

Государственное учреждение Тульской области
«Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних № 4»

Программа профилактики агрессивного поведения для детей подросткового возраста



Составитель:
педагог-психолог ГУ ТО СРЦН № 4
Маркова Дарья Павловна

2023 г.

Пояснительная записка

Каждый человек в своей жизни сталкивается с агрессивным поведением. Часто агрессия проявляется в результате неправильного воспитания, отклика на условия социальной среды, многообразие внешних и внутренних факторов.

Согласно психологическому словарю Зинченко В. П. и Мещерякова Б. Г., «агрессивное поведение – одна из форм реагирования на различные неблагоприятные в физическом и психическом отношении жизненные ситуации, вызывающие стресс, фрустрацию и т. п. состояния» [1, с. 27-28].

Подростковый возраст – это важный период в жизни и становлении личности, главенствующим значением которого является переход от детства к юности, взрослости. Ведущим видом деятельности подростков является общение со сверстниками, а для проявления агрессии необходимым условием является именно социальное взаимодействие и общение, при выстраивании которых у детей могут возникать трудности.

Подростки находятся на начальном этапе личностного взросления и становления, поэтому проблемы с эмпатией, толерантностью, конфликтностью являются неизбежной частью этого. Специалистами констатируется высокий уровень конфликтности, агрессивности, враждебности, негативизма у подростков, а также отмечается неумение контролировать свои эмоции и конструктивно их выражать. К тому же, дети в этом возрасте активно демонстрируют свою борьбу за самостоятельность в мыслях, поступках, которая и проявляется в агрессивном поведении.

Сталкиваясь с теми или иными жизненными ситуациями, дети подросткового возраста в виду нехватки в арсенале опыта способов реагирования и конструктивных стратегий поведения находят агрессию единственным возможным вариантом решения возникающих проблем. Более того, слаборазвитые эмпатийные способности, искаженное и предвзятое отношение к другим, характеризующееся как нетолерантность, лишь усугубляют ситуацию и размыывают представления подростков о приемлемости агрессивного поведения. Поэтому имеется необходимость в

нормализации эмоциональных состояний подростков, в снижении уровня агрессивности и конфликтности, а также в последующем обучении приемлемым способам реагирования и поведения в конфликтных ситуациях, в формировании реакций, отличимых от агрессивных, способностей к сочувствию, сопереживанию и принятию себя и других.

По результатам наблюдений за воспитанниками стационарного отделения социальной реабилитации отмечается, что мальчики и девочки имеют свою специфику проявления агрессивного поведения.

Мальчики в своем большинстве демонстрируют показатели физической агрессии, готовность применения физической силы, готовность вступления в драку, враждебность, вспыльчивость, бескомпромиссность.

Девочки демонстрируют подозрительность, готовность к агрессии и оборонительному стилю поведения, грубость, используют вербальную агрессию чаще, чем другие виды агрессивных реакций.

Кроме того, в процессе занятий девочки чаще проявляют интерес к дискуссиям, обсуждениям, разбору причин, кейсов, различных эмоциональных ситуаций, демонстрируют инициативу в моментах, когда нужно приводить примеры из жизни. Мальчики активизируются в ситуациях, когда представляется возможным подвигаться, их привлекает динамика занятия. Вследствие этого было принято решение о необходимости включения в профилактическую программу блоков по работе с мальчиками и девочками отдельно, учитывающих выявленные нами гендерные особенности и особенности агрессивного поведения. Дальнейшая работа строится на этом основании.

Программа направлена на профилактику агрессивного поведения посредством формирования конструктивных способов реагирования, навыков эффективного межличностного взаимодействия, развития эмпатии, толерантности и способности принятия других. Периодичность занятий – 1 раз в неделю длительностью в 60 минут.

В качестве форм и методов работы в программе используются

семинары, групповые дискуссии, обсуждения, деловые игры, просмотр видеороликов, составление памяток, проблемные ситуации, психолого-педагогические кейсы, акции, квесты и элементы тренинга (упражнения на релаксацию и техники эффективного взаимодействия) и т.д.

Правовую основу профилактической программы составили следующие нормативно-правовые документы:

- Конвенция ООН о правах ребенка [1];
- Конституция РФ [2];
- Закон РФ «Об основах профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24.01.1999 г. № 120-ФЗ [3];
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 г. (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 31.07.2020 г.) [4];
- Закон РФ «Об образовании 273-ФЗ» [5];
- Закон РФ от 30.12.2020 № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации» [6];
- Семейный кодекс РФ от 29.12.1995 года № 223-ФЗ (ред. от 04.02.2021, с изм. от 02.03.2021) [7];
- Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению учащихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования [8];
- Этический кодекс педагога-психолога службы практической психологии образования России (принят на Всероссийском съезде практических психологов образования, май 2003г., г. Москва) [9];
- Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015г. №ВК – 268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки Российской Федерации органов государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере

образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи») [10].

Цель программы: профилактика агрессивного поведения детей среднего школьного возраста.

Задачи:

- снижение уровня агрессии и предупреждение возникновения агрессивного поведения;
- развитие эмпатии;
- формирование толерантного поведения и развитие способности принятия других;
- формирование навыков конструктивного реагирования и регулирования своего эмоционального состояния;
- развитие ненасильственного поведения;
- развитие навыков конструктивного общения и эффективного межличностного взаимодействия подростков;
- развитие навыков адекватного и конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- повышение компетенций педагогов по вопросам профилактики агрессивного поведения путем освещения эффективных способов взаимодействия с детьми.

Тематический план занятий программы представлен в таблице 1.

Таблица 1

Тематический план занятий

Работа с подростками			
№ п/п	Тема	Цель	Содержание
Вводная часть			
1	Сплочение, сближение и сотрудничество	Налаживание контакта с детьми, сплочение, настройка на дальнейшую работу.	Приветствие. Введение ритуала приветствия. Обсуждение правил работы. Незаконченные предложения на тему агрессивного поведения. Обсуждение прошедшего занятия. Пожелания и ожидания детей от занятий по профилактике агрессивного поведения.

2	«Проблема агрессии. Часть 1»	Способствовать освещению агрессии, ее роль в жизни человека, причины, последствия.	Ритуал приветствия. Упражнение «Клубок» Дискуссия на тему агрессии, буллинга и т.д. Проигрывание проблемных ситуаций, связанных с агрессией (виды реакций). Обсуждение проблемы агрессия и насилия в школьной среде, его причин. Упражнение «Лимон» Упражнение «Росток» Рефлексия. Обратная связь.
3	«Проблема агрессии. Часть 2»	Способствовать расширению знаний о данном явлении.	Ритуал приветствия. Просмотр видеofilьмов и видеофрагментов по теме («Чучело», «Класс коррекции» и др.). Обсуждение известных примеров насилия в детской и школьной среде, примеров из жизни, личного опыта. Составление памятки: «Как не стать жертвой насилия». Рефлексия. Обратная связь.
Основная часть			
Блок занятий для девочек			
4	«Вербальная агрессия»	Способствовать формированию навыков конструктивного реагирования.	Ритуал приветствия. Обсуждение темы занятия (Что это такое? Как выражается? Какие ситуации могут быть?) Просмотр видеоролика о вербальной агрессии. Рисунки агрессивных слов. (Детям предлагается вспомнить некоторые обидные слова, которые они говорили и которые говорили им, и изобразить их. Упражнение «Вежливое слово» Проигрывание ситуаций по теме занятия. Упражнение «Мусорное ведро». Рефлексия. Обратная связь.
5	«Эмпатия и агрессия»	Познакомить с понятием эмпатии. Показать взаимосвязь агрессивного поведения и эмпатии. Развитие эмпатии.	Ритуал приветствия. Упражнение «Найди вора». Упражнение «Угадай эмоцию» Просмотр видеоролика «Об эмпатии». Обсуждение видеоролика. Упражнение «Пойми меня» Упражнение «Суфлёр» Игра «Кораблекрушение» Рефлексия. Обратная связь.
6	«Толерантность и агрессия»	Познакомить с понятием толерантности. Способствовать развитию толерантного поведения.	Ритуал приветствия. Обсуждение понятия «толерантность». Просмотр видеоролика по теме занятия. Проигрывание ситуаций нетолерантного и агрессивного поведения. Игра: «Крокодил» (Игра на объяснение слов пантомимой, связанных с темой занятия). Рефлексия. Обратная связь.

6	Конструктивное общение	Способствовать формированию навыков эффективного взаимодействия.	Ритуал приветствия. «Мне не нравится, когда...» (Составить список того, что не нравится в процессе общения). Знакомство с техниками эффективного общения: «Я-высказывание», техники активного слушания. Рефлексия. Обратная связь.
Блок занятий для мальчиков			
8	«Физическая агрессия»	Познакомить со способами снятия эмоционального напряжения. Способствовать развитию навыков отреагирования эмоций и ситуаций конструктивно-приемлемыми способами.	Ритуал приветствия. Обсуждение приемлемости применения физической агрессии. Просмотр видеофрагмента. Обсуждение. Техники релаксации и снятия напряжения («Порванный лист», дыхательные техники, «Лимон», «Прогулка по пляжу», «Холодный душ» и др.). Упражнение «Мусорное ведро». Ролевая игра «Найди в толпе...» (агрессивного, тревожного, злого, печального). Рефлексия. Обратная связь.
9	«Эмпатия и агрессия»	Освещение понятия «эмпатия».	Ритуал приветствия. Упражнение «Что я возьму с собой на необитаемый остров?». Обсуждение: «Что такое эмпатия?». Упражнение: «Дискуссия». Игра «Шляпа» (Игра на объяснение слов пантомимой, связанных с темой занятия). Рефлексия. Обратная связь.
10	«Я принимаю»	Знакомство с понятием «толерантность». Способствовать формированию толерантного поведения.	Ритуал приветствия. Обсуждение понятия «толерантность» и взаимосвязь с агрессией. Просмотр видеоролика по теме занятия. Обсуждение. Игра «Угадай, о ком идет речь». Мини-эссе «Моя особенность». Зачитывание эссе с ритуалом «Я принимаю твою особенность». Рефлексия. Обратная связь.
11	«Эффективное общение»	Способствовать формированию эффективного общения.	Ритуал приветствия. Мозговой штурм на тему: «Что способствует хорошему общению?». Игра: «Испорченный телефон» «Мне нравится, когда...» (Составить список того, что нравится в процессе общения). Техника «Я-высказывание». Рефлексия. Обратная связь.

Блок совместных занятий			
12	«Вместе – значит мы сильнее»	Способствовать формированию сплоченности коллектива с ориентацией на доброжелательное межличностное взаимодействие.	Ритуал приветствия. Упражнение «Комплименты». Упражнение «Что общего?». Упражнение «За тобой» Деловая игра «Воздушный шар». Упражнение «Ассоциации» Упражнение «Лепестки». Рефлексия. Обратная связь.
13	«Решение проблемы»	Способствовать формированию конструктивных способов реагирования и межличностного взаимодействия.	Ритуал приветствия. Обсуждение: «Конфликты без агрессии» Игра «Датский бокс» Проигрывание ситуаций (транспорт, очередь в школьную столовую, перемена). Деловая игра «Служба медиации» Рефлексия. Обратная связь.
14	«Насилию нет»	Способствовать формированию ненасильственного поведения.	Ритуал приветствия. Упражнение «А ну-ка все вместе!» Упражнение «Путаница» Упражнение «Чемодан тревог» Игра «Сломанный человек» Коллаж «Насилию нет». Рефлексия. Обратная связь.
15	«Это толерантно?»	Освещение проблем толерантности в школьной среде.	Ритуал приветствия. Упражнение «Очередь» Деловая игра «Симпозиум» на тему толерантности в детской среде: - выступления подростков; - кроссворд; Обратная связь.
16	Итоговое занятие	Обобщение полученного опыта.	Квест-игра (По проблемам агрессии, эмпатии, толерантности и коммуникативного взаимодействия). Мини-обсуждение видов деятельности, которые можно использовать в качестве инструментов для высвобождения негативной энергии и ее перенаправления. Упражнение «Фотография на память». Рефлексия. Анкета обратной связи.
Блок работы с педагогами			
17 - 19	«Агрессия и дети»	Просвещение в вопросах агрессии. Рекомендации, как реагировать на агрессивное поведение подростков. Способствовать формированию навыков	Обсуждение вопросов детской агрессии, возможных причин и провоцирующих факторов; Обсуждение вопросов неконструктивного взаимодействия с детьми. Рассмотрение типичных ошибок воспитания и их влияния на личность ребенка. Разбор «типичных» выражений взрослых. Техники «Я-высказывание», «Я-сообщение», «Активное слушание», «Отражение эмоций».

		<p>конструктивного общения с детьми.</p>	<p>Беседа (при необходимости индивидуальная), обсуждение на тему того, как реагировать на агрессию ребенка.</p> <p>Рекомендации о способах перенаправления агрессивной энергии и накопившегося напряжения ребенка в различные виды деятельности.</p> <p>Составление рекомендаций и памятки по общению и взаимодействию с агрессивным ребенком для педагога.</p>
--	--	--	---

Такая структура программы может способствовать снижению уровня агрессии, конфликтности, формированию навыков конструктивного реагирования, коммуникативных способностей, развитию эмпатии и толерантности, а также поможет педагогам эффективно выстраивать взаимодействие с агрессивными подростками.

Список литературы

1. Зинченко В. П., Мещеряков Б. Г. Большой психологический словарь: – М.: АСТ; СПб : Прайм-Еврознак, 2014. 811 с.
2. Конвенция о правах ребенка. [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/ (дата обращения 21.12.2022).
3. Конституция РФ [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/ (дата обращения 21.12.2022).
4. Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению учащихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования от 27 июня 2003 года № 28-51-513/16. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/901878840/>
5. Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015г. №ВК – 268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки Российской Федерации органов государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»). [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://rulaws.ru/acts/Pismo-Minobrnauki-Rossii-ot-10.02.2015-N-VK-268_07/
6. Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 04.02.2021, с изм. от 02.03.2021). [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/
7. Федеральный закон от 24.06.1999 г. № 120-ФЗ «Об основах профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (ред. от 07.06.2017) [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.mos.ru/donm/documents/normativnye-pravovye->

[akty/view/166545220/](#)

8. Федеральный закон от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации». [Электронный ресурс]. (ред. от 31.07.2020 г.) Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/

9. Федеральный закон от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 06.02.2020 г.). [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru/>

10. Федеральный закон от 30.12.2020 № 489-ФЗ «О молодежной политике в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. URL: <https://www.zakonrf.info/doc-36549009/> (дата обращения 21.12.2022).

11. Этический кодекс педагога-психолога службы практической психологии образования России (принят на Всероссийском съезде практических психологов образования, май 2003г., г. Москва). [Электронный ресурс]. URL: <http://practic.childpsy.ru/document/detail.php?ID=22832> (дата обращения 21.12.2022).