

INTERVENCIJŲ, PAREMTŲ KOGNITYVINE-ELGESIO TERAPIJA, EFEKTYVUMAS VAIKŲ IR PAAUGLIŲ PYKČIO IR AGRESYVAUS ELGESIO KONTROLEI. SISTEMINĖ LITERATŪROS ANALIZĖ

Dovilė Valiūnė¹

Vytauto Didžiojo universitetas, Lietuva

Santrauka. Problema. Dažnas pyktis ir agresyvus elgesys yra būdingas mokyklinio amžiaus vaikams (Reyes ir kt., 2003). Paauglių pykčio kontroliavimo problemos susijusios su įvairiais sunkumais mokykloje (Humphrey, Brooks, 2006; Schwartz ir kt., 2006; Feindler, Engel, 2011). Taigi paauglių pyktis ir agresija lieka svarbia tyrinėjimo problema mokyklose (Fives ir kt., 2011). Yra nemažai tyrimų, nagrinėjančių intervencijų veiksmingumą pykčiui ir agresyviai elgesiui. Atliktos metaanalizės parodė, kad intervencijos, paremtos kognityvine-elgesio terapija, efektyvios, tačiau daugumoje jų nebuvo atskirai nagrinėjama vaikų ir paauglių populiacija. Taip pat matomas intervencijų efekto dydžių, skaičiuojamų skirtingose metaanalizėse, skirtumas. Dažnai apibendrinami senesni nei 15 metų tyrimai ir pastebima, kad nemažai tyrimų turi vertinimo ir metodologinių trūkumų (Beck, Fernandedez, 1998; Bennet ir kt., 2000; Sukhodolsky, 2004; Saini, 2009; Feindler, Engel, 2011). Taigi akivaizdus poreikis atlikti sistemingą literatūros analizę naujausių efektyvumo tyrimų, kurie apima intervencijas, grįstas kognityvine-elgesio terapija, vaikų ir paauglių pykčiui ir agresyviai elgesiui mažinti. **Tyrimo tikslas** – išnagrinėti tyrimus, kuriuose analizuojamas intervencijų, paremtų kognityvine-elgesio terapija, efektyvumas vaikų ir paauglių pykčiui ir agresyviai elgesiui mažinti, įvertinti poveikio programų efektyvumą ir atrasti šių tyrimų metodologinius skirtumus. **Metodika.** Sisteminė literatūros analizė. **Rezultatai.** Nemažai nagrinėjamų tyrimų parodė, kad grupinės intervencijos, paremtos kognityvine-elgesio terapija, nesvarbu, kokia jų trukmė, yra efektyvios paveikiant daugumos vaikų ir paauglių pykčio ir agresyvaus elgesio apraiškas. Tačiau esama prieštaringų rezultatų ir tam tikrų metodologinių trūkumų. Taip pat akivaizdus poreikis nagrinėti aplinkos ir asmenybinių kintamųjų svarbą intervencijų efektyvumui.

Pagrindiniai žodžiai: intervencija, kognityvinė-elgesio terapija, efektyvumas, pyktis, agresyvus elgesys.

¹ Adresas susirašinėti: Vytauto Didžiojo universitetas, Jonavos g. 66, tel. 8 672 4 69 62, el. p.: psichologei.dovilei@gmail.com

IVADAS

Paauglystėje vyksta didžiausios permainos, susijusios su asmens psichosocialine, kognityvine ir fizine raida. Šis amžiaus tarpsnis – tai permainų, mokymosi, adaptacijos laikotarpis, per kurį asmenys įgyja žinių, įgūdžių, reikalingų sprendžiant svarbius klausimus vėliau gyvenime. Įvairūs sunkumai, su kuriais susiduria paauglys, lemia vystymąsi ir asmens gebėjimus susidoroti su problemomis ateityje (Kristensson, 2005; Tilindienė, 2006). Pyktis yra visiems būdinga ir natūrali emocija, tačiau pykčio nekontroliavimas gali būti ženklas, įspėjantis apie galimus sunkumus (Feindler, Engel, 2011; Puskar ir kt., 2008). Paauglius dažnai apima pykčio proveržiai, kuriuos jie siekia nuslopinti. Pyktis gali būti išreiškiamas verbaliniu arba fiziniu būdu, nukreipiant agresiją į kitus žmones ar aplinkos daiktus, taip pat pyktis gali būti užgniaužiamas (Reyes ir kt., 2003; Daniel ir kt., 2009). Taigi netinkamai išreiškiamas pyktis gali sietis su įvairiais sunkumais agresoriui, aukai ir aplinkai.

Paauglių pykčio kontroliavimo sunkumai susiję su nemažai problemų mokykloje. Mokiniam, kuriems sunkiai sekasi kontroliuoti pyktį, gresia iškristi iš mokyklos, jie patiria mokymosi bėdų (Humphrey, Brooks, 2006; Schwartz ir kt., 2006). Paaugliai, turintys elgesio ir emocijų kontrolės sunkumų, dažniau ir intensyviau išgyvena baimę, baimei įveikti naudoja neveiksmingas strategijas ir baimės pojūtį stiprina įsivaizduojamu bejėgiškumu (Jokūbpreikšas ir Bubnys, 2013). Paaugliai, kurie nekontroliuoja savo pykčio, yra linkę nusikalsti, jie dažniau piktnaudžiauja priklausomybę keliančiomis medžiagomis, gali anksti susilaukti vaikų, patiria depresiją vėliau gyvenime (Wienclaw, 2009). Nekontroliuojantys savo pykčio asmenys gali turėti socialinio prisitaikymo sunkumų ar pasižymėti asocialiu elgesiu ateityje (Feindler, Engel, 2011). Taip pat pyktis susijęs su didesne savižudiško elgesio rizika (Daniel ir kt., 2009).

Pykčio patyrimas ir išraiška stipriai susijusi su patyčiomis (Madaan, 2012). Patyčios yra dažna problema mokyklose. Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, 2009–2010 m. Lietuva pirmavo Europoje pagal patyčių patyrimą (Šukytė, 2014). Zaborskis ir Vareikienė (2008) nustatė, kad patyčios mokykloje susijusios su blogesniu moksleivių savo sveikatos vertinimu, menkesniu pasitenkinimu gyvenimu, somatiniais nusiskundimais, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimu.

Taigi pastaraisiais metais paauglių pyktis ir agresija tapo svarbia tyrimo problema mokyklose (Fives ir kt., 2011). Pirmiausia psichikos svei-

katos centrų ir švietimo įstaigų specialistai stengiasi suprasti veiksnius, susijusius su paauglių pykčiu ir agresija (Fives ir kt., 2011). Taip pat domimasi įvairiomis intervencijomis, kurios efektyviausiai padėtų paauglius mokyti pykčio kontrolės.

Dažniausiai taikomos intervencijos, kuriomis siekiama mokyti paauglius kontroliuoti pyktį, remiasi kognityvine-elgesio teorija (Charlesworth, 2008). Viena šios teorijos prielaidų yra ta, kad asmens mintys, išorinių įvykių interpretacija veikia emocijų ir elgesio pasireiškimą. Kai situacija suvokiama kaip priešiška, vaikas linkęs elgtis agresyviai (Knorth ir kt., 2007). Kognityvine-elgesio teorija paremtos intervencijos moko atpažinti ir susieti mintis, emocijas, fiziologinius pokyčius ir elgesį (Sukhodolsky ir kt., 2004; Feindler ir kt., 2003). Tokio tipo intervencijos gali būti taikomos ir individualiai, ir grupėje. Kuri intervencijos forma efektyvesnė, priklauso nuo kliento ypatumų. Tačiau Pollocko ir Kymissis (2001) tyrimas atskleidė, kad grupinės intervencijos yra efektyvios ar net efektyvesnės už individualias sprendžiant daugumą problemų, susijusių su pykčiu. Darbas grupėje mažina izoliacijos, kurią jaučia vaikas ar paauglys, turėdamas problemų, kilusių dėl pykčio kontrolės stokos jausmą. Didesnį grupinės intervencijos efektyvumą Dwivedi ir Gupta (2000) aiškino remdamiesi Dodge's socialinio keitimosi modeliu: tikėtina, kad išmoktas įgūdis per pratybas bus teigiamai įvertintas kitų bendraamžių. Paauglys ar vaikas, norėdami būti teigiamai įvertinti, kartos išmoktą įgūdį grupėje ir kitur. Taigi šiame darbe į literatūros analizę įtraukiami tyrimai, kurie remiasi intervencijos taikymu grupėje.

Beckas ir Fernandedeza 1998 m. atliko vieną pirmųjų metaanalizių, kuria siekė apibendrinti grupinės kognityvinės-elgesio terapijos efektyvumą pykčio kontrolei gerinti. Autoriai rėmėsi 50 studijų, atliktų 1981–1993 m., iš jų 15 apima vaikus ir paauglius. Tyrimas atskleidė, kad kognityvinė-elgesio terapija yra efektyvi mažinant pykčio pasireiškimą (Beck, Fernandedez, 1998). Tačiau iš šio tyrimo neaiškus kognityvinės-elgesio terapijos poveikis atskirai vertinant vaikus ir paauglius. Taip pat į metaanalizę buvo įtraukti tyrimai, kurie turėjo tam tikrų metodologinių trūkumų, pavyzdžiui, nebuvo kontrolinės grupės, maža tiriamųjų imtis. Butlerio ir kt. (2006) metaanalizė atskleidė, kad kognityvinė-elgesio terapija yra efektyvi norint mažinti streso, panikos, socialinės fobijos simptomus, tačiau mažinant pykčio pasireiškimą pasiekiamas tik vidutinis efektas. Į šį tyrimą nebuvo įtrauktas atskiras kognityvinės-elgesio terapijos poveikio nagrinėjimas vaikų ir paauglių pykčiui ir agresijai. Kitame metaanalizės

tyrime apie kognityvinės-elgesio terapijos efektyvumą pykčio kontrolei buvo naudojami tik suaugusių asmenų duomenys (Saini, 2009). Kadangi pykčio kontrolės ir išmokymo aspektai vyresniame amžiuje ir paauglystėje skiriasi, verta atsižvelgti į tiriamųjų amžių.

Candelaria ir Fedewa (2012) atliko metaanalizę, nukreiptą į pykčio kontrolės intervencijų efektyvumą vaikų ir paauglių socialiniams ir emociniams aspektų pokyčiams. Iš viso buvo įtraukta 60 tyrimų, atliktų 1979–2010 m. Tyrimai apėmė įvairias pykčio kontrolės ir kitas impulsų valdymo programas, parengtas mokykloms. Šio tyrimo apskaičiuotas efekto dydis yra tik – 0,27. Galima teigti, kad intervencijos mažai prisidėjo prie vaikų ir paauglių neigiamų emocijų ir elgesio mažinimo, ypač mokant mokinius kontroliuoti save ir pykčio išraiškas. Taigi nagrinėjant atskirai intervencijų poveikį vaikų ir paauglių pykčio ir agresijos valdymui, matomas mažas efektyvumas, lyginant tyrimus, atliktus su suaugusiais asmenimis. Taip pat ši metaanalizė neanalizavo atskirai intervencijų, paremtų kognityvine-elgesio terapija. Bennetas ir kt. (2000) metaanalizėje naudojo 1974–1998 m. duomenis ir konstatavo, kad kognityvine-elgesio terapija grįstos intervencijos turi mažą poveikį asmenų, jaunesnių nei 18 m., asocialiam elgesiui. Sukhodolsky (2004) nustatė vidutinį intervencijos poveikį vaikų ir paauglių pykčiui mažinti. Taigi skirtingose metaanalizėse išryškėja nevienodi efekto dydžiai vertinant intervencijų efektyvumą vaikų ir paauglių sunkumams, susijusiems su pykčio nekontroliavimu.

Pastebima, kad agresyvių mokinių nemažėja, nors ir daugėja tyrimų apie pykčio kontrolę. Tai aiškinama tuo, kad tradicinės pykčio kontroliavimo programos nepakankamai veiksmingos mažinant agresyvių elgesį ar smurtą (Burt ir kt., 2010; Humphrey, 2008). Tradicinės pykčio kontroliavimo intervencijos per daug orientuotos į agresyvių elgesį, neatsižvelgiama į aplinką, kurioje agresyvus elgesys pasireiškia. Taip pat pykčio kontroliavimo grupėse ignoruojamas prosocialus elgesys, akcentuojant netinkamą elgesį (Burt ir kt., 2013). Nemažai diskusijų kelia ir kontroliavimo mechanizmas. Anot Berkovitzo (2012), savęs reguliavimo reakcija gali turėti neigiamų padarinių, pavyzdžiui, gali išryškėti neadekvatus tarpasmeninis santykis (dėl negebėjimo vienu metu kontroliuoti savęs ir tinkamai reaguoti į situaciją). Taigi kyla abejonių dėl intervencijų pobūdžio ir ar verta akcentuoti agresyvių elgesį; kaip tinkamai mokyti mokinius reaguoti į socialinę situaciją, kai reikia skirti laiko pykčiui kontroliuoti. Todėl svarbu analizuoti naujausius tyrimus, kurie vertina intervencijų efektyvumą pykčio kontrolei.

Aprašyti metaanalizės tyrimai pasitelkia senesnius kaip 15 metų duomenis. Taip pat nemažai tyrimų turi vertinimo ir metodologinių trūkumų, gaunami skirtingi rezultatai apskaičiuojant efekto dydį intervencijų veiksmingumui. Dėl to padidėja poreikis analizuoti naujausius efektyvumo tyrimus, jų gaunamus rezultatus ir tyrimo atlikimo ypatumus. Todėl šiame darbe į sisteminę literatūros analizę įtraukiami 2004–2014 m. tyrimai. Svarbu atskleisti, kokioms problemoms, susijusioms su pykčiu, intervencijos yra efektyvios. Taip pat įvertinti tyrimo dizainą ir kitus metodologinius aspektus, kurie gali būti susiję su rezultatų patikimumu. Taikant intervencijas svarbu prisiminti, kad agresyvus elgesys dažnai pasireiškia ne tik dėl to, jog asmuo nežino, kaip tinkamai išreikšti pyktį, bet ir todėl, kad agresija teikia tam tikrą naudą. Viena iš naudų yra ta, kad agresyviai besielgiantis asmuo sumažina įtampą, kilusią dėl pykčio (Bresin, 2013). Todėl nagrinėjant intervencijų efektyvumą mažinant pykčio pasireiškimą svarbu įtraukti įvairias dimensijas, susijusias su pykčiu. Šios dimensijos gali apimti agresyvų elgesį, priešišumą ir pan. (Saini, 2009). Tad darbe į analizę įtraukiamos įvairios skalės, susijusios su pykčio kontrole. Darbo tikslas – išnagrinėti tyrimus, kuriuose analizuojamas intervencijų, paremtų kognityvine-elgesio terapija, efektyvumas vaikų ir paauglių pykčio ir agresyvaus elgesio mažinimui, įvertinti poveikio programų efektyvumą ir nustatyti šių tyrimų metodologinius skirtumus.

TYRIMO METODAS

Šiame darbe atliekant sisteminę literatūros analizę remiamasi standartais PRISMA. Jie padeda tyrėjams tinkamai planuoti sisteminę literatūros paiešką, analizę ir rezultatų pateikimą.

Įtraukimo į sisteminę apžvalgą kriterijai. Į sisteminę apžvalgą įtraukti tyrimai, kuriuose buvo nagrinėjamos grupinės intervencijos, pagrįstos kognityvine-elgesio terapija, poveikis pykčiui ar agresyviai elgesiui. Tyrimas, atsižvelgiant į šį kriterijų, buvo laikomas tinkamu, jeigu remtasi kognityvinės-elgesio teorijos principu, kad mintys, fiziologija, emocijos ir elgesys yra susiję, ir jeigu mokoma vaikus ir paauglius susieti mintis su reakcijoms. Jei tyrime buvo taikomas kombinuotas metodas, bet remtasi minėta kognityvinės-elgesio teorijos prielaida, tyrimas buvo įtrauktas į analizę.

Įtraukiami tie straipsniai, kuriuose aprašomas atliktas tyrimas vaikų ir paauglių populiacijoje. Kiti įtraukimo į analizę kriterijai buvo straips-

nių prieinamumas, kalba ir publikavimo metai: įtraukti tik laisvai prieinami visateksčiai recenzuojami straipsniai anglų kalba, publikuoti 2004–2014 m.

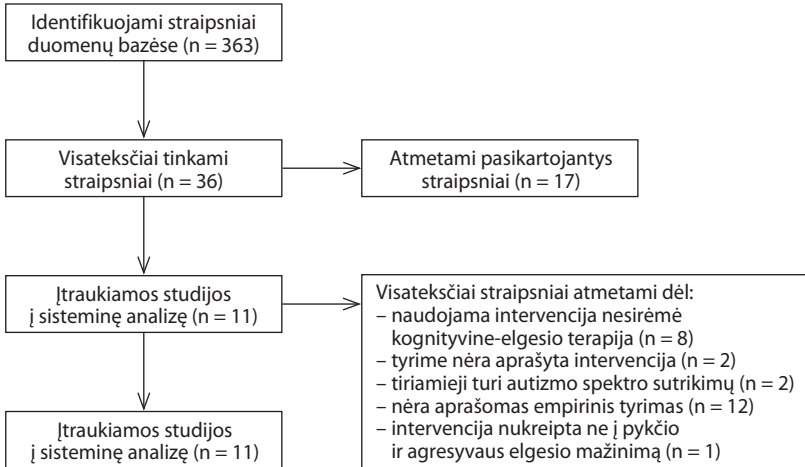
Duomenų rinkimas. Ieškant straipsnių buvo naudojamos kompiuterinės bibliografinės duomenų bazės ERIC (rasta 88 straipsniai; 4 tinkami), „Medline“ (rasta 45 straipsniai; 0 tinkamų), „MasterFILE premier“ (rasta 24 straipsniai; 0 tinkamų), „SocINDEX“ (rasta 34 straipsniai; 2 tinkami), „Academic Search Complete“ (rasta 105 straipsniai; 4 tinkami), „Education Search Complete“ (rasta 67 straipsniai; 1 tinkamas). Šių bibliografinių duomenų bazių pasirinkimą lėmė tai, kad visose jose yra socialinių mokslų straipsnių.

Straipsnių paieška buvo atlikta pagal raktažodžių matricą, įvestą į duomenų bazių paieškos lauką. Sudarant raktažodžių matricą buvo surašomas žodžių ir jų sinonimų, kurie siejasi su keliamu šiame darbe tikslu, sąrašas. Taip pat į raktažodžių matricą įvestas žvaigždutės simbolis, reiškiantis, kad bus ieškoma žodžių, turinčių tą pačią šaknį kaip pažymėtas žvaigždute žodis. Be to, pasinaudota duomenų bazių išplėstine paieška, pažymint, kad į paiešką būtų įtraukiami pateiktų raktažodžių sinonimai. Naudojama raktažodžių matrica: *intervention* OR program* AND aggression* OR anger* AND efficiency* OR effect* OR changes* AND cognitive* OR behavioral* AND children* OR adolescents* OR student* OR pupils**. Raktažodžių matrica palengvina straipsnių atranką, nes naudojamos duomenų bazių paieškos sistemos sukurtos taip, kad atpažįsta „AND“, „OR“ ir žvaigždutės simbolius. Todėl atrenkami visi straipsniai, kuriuose aptinkami įvairūs šių raktažodžių ir jų sinonimų deriniai.

Peržvelgus rastų straipsnių pavadinimus atmesti tie, kurie nesirėmė kognityvine-elgesio terapija grįstomis intervencijomis, vertino suaugusių asmenų pokyčius, kuriuose nebuvo tikrinamas intervencijos efektyvumas. Į sisteminę apžvalgą nebuvo įtraukiami straipsniai, tyrinėję intervencijos poveikį vaikams ir paaugliams, turintiems intelektinių gebėjimų sunkumų. Peržvelgus visateksčius straipsnius atmesti tie, kuriuose nebuvo aprašytos naudojamos intervencijos, taikomos intervencijos nesirėmė kognityvine-elgesio terapija, nebuvo aprašomas empirinis tyrimas, tiriamieji turėjo autizmo sutrikimų, intervencija nukreipta ne į pykčio ir agresyvaus elgesio mažinimą.

Iš straipsnių atrinkti duomenys apie tirtos vaikų ir paauglių populiacijos imties dydį, sudėtį, amžių, intervencijos trukmę, tipą, naudotas metodikas, naudotų metodikų patikimumą, tyrimo dizainą (1 lentelė). Taip

pat buvo atrinkti duomenys apie straipsnyje analizuojamos intervencijos, grįstos kognityvine-elgesio terapija, poveikį tirtiems aspektams, pagrindinės išvados, efekto dydis, jei jis buvo pateikiamas (2 lentelė).



1 pav. Straipsnių įtraukimo į sisteminę analizę atrankos etapai

Figure 1. The selection of stages of articles to systematic analysis

REZULTATAI

Į sisteminę analizę pagal nustatytus kriterijus buvo įtraukta 11 straipsnių. Straipsnių įtraukimo į sisteminę analizę atrankos etapai pateikiami 1 pav. Dauguma nagrinėtų straipsnių naudojo kiekybinį tyrimo metodą (Williams, Waymouth ir kt., 2004; Gundersen, Svartdal, 2006; Kisiel ir kt., 2006; Augimeri ir kt., 2007; Niwoski ir kt., 2009; Karatas, Gokcakan, 2009; Jordans ir kt., 2010; Sutcu ir kt., 2010; Normantaitė ir kt., 2013), du – kombinuotą, t. y. straipsnyje rezultatai buvo gaunami kiekybiniais ir kokybiniais tyrimo metodais (Humphrey, Brooks, 2006; Wheatley, Murrihy ir kt., 2009). Sisteminėje analizėje buvo nagrinėjami rezultatai, gauti naudojant kiekybinius tyrimo metodus. Pagrindinės tyrimų charakteristikos pateikiamos 1 lentelėje. Duodama informacija apie tyrimų charakteristikas ne visur vienoda, nes tyrimų autoriai rezultatus pristato skirtingai.

1 lentelė. Aprašomoji tyrimų charakteristikų analizė
Table 1. Descriptive analysis of the characteristics of studies

| Autoriai, metai | Imtis | Amžius (metais) | Intervencijos trukmė, tipas | Metodikos, jų patikimumas | Tyrimo dizainas |
|--|---|--|---|---|---|
| S. Williams, M. Waymouth, E. Lipman, B. Mills, P. Evans (2004) | 68 respondentai (56 berniukai, 12 mergaičių) | 7–13 | Taikyta nuotalkos mokymų programa, paremta KET (<i>Temper-Taming program</i>) 8 savaitių grupinė intervencija mokiniams, trukmė – 1 valanda per dieną po pamokų, grupės dydis 4–8 vaikai; 3 sesijų tėvų grupinės pratybos per 1, 4, 8 vaikų programos savaites. Buvo mokoma: savęs supratimo; elgesio padarinių numatymo; problemų sprendimo įgūdžių. Tėvai taip pat buvo mokomi padrašinti vaikų teigiamus pokyčius. | Vaikų psichio aprašas (CIA), 21 klausimas mokiniams, vidinis patikimumas = 0,96. Vaikų priešiško aprašas, tėvams (CHI), 34 klausimai tėvams, vidinis patikimumas = 0,82. | Viena grupė, prieš tyrimą ir po jo atliekami matavimai |
| K. Gundersen, F. Svardal (2006) | 65 respondentai (49 berniukai, 16 mergaičių) Eksperimentinė – 47; kontrolinė – 18 | Mergaičių amžiaus vidurkis – 14,1; berniukų – 12,6 | Taikyti agresijos keitimo mokymai, paremti KET (<i>Aggression replacement training</i>). 24 sesijos, grupinės pratybos. Mokoma psichio kontrolės įgūdžių, moralinio supratingumo. | Vaikų ir paauglių pavojingo elgesio aprašas, tėvų ir mokytojų versijos (CADB) (Burns, 2001); Cronbacho $\alpha = 0,90$ – mokytojų versija; Cronbacho $\alpha = 0,94$ – tėvų versija. Socialinių įgūdžių vertinimo skalė (SFRS) (Ogden, 2003); Cronbacho $\alpha = 0,79$ – mokytojų versija; Cronbacho $\alpha = 0,92$ – tėvų versija. | Dvi grupės (eksperimentinė, kontrolinė), prieš tyrimą ir po jo atliekami matavimai |
| N. Humphrey, A. G. Brooks (2006) | 12 respondentų (4 mergaitės, 8 berniukai) | 13–14 | Taikyta psichio kontroliavimo kognityvinė-elgesio intervencija (<i>Cognitive-behavioural anger management intervention</i>). 6 pratybos po 1 valandą per 4 savaites. Buvo mokoma problemų sprendimo įgūdžių. | Peržiūrėta Rutterio mokyklinio amžiaus vaikų skalė mokytojams (RRTS). Nebuvo paminėtas gautas vidinis patikimumas. Stebėjo terapeutas. Pusiau struktūruotas interviu su mokiniais apie jų mintis, jausmus ir patirtį dalyvaujant programoje. | Viena grupė, prieš 4 savaites; prieš tyrimą ir po jo, po 4 savaitių kiekybiniai matavimai; stebėjimas – intervencijos laikotarpiu; interviu iškart po programos taikymo |

| | | | | | |
|---|--|--------------|--|--|--|
| <p>C. Kiesel, M. Blaustein, J. Spinazzola, C. S. Schmidt, M. Zucker, B. Kolk (2006)</p> | <p>140 respondentų: 77 – eksperimentinė (41,3 proc. Mergaičių, 58,7 proc. berniukų) grupė; 63 – kontrolinė grupė (46,8 proc. Mergaičių, 53,2 proc. berniukų)</p> | <p>8–11</p> | <p>Taikyta prevencinė programa <i>Urban</i>. Improv. 9 savaitinės sesijos, vienos trukmė – 75 min. Buvo mokoma sprendimų priėmimo, konfliktų valdymo įgūdžių, lyderystės, bendradarbiavimo, impulsų kontrolės, gynimosi, vertybių išsiryšinimo.</p> | <p>Socialinių įgūdžių vertinimo skalė (Gresham ir Elliot, 1990) (SSRS) – mokinių ir mokytojų versija. Vidinis patikimumas pasiskirstė 0,80–0,96. Jaunuolių kontrolės inventorių (McCubbin, Thompson ir Elver, 1996) (YCI) – mokiniams. Cronbacho $\alpha = 0,86$. Įsitikinimų apie agresiją klausimynas (Huesmann, Guerra, Zelli ir Miller, 1992) (NBA) – mokiniams. Vidinis patikimumas 0,65–0,85.</p> | <p>Dvi grupės (eksperimentinė, kontrolinė), prieš tyrimą ir po jo atlikti matavimai</p> |
| <p>L. Augimeri, D. P. Farrington, Ch. J. Koepli, D. M. Day (2007)</p> | <p>32 respondentai (24 berniukai, 8 mergaitės)</p> | <p>12</p> | <p>Taikyta programa „Sustok dabar ir planuok“, paremta KET (<i>Stop now and planuok</i>). 12 savaitių programa, kurią sudaro: 1) savęs kontroliavimo ir problemų sprendimo įgūdžių mokymas mokiniams; 2) tėvų mokymai; 3) šeimų konsultavimas; 4) individuali pagalba mokiniams siekianti padėti susidraugauti; 5) akademinė pagalba.</p> | <p>Vaičių elgesio aprašas (Achenbach, 1991) (CBCL) – tėvams. Klausimyno patikimumas nebuvo pateiktas.</p> | <p>Dvi grupės (eksperimentinė, kontrolinė), prieš tyrimą ir po jo; po 3 mėn.; po 6 mėn.; po 12 mėn.; po 18 mėn.</p> |
| <p>A. Wheatley, R. Murrhy ir kt. (2009)</p> | <p>8 respondentai (7 berniukai, 1 mergaitė)</p> | <p>13–15</p> | <p>Taikytas agresijos kontroliavimo mokymų kursas, paremtas KET. 16 savaitių grupinė intervencija. Problemų sprendimo įgūdžiai, savęs pažinimas, konfliktų sprendimas, šviečiamoji veikla apie pyktį ir agresiją, savęs kontroliavimas.</p> | <p>Atlikta kokybinė duomenų analizė, duomenims surinkti naudotas strukturuotas interviu metodas su tėvais, mokytojais. Galių ir sunkumų klausimynas (SDQ) (Goodman, 1997) tėvams ir mokytojams.</p> | <p>Viena grupė, 3 mėn. prieš tyrimą ir po jo atlikti matavimai</p> |
| <p>D. Niwoski, P. Buttner, U. Petermann (2009)</p> | <p>24 respondentai (21 berniukas, 3 mergaitės). Eksperimentinė – 12; kontrolinė – 6</p> | <p>7–11</p> | <p>Taikyta kombinuota intervencinė programa, paremta KET. Iš pradžių 8–13 individualių sesijų; vėliau 6–12 sesijų grupinių pratimų, po grupinių pratimų 8 savaitių trukmės stiprinantys seminarai. 4 tėvų konsultacijos, aptariančios šeimos santykius. Taikoma relaksacijos, vaidmenų žaidimai, analizuojamos konfliktinės situacijos, mokoma prosocialaus elgesio, pykčio kontrolės.</p> | <p>Achenbacho vaikų elgesio vertinimo metodika, tėvų versija (CBCL) (Achenbach, 1991). Cronbacho α pasiskirstė nuo 0,73 iki 0,93. Achenbacho vaikų elgesio vertinimo metodika, mokytojų versija (TRF) (Achenbach, 1991). Cronbacho α pasiskirstė nuo 0,74 iki 0,96. Agresyvių reakcijų modelių klausimynas (EAS) (Peterman ir kt., 2000). Cronbach α berniukams 0,87, mergaitėms 0,86. Galių ir sunkumų klausimynas (SDQ) (Goodman, 1997) tėvams ir mokytojams. Cronbacho α pasiskirstė nuo 0,72 iki 0,83.</p> | <p>Dvi grupės (eksperimentinė, kontrolinė), prieš tyrimą ir po jo; be kontrolinės grupės; po 5 mėn., po 10 mėn., matavimai</p> |

| | | | | | |
|---|---|------------------------------|--|--|--|
| Z. Karatas, Z. Gokcakan (2009) | 36 respondentai, 12 kontrolinėje; 12 eksperimentinėje | 9 kl. mokiniai (14–15 m.) | Taikytos kognityvinės-elgesio technikos. 10 sesijų, taikant kognityvinę-elgesio terapiją. 14 sesijų – psichodrama, grupiniai seminarai. Relaksacijos, vaidmenų žaidimai. | Agresijos skalė (Canns, 2002) – pakoreguotas Busso ir Perry agresijos klausimyno variantas. Klausimyno patikimumas neaprašytas. | Trys grupės (2 eksperimentinės, kontrolinė), prieš tyrimą ir po jo, po 16 sav. matavimai |
| M. J. D. Jordans, I. H. Komproue, W. A. Tol, B. A. Kohrt, N. P. Luitel, R. D. Macy, J. Jong (2010) | 325 respondentai (167 berniukai, 158 mergaitės). Tiriamoji grupė – 164 respondentai (91 mergaitė, 73 berniukai); kontrolinė – 161 respondentas (67 mergaitės, 94 berniukai) | 11–14 | Taikyta kombinuota intervencinė programa, paremta KET. 5 savaitių 15 sesijų intervencija, vienos intervencijos trukmė – 60 min. Buvo siekiama sumažinti psichosocialines problemas, mokant kontrolės įgūdžių, prosocialaus elgesio | Depresijos įvertinimo klausimynas (Bifulson, 1981) (DSFS). Gailių ir sunkumų klausimynas (Goodman, 1997) (SDQ). Vaikų nerimo klausimynas (Birmahert, 1999) (SCARED-5). Vaikų funkcinio blogėjimo klausimynas (Bolton, Tang, 2002 (CFI)). Vaikų vilties skalė (Snyder, 1997) (CHS). Fizinės agresijos poskalė iš (Buss ir Perry, 1992) agresijos klausimyno. Visų klausimynų vidinio patikimumo vidurkis – 0,891. | Dvi grupės (eksperimentinė, kontrolinė), prieš tyrimą ir po jo iškart atlikti matavimai |
| S. T. Sutcu, A. Aydin, O. T. Sorias (2010) | 40 respondentų (22 mergaitės, 18 berniukai), 19 – tiriamoji, 21 – kontrolinėje | 12–14 | Taikyta kognityvinė-elgesio terapijos programa. 12 sesijų, vienos sesijos trukmė 90 min. Buvo ugdoma suprausti save ir stimulus, keliančius neigiamas emocijas, emocijų kontrolės įgūdžių. | Pykčio būsenos bruožo išraiškos inventorius (STAXI) (Spielberger, 1983) – tėvų forma. Poskalių vidinis patikimumas pasiskirstė nuo 0,79 iki 0,85. Vaikų veiksmų tendencijos skalė (CATS) (Deluty, 1979). Cronbacho α – 0,83 | Dvi grupės (eksperimentinė, kontrolinė), prieš tyrimą ir po jo, po 6 mėn. matavimai |
| D. Normantaitė, A. Perminas (2013) | 286 respondentai. Eksperimentinė – 129 (54 berniukai, 75 mergaitės); kontrolinė – 135 (78 berniukai, 57 mergaitės) | 13–17 | Taikyta sutrumpinta pykčio kontrolavimo programa, paremta KET (<i>The art of self control</i>). 5 sesijos, grupinės pratybos. Darbas su motyvacija, pykčio kontrolė, relaksacija, reagavimo būdai, konfliktų sprendimo būdai. | Agresijos klausimynas (AQ) (Buss ir Perry, 1992). Cronbacho α pasiskirstė nuo 0,552 iki 0,807. | Dvi grupės (eksperimentinė, kontrolinė), prieš tyrimą ir iškart po jo matavimai |

Dauguma tyrimų turėjo kontrolines grupes (Kisiel ir kt., 2006; Gundersen, Svartdal, 2006; Augimeri ir kt., 2007; Niwoski ir kt., 2009; Karatas, Gokcakan, 2009; Jordans ir kt., 2010; Sutcu ir kt., 2010; Normantaitė ir kt., 2013), trys tyrimai turėjo tik vieną – eksperimentinę – grupę (Williams, Waymouth ir kt., 2004; Humphrey, Brooks, 2006; Wheatley, Murrhly ir kt., 2009).

Visuose tyrimuose atlikti bent du matavimai: prieš intervencijos taikymą ir po intervencijos taikymo, penki tyrimai tyrė ilgalaikį intervencijos poveikį (Humphrey, Brooks, 2006; Augimeri ir kt., 2007; Niwoski ir kt., 2009; Karatas, Gokcakan, 2009; Sutcu ir kt., 2010).

Berniukų buvo daugiau nei mergaičių, tik keturiuose tyrimuose berniukų ir mergaičių buvo panašiai (Kisiel ir kt., 2006; Jordans ir kt., 2010; Sutcu ir kt., 2010; Normantaitė ir kt., 2013). Tačiau kai kuriuose tyrimuose (Jordans ir kt., 2010; D. Normantaitė ir kt., 2013) nevienodai pasiskirstęs berniukų ir mergaičių skaičius kontrolinėje ir eksperimentinėje grupėje. Taigi tik dviejuose tyrimuose kontrolinė ir eksperimentinė grupės tolygios pagal berniukų ir mergaičių pasiskirstymą (Kisiel ir kt., 2006; Sutcu ir kt., 2010). Tyrimuose dominavo nedaug tiriamųjų, tik trijuose tyrimuose tiriamųjų buvo daugiau nei 100 (Kisiel ir kt., 2006; Sutcu ir kt., 2010; Normantaitė ir kt., 2013).

Septiniuose tyrimuose buvo apklausti tiriamojo aplinkos asmenys: tėvai ir / arba mokytojai (Williams, Waymouth ir kt., 2004; Gundersen, Svartdal, 2006; Humphrey, Brooks, 2006; Kisiel ir kt., 2006; Augimeri ir kt., 2007; Niwoski ir kt., 2009; Wheatley, Murrhly ir kt., 2009; Sutcu ir kt., 2010). Trijuose tyrimuose tėvai dalyvavo mokymuose (Williams, Waymouth ir kt., 2004; Augimeri ir kt., 2007; Niwoski ir kt., 2009), intervencijų trukmė grupėse pasiskirstė nuo 5 iki 24 sesijų, tiriamųjų amžius – nuo 7 iki 17 m.

Į sisteminę analizę įtrauktų analizuojamų intervencijų, grįstų kognityvine-elgesio terapija, tyrimų rezultatai pateikiami 2 lentelėje.

Kiekybinių tyrimų rezultatai atskleidžia, kad intervencijos, pagrįstos kognityvine-elgesio terapija, turėjo teigiamą poveikį tam tikriems nagrinėtiems aspektams: vaikų pykčiui, priešiškumui, agresyviai elgesiui, elgesio sunkumams, socialiniams aspektams, prosocialiam elgesiui, pykčio broožui, delinkventiniam elgesiui (Williams, Waymouth ir kt., 2004; Gundersen, Svartdal, 2006; Humphrey, Brooks, 2006; Niwoski ir kt., 2009; Wheatley, Murrhly ir kt., 2009; Karatas, Gokcakan, 2009; Jordans ir kt., 2010; Sutcu ir kt., 2010; Normantaitė ir kt., 2013). Tačiau nagrinėjamų reiškinų pokyčiai matomi ne visuose stebimuose reiškiniuose. Nerasta

2 lentelė. Intervencijos, grįstos kognityvine-elgesio terapija, poveikis naminėjamiems aspektams
Figure 2. The effect of intervention based on cognitive-behavioral therapy to research aspects

| Autoriai, metai | Stebimi kintamųjų pokyčiai | Tyrimo išvados | Efekto dydis |
|---|--|--|---|
| S. Williams, M. Waymouth, E. Lipman, B. Mills, P. Evans (2004) | Vaikų pyktis įvairiose situacijose, priešiškus, agresyvus elgesys | Vaikų pyktis, priešiškus, agresyvus elgesys po intervencijos statistiškai reikšmingai sumažėjo. | Vaikų pyktis – 0,69 Agresyvus elgesys – 0,39 Priešiškus – 0,56 |
| K. Gundersen, F. Svardtal (2006) | Elgesio sunkumai bendraujant su suaugusiais asmenimis ir bendraamžiais; socialiniai įgūdžiai; intymūs, ekstremalus sunkumai | Po intervencijos sumažėjo elgesio sunkumų, padidėjo socialinių gebėjimų balai tėvų ir mokytojų vertinimu. Po intervencijos nepasikeitė socialiniai įgūdžiai, kai vertina patys vaikai. | Nebuvo pateikta |
| N. Humphrey, A. G. Brooks (2006) | Negatyvių emocijų pasireiškimo dažnis, elgesio kontrolė, nedėmesingas / hiperaktyvus elgesys – bendrieji elgesio sunkumai, prosocialus elgesys | Bendrieji elgesio sunkumai, prosocialus elgesys statistiškai reikšmingai skyrėsi palyginus matavimą prieš intervenciją ir po jos. Bendrieji elgesio sunkumai statistiškai reikšmingai skyrėsi palyginus matavimą iškart po intervencijos ir po jos praėjus 4 savaitėms, prosocialus elgesys statistiškai reikšmingai nesiskyrė. Nebuvo atrasta statistiškai reikšmingų skirtumų nedėmesingo / hiperaktyvaus elgesio poskaletė. | Bendrijų elgesio sunkumų – 0,40 Prosocialaus elgesio – 0,62 |
| C. Kisel, M. Blaustein, J. Spinazzola, C. S. Schmidt, M. Zucker, B. Kolk (2006) | Socialiniai įgūdžiai, elgesio sunkumai, akademinė kompetencija, kontrolės stiliai, įsitikinimai apie agresyvių elgesį įvairiose situacijose | Buvo aptiktas statistiškai reikšmingas skirtumas elgesio sunkumų atžvilgiu prosocialaus elgesio po-skalėse, kai vertina mokytojai. tačiau, kai vertino mokiniai, šiose poskaletėse nebuvo aptikta statistiškai reikšmingo skirtumo. | Nebuvo pateikta |
| L. Augimeri, D. P. Farrington, Ch. J. Koejl, D. M. Day (2007) | Agresyvus, delinkventinis elgesys | Pasiektas statistiškai reikšmingas skirtumas agresyvaus ir delinkventinio elgesio skalėse įvairiu laikotarpiu. | Agresyvaus elgesio po programos taikymo – 0,79; praėjus 6 mėn. – 0,93; po 12 mėn. – 0,56; po 18 mėn. – 1,19 |

| | | | |
|--|--|---|--|
| <p>A. Wheatley, R. Murrin ir kt. (2009)</p> | <p>Lankumas, emociniai simptomai, hiperaktyvus elgesys, santykių su bendraamžiais problemos, prosocialus elgesys</p> | <p>Intervencijos metu šiek tiek pagerėjo lankomumas mokykloje, netinkamas elgesys tapo retesnis. Tėvų vertinimu, dviejų vaikų santykiai pagerėjo su bendraamžiais, mokytojų vertinimu – tik vieno vaiko.</p> | <p>Nebuvo pateikta</p> |
| <p>C. Niwoski, P. Buttner, U. Petermann (2009)</p> | <p>Eksternalus sunkumai (delinkventinis, agresyvus elgesys; dėmesio problemos, socialinės problemos); agresyvus elgesys įvairiose situacijose; emociniai simptomai, hiperaktyvus elgesys, santykių su bendraamžiais problemos, bendrosios problemos, prosocialus elgesys</p> | <p>Nepastebėta statistiškai reikšmingų pokyčių CIBCL poskalėse. Tėvų vertinimu, po intervencijos sumažėjo socialinių ir bendrųjų problemų pasireiškimas, padidėjo prosocialus elgesys. Mokytojų vertinimu, sumažėjo vaikų socialinės problemos ir stebima agresyvaus elgesio mažėjimo tendencija.</p> | <p>Socialinės problemos SDQ – 1,09, bendrosios problemos SDQ – 1,09, santykiai su bendraamžiais SDQ – 0,51. Prosocialius elgesys ADQ – 0,94, socialinės problemos TRF – 0,78</p> |
| <p>Z. Karatas, Z. Gokcakan (2009)</p> | <p>Agresyvus elgesys, priešiškus, fizinė agresija, verbalinė agresija, netiesioginė agresija</p> | <p>Po intervencijos sumažėjo vaikų bendri agresijos, fizinės agresijos, priešiškus, netiesioginės agresijos balai. Kognityvinė-elgesio intervencija efektyvesnė mažinant agresyvų elgesį nei psichodrama. Pokyčiai po intervencijos išlieka po 16 savaičių.</p> | <p>Nebuvo pateikta</p> |
| <p>M. I. D. Jordans, I. H. Komproe, W. A. Tol, B. A. Kohrt, N. P. Luitel, R. D. Macy, J. Jong (2010)</p> | <p>Funkcinis blogėjimas, viltis, depresijos simptomai, psichologiniai sunkumai, prosocialus elgesys, nerimas, agresija</p> | <p>Buvo rastas statistiškai reikšmingas prosocialaus elgesio skirtumas psichologinių sunkumų, agresyvaus elgesio poskalėse. Mergaitės intervencija padarė didesnę poveikį prosocialaus elgesio poskalėse įvairiems nei berniukams, berniukai po intervencijos pasiekė geresnių rezultatų psichologinių sunkumų ir agresijos poskalėje nei mergaitės. Vyresni vaikai pasiekė auktesnių rezultatų vilties skalėje nei jaunesni. Nebuvo atrasta statistiškai reikšmingų skirtumų kitose skalėse vertinant pagal lytį ir amžių.</p> | <p>Funkcinis blogėjimas – 0,58; prosocialus elgesys – 0,44; psichologiniai sunkumai – 0,41; depresijos simptomai – 0,46; nerimas – 0,27</p> |
| <p>S. T. Sutcu, A. Aydin, O. Sorias (2010)</p> | <p>Pykčio broožas, pykčio išorinė išraiška, pykčio kontrolė; užsispyręs, agresyvus, paklusnus elgesys</p> | <p>Po intervencijos sumažėjo pykčio broožo išreikštumas, pykčio išorinė išraiška, agresija – šie pokyčiai išlieka įvertinus tiriamus mokinių aspektus po 6 mėn.</p> | <p>Nebuvo pateikta</p> |
| <p>D. Normantaitė, A. Perminas (2013)</p> | <p>Pyktis, priešiškus, verbalinė agresija, fizinė agresija</p> | <p>Po intervencijos berniukams ir mergaitėms sumažėjo fizinė, verbalinė agresija, palyginti su kontroline grupe. Po intervencijos sumažėjo mergaičių pyktis, palyginti su kontroline grupe, o berniukų nepasikeitė. Nestebimas pokytis priešiškus poskalėje, palyginti su kontroline grupe.</p> | <p>Nebuvo pateikta</p> |

pokyčio Achenbacho vaikų elgesio vertinimo metodikos poskalėse, priešiško, agresyvaus elgesio, verbalinės agresijos, prosocialaus elgesio, hiperaktyvumo, negatyvių emocijų poskalėse (Wheatley, Murrihy ir kt., 2009; Niwoski ir kt., 2009; Wheatley, Murrihy ir kt., 2009; Karatas, Gokcakan, 2009; Normantaitė ir kt., 2013). Taigi lyginant tyrimus matomi prieštaringi rezultatai – vieni tyrėjai randa intervencijos poveikį tam tikriems aspektams, kiti neaptinka šių pokyčių. Taip pat analizuojant atskirai kai kuriuos tyrimus (Gundersen ir Svartdal, 2006; Niwoski ir kt., 2009), aptinkamas prieštaravimas vertinant rezultatus, gautus iš skirtingų šaltinių. Tėvų ir mokytojų vertinimu, po intervencijos pagerėjo vaikų socialiniai įgūdžiai, tačiau analizuojant pačių vaikų rezultatus, tokių pokyčių nematoma; taip pat tėvai pastebi, kad vaikai mažiau patiria eksternalių ir internalių sunkumų, bet mokytojai tokių pokyčių nepastebi (Gundersen, Svartdal, 2006; Niwoski ir kt., 2009). Daugumoje tyrimų nebuvo pateikiami efekto dydžiai (Gundersen, Svartdal, 2006; Kisiel ir kt., 2006; Wheatley, Murrihy ir kt., 2009; Karatas, Gokcakan, 2009; Sutcu ir kt., 2010; Normantaitė ir kt., 2013).

DISKUSIJA

Sisteminėje literatūros analizėje buvo nagrinėjami tyrimai, kurie rėmėsi kognityvine-elgesio terapija. Pagrindiniai teoriniai kognityvinės-elgesio terapijos požiūriai į psichinio kontrolę grindžiami Becko kognityvine-elgesio terapija, Elliso racionalia emocine elgesio terapija ir Meichenbaumo kognityviniu-elgesio perstruktūravimu. Šie teoriniai požiūriai turi ne tik skirtumų, bet ir panašumų. Jie aiškina, kad netinkamas elgesys atsiranda dėl neadaptivių minčių (Charlesworth, 2008). Todėl šiame darbe nebuvo atskirai analizuojamos intervencijos pagal jų kognityvinės-elgesio teorijos požiūrius. Į analizę įtraukti tyrimai, kurie rėmėsi kognityvinės-elgesio teorijos principu, kad mintys, fiziologija, emocijos ir elgesys yra susiję, ir jeigu mokoma vaikus ir paauglius susieti savo mintis su reakcijoms. Tačiau tiriamos intervencijos tarpusavyje skyrėsi taikomomis technikomis, mokymo metodais, metodologiniais aspektais. Analizuotose intervencijose gausu įvairių mokymo būdų. Tyrimuose buvo naudojamos relaksacijos, vaidmenų žaidimai, analizuojamos konfliktinės situacijos, mokoma prosocialaus elgesio, psichinio kontrolės, atpažinti pojūčius, mintis, emocijas, elgesį ir pan.

Kiekybinių tyrimų rezultatai atskleidžia, kad intervencijos turėjo teigiamą poveikį tam tikriems nagrinėtiems aspektams: vaikų pykčiui, priešiškumui, agresyviai elgesiui, elgesio sunkumams, socialiniams aspektams, prosocialiam elgesiui, pykčio bruožui, delinkventiniam elgesiui (Williams, Waymouth ir kt., 2004; Gundersen, Svartdal, 2006; Humphrey, Brooks, 2006; Niwoski ir kt., 2009; Wheatley, Murrihy ir kt., 2009; Karatas, Gokcakan, 2009; Jordans ir kt., 2010; Sutcu ir kt., 2010; Normantaitė ir kt., 2013). Taigi galima teigti, kad intervencijos yra efektyvios siekiant sumažinti pyktį, agresyvų elgesį. Pykčio kontroliavimo intervencijos, paremtos kognityvine-elgesio terapija, laikomos vienomis efektyviausių – jos apima fiziologinius, mąstymo ir elgesio aspektus (Sukhodolsky ir kt., 2004; Feindler ir kt., 2003). Tokio tipo intervencijomis siekiama mokyti paauglius geriau suprasti savo fiziologiją, mąstymą ir elgesį supykus, išmokyti, kaip nusiraminti, atpažinti veiksnius, sukėlusius pyktį, ir kaip tinkamai jį išreikšti (Feindler ir kt., 2003). Tačiau intervencijos poveikis būdingas ne visiems pykčio kontroliavimo aspektams. Tėvų ir mokytojų vertinimu, po intervencijos pagerėjo vaikų socialiniai įgūdžiai, tačiau analizuojant pačių vaikų rezultatus, tokių pokyčių nematoma; taip pat tėvai pastebi, kad vaikams sumažėjo eksternalių ir internalių sunkumų, bet mokytojai tokių pokyčių nepastebi (Gundersen, Svartdal, 2006; Niwoski ir kt., 2009). Šių skirtumų galėjo atsirasti dėl to, kad Niwoski ir kt. (2009) savo tyrime intervencijas taikė ir tėvams, taigi didesnis įsitraukimas, mokymasis konstruktyviai spręsti konfliktus, savo emocijų supratimas gali lemti akivaizdžius pozityvius vaikų elgesio pokyčius.

Analizuojami straipsniai apėmė grupinių intervencijų efektyvumo tyrimus. Pollockas ir Kymissis (2001) atskleidė, kad grupinės intervencijos yra efektyvios dirbant su vaikais ir paaugliais, turinčiais agresyvaus elgesio problemų. Dažnai paaugliai, turėdami pykčio ir agresyvaus elgesio sunkumų, susiduria su bendravimo problemomis, taigi darbas grupėje sumažina izoliacijos jausmą, leidžia pajusti priklausomumo tam tikrai grupei pojūtį. Dwivedi ir Gupta (2000) ištyrė, kad grupinė intervencija yra efektyvesnė už individualią. Goldsteinas ir kt. (1986) taip pat nustatė, kad siekiant išugdyti paaugliui socialinius įgūdžius (tai labai svarbu norint kontroliuoti agresyvų elgesį), geriausiai dirbti grupėje, kurioje per patirtį galėtų tuos įgūdžius perimti. Taigi nors dirbant grupėje tarp dalyvių gali kilti konfliktų, mokymasis vienas iš kito, galėjimas įgūdžius taikyti per patirtį, bendraamžių palaikymas lems grupinės intervencijos efektyvumą.

Analizuojamų grupinių intervencijų trukmė buvo labai įvairi – nuo 5 iki 24 sesijų. Bennetto ir Gibbonso (2000) tyrimo rezultatai atskleidė, kad sesijos trukmė ir intensyvumas nesusiję su pykčio kontroliavimo programų efektyvumu. Taigi galima sakyti, kad sesijų trukmė nėra pagrindinis veiksnys, lemiantis programų efektyvumą, nes ir trumpalaikės intervencijos gali būti efektyvios.

Analizuojami tyrimai patvirtina Besharato ir Pourbohloolo (2012) pastebėjimą, kad trūksta tyrimų, apimančių asmenybinius ir socialinius kintamuosius, kurie susiję su pykčio kontrole. Šiuos kintamuosius svarbu tyrinėti, nes atsižvelgiant į tiriamųjų skirtumus intervencijos gali būti nevienodai efektyvios (Howels ir kt., 2008). Taigi aplinkos ir asmenybinių veiksnių tyrinėjimas padėtų parinkti efektyviausią pagalbos būdą atsižvelgiant į individualius skirtumus. Be to, pykčio raiška, kontroliavimo būdai ir normos skirtingose kultūrose yra vis kitokios (Burt ir kt., 2010; Novin ir kt., 2011). Taigi išsamesnis šios srities tyrinėjimas leistų teikti efektyvesnę pagalbą ir prisidėtų prie platesnio pykčio ir agresijos suvokimo skirtingose kultūrose.

Analizuotuose tyrimuose dalyvavo daugiau berniukų nei mergaičių (Williams, Waymouth ir kt., 2004; Gundersen, Svartdal, 2006; Wheatley, Murrhly ir kt., 2009; Karatas, Gokcakan, 2009). Tyrimai atskleidžia, kad berniukams dažniau nei mergaitėms pasireiškia tiesioginė agresijos forma ir fizinė agresija, bet mergaitės dažniau naudoja netiesioginę agresijos formą (Amedahe, Owusu-Banahene, 2007). Crickas (1998) analizavo mergaičių ir berniukų požiūrį į tam tikras agresijos formas. Mergaičių požiūriu, netiesioginė agresija yra daug stipresnė ir labiau paveikianti nei tiesioginė agresija, o berniukai, priešingai, tiesioginę agresiją vertino kaip kenksmingesnę. Tai rodytų, kad ir berniukai, ir mergaitės pasirenka tokias agresijos formas, kurios jiems atrodo veiksmingesnės ar sukeliančios daugiau žalos. Šis pastebėjimas rodytų, kad berniukų ir mergaičių agresyvumas nesiskiria, skiriasi tik agresyvumo raiškos forma dėl skirtingo žalos supratimo. Todėl svarbu nagrinėti atskirai intervencijos poveikį ir berniukams, ir mergaitėms.

Tyrimai turi tam tikrų metodologinių trūkumų. Nors 8 iš 11 tyrimų buvo išskirtos ir eksperimentinė, ir kontrolinė grupės, iš šių aštuonių tyrimų šešiuose nebuvo analogiškos eksperimentinės ir kontrolinės grupės. Stebima tendencija, kad tyrėjai į eksperimentinę grupę įtraukia daugiau respondentų nei į kontrolinę arba šių grupių sudėtis pagal lytį ir amžių neatitinka. Anot Kardelio (2002), norint palyginti dvi grupes reikia

siekti šių grupių ekvivalentiškumo, nes antraip susiduriama su sunkumais interpretuojant rezultatus. Taip pat ne visi tyrimai pateikia apskaičiuotus efekto dydžius.

Remiantis sistemine literatūros analize, galima daryti prielaidą, kad grupinės intervencijos, paremtos kognityvine-elgesio terapija, yra efektyvios mažinant daugelį su pykčio nekontroliavimu susijusių sunkumų vaikų ir paauglių populiacijoje. Taikant intervenciją jaunesniems kaip 13 metų paaugliams, rekomenduojama į mokymus įtraukti ir tėvus (Williams, Waymouth ir kt., 2004; Kisiel ir kt., 2006; Jordans ir kt., 2010). Intervencijos trukmė neturi didelio poveikio efektyvumui. Svarbu, kad intervencija apimtų visus komponentus, kuriais grindžiama kognityvinė-elgesio teorija. Vaikai ir paaugliai turi būti mokomi atpažinti savo mintis, emocijas, fiziologiją ir tai susieti su elgesio pasireiškimu. Relaksacijų ir konfliktų sprendimų įgūdžių mokymas gali padėti pasiekti didesnę efektyvumą mažinant vaikų ir paauglių problemas, susijusias su negėbėjimu kontroliuoti pyktį. Nors po intervencijos ir buvo pokyčių, akivaizdus poreikis toliau atlikti tyrimus, kurie vertintų grupinių intervencijų, paremtų kognityvine-elgesio terapija, efektyvumą. Tyrėjai turėtų įtraukti psichosocialinius kintamuosius, siekdami suprasti pykčio kontroliavimo mechanizmą. Psichosocialinių veiksnių nagrinėjimas padėtų atskleisti, kokios sąlygos leidžia pasiekti didžiausią efektyvumą. Taip pat tyrėjai turėtų atsižvelgti į ankstesnių tyrimų metodologinius trūkumus ir siekti jų išvengti. Efektyvumo tyrimuose svarbu įtraukti kontrolinę grupę, parinkti tiriamųjų skaičių, kuris reprezentuotų populiaciją, lyginamos grupės tarpusavyje turėtų būti homogeniškos. Atsižvelgiant į metodologinius reikalavimus, rezultatai bus patikimesni. Taip pat rekomenduotina tyrimuose pateikti efekto dydį, kuris leistų įvertinti intervencijos poveikio stiprumą.

IŠVADOS

Grupinės intervencijos, paremtos kognityvine-elgesio terapija, yra efektyvios padedant mažinti vaikų ir paauglių sunkumus, susijusius su pykčiu ir agresyviu elgesiu.

Trūksta tyrimų, nagrinėjančių aplinkos ir asmenybinių kintamųjų svarbą intervencijų efektyvumui.

Stinga tyrimų, nagrinėjančių intervencijos, grįstos kognityvine-elgesio terapija, poveikį mergaičių pykčiui ir agresyviam elgesiui.

Tyrimai turi metodologinių trūkumų, įvertinant intervencijos, grįstos kognityvine-elgesio terapija, efektyvumą (maža tiriamųjų imtis, nėra kontrolinės grupės, lyginamos heterogeniškos grupės, nėra pateikiamas efekto dydis).

Literatūra

- Amedahe, F. K., Owusu-Banahene, N. O. (2007). Sex differences in the forms of aggression among adolescent students in Ghana. *Research in Education*, 78, 54–65.
- Augimeri, L., Farrington, D. P., Koegl, Ch. J., Day, D. M. (2007). The SNAPTm Under 12 Outreach Project: Effects of a Community Based Program for Children with Conduct Problems. *Journal of Child & Family Studies*, 16 (6), 799–807.
- Beck, R., Fernandez, E. (1998). Cognitive-behavioral therapy in the treatment of anger: a meta-analysis. *Cognitive therapy and research*, 22 (1), 63–74.
- Bennett, D. S., Gibbons, T. A. (2000). Efficacy of child cognitive-behavioral interventions for antisocial behavior: a meta-analysis. *Child and family behavior therapy*, 22 (1), 1–17.
- Berkovitz, L. (2012). A Different View of Anger: The Cognitive-Neoassociation Conception of the Relation of Anger to Aggression. *Aggressive behavior*, 38 (4), 322–333.
- Besharat, M. A., Pourbohlool, S. (2012). Mediation effect of anger rumination on the relationship between dimensions of anger and anger control with mental health. *International journal of psychological research*, 5 (2), 8–17.
- Bresin, K., Gordon, K. H. (2013). Aggression as affect regulation: extending catharsis theory to evaluate aggression and experiential anger in the laboratory and daily life. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32 (4), 400–423.
- Burt, I., Lewis, S. V., Patel, S. H. (2010). Increasing accountability in school-led anger management groups: A push for equity. http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas10/Article_56.pdf. Aplankyta: 2014-05-29.
- Burt, I., Patel, S. H., Butler, S. K., Gonzalez, T. (2013). Integrating Leadership Skills into Anger Management Groups to Reduce Aggressive Behaviors: The LIT Model. *Journal of Mental Health Counseling*, 35 (2), 124–141.
- Butler, A. C., Chapman, J. E., Forman, E. M., Beck, A. T. (2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Clinical psychology review*, 26, 17–31.
- Candelaria, A. M., Fedewa, A. L., Soyeon, A. (2012). The effects of anger management on children's social and emotional outcomes: A meta-analysis. *School Psychology International*, 33 (3), 596–614.
- Charlesworth, J. R. (2008). *Helping adolescents manage anger (ACAPCD-22)*. Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Crick, N. R., Werner, N. E. (1998). Response decision processes in relational and overt aggression. *Child Development*, 69, 1630–1639.

- Daniel, S. S., Goldston, D. B., Erkanli, A., Franklin, J. C., Mayfield, A. M. (2009). Trait Anger, Anger Expression, and Suicide Attempts Among Adolescents and Young Adults: A Prospective Study. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 38 (5), 661–671.
- Dwivedi K., Gupta A. (2000). "Keeping cool": anger management through group work. *Support for learning*, 15 (2), 76–82.
- Feindler, E. L., Engel, E. C. (2011). Assessment and intervention for adolescents with anger and aggression difficulties in school settings. *Psychology in the Schools*, 48 (3), 243–253.
- Fives, Ch. J., Kong G., Fuller, J. R., Digiuseppe, R. (2011). Anger, Aggression, and Irrational Beliefs in Adolescents. *Cognitive Therapy & Research*, 35 (3), 199–208.
- Goldstein A. P., Krasner L., Garfield S. L. (1986). *Adolescent anger control cognitive-behavioral techniques*. New York: Pergamon Press.
- Gundersen, K., Svartdal, F. (2006). Aggression Replacement Training in Norway: Outcome evaluation of 11 Norwegian student projects. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 50 (1), 63–81.
- Howels, K., Day, A., Bubner, S., Jauncey, S., Williamson, P., Parker, A. et al., (2008). Anger management and violence prevention: state of the art and improving effectiveness. *Forensic and applied psychology research group*, 11, 1–16.
- Humphrey, N., Brooks, A. G. (2006). An evaluation of a short cognitive-behavioural anger management intervention for pupils at risk of exclusion. *Emotional and behavioural difficulties*, 11 (1), 5–23.
- Jokūbpreikšas, L., Bubnys, R. (2013). Paauglių mokyklos baimės ir elgesio bei emocinių sunkumų tarpusavio sąsajos. *Mokslas ir edukaciniai procesai*, 1 (16), 12–20.
- Jordans, M. J. D., Komproe, I. H., Tol, W. A., Kohrt, B. A., Luitel, N. P., Macy, R. D. et al. (2010). Evaluation of a classroom-based psychosocial intervention in conflict-affected Nepal: a cluster randomized controlled trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51 (7), 818–826.
- Karatas, Z., Gokcakan, Z. (2009). A Comparative Investigation of the Effects of Cognitive-Behavioral Group Practices and Psychodrama on Adolescent Aggression. *Educational sciences: theory and practice*, 9 (3), 1441–1452.
- Kardelis, K. (2001). *Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai*. Kaunas: Judex.
- Kisiel, C., Blaustein, M., Spinazzola J., Schmidt, C. S, Zucker, M., Kolk, B. (2006). Evaluation of a Theater-Based Youth Violence Prevention Program for Elementary School Children. *Journal of School Violence*, 5 (2), 19–36.
- Knorth, E. J., Klomp, M., Bergh, P. M., Noorm M. J. (2007). Aggressive adolescents in residential care: a selective review of treatment requirements and models. *Adolescence*, 42 (167), 461–485.
- Kristensson, P., Ohlund, L. S. (2005). Swedish upper secondary school pupils' sense of coherence, coping resources and aggressiveness in relation to educational track and performance. *Scandinavian Journal of caring sciences*, 19, 77–84.
- Madaan, S. (2012). Role of Personal, Family and School Factors in School Bullying. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 38 (3), 68–75.

- Niwoski, D., Buttner, P., Petermann, U. (2009). Behavior Modification of Aggressive Children in Child Welfare Evaluation of a Combined Intervention Program. *Behavior Modification*, 33 (4), 474–492.
- Normantaitė, D., Perminas, A. (2013). Changes in Aggression of 13–17 year-old Adolescents after Intervention Based on Cognitive-behavioural Therapy. *Socialiniai mokslai*, 1 (79), 46–55.
- Novin, Sh., Riefe, C., Banerjee, R., Miers, A. C., Cheung, J. (2011). Anger response styles in Chinese and Dutch children: A socio-cultural perspective on anger regulation. *British Journal of Developmental Psychology*, 29, 806–822.
- Pollock, K. M., Kymissis, M.D. (2001). The future of adolescent group therapy. An analysis of historical trends and current momentum. *Journal of Child and Adolescent Group Therapy*, 11 (1), 5.
- Puskar, K., Ren, D., Bernardo, L. M. (2008). Anger correlated with psychosocial variables in rural youth. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 31, 71–87.
- Reyes, L. R., Meininger, J. R., Liehr, P., Chan, W., Mueller, W. H. (2003). Anger in adolescents. Sex, ethnicity, age differences, and psychometric properties. *Nursing research*, 52 (1), 2–11.
- Saini, M. (2009). A Meta-analysis of the Psychological Treatment of Anger: Developing Guidelines for Evidence-Based Practice. *The Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law*, 37 (4), 473–488.
- Schwartz, D., Gorman, A. H., Nakamoto, J., McKay, T. (2006). Popularity, social acceptance, and aggression in adolescent peer groups: links with academic performance and school attendance. *Development psychology*, 42 (6), 1116–1127.
- Sukhodolsky, D. G., Kassiove, H., Gorman, B. S. (2004). Cognitive-behavioral therapy for anger in children and adolescent: a meta-analysis. *Aggression and violent behavior*, 9 (3), 247–260.
- Sutcu, S. T., Aydin, A., Sorias, O. (2010). Effectiveness of a Cognitive Behavioral Group Therapy Program for Reducing Anger and Aggression in Adolescents. *Turkish Journal of Psychology*, 25 (66), 68–72.
- Šukytė, D. (2014). Patyčių problema mokykloje ir prevencijoje. *Švietimo problemos analizė*, 7 (112), 1–12.
- Tilindienė, I. (2006). Paauglių iš pilnų ir nepilnų šeimų savęs vertinimas ir santykis su aplinka. *Pedagogika*, 83, 148–153.
- Wheatley, A., Murrphy, R., Kessel, J. Wutrich, V., Remond, L., Tuqiri, R. et al. (2009). Aggression management training for youth in behavioural schools. *Youth studies Australia*, 28 (1), 29–36.
- Wienclaw, R. (2009). Crime and violence in schools. *Crime and violence in schools – research starters sociology*, 1–6.
- Williams, S., Waymouth, M., Lipman, E., Mills, B., Evans, P. (2004). Evaluation of a Children's Temper-Taming Program. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 49 (9), 607–612.
- Zaborskis, A., Vareikienė, I. (2008). Patyčios mokykloje ir jų sąsajos su moksleivių sveikata bei gyvensena. *Medicina*, 44 (3), 232–238.

EFFECTIVENESS OF THE COGNITIVE-BEHAVIOUR THERAPY BASED INTERVENTIONS TO CHILDREN'S AND ADOLESCENTS' ANGER AND AGGRESSIVE BEHAVIOUR. SYSTEMATIC ANALYSIS

Dovilė Valiūnė

Vytautas Magnus University, Lithuania

Summary. Problem. Aggressive behaviour and anger is frequent among school-aged children (Reyes at al., 2003). Adolescents' inability to control their anger may be largely related with many problems at school (Humphrey, Brooks, 2006; Schwartz at al., 2006; Feindler, Engel, 2011). Thus, adolescents' aggression and anger remains important research problem aiming to prevent consequences caused by anger and aggression (Fives at al., 2011). Many investigations analyzing the effect of interventions to anger and aggression have been performed. The results of meta-analyzes have shown that interventions based on cognitive-behaviour therapy are effective but most of the investigations did not analyze separately children's and adolescents' population; the difference between the measures of the effect of different interventions counted in various meta-analyzes was not researched; most summarized investigations are often older than fifteen years and most of them tend to have various evaluation and methodological shortcomings (Beck, Fernandedez, 1998, Bennet at al., 2000; Sukhodolsky, 2004; Saini, 2009, Feindler, Engel, 2011). Thus, a need to perform systematic analysis of the literature, encompassing the effectiveness of the cognitive-behaviour therapy based interventions, including most recent investigations, arises. *The aim of the research* is to carry out systematic analysis of the literature describing the investigations of the cognitive-behaviour therapy based interventions' influence on children's and adolescents' anger and aggressive behaviour. *The method* applied in the research is systematic analysis of the literature. *The results* revealed that in most of the cases group interventions based on cognitive-behaviour therapy, disregarding their length, were effective in altering children's and adolescents' anger and aggressive behaviour sub-scales' results. Nevertheless, some controversial results and methodological shortcomings were observed. In addition, the need to analyze environmental and personal variables for intervention effectiveness must be included.

Keywords: intervention, cognitive-behaviour therapy, effectiveness, anger, aggressive behaviour.

Gauta: 2014-09-04

Priimta: 2014-10-27