

УДК 159,9

DOI: 10.34670/AR.2026.20.35.019

## Диагностика подростковой агрессии и коррекционная работа техниками арт-терапии

**Родермель Татьяна Алексеевна**

Кандидат философских наук, доцент,  
заведующий кафедрой психологии,  
Сургутский государственный университет,  
628412, Российская Федерация, Сургут, просп. Ленина, 1;  
e-mail: tra960@mail.ru

### Аннотация

В данной статье представлены теоретические аспекты в работе с подростковой агрессией. Рассмотрены методологические основы и подходы арт-терапевтического метода, также в работе представлены диагностические материалы, используемые при обследовании. Подробно описаны разные формы работы с подростковой агрессией. Целью данной работы было изучить возможности снижения агрессивного поведения в подростковой среде методом арт-терапии. В статье представлен диагностический материал и результаты обследования подростковой агрессии. По результатам обследования была разработана коррекционная программа, которая помогла несовершеннолетним снизить агрессивные тенденции во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми. В заключении статьи сделаны выводы.

### Для цитирования в научных исследованиях

Родермель Т.А. Диагностика подростковой агрессии и коррекционная работа техниками арт-терапии // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2026. Т. 15. № 1А. С. 138-147. DOI: 10.34670/AR.2026.20.35.019

### Ключевые слова

Агрессия, пубертатный период, коррекция поведения, эмоциональное состояние, физическая агрессия, вербальная агрессия, аутоагрессия, деструктивное поведение, арт-терапия, изотерапия.

---

## Введение

Проблема подростковой жестокости и агрессии не может не привлекать к себе внимание, так как в случае недостаточного внимания она может перерасти в агрессию взрослых людей.

Решению проблемы агрессивности человека посвящены многочисленные зарубежные исследования таких авторов, как А. Адлер, А. Бандура, К. Лоренц, Д. Ричардсон, Э. Фромм. В российской психологии проблема агрессивности представлена следующими учеными: Ю.М. Антонян, В.Г. Леонтьевым, А.А. Реан, Т.М. Трапезниковой и многими другими. [Агрессия, 2004; Фромм, 2014]

Первые признаки проявления агрессивности возникают в раннем возрасте на этапе формирования личности ребенка. Чрезвычайно важно не упустить их из виду, вовремя предпринять все необходимые меры, которые обеспечат развитие адекватно социализированной личности. В случае, если этот момент был упущен, серьезные проблемы начинают наблюдаться на этапе взросления, в особенности в период пубертата. Подростковая жестокость и агрессивность могут быть спровоцированы рядом убеждений и установок, социальным и психологическим климатом, в котором находятся подростки и т.д.

Исследование агрессии является сложным процессом, результатом которого является получение информации об особенностях проявления данного психологического явления у людей различных возрастных категорий. Особый интерес для настоящей работы представляет исследование агрессии в подростковом возрасте. Тематика выбранного вопроса объясняется его высокой актуальностью, так как в современном мире подростковая жестокость является одной из наиболее серьезных проблем.

В современном мире понятие «агрессия» изучается в аспекте сразу нескольких направлений. Оно является объектом исследования в сферах философии, психологии, педагогики, социологии и ряда других наук. До начала XIX в. агрессивным было принято считать любое активное поведение. Иными словами, как доброжелательное, так и враждебное отношение считались агрессивными. В сознании современного человека понятия «агрессия» и «агрессивность» обладают совершенно определенными значениями, которые указывают на поведение человека, которое обладает негативными характеристиками.

В наиболее общем своем понимании агрессия рассматривается в психологической литературе как мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам сосуществования людей, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический, моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт [Агрессия, 2004]. При этом агрессивное поведение в психологии также принято называть деструктивным.

Работа с подростковой агрессией является чрезвычайно сложным и трудоемким процессом. Отечественные и зарубежные специалисты нередко применяют на практике арт-терапию. В силу своего специфического характера арт-терапия обладает широким спектром воздействия на детей. Ее применение актуально в том случае, когда другие методы не демонстрируют должной эффективности. Принято считать, что основными показателями к применению арт-терапии являются различного рода расстройства и психологические травмы. В частности, к их числу относятся:

- стресс, вызванный различными источниками;
- психоэмоциональная нестабильность личности;
- присутствие страха, вызванного объективными и субъективными причинами;
- ощущение постоянной тревоги;

- крайняя степень раздражительности;
- замкнутость;
- психологические травмы, приобретенные на любом из этапов жизни;
- возрастной кризис, связанный с формированием и проявлением новых черт личности;
- сложности с адаптацией личности в новом коллективе;
- задержка в психическом развитии.

Также включение методов арт-терапии в психологическую практику при работе с подростками может быть обосновано тем, что юноши и девушки в силу различных причин могут различными способами демонстрировать агрессивное поведение. Более того, данный формат работы приравнивают к способу психологической коррекции поведения [Киселева, 2022; Психотерапевтическая энциклопедия, 2002].

Главной причиной использования арт-терапии при работе с личностями, проявляющими агрессию, заключается в том, что данный формат работы ориентирован на реализацию психотерапевтической функции. И.Е. Хапова полагает, что арт-терапия позволяет ребенку / подростку «пережить травмирующие события и ситуации, восстановить эмоциональное равновесие, сформировать психологические защиты и повзрослеть в эмоциональном и социальном плане. Она является одним из эффективных способов коррекции негативных эмоциональных состояний» [Психотерапевтическая энциклопедия, 2002].

Главное преимущество использования арт-терапии как средства борьбы с агрессией заключается в том, что она позволяет подросткам получить целый спектр допустимых средств и методов самовыражения, которые позволят продемонстрировать свои эмоции без проявления агрессии. Благодаря своей специфической форме подобные методы работы позволяют корректировать деструктивное поведение, прорабатывая чувство гнева, оценивая его самостоятельно, осуществляя борьбу с отрицательными эмоциями.

Несмотря на тот факт, что арт-терапия в большинстве случаев используется как групповой метод работы, при работе с агрессивными подростками допускается использование индивидуального формата работы. Это особенно актуально в ситуациях, когда подросток не может справиться со своей агрессией. Данное правило также актуально для этапа начала работы. Так, в самом начале коллективная деятельность может оказать негативное воздействие, так как в группах может возникнуть ярко выраженная отрицательная консолидация. Совершенно неэффективными оказываются общие беседы о необходимости «хорошо себя вести». Специфика этой категории детей в том, что они находятся в остром эмоциональном состоянии.

Включение арт-терапии как средство в работе с агрессивным поведением в психологическую практику должно проводиться в несколько этапов. В первую очередь речь идет о создании необходимых условий, позволяющих снять психоэмоциональное напряжение, создать гармоничные и доверительные отношения между всеми участниками процесса. После успешной реализации данного этапа арт-терапевт может переходить к планированию мини-групп, в которых в дальнейшем он сможет осуществлять свою профессиональную деятельность. И на последнем этапе может быть реализован групповой формат работы.

В исследовании А.И. Копытина отмечается, что арт-терапия является результатом слияния нескольких теоретико-методологических подходов, к числу которых относятся:

- инновационная художественная педагогика с более свободным, чем это характерно для классического художественного образования, подходом к занятиям изобразительным искусством;

– креативистские концепции художественно-творческой деятельности, рассматривающие изобразительную деятельность как акт свободного самовыражения самоактуализирующейся личности;

– концепции целостного воспитательно-образовательного воздействия на личность больного посредством искусства [Копытин, 2012].

Таким образом, необходимо отметить, что арт-терапия является уникальным способом работы с личностью, который обеспечивает воздействие на все проблемные аспекты. Ее периодическое использование в психологической практике оказывает положительное воздействие на личность ребенка / подростка, его восприятия себя как индивидуума, а также восприятия окружающих его людей.

Особой отличительной чертой арт-терапии является уникальный характер ее проведения на фоне индивидуальной или коллективной работы психолога (арт-терапевта) и участников арт-терапии. Л.Д. Лебедева описывает механизмы арт-терапевтического воздействия, опираясь на схему взаимодействия участников данного процесса [Лебедева, 2018].



**Рисунок 1 – Механизмы арт-терапевтического воздействия**

Для получения максимально успешных и качественных результатов по итогам проведения арт-терапии педагогу необходимо добиться создания ощущения максимального доверия и сотрудничества.

Методы арт-терапии весьма многообразны. Их многообразное деление основывается на критерии их содержания. Однако в основе классификации находится принцип, в соответствии с которым арт-терапия является вариантом лечебной практики, основанной на ее способности быть творческим катализатором [Растегаева, 2009, с. 188]. Поскольку для арт-терапии наиболее важно понимание истоков агрессивного поведения подобная практика должна быть направлена на создание обстановки, при которой участники процесса могли бы быть максимальны открытыми. Соответственно, эстетика методов арт-терапии должна уступать их практической значимости.

Методы арт-терапии классифицируются в соответствии с рядом критериев, которые опираются на специфику их содержания и особенности реализации в процессе непосредственного внедрения в профессиональную практику. Современные психологи отмечают, что методы арт-терапии включают в себя следующие направления (подходы):

– библиотерапию (воздействие чтением);

- имаготерапию (воздействие через образ, театрализацию);
- музыкотерапию (воздействие через восприятие музыки);
- вокалотерапию (воздействие пением); и пр.

Условие эффективности в работе специалиста следует использовать техники арт-терапии, актуальные для работы с определенными подростками. Следует подбирать техники с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей и возможностей, степени готовности к принятию содержания того или иного метода, уровня психоэмоционального напряжения и т.д. Однако, наиболее распространенным форматом арт-терапии является изотерапия, так как она позволяет максимально просто воздействовать на сознание подростков и задействовать их в работе. Также она не требует от участников процесса каких-либо особых профессиональных навыков.

## Методы

Приступая к описанию диагностического материала подростковой агрессивности, которая является сложным целенаправленным процессом, в результате которого испытующие получают информацию, необходимую для организации и реализации профилактической работы. С целью изучения агрессивности в подростковой среде, мы обратились в одно из образовательных организаций г. С. В диагностическом обследовании приняли участие 20 респондентов из «8» класса в возрасте 14-15 лет. Неоспоримым преимуществом данного обследования являются полученные сведения о конкретной группе испытуемых, степени проявления их агрессии и т.д.

В рамках данной работы была проведена диагностика актуального состояния подростков. Для определения уровня проявления агрессии у испытуемых была использована методика «Тест агрессивности» (Опросник Л.Г. Почебут) [Платонов, 2003, с. 353-385].

Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут) выявляет обычный стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления в социальной среде по 5 шкалам. Данный тест способствует определению уровня агрессивности. Его несомненным преимуществом является то, что он может быть использован в профилактике межэтнических конфликтов и стабилизации ситуации в конкретном коллективе в целом, и в обществе в частности. Анализ полученных результатов является руководством к действию для психологов. Полученные результаты детализируют особенности проявления негативного поведения, а также способствуют определению его первопричин.

Результаты обследования. Представленная Диаграмма демонстрирует не только визуальное, но и процентное соотношение полученных результатов исследования.

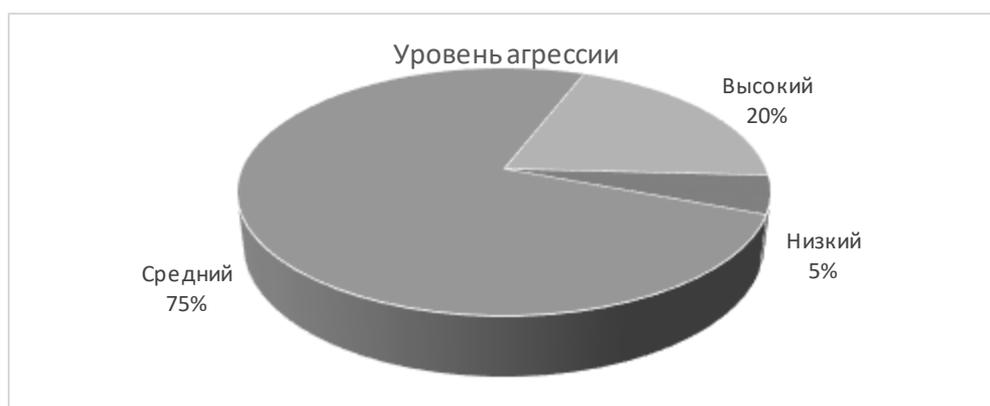
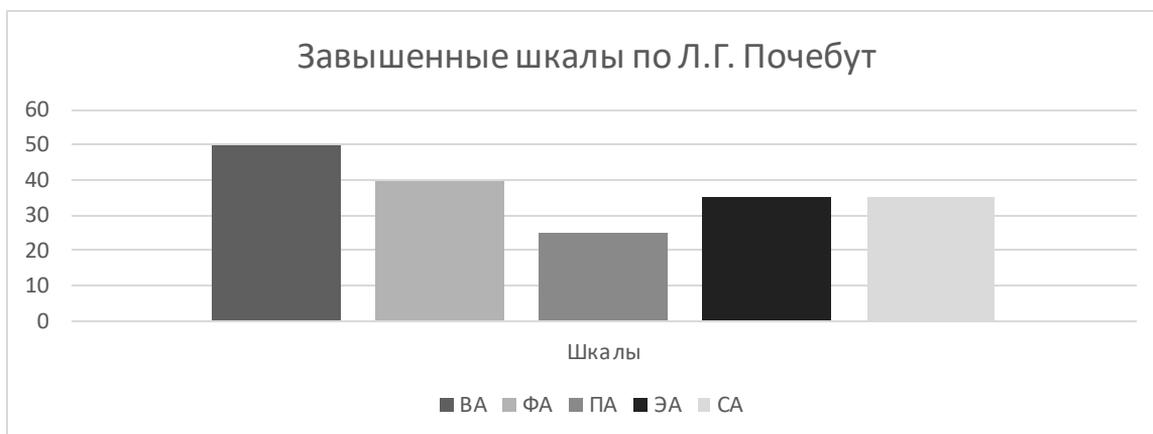


Рисунок 2 – Результаты опросника Л.Г. Почебут (первичная диагностика)

В соответствии с представленными результатами необходимо отметить, что шкала вербальной агрессии завышена у 10 из 20 испытуемых (50 %). Шкала физической агрессии завышена у 8 из 20 испытуемых (40 %). Шкала предметной агрессии завышена у 5 из 20 испытуемых (25 %). Шкала эмоциональной агрессии завышена у 7 из 20 испытуемых (35 %). Шкала самоагрессии завышена у 7 из 20 испытуемых (35 %). При этом было отмечено, что у 3 из 20 испытуемых не было отмечено шкал, показатели которых являются завышенными.

Следующая диаграмма, демонстрирует разницу в степени выраженности шкал проявления агрессивности среди испытуемых подростков (Диаграмма 2).



**Рисунок 3 – Показатели завышенного уровня по шкалам (первичная диагностика)**

В соответствии с представленным рисунком шкала вербальной агрессии наиболее часто является завышенной у испытуемых подростков. На втором месте по частоте находится шкала физической агрессии. На третьем месте с одинаковым количеством испытуемых находятся шкалы эмоциональной и аутоагрессии. Наименее часто у подростков были отмечены завышенные показатели по шкале предметной агрессии.

## Результаты

На основании полученных результатов и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей испытуемых была составлена программа по использованию арт-терапии как средства по борьбе с агрессивным поведением подростков и его профилактики. Данная программа была направлена не только на коррекцию агрессивного поведения подростков, но и на максимальное исправление их поведения.

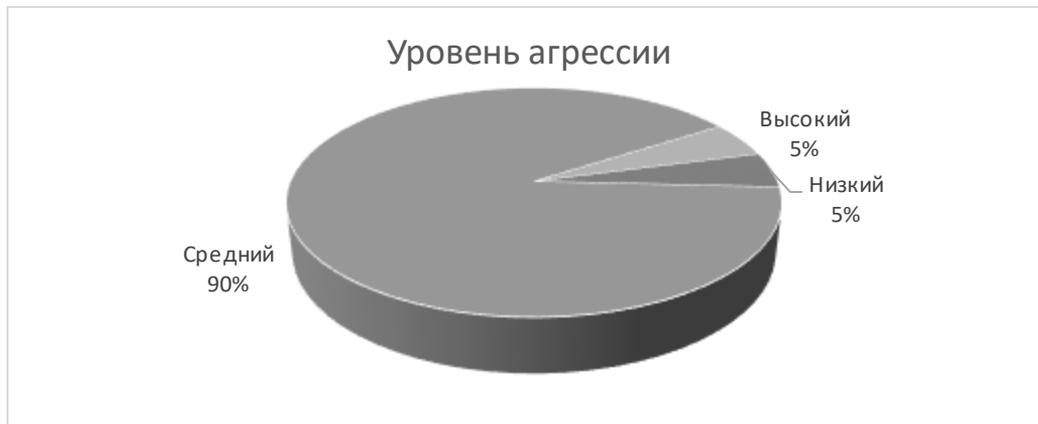
Цель программы: профилактика агрессивного поведения подростков в условиях общеобразовательной школы.

Представленная программа построена таким образом, чтобы подростки постепенно приобретали навыки борьбы с агрессией, учились подавлять ее вне зависимости от обстановки. Содержание занятий построено таким образом, чтобы заинтересовать всех участников процесса в выполнении упражнений. Беседы, игры, танцы, совместные чтения, просмотры и обсуждения кинофильмов были выстроены с учетом постепенного перехода от более простых к более сложным вопросам поведения, наблюдаемым в поведении подростков.

После реализации программы по использованию арт-терапии при работе с подростками с агрессией была проведена повторная диагностика, направленная на получение результатов,

демонстрирующих успешность данного формата работы. При работе с подростками также был использован опросник Л.Г. Почебут.

На основании представленной таблицы необходимо отметить, что после реализации программы у одного испытуемого из 20 был отмечен низкий уровень степень агрессивности и высокая степень адаптированного поведения. Высокий уровень агрессивности сохранился только у одного подростка из общего числа испытуемых. У остальных 18 испытуемых был отмечен средний уровень проявления агрессивности с активной тенденцией к его снижению. Полученные результаты представлены на диаграмме (Диаграмма 3):

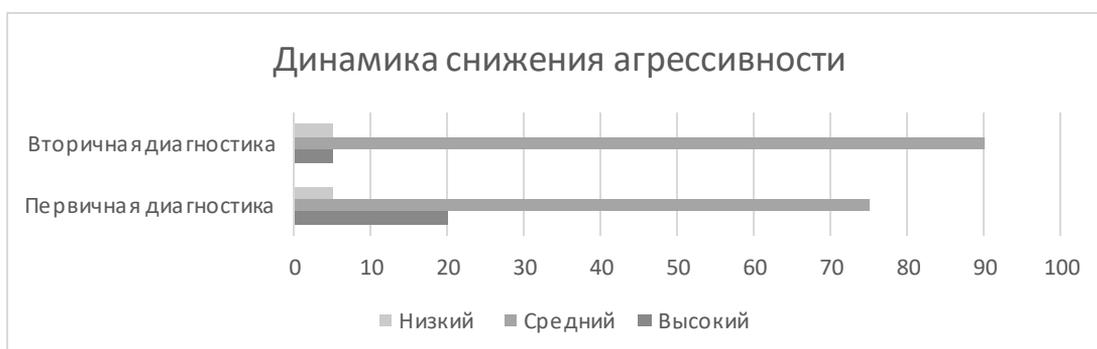


**Рисунок 4 – Результаты опросника Л.Г. Почебут (вторичная диагностика)**

В соответствии с представленным рисунком, только 5 % от общего числа испытуемых обладают низким уровнем агрессии. Высокий уровень проявления агрессии наблюдается также только у 5 % испытуемых (от их общего числа). Средний уровень агрессии, равно как и средние адаптивные возможности были отмечены у 90 % испытуемых подростков.

Визуализация полученных результатов позволяет четко проследить, что уровень высокого и низкого уровней проявления агрессии является равным. Средний уровень возраст до 90 %, что является положительным результатом проведения продолжительной коррекционной работы.

Положительная динамика полученных результатов визуально проиллюстрирована ниже (Диаграмма 4):

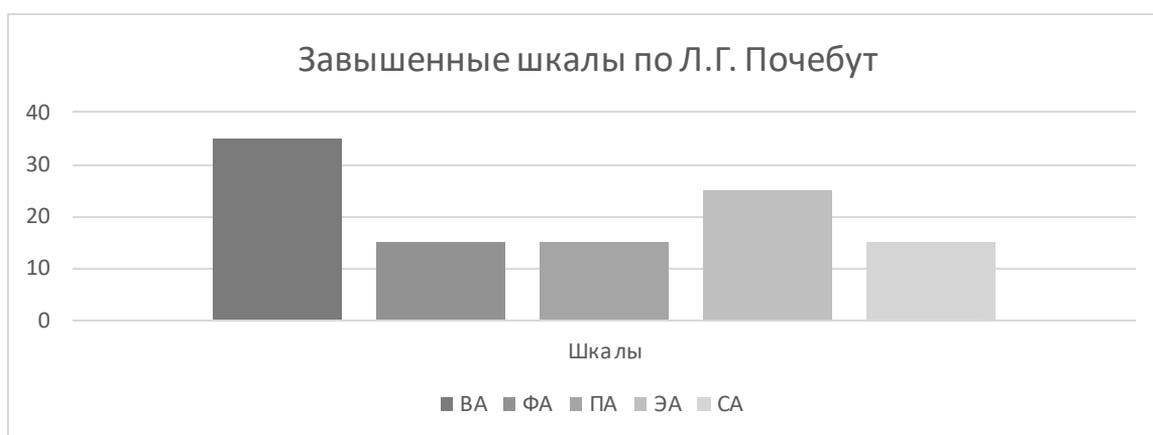


**Рисунок 5 – Динамика снижения уровня агрессивности**

Полученные результаты позволяют отметить сокращение числа подростков с высоким уровнем проявлением агрессивности и рост числа подростков со средним уровнем проявления

агрессивности. Стоит отметить, что низкий уровень агрессии остался прежним (5 %). Высокий уровень проявления подростковой агрессии снизился с 20 % до 5 %. Зато средний уровень проявления агрессии увеличился с 75 % до 90 %.

Для наглядности полученных результатов также была составлена диаграмма, показатели которой демонстрируют разницу в степени выраженности шкал проявления агрессивности среди испытуемых подростков (Диаграмма 5). Полученные результаты составлены в отношении каждой из шкал.

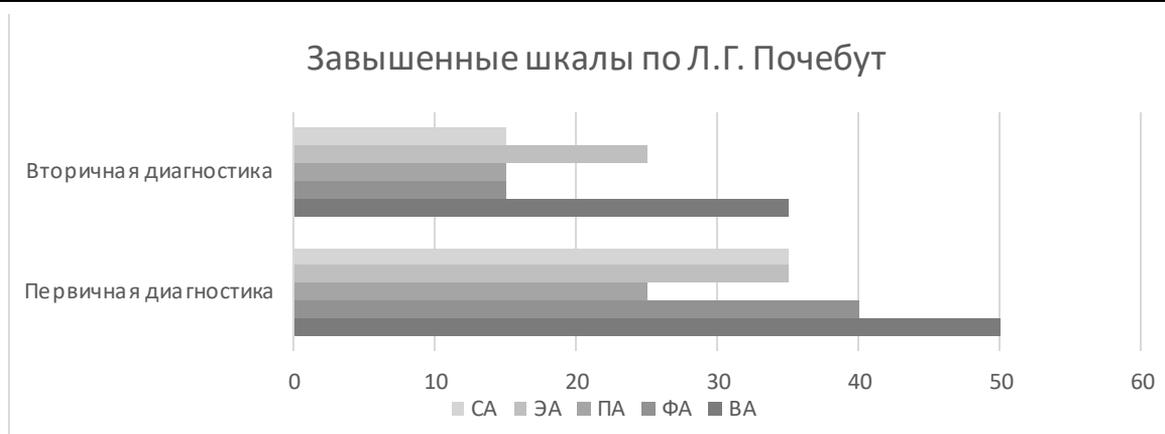


**Рисунок 6 – Показатели завышенного уровня по шкалам (вторичная диагностика)**

### Заключение

Для оценки результатов, полученных при сравнении данных первичной и вторичной диагностик, была построена диаграмма, отображающая динамику изменений (см. Рисунок 7). В частности, было отмечено, что уровень самоагрессии снизился с 35 % до 15 %. Это свидетельствует о том, что подростки стали в меньшей степени испытывать раздражение по отношению к себе. Уровень эмоциональной агрессии снизился с 35 % до 25 %. Незначительное изменение данного критерия говорит о том, что эмоциональная сфера является одной из наиболее сложно прорабатываемых и требует дополнительного погружения в проблему. Показатели предметной агрессии снизились с 25 % до 15 %. Данный интервал также подчеркивает, что школьники продолжают выражать свою агрессию, перемещая ее на предметы. Однако снижение количественного показателя указывает на незначительную, но существующую динамику. Физическая агрессия у испытуемых снизилась с 40 % до 15 %. Этот критерий в работе оказался наиболее успешным. Данный результат показывает, что подростки стали в меньшей степени выражать свое негативное отношение к людям и ситуациям при помощи применения физической силы. Уровень вербальной агрессии снизился с 50 % до 35 %. Это говорит о том, что испытуемые подростки стали в меньшей степени использовать нецензурную лексику, брань и оскорбления. В целом положительная динамика была отмечена в отношении всех представленных шкал.

Полученные результаты демонстрируют положительную динамику в отношении каждой из проанализированных шкал. Наиболее ярко наблюдается разница в отношении вербальной агрессии и самоагрессии. Полученные результаты позволяют сделать выводы о том, что арт-терапия оказывает положительное воздействие на психоэмоциональное состояние подростков, способствует созданию чувства спокойствия, уверенности в себе.



**Рисунок 7 – Тенденция показателей завышенного уровня по шкалам**

Исходя из полученных результатов были сделаны выводы, что арт-терапия является одним из ключевых методов работы, направленной на коррекцию агрессивного поведения подростков. Ее ненавязчивость и способность глубоко воздействовать на сознание испытуемых позволяют получить ожидаемый эффект.

## Библиография

1. Агрессия. (2004). В Б. Мещеряков, В. Зинченко (Сост.), *Большой психологический словарь*. Олма-пресс.
2. Киселева, О.А. (2022). Арт-терапия как метод психокоррекции: возникновение и становление. *Univresum: психология и образование*, 3(93), 28-31.
3. Копытин, А.И. (2012). Применение арт-терапии в лечении и реабилитации больных с психическими расстройствами. *Медицинская психология в России*, 2. [http://www.medpsy.ru/mprj/archiv\\_global/2012\\_2\\_13/nomer/nomer04.php?ysclid=llxrgmm8v i968768927](http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2012_2_13/nomer/nomer04.php?ysclid=llxrgmm8v i968768927)
4. Лебедева, Л.Д. (2018). *Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий*. Речь.
5. Платонов, Ю.П. (2003). *Основы этнической психологии*. Речь.
6. Психотерапевтическая энциклопедия. (2002). Б.Д. Карвасарский (Ред.). (2-е изд.). Питер.
7. Растегаева, Л.С. (2009). Эстетические принципы в методах арт-терапии. *Вестник Оренбургского государственного университета*, 7, 188-193.
8. Стафеева, М.Г. (2019). Использование арт-терапевтических техник для снижения психоэмоционального напряжения детей, склонных к агрессивному поведению. *International scientific review*, 99-102.
9. Фромм, Э. (2014). *Анатомия человеческой деструктивности*. Академия.
10. Хапова, И.Е. (2023). Арт-терапия как средство коррекции агрессивного поведения у младших школьников. *Актуальные проблемы педагогики и психологии*, 24-29.

## Diagnostics of Adolescent Aggression and Correctional Work Using Art Therapy Techniques

**Tat'yana A. Rodermel'**

PhD in Philosophy,  
Associate Professor,  
Head of the Department of Psychology,  
Surgut State University,  
628412, 1, Lenin Ave., Surgut, Russian Federation;  
e-mail: tra960@mail.ru

Rodermel' T.A.

---

**Abstract**

This article presents theoretical aspects of working with adolescent aggression. The methodological foundations and approaches of the art therapeutic method are considered; the work also presents diagnostic materials used in the examination. Various forms of work with adolescent aggression are described in detail. The aim of this work was to study the possibilities of reducing aggressive behavior among adolescents using the method of art therapy. The article presents diagnostic material and the results of the examination of adolescent aggression. Based on the survey results, a correctional program was developed that helped minors reduce aggressive tendencies in relationships with peers and adults. The article concludes with findings.

**For citation**

Rodermel' T.A. (2026) Diagnostika podrostkovoy agressii i korrektsionnaya rabota tekhnikami art-terapii [Diagnostics of Adolescent Aggression and Correctional Work Using Art Therapy Techniques]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 15 (1A), pp. 138-147. DOI: 10.34670/AR.2026.20.35.019

**Keywords**

Aggression, puberty, behavior correction, emotional state, physical aggression, verbal aggression, auto-aggression, destructive behavior, art therapy, isotherapy.

**References**

1. Aggressiya. (2004). In B. Meshcheryakov & V. Zinchenko (Eds.), *Bol'shoy psikhologicheskii slovar'* [Large psychological dictionary]. Olma-press.
2. Fromm, E. (2014). *Anatomiya chelovecheskoy destruktivnosti* [Anatomy of human destructiveness]. Akademiya.
3. Kiseleva, O.A. (2022). Art-terapiya kak metod psikhokorreksii: vznikeneniye i stanovleniye [Art therapy as a method of psychocorrection: emergence and formation]. *Univresum: psikhologiya i obrazovaniye*, 3(93), 28-31.
4. Kopytin, A.I. (2012). Primeneniye art-terapii v lechenii i reabilitatsii bol'nykh s psikhicheskimi rasstroystvami [The use of art therapy in the treatment and rehabilitation of patients with mental disorders]. *Meditinskaya psikhologiya v Rossii*, 2. [http://www.medpsy.ru/mpj/archiv\\_global/2012\\_2\\_13/nomer/nomer04.php?ysclid=llxrgmm8v i968768927](http://www.medpsy.ru/mpj/archiv_global/2012_2_13/nomer/nomer04.php?ysclid=llxrgmm8v i968768927)
5. Khapova, I.E. (2023). Art-terapiya kak sredstvo korrektsii agressivnogo povedeniya u mladshikh shkol'nikov [Art therapy as a means of correcting aggressive behavior in younger students]. *Aktual'nyye problemy pedagogiki i psikhologii*, 24-29.
6. Lebedeva, L.D. (2018). *Praktika art-terapii: podkhody, diagnostika, sistema zanyatiy* [Practice of art therapy: approaches, diagnostics, training system]. Rech'.
7. Platonov, Yu.P. (2003). *Osnovy etnicheskoy psikhologii* [Fundamentals of ethnic psychology]. Rech'.
8. *Psikhoterapevticheskaya entsiklopediya*. (2002). B.D. Karvasarsky (Ed.). (2nd ed.). Piter.
9. Rastegaeva, L.S. (2009). Esteticheskiye printsipy v metodakh art-terapii [Aesthetic principles in art therapy methods]. *Vestnik Orenburgskogo gosudarstvennogo universiteta*, 7, 188-193.
10. Stafeeva, M.G. (2019). Ispol'zovaniye art-terapevticheskikh tekhnik dlya snizheniya psikhoemotsional'nogo napryazheniya detey, sklonnykh k agressivnomu povedeniyu [The use of art-therapeutic techniques to reduce the psycho-emotional stress of children prone to aggressive behavior]. *International scientific review*, 99-102.