. Дарки и «Оценка агрессивности в отношениях» (А. Ассингер) показало следующее:

По соотношению уровней проявления агрессивного поведения выделились три группы. В первую группу вошли студенты с низким уровнем агрессивного поведения (32%),

во вторую группу – со средним (51%) и в третью группу – с повышенным уровнем (17%).

При этом исследование второй и третьей групп, т.е. со средним и повышенным уровнем агрессивного поведения, показало, что у 60% студентов проявляется вербальная агрессия. Это поведение с использованием отреагирования собственных отрицательных эмоций как при помощи интонации и других невербальных компонентов речи, так и при помощи содержания высказываний.

У испытуемых второй и третьей групп индекс враждебности превышает норму. Преобладает негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов. А также раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

Выявленные особенности проявлений агрессивного поведения среди молодежи позволило судить о необходимости коррекционной работы по снижению уровня исследуемого качества посредством ритмо-двигательной терапии. Это будет являться целью наших дальнейших исследований.

Литература

1. Васильева Н.В. Агрессивное поведение и его соотношение с клинико-нозологическими характеристиками индивида //Актуальные вопросы клинической и социальной психиатрии / Под общей ред. О.В. Лиманкина, В.И. Крылова. - СПб.: СЗПД, 1999. - С.60-74.
2. Малкина-Пых И.Г. Физкультура, которая лечит душу, [Текст] / И.В. Милюкова, Евдокимова Т.А. - Лечебная физкультура. Новейший справочник. СПб.: Сова, М.: Эксмо, - 2003г.
3. Райе Ф. Психология подросткового и юношеского возраста, [Текст], Ф. Райе. - СПб.: Питер, 2000. - 416 с.
4. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг, [Текст] / Т.А. Шкурко. - СПб.: Речь, 2003. – С. 56-58

Слова благодарности

благодарю за создание прекрасной конференции. Будем с нетерпением ждать результатов