

Література:

1. Мазіна Н. Е. Соціально-економічна адаптація внутрішньо переміщених осіб: підходи до виміру. *Вісник Маріупольського державного університету, Серія : Філософія, культурологія, соціологія*. 2016. Вип. 12. С. 131–138.
2. Gullahorn J. An Extension of the U-Curve Hypothesis. *Journal of Social Issues*, 1963. 19(3). P. 33–47.
3. Ryan D. et al. Theoretical Perspectives on Post-Migration Adaptation and Psychological Well-Being among Refugees: Towards a Resource-Based Model. *Journal of Refugee Studies*. 2008. Vol. 21. № 1. P. 1–18.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-322-7-3>

ПСИХОЛОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ У ДІВЧАТ ПІДЛІТКІВ

Кльот М. М.

аспірант

*Класичний приватний університет
м. Запоріжжя, Україна*

Психологічна профілактика – метод психологічного впливу на дівчат підлітків для зміни її життєвих установок, поглядів, способів поведінки, а також розвиток таких психічних функцій, як пам'ять, увага, мислення тощо.

Насамперед зазначимо, що вибір стратегії профілактичної роботи з дівчатами підлітками, яким притаманна агресивна поведінка має відбуватися, насамперед, з урахуванням принципового взаємозв'язку між внутрішньою та зовнішньою детермінаціями функціонування особистості.

Психологічна профілактика агресивних форм поведінки може здійснюватися різними методами за наступними напрямками:

1. Гра (найширше використовується в роботі з дівчатами молодшого підліткового віку).
2. Вилучення із звичного оточення і переміщення в коригуюче середовище або групу (якщо встановлений зв'язок між агресивною поведінкою дівчини і її найближчим оточенням).
3. Творче самовираження (малювання, конструювання, заняття музикою і іншими видами творчої діяльності).

4. Сублимація агресії в соціально-схвалювану діяльність (праця, громадська робота, соціальна робота – догляд за хворими, людьми похилого віку та ін.).

5. Сублимація агресії в спорті: дівчат доцільно залучати до різних видів спорту.

6. Участь в тренінговій групі з метою формування навичок конструктивної взаємодії та адаптивної поведінки.

У контексті даного дослідження ми розглянемо профілактику через сублимацію агресії в спорті, а саме східних єдиноборств.

Засоби профілактики агресії в секції східних єдиноборств:

1. Тренер, доросла людина яка стає авторитетом та наставником для дівчини так як є спільне захоплення та бажання розвитку в певній сфері.

2. Визначення конкретних цілей та задач.

3. Регулярні тренування з цілеспрямованою агресією через сутички використовуючи спеціальні прийоми та техніку.

4. Проведення часу з колективом однодумців на змаганнях, семінарах, у спортивних таборах, у благодійній та соціальній діяльності.

5. Приклад наслідування старших товаришів по команді та бажання розвиватись та допомогати меншим.

6. Залучення до тренувального процесу через делегування обов'язків.

7. Підняття самооцінки у різних соціальних групах, школі, сім'ї тощо.

Зазвичай, індивідуальні єдиноборства не розглядаються для профілактики агресії у дівчат підлітків, але наразі досягнуто зниження агресивності до стану норми з контролем результату й закріпленням позитивного ефекту.

Наступний крок це тандем тренера з батьками для розвитку дитини.

Література:

1. Гуцуляк Л. Профілактика агресивної поведінки підлітків у закладах загальної середньої освіти: Теоретичний аспект. 2022. *Humanitas*. Вип. 1. С. 22–28.

2. Ricoy Pérez C. L., & Suárez Cedeño M. Prevention of aggressive behaviors from the educational process. *Revista Sociedad & Tecnología*, 2021. 4(2), pp. 265–281.