

Муниципальное образовательное бюджетное учреждение средняя общеобразовательная школа центр образования «Кудрово»

**Программа психолого-педагогического
сопровождения учащихся**

**«Профилактика
агрессивного
поведения
подростков»**

2016-2017 учебный год

Актуальность написания программы

Проблема воспитания детей с агрессивным поведением является одной из центральных психолого-педагогических проблем. Все чаще приходится сталкиваться с явлениями игнорирования общественных норм и агрессивного поведения детей. Агрессивность – свойство личности, целенаправленное разрушительное поведение, заключающееся в наличии деструктивных тенденций, с целью нанесения вреда тому или иному лицу. Это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения (Р. Бэрн, Д. Ричардсон). Хотя явления детской агрессивности и не имеют массового характера, но мириться с ними наше общество не может. Разноуровневые социально-экономические условия жизни людей, крушение прежнего мировоззрения и несформированность нового, отсутствие должных знаний и умений жить в этих условиях приводят наше общество к серьезным трудностям и внутренним конфликтам. Особенно нелегко подрастающему поколению. Неизмеримое количество внутренних и внешних факторов воздействуют на подрастающего ребенка. Далеко не все дети могут контролировать свои поступки. Столкновение ребенка с миром других детей, а также миром взрослых и самыми разнообразными явлениями жизни далеко не всегда происходит у него безболезненно. Часто при этом у него происходит ломка многих представлений, установок, изменение желаний и привычек, недоверие к другим. На смену одним чувствам приходят другие, которые могут носить и патологический характер. У ребенка формируются внутренние взгляды, враждебные по отношению к другим. Такой ребенок считает агрессивное поведение приемлемым, он не имеет в своем поведенческом "арсенале" другого, положительного опыта. Программа коррекции агрессивного поведения подростков предназначена для расширения базовых социальных умений детей с агрессивным поведением.

Дестабилизация экономики, спад производства, снижение жизненного уровня в стране, разрушение старой системы ценностей и стереотипов, регулировавших отношения личности с обществом, - всё это болезненно переживается населением России, отражаясь на его социальном самочувствии.

Социальные кризисные процессы, происходящие в современном обществе, отрицательно влияют на психологию людей, порождая тревожность и напряжённость, озлобленность, жестокость и насилие.

Статистика свидетельствует о росте отклоняющегося поведения среди лиц различных социальных и демографических групп. Особенно трудно в этот период оказалось подросткам. Тревожным симптомом является рост числа несовершеннолетних с девиантным поведением, проявляющихся в асоциальных действиях (алкоголизм, наркомания, нарушение общественного порядка, хулиганство, вандализм и др.).

Усилилось демонстративное и вызывающее по отношению к взрослым, поведение. В крайних формах стали проявляться жестокость и агрессивность. Рост агрессивных тенденций в подростковой среде отражает одну из острейших социальных проблем нашего общества, где за последние годы резко возросла молодёжная преступность, особенно преступность подростков.

2. Цели и задачи программы

- Обучение подростков приемам общения, стимулирование развития их коммуникативной культуры.
- Формирование умения конструктивно действовать в конфликтных ситуациях.
- Формирование мотивации самовоспитания и саморазвития, обеспечив ее необходимыми психологическими ресурсами и средствами.

Реализуя цели программа решает следующие задачи: воспитать и развить в детях конкретные жизненно необходимые навыки и умения:

- Эффективно взаимодействовать, общаться.
- Справляться со стрессом.
- Делать выбор и принимать решения.

3. Теоретическое обоснование

Агрессия: определение и основные теории

Терминология - в быту термин "агрессия" имеет широкое распространение для обозначения насильственных захватнических действий. Агрессия и агрессоры всегда оцениваются резко отрицательно, как выражение наличия культа грубой силы. В основном же под агрессией понимается вредоносное поведение. В понятии "агрессия" объединяются различные по форме и результатам акты поведения – от злых шуток, сплетен, враждебных фантазий, до бандитизма и убийств. В подростковой жизни нередко встречаются формы насильственного поведения, определяемого в терминах "задиристость", "драчливость", "озлобленность", "жестокость". К агрессивности близко подходит состояние враждебности. Враждебность – более узкое по направленности состояние, всегда имеющее определённый объект. Часто враждебность и агрессивность сочетаются, но нередко люди могут находиться во враждебных отношениях, однако никакой агрессивности не проявляют. Бывает и агрессивность без враждебности, когда обижают людей, к которым никаких враждебных чувств не питают.

В литературе различными авторами предложено множество определений агрессии:

- Под агрессией понимается сильная активность, стремление к самоутверждению.
- Под агрессией понимаются акты враждебности, атаки, разрушения, то есть действия, которые вредят другому лицу или объекту. Человеческая агрессивность есть поведенческая реакция, характеризующаяся проявлением силы в попытке нанести вред или ущерб личности или обществу. (Delgado H.)
- Агрессия – реакция, в результате которой другой организм получает болевые стимулы.
- Агрессия – физическое действие или угроза такого действия со стороны одной особи, которые уменьшают свободу или генетическую приспособленность другой особи.
- Агрессия – злобное, неприятное, причиняющее боль окружающим, поведение.

Из этого множества определений агрессии ни одно не является исчерпывающим и всеобъемлющим.

Л. Берковиц обратил внимание на то, что одна из главных проблем в определении агрессии в том, что в английском языке этот термин подразумевает большое разнообразие действий. Когда люди характеризуют кого-то как агрессивного, они могут сказать, что он

обычно оскорбляет других, или что он часто недружелюбен, или же что он, будучи достаточно сильным, пытается делать все по-своему, или, может быть, что он твердо отстаивает свои убеждения, или, возможно, без страха бросается в омут неразрешенных проблем.

Таким образом, при изучении агрессивного поведения человека мы сразу же сталкиваемся с серьезной и противоречивой задачей: как найти выразительное и пригодное определение основного понятия.

Одно из определений агрессии, предложено А. Бассом, агрессия — это любое поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим.

Второе определение, предложенное несколькими известными исследователями, содержит следующее положение: чтобы те или иные действия были квалифицированы как агрессия, они должны включать в себя намерение обиды или оскорбления, а не просто приводить к таким последствиям

И, наконец, третья точка зрения, высказанная Н. Зильманном, ограничивает употребление термина агрессия попыткой нанесения другим телесных или физических повреждений. Несмотря на значительные разногласия относительно определений агрессии, многие специалисты в области социальных наук склоняются к принятию определения, близкого ко второму из приведенных здесь. В это определение входит как категория намерения, так и актуальное причинение оскорбления или вреда другим. Таким образом, в настоящее время большинством принимается следующее определение:

Агрессия — это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

На первый взгляд, это определение кажется простым и откровенным, а также тесно связанным с пониманием агрессии с позиции обиденного сознания. Однако при более внимательном изучении оказывается, что оно включает в себя некоторые особенности, требующие более глубокого анализа.

Из представления о том, что агрессия предполагает или ущерб, или оскорбление жертвы, следует, что нанесение телесных повреждений реципиенту не является обязательным.

Агрессия имеет место, если результатом действий являются какие-либо негативные последствия. Таким образом, помимо оскорблений действием, такие проявления, как выставление кого-либо в невыгодном свете, очернение или публичное осмеяние, лишение чего-то необходимого и даже отказ в любви и нежности могут при определенных обстоятельствах быть названы агрессивными.

Ввиду того, что проявления агрессии у людей бесконечны и многообразны, весьма полезным оказывается ограничить изучение подобного поведения концептуальными рамками, предложенными А. Бассом. По его мнению, агрессивные действия можно описать на основании трех шкал: физическая — вербальная, активная — пассивная и прямая — непрямая. Их комбинация дает восемь возможных категорий, под которые подпадает большинство агрессивных действий. Например, такие действия, как стрельба, нанесение ударов холодным оружием или избиение, при которых один человек осуществляет физическое насилие над другим, могут быть классифицированы как физические, активные и прямые. С другой стороны, распространение слухов или пренебрежительные высказывания за глаза можно охарактеризовать как вербальные, активные и не прямые. Эти восемь категорий агрессивного поведения и примеры к каждой из них приведены в табл. 1.1.

Таблица 1.1. Категории агрессии по А. Бассу

| Тип агрессии | Примеры |
|--|--|
| Физическая – активная - прямая | Нанесение другому человеку ударов холодным оружием, избивание или ранение при помощи огнестрельного оружия. |
| Физическая – активная - непрямая | Закладка мин-ловушек; сговор с наемным убийцей с целью уничтожения врага. |
| Физическая – пассивная - прямая | Стремление физически не позволить другому человеку достичь желаемой цели или заняться желаемой деятельностью (например, сидячая демонстрация). |
| Физическая – пассивная - непрямая | Отказ от выполнения необходимых задач (например, отказ освободить территорию во время сидячей демонстрации). |
| Вербальная – активная - прямая | Словесное оскорбление или унижение другого человека. |
| Вербальная – активная - непрямая | Распространение злостной клеветы или сплетен о другом человеке. |
| Вербальная - пассивная - прямая | Отказ разговаривать с другим человеком, отвечать на его вопросы и т. д. |
| Вербальная - пассивная - непрямая | Отказ дать определенные словесные пояснения или объяснения (например, отказ высказаться в защиту человека, которого незаслуженно критикуют). |

4. Методологический аспект (принципы, формы и методы работы).

Методологической основой программы коррекции агрессивного поведения детей стали принципы структурного, когнитивного и деятельностного личностно - ориентированного подходов,

Организация работы строится на принципах:

- *гуманизма* - утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому ребенку, исключение принуждения и насилия над личностью;
- *конфиденциальности* - Информация, полученная психологом в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению. Участие обучающихся, должно быть сознательным и добровольным.
- *Компетентности* - Психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности
- *Ответственности* - психолог заботится, прежде всего, о благополучии детей и не использует результаты работы им во вред.

Методы:

В работе используются:

- Дискуссия, обсуждение.
- Работа в парах.
- Рисунок.
- Психологическая игра.
- Работа в малых группах.
- Визуализация.
- Интерактивные игры

интерактивные игры, позволяют:

помочь детям ощутить единение с другими

Многим детям трудно сконцентрироваться на учебе, если они не чувствуют своей принадлежности к школьной жизни. Нередко "плохое" поведение на уроке возникает из-за того, что ребенок ощущает себя изолированным и беспомощным, с помощью асоциального поведения он пытается привлечь к себе внимание. Чтобы научиться ощущать свою принадлежность к группе, детям, как ни странно, необходимо признание их личной истории. Они хотят показать, что они гордятся своей семьей, хотят, чтобы все обратило внимание на то, какие они, что они умеют, чему хотят научиться, каким видят свой класс.

вселить в детей надежду

укрепить веру детей в то, что они сами могут управлять своей жизнью.. Надежда — это та экзистенциальная установка, которая помогает человеку пережить тяжелые обстоятельства. Когда все в порядке, надежда не нужна. Надежда дает человеку способность наслаждаться жизнью со всеми ее трудностями и поражениями, она дает детям и взрослым внутреннюю силу и целеустремленность.

показать детям, что значит уважение

Уважение взрослого проявляется, например, в том, что он подчеркивает ответственность детей за свое поведение. Ребенок чувствует, что его уважают, когда его спрашивают: "Чему научил тебя этот случай?" или "Что ты сейчас чувствуешь?" и внимательно

выслушивают его рассуждения на эту тему.

помочь детям ясно мыслить, исследовать и анализировать реальность

Именно в школьном возрасте детям важно научиться различать мышление и эмоции, истину и фантазию. Мы должны помочь им жить в мире реальности.

помочь детям научиться принимать решения — самостоятельно и в группе

Дети, так же, как и взрослые, стараются поступать правильно, но иногда они торопятся, не знают, что правильно, а что нет, и не всегда замечают все имеющиеся у них возможности. Мы можем выработать у них навык обсуждения и анализа различных вариантов решения.

учить детей сочувствию

Мы можем учить их ставить себя на место другого, понимать и чувствовать внутренний мир человека другого возраста, другой культуры или воспитанного в совершенно другой семейной традиции.

помочь расцвету личности ребенка

Мы должны помочь ребенку следовать его собственным внутренним целям и желаниям. Обычно детям бывает легче осознавать свои личные цели, когда они выражают их в творчестве: когда они пишут, сочиняют музыку, играют на музыкальных инструментах, рисуют или ставят детские пьесы.

развивать в детях открытость и мужество выражать свое отношение к другим

Желание принадлежать к группе отчасти препятствует общению детей с ровесниками. Боясь испортить отношения со значимыми людьми, дети очень часто ведут себя по примеру взрослых, а именно: молчат, когда им что-то неприятно, подавляют свои желания в угоду желаниям других, не выражают свою точку зрения. Очень важно побуждать детей давать обратную связь одноклассникам и учителям. Это обеспечивает открытое, искреннее и живое общение.

помочь детям справляться со своими страхами и стрессом

Для этого нам необходимо предоставить детям возможность говорить и о неприятных для них вещах, внимательно выслушивая их при этом. Мы можем показать им, как рационально распределять свое время, выполнять свои обязательства и расслаблять душу и тело.

показать детям, как можно жить без насилия

В ситуации, когда ребенок рассержен или обижен, можно помочь ему выразить свои чувства без агрессии и конфликта

помочь детям достичь баланса между стремлением к личной свободе и близким отношениям

помочь детям открыть для себя искусство достигать внутренней гармонии и уравновешенности

выбирая игру, мы должны иметь в виду конкретных детей, которым эта игра поможет больше других.

помочь детям развить в себе сильные стороны своего характера

Учебно - тематический план занятий

| № п/п | Тема | Содержание | Кол-во часов | Формы работы | Методическое, техническое, диагностическое, др. обеспечение |
|-------|--|-----------------------------|--------------|------------------|---|
| 1 | Осознание и понимание своих эмоций и внутреннего состояния | Упражнение "Прогноз погоды" | 1 час | Групповая работа | Лист ватмана листы бумаги, карандаши, восковые мелки |

| | | | | | |
|----|---|--|-------|------------------|--|
| 2 | "Проблемы — на передний план" - правило взаимодействия в команде. | Упражнение "Камушек в ботинке" | 1 час | Групповая работа | Бумага, карандаши. |
| 3 | Работа с гневом и обидами | Упражнение "Спустить пар" и, или "Шутливое письмо" | 1 час | Групповая работа | Бумага, карандаши, корзина для бумаг |
| 4 | Агрессия может быть конструктивной | Игра "Датский бокс" | 1 час | Групповая работа | Изоматериалы. |
| 5 | Что такое "Агрессивное поведение" | Упражнение "Агрессивное поведение" | 1 час | Групповая работа | Бумага, карандаши. |
| 6 | Снимаем напряжение | Упражнение "Безмолвный крик" | 1 час | Групповая работа | Изоматериалы. |
| 7 | Положительное лидерство | Упражнение "Король" | 1 час | Групповая работа | |
| 8 | Формирование навыков отреагирования эмоций | Упражнение "Любовь и злость" | 1 час | Групповая работа | |
| 9 | Умение распознавать эмоциональное состояние | Упражнение "Пиктограммы" | 1 час | Групповая работа | Бумага, карандаши, пиктограммы "Эмоции" (см. Приложение) |
| 10 | Конструктивные способы разрешения конфликта. | Упражнение "Ковер мира" | 1 час | Групповая работа | Кусок пледа или мягкий коврик, фломастеры, клей и материалы для оформления декораций: алюминиевые блески для вышивания, бисер, ракушки и т .п. |

Список литературы.

1. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. – СПб.: Питер, 1998.
2. Златогорская О. На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения подростков. // Школьный психолог №№30,31, 2003.
3. Панченко С. Межзвездный скиталец. Психологическая игра для учащихся 6-7 классов.// Школьный психолог №16, 2003.
4. Психогимнастика в тренинге /Под редакцией Н. Ю. Хрящевой. СПб.: "Ювента", Институт Тренинга, 1999. —256 с
5. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000.
6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учебное пособие: в 2 кн. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн.1. – 384с.
7. Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у детей: альбом диагностических и коррекционных методик. – М.: "Романов", 2001.
8. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. – М.: Генезис, 2001.
9. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем. – М.: Генезис, 2001.
10. Хухлаева О.В., Кирилина Т.Ю., Федорова О.В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. – М.М Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000