

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
Государственное бюджетное негосударственное образовательное учреждение
государственного психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
«Школа здоровья и индивидуального развития»
(ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга)
195030, Санкт-Петербург, улица Отечественная, д. 10 лит. А

ПРИНЯТО:

На заседании Педагогического совета
ГБНОУ «Школа здоровья
и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
протокол № 8 от 30.08.2018 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБНОУ
«Школа здоровья и
индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
С.А. Тихашин
Приказ № 80 от 31.08.2018 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Возраст детей 11-14 лет
Разработчик
Кругляк Людмила Дмитриевна,
Педагог-психолог

Санкт – Петербург
2018

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Коррекция агрессивного поведения подростков» имеет социально-педагогическую направленность

Актуальность программы

Увеличение числа агрессивных детей является актуальной проблемой в наши дни. Повышенная агрессивность является одной из острых проблем для педагогов, родителей и общества в целом. В свою очередь средства массовой информации, регулярно демонстрирующие сцены насилия, способствуют повышению уровня агрессивности детей. Учителя в школе отмечают, что с каждым годом агрессивных детей становится все больше, с ними трудно работать, а часто учителя просто не знают, как справиться с их поведением.

Характер агрессивного поведения во многом определяется возрастными особенностями. Каждый возрастной этап имеет специфическую ситуацию развития и выдвигает определенные требования к личности. Подростковый возраст характеризуется столкновением двух соперничающих влечений: потребностью в близости и принадлежности другому, и стремлением к сохранению и утверждению собственной идентичности

Научная обоснованность

Агрессия представляет собой поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющему все основания избегать подобного обращения. Данное определение позволяет уточнить ряд параметров, характеризующих агрессию как поведенческое проявление: это всегда целенаправленное, умышленное действие, нацеленное именно на причинение вреда. Агрессия прямо или косвенно направлена на живые объекты, и вред в конечном счете наносится именно им. Жертвы агрессии пассивно или активно противодействуют агрессору. На современном этапе агрессию рассматривают с различных позиций:

- теория инстинкта предполагает агрессивное поведение как неотъемлемое свойство всех живых существ, реализующееся в борьбе за жизнь;
- теория побуждения подразумевает, что для осуществления агрессивного поведения необходим внешний стимул;
- теория смещенной агрессии утверждает, что для реализации агрессии выбирается заведомо безобидный объект, что всегда расширяет рамки агрессии, проецируя ее вовне: например, если вас обидит сильный, то значительно проще отыграться на тех, кто слабее вас, чем вступать с ним в борьбу;
- когнитивная (познавательная) теория предполагает наличие своего рода когнитивно-аффективного механизма. В этом случае характер интерпретации человеком чужих-либо действий оказывает решающее влияние на его эмоции и поведение. В свою очередь, негативные аффективные реакции ведут к смещению познавательных процессов. Например, если вы сочтете, что коллега умышленно обрызгал вашу блузку чернилами, это возмутит вас и вы будете впредь настороженно относиться ко всем его действиям, возможно, что тогда вы заметите немало провоцирующего в его поведении и, не желая оставаться в долгу, тоже совершите агрессивный поступок;
- теория социального научения рассматривает агрессивное поведение как совокупность ранее усвоенных моделей поведения. Например, в раннем детстве ребенок в песочнице усваивает, что в драке со сверстниками куда легче добиться соблюдения своих прав, а то и навязать им свои правила игры. Подросток после просмотра фильма о войне обращает внимание, что нарочито грубый тон офицера, раздающего приказания, помог

решить важную боевую задачу. Теории социального научения рассматривают агрессивное поведение как реакцию на соответствующую социальную обстановку. Теория подразумевает, что изменение социальных условий автоматически меняет и характер агрессивного поведения, возможно устраняя его целиком.

Принято считать, что подростковая агрессия значительно превосходит агрессию взрослых. Чаще всего это объясняют необходимостью самоутверждения. Например, статистика подростковой преступности насчитывает ежегодно более тысячи убийств, несколько сот изнасилований, десятки тысяч телесных повреждений и других правонарушений с очевидным агрессивным подтекстом. Более того, за последние десять лет все отчетливее обнаруживается рост именно агрессивных преступлений, совершенных несовершеннолетними подростками, притом что общее число правонарушений, совершенных подростками, в последние годы имеет тенденцию к снижению.

Большинство исследователей сделало следующие выводы:

подростковая агрессия имеет непосредственные корни в самом ближайшем окружении подростка (например, в школе);

взрослые люди самостоятельны, и зависимость их поведения от семейных и рабочих отношений относительно менее выражена;

наиболее агрессивны те подростки, за поведением которых никто не следит, которые предоставлены сами себе (испытывают дефицит внимания), и те, которые подвергаются суровым наказаниям;

агрессивное поведение во многом определяется непосредственным окружением подростка: друзьями, учителями, СМИ;

дети учатся вести себя агрессивно, наблюдая за поведением сверстников, так как поведение взрослых для них менее значимо; наиболее агрессивные дети отвергаются большинством в своей группе, поэтому они находят друзей среди агрессивных сверстников. На этой основе формируются молодежные группы с выраженным асоциальным поведением: однажды отвергнутые, но сильные, они готовы бросить вызов всему обществу;

средства массовой информации играют существенную роль в формировании агрессии у подростков, однако речь может идти не обо всех СМИ в целом, а лишь о конкретном издании, публикации, фильме и т. д.;

агрессивное поведение подростков, как правило, сопровождается слабым развитием социальных и когнитивных навыков; при ликвидации социального и когнитивного разрыва со сверстниками агрессивность поведения снижается. Это же происходит и у лиц с пограничными формами умственной отсталости, которые резко отличаются от сверстников в школьные годы, но по достижении 18—22 лет приобретают профессию, вступают в брак, приобретают социальные навыки и могут нормально существовать в обществе;

агрессивное поведение в подростковом возрасте имеет различное продолжение в зрелости: социально обусловленные формы агрессии обычно убывают, в то время как биологически обусловленная агрессия возрастает.

В работе с подростковой аудиторией педагогу и психологу всегда приходится учитывать особенности агрессии у подростков.

Работа педагога по преодолению подростковой агрессии. Большинство педагогов сталкиваются с проявлениями подростковой агрессии ежедневно. Некоторые педагоги отрицают существование проблемы либо в целом, либо в тех подростковых коллективах, с которыми им приходится работать. Существует несколько типичных заблуждений в отношении подростковой агрессии:

1. Подростковая агрессия неизбежна.

Агрессия присуща человеку как биологическому объекту, однако следует помнить, что в социально неблагополучных условиях она приобретает совершенно иной характер и более сложные формы, поэтому отказать от профилактики подростковой агрессии нелепо.

2. Подростковая агрессия — следствие психической патологии.

Это далеко не всегда так, как правило, подростковая агрессия следствием психических расстройств не является. Исследования показали, что наиболее опасные формы (насилие, убийства, терроризм) подростковая агрессия принимает в качестве извращенных реакций адаптации в среде.

Механизм развития аномальных адаптационных реакций можно представить в виде следующей схемы: совокупность психотравмирующих факторов напряжение адаптационных ресурсов прорыв барьера психической адаптации (термин предложен Ю. А. Александровским) дистресс смещение компенсаторных механизмов из «социальной» в «витальную, жизненную» плоскость аномальное реагирование, направленное на уничтожение травмирующего фактора.

Адресат: Программа направлена на оказание психологической помощи детям, оказавшимся в трудных и неприятных жизненных ситуациях, вызывающих негативные переживания и предрасполагающих к возникновению эмоциональных нарушений и дезадаптивных способов поведения. Участие в программе принимают физически и психически здоровые дети, которые имеют высокий уровень тревожности, имеющие трудности в адаптации к школе и д/с, социализации. Так же в программе могут участвовать дети, имеющие дополнительные эмоциональные, личностные, поведенческие проблемы. Возраст участников программы 11-14 лет.

Цель программы: снижение уровня агрессивности путем обучения навыкам адаптивного поведения.

Задачи программы:

1. Дать ребенку возможность осознать неконструктивность его агрессивного поведения.
2. Научить понимать переживания, состояния и интересы других людей
3. Выработать у ребенка умение грамотно проявлять свои эмоции и сдерживать агрессивные реакции.
4. Сформировать навыки конструктивного разрешения межличностных конфликтов.

Планируемые результаты программы:

1. Снижение уровня агрессии у детей. Улучшение эмоционального состояния;
2. Позитивное отношение ребёнка к себе и ближайшему окружению (адекватная самооценка, уверенность в себе);
3. Успешная социализация ребенка в обществе.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Всего, час.	В том числе	
			теорет.	практ.
1.	Знакомство правила поведения в группе Входная диагностика	1	0,5	0,5
2.	Вербальное и невербальное общение.	1	0,75	0,25
3.	Вербальное и невербальное общение.	1	0,25	0,75

4.	Техники общения	1	0,25	0,75
5.	Техники общения	1	0,25	0,75
6.	Приём и передача информации.	1	0,25	0,75
7.	Техники активного и пассивного слушания.	1	0,25	0,75
8.	Техники активного и пассивного слушания.	1	0,75	0,25
9.	Обратная личностная связь	1	0,25	0,75
10.	Поведение в конфликтных ситуациях	1	0,25	0,75
11.	Поведение в конфликтных ситуациях.	1	0,25	0,75
12.	Подведение итогов Выходная диагностика	1	0,5	0,5
	ВСЕГО:	12		

Оценка результативности:

Для оценки результативности могут использоваться:

1. Оценка эффективности программы осуществляется на основе:
Диагностики коммуникативных навыков и умений участников в начале и в конце занятий (первичная и заключительная), состоящей из тестов.

Учебно-методический комплекс программы:

Для проведения занятий необходим специально оборудованный кабинет, в котором представлены разнообразные материалы для творческого самовыражения. Важно, чтобы у каждого участника был полный индивидуальный набор всего необходимого для работы. Пространство кабинета должно быть достаточно большим для того, чтобы оно могло быть организовано в соответствии с требованиями проведения групповой работы. Отбор детей в группу производится по результатам предварительного консультирования родителей и индивидуальной диагностики ребенка. Методические пособия, листы бумаги А4, фломастеры, мелки, цветные и простые карандаши, краски, материалы для творческой работы (пластилин, цветная бумага, цветной картон и т.д.)

Методическое оснащение программы:

1. Агрессия у детей и подростков / Под редакцией Платоновой Н.М. - СПб.: Речь, 2009
2. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми -СПб.: Речь, 2008
3. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования / Учебное пособие для студентов вузов и практических работников. - М.: ТЦ «Сфера», 2011

4. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами / Сборник методических материалов - М.: АKADEMIА, 2002.
5. Психогимнастика в тренинге /Под ред. Н.Ю. Хрящевой. - СПб: Речь, 2010.
6. Институт Тренинга, 2010.
7. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей -Ростов-на-Дону «Феникс», 2010
8. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. /Пер. с нем. - М. «Генезис» 2008
9. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие / Пер. с нем. 3-е изд. - М.: Генезис, 2008.

Содержание программы

Раздел 1 Вводная часть (Знакомство, правила поведения в группе)

Тема 1.1 Знакомство.Снятие эмоционального и телесного напряжения

Тема1.2 Развитие навыков совместной деятельности Вербальное и невербальное общение.

Тема 1.3 Взаимодействие. Отреагирование чувств. Осознание неконструктивных способов взаимодействия

Тема 1.4 Осознание агрессивного поведения и выражение своего отношения к нему.

Раздел 2 Основная часть (Самооценка. Принятие себя, положительная оценка своих чувств, действий и поступков. Приобретение навыков регуляции эмоций)

Тема 2.1. Повышение активности и самооценки детей, принятие своих негативных переживаний

Тема 2.2. Изучение мотивов своего агрессивного поведения.

Раздел 3 Заключительная часть (Социализация, обучение психологическим защитам, работа с психологическими проблемами)

Тема 3.1. Отреагирование накопившихся эмоций, обсуждение конструктивных способов разрядки

Тема 3.2. Отработка конструктивных форм поведения

Тема 3.3. Нейтрализация последствий психологических травм

Календарный учебный график

Возраст учащихся	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
(5-10 лет)	Сентябрь	Май	12	12	Групповые занятия
начало занятий по мере комплектования групп, в течение учебного года.					

Список литературы

1. Аверин В. А. Психология детей и подростков. СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. 121 с.
2. Агрессия у детей и подростков: Учебное пособие / под ред. Н.М. Платоновой. СПб.: Речь, 2014. 336 с.
3. Айсмонтас Б.Б. Педагогическая психология: схемы и тесты [Текст] / Б.Б.Айсмонтас. М.: ВЛАДОС-Пресс, 2011. - 207 с. (Схемы).
4. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. СПб.: Прайм-Еврознак, 2012. 512 с.
5. Большой психологический словарь / Под редакцией Б.Г. Мещерякова - М.: ЮНИТИ - ДАНА, 2006. 815 с. (Серия «Большая психологическая энциклопедия»).
6. Большая энциклопедия тестов по психологии / Под ред. А.А. Карелин - М.: Эксмо, 2007. 416 с.
7. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов. СПб.: Речь, 2013. 144 с.
8. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб: Питер, 2011. 352 с: ил. (Серия «Мастера психологии»).
9. Вачков И.В. Психология тренинговой работы: Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы. М.: Эксмо, 2014. 416с.