

Trening Zastępowania Agresji

(B. Glick, J. C. Gibbs)

Prowadzący: dr Iryna Durkalevych



Miejsce, uczestnicy oraz czas treningu

- 10 tygodniowy trening ART w formie scenariuszy 30 sesji trzygodzinnych został przeprowadzony wśród grupy studentów (12 osób) drugiego roku studiów kierunku pedagogicznego PWSZ im. S. Pigonia w Krośnie.





Państwowa Wyższa
Szkoła Zawodowa
w Krośnie





Państwowa Wyższa
Szkoła Zawodowa
w Krośnie







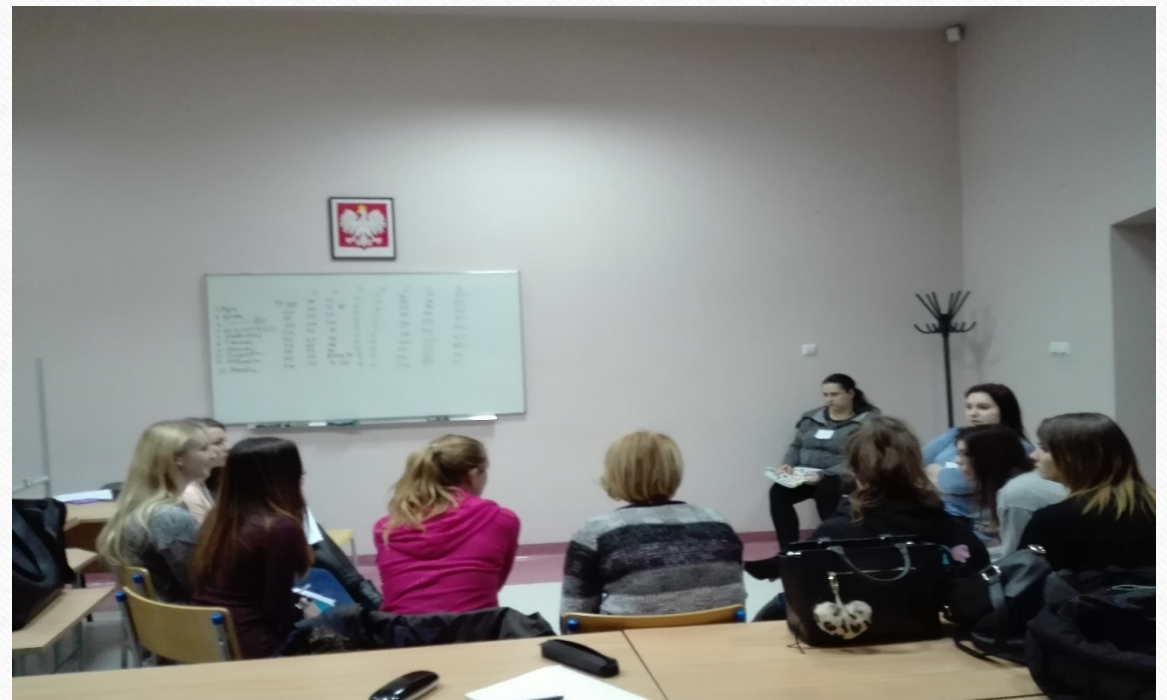
Państwowa Wyższa
Szkoła Zawodowa
w Krośnie





Państwowa Wyższa
Szkoła Zawodowa
w Krośnie

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Aga	PPXp	PP	PP	T	T	PP	PP	NSI
2. Ania	PP	PP	X PP	T	T	PP	PP	NSI
3. Gabriela	PP	PP	PP	T	T	PP	PP	NSI
4. Klaudia	PP	PP	PP	T	T	PP	PP	NSI
5. Gabriela	PP	PP	PP	T	T	PP	PP	NSI
6. Teresa	PP	PP	PP	T	T	PP	PP	NSI
7. Joanna	PP	PP	PP	T	T	PP	PP	NSI
8. Angelika	PP	PP	PP	T	T	PP	PP	NSI
9. Klaudia	PP	PP	NM PP	T	T	PP	PP	NSI
10. Monika	PP	PP	X PP	T	T	PP	PP	NSI





Państwowa Wyższa
Szkoła Zawodowa
w Krośnie





Efekty treningu

-
- Przeprowadzona ewaluacja w grupie studentów uczestniczących w ART za pomocą metod zarówno ilościowych jak i jakościowych wykazała spadek zachowań agresywnych i wzrost zachowań społecznych.

-
- Wyniki badań ilościowych (pre-testów i post-testów) wykazują zmniejszony indeks złości oraz wyższy indeks umiejętności społecznych.
 - Studenci uczestniczący w treningu oceniali siebie jako mniej agresywnych zarówno w domu jak i środowisku uczelnianym.



Wyniki badań jakościowych wskazują na postępy uczestników treningu oraz skuteczność treningu ART:

„Myślę o konsekwencjach”; „Częściej zastanawiam się zanim wybuchnę”; „Nie wszystko da się załatwić agresją”; „Jestem spokojniejsza. Nie unoszę się. Nie przeklinam”; „Kiedyś nie zdawałam sobie sprawy z wielu rzeczy. Teraz zastanawiam się co tej osobie powiedzieć, żeby kłótni nie było”; „Nauczyłam się być opanowaną”; „Nauczyłam się opanowywać negatywne emocje”; „Nauczyłam się współpracy w grupie”; „Nauczyłam się kontrolować złość. Żeby emocje nie brały góry”; „Nauczyłam się akceptować zdanie innych”.



Wnioski i kierunki dalszych badań

- Najważniejszy wniosek to: trening ART powoduje wiarygodne i znaczące obniżenie poziomu agresji oraz podwyższenie poziomu zachowań prospołecznych.

Forma upowszechniania TZA - konferencja

**Medzinárodná vedecko-praktická konferencia
«Inovačné výskum v oblasti sociológie,
psychológie a politológie**

**Sládkovičovo, Slovak Republic
10–11 marec 2017**