

Отдел образования администрации города Уварово

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей г.Уварово им. А.И.Данилова»

Рассмотрена и рекомендована к утверждению
МС Лицея
Протокол № 4
от «16» 18 2022 г.

Утверждаю:
Директор Лицея Е. В. Уварова
Приказ № 14/22 от «31» 08 2022 г.



Программа
по коррекции агрессивного поведения
детей и подростков
«В гармонии с самим собой»

Автор:
педагог-психолог I категории
Хохлачева Татьяна Викторовна

Уварово, 2022

Коррекционная программа «В гармонии с самим собой»

Агрессия- это способ выражения своего гнева, протеста. А, как известно, гнев- это чувство вторичное. В его основе лежит боль, унижение, обида, страх, которые, в свою очередь, возникают от неудовлетворения «базисной, фундаментальной человеческой потребности в любви, и нужности другому человеку (Ю.Б. Гиппенрейтор,1998). Агрессивное поведение детей – это своеобразный сигнал SOS, крик о помощи, о внимание к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми самостоятельно ребенок справиться не в силах.

Школа сегодня становится одной из зон поиска наиболее эффективных форм и методов психолого-педагогической профилактики агрессивного поведения подростков.

Профилактика представляет собой совокупность мер, направленных на охрану здоровья, предупреждение возникновения и распространения болезней, улучшение физического развития населения, сохранение трудоспособности и обеспечение долголетия.

Психолого-педагогическая профилактика — это система предупредительных мер, которые ориентированы на устранение внешних причин, факторов и условий, вызывающих те или иные недостатки в развитии детей.

Профилактика и предупреждение агрессивного поведения подростков становится психологически необходимой.

Проанализировав литературу, можно прийти к выводу, что проблема повышения эффективности ранней профилактики должна решаться в следующих направлениях:

— выявление неблагоприятных факторов и десоциализирующих воздействий со стороны ближайшего окружения, которые обуславливают возникновение агрессивного поведения, и своевременное устранение этих неблагоприятных воздействий;

— своевременная диагностика агрессивных проявлений в поведении подростков и осуществление дифференцированного подхода в выборе профилактических средств.

Психологи предлагают осуществлять коррекцию агрессивного поведения на диагностической основе, выделяя четыре категории детей:

1. ***Подростки, склонные к проявлению физической агрессии.***
Установлено, что физическая агрессия преобладает у активных, деятельных, целеустремленных детей, которые отличаются смелостью, решительностью склонностью к риску, бесцеремонностью, авантюризмом. Они обладают лидерскими качествами, но при этом у них развиты садистские наклонности,

плохой самоконтроль, отсутствие социализации влечений, потребность в общих переживаниях, импульсивность поведения.

2. **Подростки, склонные к проявлению вербальной агрессии**, отличаются выраженной психической неуравновешенностью, депрессивностью, повышенной чувствительностью к оценкам и действиям к их личности, неумением и нежеланием скрывать свои чувства и мысли, постоянным внутренним конфликтом, напряженностью и импульсивностью.

3. **Подростки, склонные к проявлению косвенной агрессии**, характеризуются чрезмерной импульсивностью, слабым самоконтролем, недостаточной социализацией влечений и низкой осознанностью собственных действий, негативизмом натуры.

4. **Подростки, склонные к проявлению негативизма**, отличаются ранимостью, впечатлительностью. Основными их чертами являются эгоизм, самодовольство, завышенная самооценка, консерватизм.

Таким образом, агрессивных подростков можно разделить на две группы: с социализированным (физическая и косвенная агрессия) и несоциализированным (вербальная агрессия и негативизм) формами нарушений поведения.

Здесь важно сделать акцент на том, что ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в детях, так как агрессия – это необходимое и естественное для человека чувство. Запрет или силовое подавление агрессивных импульсов ребенка очень часто может привести к аутоагрессии (т.е. вред будет наноситься самому себе) или перейти в психосоматическое расстройство.

Важно научить ребенка не подавлять, а контролировать свою агрессию; отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда. Необходимо помнить следующее: агрессия – это не только деструктивное поведение, причиняющее вред окружающим, приводящее к разрушительным и негативным последствиям, но также это еще и огромная сила, которая может служить источником энергии для более конструктивных целей, если уметь ей управлять. И задача взрослых – научить ребенка контролировать свою агрессию и использовать ее в мирных целях.

С целью оптимизации работы в сфере оказания психологической помощи была разработана данная программа «В гармонии с самим собой». Тренинг по профилактике агрессии наиболее эффективно воздействует на формирование социокультурной компетентности личности подростка, так как подростковый возраст — важнейший период в психосоциальном развитии человека. В коррекционной группе ребенок/подросток видит себя в зеркале отношений, поступков и действий других детей при взаимодействии

с ними. Он приобретает важную способность преодолевать тревожность и агрессивность, рассматривая себя глазами других.

Актуальность программы. Изменения, происходящие сегодня в нашем обществе, выдвинули целый ряд проблем, одной из которых является проблема агрессивного поведения подростков. Причины агрессии в поведении подростков многообразны: проблемы со школьной успеваемостью, конфликтные взаимоотношения со сверстниками, неурядицы в семье и др. Сегодняшнее агрессивное поведение подростков становится фактором риска на будущее, потому что конфликтность и агрессивность, задержка социального развития оборачиваются впоследствии невозможностью занять достойное место в социуме.

Программа «В гармонии с самим собой» предполагает комплексный подход к психологической коррекции агрессивного поведения у подростков на основе современных достижений отечественных и зарубежных психологов А.А. Реана, Р. Бэрона, Д. Ричардсона, Г.Э. Бреслава и других.

Программа «В гармонии с самим собой» создана на основе программ: Бреслава Г.Э., Лебедевой О.А., Смирновой Е.Е.

В программе предусматривается работа с родителями и учителями подростков.

Работа со взрослыми выстраивается в форме лекций и семинаров.

Темы лекций

- «Возрастные особенности подростков».
- «Чувства и эмоции. Конструктивное выражение чувств».
- «Агрессия и агрессивность. Возможности коррекции».
- «Способы общения с ребенком».
- «Самооценка. Как любить себя»
- Семинар для педагогов «Трудные дети – кто они?»

Основная цель лекций информирование родителей об особенностях подросткового возраста и способах взаимодействия с ним на этом этапе.

Возможно проведение дискуссии, как с родителями, так и с педагогами на тему: «Способы общения с ребенком подросткового возраста». Цель дискуссии: сформировать установку на изменение не конструктивных способов взаимодействия с ребенком.

Целью данной коррекционной программы является профилактика и коррекция агрессивного поведения подростков, адаптация их в социуме, формирование личностных нравственных качеств.

Для достижения цели в ходе реализации программы необходимо решить следующие **задачи**:

- формировать способность к осознанию собственного эмоционального мира, к пониманию чувств других людей;

- развивать эмпатию;
- обучать детей и подростков навыкам контроля и управления собственным гневом (навыкам саморегуляции);
- обучать детей и подростков приемлемым способам выражения гнева;
- обучать детей и подростков конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации;
- формировать позитивную самооценку;
- формировать мотивацию к социальному взаимодействию и сотрудничеству.

Для решения поставленных задач в процессе реализации данной программы используются различные формы работы:

- арт-терапевтических методик;
- психогимнастических упражнений;
- бесед, дискуссий;
- коррекционные упражнения;
- тестирования;
- наблюдения;
- релаксационных упражнений;
- игровых методик;
- ролевое проигрывание ситуаций;
- визуализация;
- работа в парах и группах

В процессе занятий по программе «В гармонии с самим собой» у подростков формируются следующие умения и навыки, которые в последующем развиваются и совершенствуются:

- умение осознавать и признавать свои эмоции и чувства;
- умение осознавать и признавать эмоции и чувства других людей;
- освоение приемов саморегуляции;
- освоение приемов мышечной релаксации;
- умение использовать различные способы поведения в проблемной ситуации;
- умение выражать агрессию приемлемым способом;
- навыки конструктивного взаимодействия;

Программа рассчитана на учащихся 10-14 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю по заявке или результатам тестирований. Продолжительность программы – 10 занятий по 40-50 минут. Состав группы 5-10 человек.

Структура занятий включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку, основное упражнение и рефлекссию. Разминки и ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и саморефлексия (при необходимости рефлексия проводится после или в процессе выполнения упражнения).

Перед началом цикла занятий проводятся индивидуальные консультации с каждым подростком. После окончания групповой работы

также проводятся консультации, на которых закрепляются произошедшие с детьми изменения и групповое тестирование по методике Басса – Дарки (возможно использование других методик, с которыми работает психолог). Тестирование позволяет отследить динамику личностных изменений.

2. Учебно-тематический план

№	Название темы	Содержание занятий	Кол-во часов
Установление правил поведения в группе; снятие эмоционального напряжения, создание рабочей атмосферы. (1 час)			
1	Вводное занятие. «Знакомство»	1. Упражнение «Приветствие». 2. Упражнение – активатор «Мы – одноклассники» 3. Принятие правил. 4. Упражнение «Тух-тиби-тух» 5. Игра «Мяч» 6. Упражнение «Транспортное средство» 7. Обсуждение итогов. Круг «Новое и важное для меня». 8. Ритуал прощания.	1
Формирование осознания собственного эмоционального мира, а также чувств других людей, развитие эмпатии (2 часа)			
2	«Агрессивность – что это?»	1. Упражнение «Приветствие». 2. Упражнение – активатор «Мы – одноклассники» 3. Беседа. «Агрессия», «Агрессивность». 4. Мозговой штурм «Как отличить агрессию от шутки, игры?» 5. Упражнение «Портрет агрессивного подростка» 6. Упражнение «Мой гнев». 7. Упражнение «Почему я злюсь». 8. Упражнение «Датский бокс» 9. Упражнение «Разожми кулак» 10. Ритуал прощания.	1
3	«Что делать с	1. Упражнение «Приветствие».	1

	агрессией и гневом»	<ol style="list-style-type: none"> 2. Упражнение «Синхронизация». 3. «Восковая палочка». 3. Беседа «Что делать с агрессией и гневом». 4. Упражнение «Да, он действительно агрессивный» (словесно и рисунок). 5. Обсуждение. Почему люди бывают агрессивными? 6. Предложи способы разрядки гнева. 7. Обсуждение. 8. Ритуал прощания (релаксационное упражнение). 	
Коррекционная работа, направленная на обучение ребенка приемлемым способам выражения гнева (2 часа)			
4	«Мой гнев»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Приветствие». 2. Упражнение «Прогулка по сказочному лесу». 3. Упражнение «Гомеостат». 4. Групповая дискуссия «Путь гнева». 5. «Упражнение «Нарисуй свой гнев» 6. Упражнение «Мешочек гнева». 7. Упражнение «Как я зол». 8. Релаксация. Текст визуализации «Летний дождь» (автор — А. Г. Бреслав). 6. Обсуждение с оценкой результатов занятия. 7. Ритуал прощания. 	1
5	«Выпусти джина»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Приветствие» 2. Упражнение «Подхвалилки». 3. Упражнение «Толкалки». 4. Упражнение «Гнев на сцене» 5. Упражнение № 6 «А я – не тормоз» 6. Упражнение «Бокс». 7. Релаксация. Текст визуализации «Летний дождь» (автор — А. Г. Бреслав). 	1

		8. Обсуждение с оценкой результатов занятия. 9. Ритуал прощания.	
Коррекционная работа, направленная на обучение детей навыкам контроля и управления собственным гневом (навыкам саморегуляции) (2 часа)			
6	«Я – властелин своего тела»	1. Упражнение «Приветствие» 2. Упражнение «Бурундучки» 3. Упражнение «Сигналы гнева». 4. Обучение дыхательным релаксационным техникам и технике визуализации. 5. Релаксация. Текст визуализации визуализации «Прогулка на теплоходе», автор — Н. А. Богданова.) 6. Заключительное обсуждение с оценкой результатов занятия. 7. Ритуал прощания.	1
7	«Новые возможности»	1. Упражнение «Приветствие» 2. Упражнение «Атомы и молекулы» 3. Упражнение «Негативные образы» 4. Беседа «Как справиться с гневом». 5. Упражнение «Лист гнева». 6. Упражнение «Я спокоен. Я сердит». 7. Упражнение «Победить дракона». 8. Релаксация. Текст визуализации «Горы», (автор — Д. В. Ильина.) 9. Заключительное обсуждение с оценкой результатов занятия. 10. Ритуал прощания.	1
Коррекционная работа, направленная на обучение ребенка конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации (3 часа)			
8	«Два барана»	Упражнение «Приветствие» 2. Упражнение «Геометрические фигуры» 3. Упражнение «Охапка рук» 4. Групповая дискуссия «Сила слова».	1

		<p>5. Ролевая игра «Отдай предмет».</p> <p>6. Упражнение «Критикуй не обижая».</p> <p>7. Релаксационное упражнение «Морская звезда»</p> <p>8. Заключительное обсуждение с оценкой результатов занятия.</p> <p>9. Ритуал прощания.</p>	
9	«Чтобы не обидеться»	<p>1. Упражнение «Приветствие»</p> <p>2. Упражнение «Встаньте те кто...»</p> <p>3. Групповая дискуссия «Обида».</p> <p>4. Упражнение «Обида похожа на...»</p> <p>5. Упражнение «Безмолвный крик»</p> <p>6. Упражнение «Раскрась свои чувства»</p> <p>7. Упражнение «Недружеский шарж».</p> <p>8. Упражнение «Копилка обид».</p> <p>9. Заключительное обсуждение с оценкой результатов занятия.</p> <p>10. Ритуал прощания.</p>	1
10	«Достигая своей цели»	<p>1. Упражнение «Приветствие»</p> <p>2. Упражнение «Бип»</p> <p>3. Упражнение «Копилка хороших поступков»</p> <p>4. Ролевая игра «Попросись на ночлег»</p> <p>5. Заключительное обсуждение с оценкой результатов занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p>	1
11	Итоговое занятие	<p>1. Упражнение «Приветствие»</p> <p>2. Упражнение «Тарелка»</p> <p>3. Упражнение «Чего я достиг»</p> <p>4. Участники рисуют рисунок «Мои достижения»</p> <p>5. Упражнение в круг «Что мне нравится, что я люблю в самом себе?»</p> <p>6. Упражнение «Чемодан»</p> <p>7. Ритуал закрытия группы.</p> <p>Текст визуализации «Подъем на гору» (автор — А. Г. Бреслав).</p>	1

Для выявления агрессии у подростков, выяснения ее причин, отслеживания изменений, происходящих в ходе коррекции можно использовать следующие методы диагностики:

1. Наблюдение.
2. Проективные методики: «Кинетический рисунок семьи», «Тест руки», «Несуществующее животное», «Крокодилы».
3. Опросник А.Басса и А. Дарки.
4. Тест Розенцвейга.

Ожидаемые результаты:

Уменьшение факторов риска, приводящих к возникновению осложненного поведения подростков.

Формирование у подростков осложненного поведения нравственных качеств, представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни.

Обучение навыкам социально поддерживающего, развивающего поведения в семье и во взаимоотношениях с подростками с осложненным поведением.

Удовлетворение разнообразных дополнительных запросов подростков с осложненным поведением во внеурочное время

Критерии эффективности:

- снижение уровня агрессивного поведения подростков;
- адаптация подростков с агрессивным поведением в социальной среде;
- сформированность личностных нравственных качеств у подростков с агрессивным поведением.

В программе уделено внимание работе по отреагированию гнева для того, чтобы дать свободу истинным скрытым переживаниям (обидам, разочарованию, боли) *(ребенок, не пройдя через эту стадию, будет сопротивляться дальнейшей работе и, скорее всего, потеряет доверие к психологу)*.

После этого переходим к коррекционной работе, направленной на осознание собственного эмоционального мира, а также чувств других людей; на овладение приемами контроля своего гнева и поведенческой терапии, а также к развитию адекватной самооценки.

Рассмотрим подробнее основные *направления работы*, которые представлены в программе:

Коррекционная работа, направленная на обучение ребенка приемлемым способам выражения гнева, а также на отреагирование негативной ситуации в целом.

В. Оклендер выделяет 4 стадии отреагирования гнева:

Первая стадия — «предоставлять детям практически приемлемые методы для выражения гнева безопасным способом во внешнем плане».

Вторая стадия — «помочь детям подойти к реальному восприятию чувства гнева, побудить их к тому, чтобы эмоционально отреагировать этот гнев (и ситуацию в целом) прямо «здесь и теперь». В этих случаях хорошо прорисовать гнев карандашами или красками, вылепить гнев из пластилина, сделать коллаж — зрительно обозначить свой гнев. Часто у детей образ их гнева отождествляется с обидчиком, с тем объектом, которому непосредственно адресован их гнев.

Третья стадия — «дать возможность прямого вербального контакта с чувством гнева: «пусть скажут все, что нужно сказать, тому, кому следует». Обычно после того, как дети полностью выскажутся (иногда они кричат и плачут при этом), происходит трансформация зрительного образа гнева в позитивную сторону; дети становятся более спокойными и открытыми к дальнейшей работе.

Четвертая стадия — «обсуждать с детьми, что заставляет их гневаться, в каких ситуациях это чаще всего происходит, как они это обнаруживают и как ведут себя в это время». Важно, чтобы ребенок научился осознавать и понимать свой гнев, и далее научился оценивать ситуацию, чтобы сделать выбор между открытым (асоциальным) проявлением гнева или проявлением его в приемлемой в социальном отношении форме.

Задачей психолога на стадии отреагирования гнева является помощь ребенку в плане высвобождения его истинных переживаний (боли, обиды), которые часто прячутся за внешним проявлением гнева. Также необходимо помочь ребенку изменить восприятие ситуации в целом с травмирующего и негативного на более позитивное.

Среди методов психолого-педагогической профилактики агрессивного поведения. Которые используются в программе и они являются для подростков наиболее предпочтительны и интересны:

1. Игры и упражнения различной направленности для снижения агрессивного поведения подростков:

— игры и упражнения для обучения приемлемым способам выражения гнева («Разрывание бумаги», «Ролевое проигрывание ситуаций», Упражнение «Толкалки» (учит выражать агрессию через игру и позитивное движение), Упражнение «Гнев на сцене»). Этот игровой коррекционный прием основан на зрительном представлении образа своего негативного чувства. Когда ребенок злится (или только что испытывал злость), предложите ему представить, как выглядел бы его гнев на сцене театра. В образе кого выступал бы актер, играющий гнев, — монстра, человека, животного, а может быть, бесформенного пятна? Какого цвета был бы его костюм? Каким он был бы на ощупь — горячим или холодным, шершавым или гладким? Чем бы он пах? Каким голосом говорил бы? Какими

интонациями? Как бы он двигался по сцене?), «Прогулка по сказочному лесу (способствует разрядке агрессивных чувств, лаем, рычанием, Упражнения: «Сигналы гнева», «Листок гнева», «Я спокоен. Я сердит»; «Рецепт агрессивности», «Победить дракона»). Игровая терапия основана на естественной потребности детей, которая дает ребенку необходимый жизненный опыт и развивает его психические процессы, воображение, самостоятельность, навыки общения и пр.

Метод арт-терапии очень эффективен для снятия негативных эмоциональных состояний. С помощью рисунка («Упражнение «Нарисуй свой гнев», Упражнение «Раскрась свои чувства») подросток невольно сообщает о себе то, что никогда не смог бы передать на словах. Рисование позволяет ребенку отреагировать свои эмоции, выплеснуть агрессию на бумагу, дать волю своей фантазии: ведь нарисованное — это в какой-то мере сбывшееся (Упражнение «Недружеский шарж»). Как считает многие психологи, рисование — это не только невербальный способ коммуникации, но и средство развития ребенка, поскольку помогает ему разобраться в своих переживаниях.

— игры и упражнения, направленные на обучение приемам саморегуляции. У агрессивных детей слабо развит контроль над своими эмоциями, а зачастую и просто отсутствует, поэтому важно в коррекционной работе с такими детьми сформировать навыки контроля и управления собственным гневом, обучить детей некоторым приемам саморегуляции, которые позволят им сохранить определенное эмоциональное равновесие в проблемной ситуации. Саморегуляция рассматривается как важная «мишень» психологического воздействия. У агрессивных детей отмечается высокий уровень мышечного напряжения. Особенно он высок в области рук, лица, шеи, плеч, грудной клетки и живота. Для снижения уровня эмоционального напряжения используются упражнения на физическую (мышечную) релаксацию, используются прослушивание медитативной, спокойной музыки, фантазии-визуализации, специальные дыхательные упражнения с применением глубокого дыхания, методы аутотренинга и т. п. Регулярное выполнение релаксационных упражнений делает ребенка более спокойным, уравновешенным, а также позволяет ему лучше понять, осознать чувство собственного гнева. В результате ребенок лучше владеет собой, контролирует свои деструктивные эмоции и действия. Важно также, что релаксационные техники помимо управления негативным состоянием помогают снизить уровень личностной тревожности, который у агрессивных детей достаточно высок.

Также дети учатся контролю над своими эмоциями без вреда для окружающих людей, преобразовывая прямую агрессию в косвенную с

помощью предметов-заменителей (дротики, боксерская груша, подушка и др.). Выплеску внутреннего напряжения способствуют активные действия, занятия спортом, подвижные игры, проявления символической агрессии.

— востребованы подростками подвижные игры для физического и эмоционального раскрепощения («Круговые движения», Упражнение «Атомы и молекулы», Упражнение «Гомеостат», Упражнение «Бурундучки» направлены на доверие, взаимодействие и движение и др.).

Дискуссия — это метод обсуждения и разрешения спорных вопросов. Результатом ее является общее соглашение, лучшее понимание, новый взгляд на проблему, совместное решение. Дискуссия предполагает общение, что является ведущим видом деятельности в подростковом возрасте (групповая дискуссия «Путь гнева» на «Осознавание гнева через сенсорные каналы (на что похож твой гнев? Какой он на цвет, на слух, на ощупь, на вкус, на запах). Упражнение «Рецепт агрессивности». Групповая дискуссия «Сила слова», Групповая дискуссия «Обида»).

— «Беседа с собой» (Беседа «Как справиться с гневом») учит подростков размышлять перед тем, как совершить агрессивное действие. Такого рода беседа выступает буфером между порывом и слишком поспешным действием. Данный метод предполагает следующие шаги:

1) Ребенок определяет суть самой проблемы, включая вызванные эмоции: «Он говорит глупости, а я злюсь».

2) Затем обдумывает несколько альтернативных вариантов реагирования. Педагог задает вопросы типа «Тебе нравится то, что ты сделал в этой ситуации?», «А как можно было поступить в этой ситуации?»

3) Разбираются варианты поведения и их последствия («А что будет, если...?»).

4) Затем принимается решение — что надо делать и как надо поступить. Упражнение Мозговой штурм «Как отличить агрессию от шутки, игры?» способствует совместной деятельности, а также умению анализировать и делать выводы.

Важно, чтобы в ходе занятий подростки научились предъявлять партнеру по общению свои чувства через их проговаривание и приглашение к сотрудничеству. В результате этих действий происходит преодоление противоречий, предотвращение конфликтов в будущем.

Агрессивные дети в силу своих характерологических особенностей обладают достаточно ограниченным набором поведенческих реакций на проблемную ситуацию. Как правило, в проблемной ситуации они придерживаются силовых моделей поведения, которые, с их точки зрения, носят оборонительный характер.

Цели и задачи данного коррекционного направления работы с агрессивными детьми — это научить ребенка видеть различные способы поведения в проблемной ситуации, а также помочь ребенку сформировать навыки конструктивного поведения, тем самым расширить спектр его поведенческих реакций в проблемной ситуации и минимизировать (в идеальном варианте— снять) деструктивные элементы в поведении.

Агрессивные дети, как правило, имеют низкий уровень эмпатии. Эмпатия — это способность чувствовать состояние другого человека, умение вставать на его позицию. Агрессивных же детей чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо. Считается, что если агрессор сможет посочувствовать «жертве», его агрессия в следующий раз будет слабее. Поэтому так важна работа педагога по развитию у ребенка чувства эмпатии.

Одной из форм такой работы является ролевая игра, в процессе которой ребенок получает возможность поставить себя на место других, оценить свое поведение со стороны. Например, если произошла ссора или драка, то в кругу детей происходит разбор и анализ этой ситуации с приглашением в гости любых известных детям, литературных героев, героев мультфильмов и фильмов. На глазах у ребят гости разыгрывают ссору, похожую на ту, которая произошла, а затем просят детей помирить их. Дети предлагают различные способы выхода из конфликта. Можно разделить ребят на две группы, которые выскажутся от имени разных героев. Можно дать детям возможность самим выбрать, на чью позицию им хотелось бы встать и чьи интересы защищать. Какую бы конкретную форму проведения ролевой игры вы ни выбрали, важно, что в конечном итоге дети приобретут умение вставать на позицию другого человека, распознавать его чувства и переживания, научатся тому, как вести себя в сложных жизненных ситуациях. Общее обсуждение проблемы будет способствовать сплочению детского коллектива и установлению благоприятного психологического климата в классе, школе. Ролевая игра «Отдай предмет». Подросткам предлагается сначала определить роли каких-то героев (персонажей). Согласно выбранным ролям строится ситуация общения, после чего участники должны объяснить, как изменилось их эмоциональное состояние и поведение.

В коррекционную работу с агрессивными детьми необходимо включить комплекс упражнений, направленных на формирование позитивной самооценки, поскольку у детей, обладающих качеством «агрессивность», отмечается неадекватная самооценка. Это связано с определенными нарушениями «Я-образа». Чаще среди агрессивных детей встречается заниженная самооценка «Я-плохой», которая является

отражением оценки (восприятия) значимых для них взрослых (родителей, педагогов). Агрессивные дети нуждаются в реконструкции положительного «Я-образа», в позитивном самовосприятии и самосознании, что, в свою очередь, позволит снизить уровень их агрессивности.

– сказкотерапия и использование притч. Дети очень любят слушать сказки, и в этом смысле дети, проявляющие агрессию, ничем не отличаются от своих сверстников. Поэтому сказка или предлагаемая ребенку история – это замечательный материал для работы с эмоционально-волевыми нарушениями. Сказка помогает сформировать адекватную Я – концепцию ребенка с проблемами, систематизировать хаос, который находится внутри ребенка. Сказкотерапия проводится индивидуально и в группе с использованием разнообразных форм сказкотерапии (куклы, волшебные краски).

В коррекции агрессивности полезно составить с ребенком (мл.школьнику) эмоциональный словарь, примерные слова:

– добрый; – расслабленный; – довольный; – притворяющийся; – хитроумный; – самодовольный; – радостно-приподнятый; – задумавший отомстить; – разлентяево -скучающий; – ликующе восторженный; – разобиженный; – взбешенный; – свирепый; – свирепо-хитрый; – разъяренно-коварный; – возвышенно-радостный; – огорченно-раскаявшийся; – разобиженный; – взбешенный; – подковыристый; – умильный; – неостановимо-жаждущий; – ликующе-восхищенный; – довольно-подарковый; – прелестно-снисходительный; – гордый с достоинством; – печально-обреченный.

Алгоритм работы индивидуальной работы с подростками по коррекции агрессивного поведения такой же, как и при групповой работе.