

# Программа диагностических исследований по теме «Агрессия».

## Содержание:

I. Введение:	стр.2
1. Цель программы	
2. Задачи программы	
3. Методы исследования	
4. Актуальность темы	
5. Признаки агрессии	
II. Диагностика и анализ исходного уровня психологических особенностей школьников.	стр.3
1. проективно-рисуночная методика «Я в школе, я дома»	стр.4
2. проективно-рисуночная методика «Кактус»	стр.5
3. анкета для учащихся «Круг и направленность интересов современного подростка»	стр.9
4. анкета «Агрессия родителей».	стр.18
5. опросник Басса-Дарки «Уровень агрессии»	стр.21
III. Общая характеристика программы психологической коррекции особенностей личности агрессивных подростков.	стр.24
IV. Приложение.	стр.26
Фрагменты авторских тренинговых программ на видоизменение сознания и поведения учащихся.	
1. Тренинговые занятия для учащихся 4-ых классов, направленные на повышение самооценки, уверенности в себе, снижению тревожности.	стр.26
2. Тематическое планирование коррекционно-развивающих занятий с учащимися повышенной агрессии.	стр.36
2. Памятка для учащихся «Экзамен – это праздник»	стр.37
3. Психологический тренинг – праздник, огонёк, классный час	стр.37
V. Выводы.	стр.38
VI. Литература	стр.38

**Цель:** выявления уровня агрессии и тревожности у детей. выявить основные особенности характера у агрессивных подростков; разработать программу коррекции личностных особенностей агрессивных детей и подростков.

**Гипотезы исследования:**

- агрессивное поведение подростков обусловлено определенным набором психологических особенностей личности и уровнем их проявления у конкретного человека;
- предполагаем, что у современных детей уровень агрессии повышен;
- предполагаем, что повышенный уровень агрессии вызван агрессивной окружающей средой ( обстановкой в семье, ТВ программы, подростковая субкультура...)

**Задачи программы:**

1. В теоретическом анализе рассмотреть основные подходы к объяснению причин возникновения агрессии у подростков.
2. Выявление наиболее важных психологических особенностей личности агрессивных подростков.
3. Диагностика личностных качеств детей и подростков.
4. Диагностика исходного уровня психологических особенностей агрессивных подростков.
5. Установление зависимости между агрессивным поведением и личностными особенностями .
6. Формирование коррекционно-развивающихся групп учащихся из числа учащихся, у которых в результате обследования выявлен высокий уровень агрессии.
7. Разработка и реализация коррекционной программы по снижению состояния агрессии у подростков.
8. Контрольно – диагностическое обследование после коррекционной работы.
9. Доведение результатов обследования до самих обследуемых, педагогов и родителей.

В своей работе мы опирались на положения З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера, А. Басса, - Дарки , А. Бандуры, К. Роджерса, Г.А. Андреевой, О.Ю. Михайловой и др

Методы исследования: анкетирование, наблюдение. беседа, методики, направленные на изучение уровня агрессивности, диагностику общего психоэмоционального состояния (опросник Басса – Дарки).

**Актуальность темы:** за последнее десятилетие во всем мире отмечается рост насильственных действий, сопряженный с собой жестокостью, вандализмом, глумлением над людьми. Такие социально опасные проявления, обычно связаны с понятием и агрессии и агрессивности, возникающие как из внутренних (личностных), так и из внешних (социальных) факторов, вызывают серьезное беспокойство. Тему агрессии называют сегодня «интригующей», а сам двадцатый век «веком беспокойства и насилия».[55,3].

На возрастание проявления насилия, агрессии среди людей влияют экономическая нестабильность и социальная напряженность в стране. Повседневностью стали многочисленные конфликты, некоторые из них превращаются в физическое насилие, преступление против личности, неуважение к другому человеку. Деятельность СМИ, реклама, поток печатной продукции, кинопродукция, заполненные сценами насилия, обмана, секса – «научают» действовать агрессивно. Внедрение западной культуры привело в России к деградации личности и духовных ценностей. Проникновение западных музыкальных стилей и направлений (рок, джаз, блюз,

компьютерная музыка), обилие детективов, боевиков, фильмов ужасов, эротических фильмов, компьютерных игр агрессивной тематики провоцируют агрессивное поведение подростка, делая его взрослым в его собственных глазах. Насаждение западной культуры привело к культу насилия, наркотиков, сексуальной распушенности среди малолетних. Рост агрессивных тенденций в подростковой среде отражают одну из важнейших социальных проблем общества - для этой возрастной категории характерно большое количество конфликтов, проявление агрессивности, насилия по отношению к сверстникам, за последнее время выросла молодежная преступность. Причины агрессивности необходимо искать в семье, в методах воспитания. Особенно неблагоприятно положение в необеспеченных, малообеспеченных, проблемных семьях. Возникающие у детей чувство ущемленности, обделенности, незаслуженной обиды, чувство зависти, ненависти толкает их на совершение актов насилия. Все эти обстоятельства обусловили выбор темы нашего исследования.

Агрессивность ребенка можно выявить по следующим признакам:

1. Частые случаи действий против других детей (насмешки, побои, лишение какого-либо предмета).
2. Частые эпизоды гневных выкриков или приступы плохого настроения.
3. Постоянное противоречие родителям и другим авторитетным взрослым.
4. Многочисленные поступки, направленные на разрушение.

**2. Причинами агрессивности** выступает экономическая и социальная обстановка в стране, личностные особенности ребенка – темперамент, характер, конфликтность, нарушение эмоциональных связей в семье, характер и условия семейного воспитания.

### **3. Диагностика исходного уровня и анализ психологических особенностей агрессивных подростков**

Для диагностики психологических особенностей личности агрессивных подростков были использованы комплексные психодиагностические методики.

Разным возрастным категориям предлагались разные методики:

1-4- классы – проективные рисуночные методики «Я в школе, я- дома».

5-7-е классы – предлагалась анкетирование, проективная рисуночная методика «Кактус».

8-11 классы отвечали на вопросы диагностического опросника Басса-Дарки «Уровень агрессии», анкетирование.

Для учащихся 1-7 классов применяются графические методики в комплексе с классическими тестами и основными методами психологии (эксперимент, наблюдение и др.). Комплексное применение позволяет заинтересовать испытуемого и настроить его на совместную работу (мотивационная помощь), получить более общую характеристику личности и отметить возможные проблемы (ориентированная помощь), подтвердить данные других тестов (уточняющая помощь).

При интерпретации рисунков обязательно учитывается изобразительный опыт «художника». Наличие или отсутствие изобразительные навыков, использование стереотипов, шаблонов, возрастные особенности – все это существенно влияет на диагностический портрет личности.

## Проективно- рисуночная методика «Я в школе, я- дома».

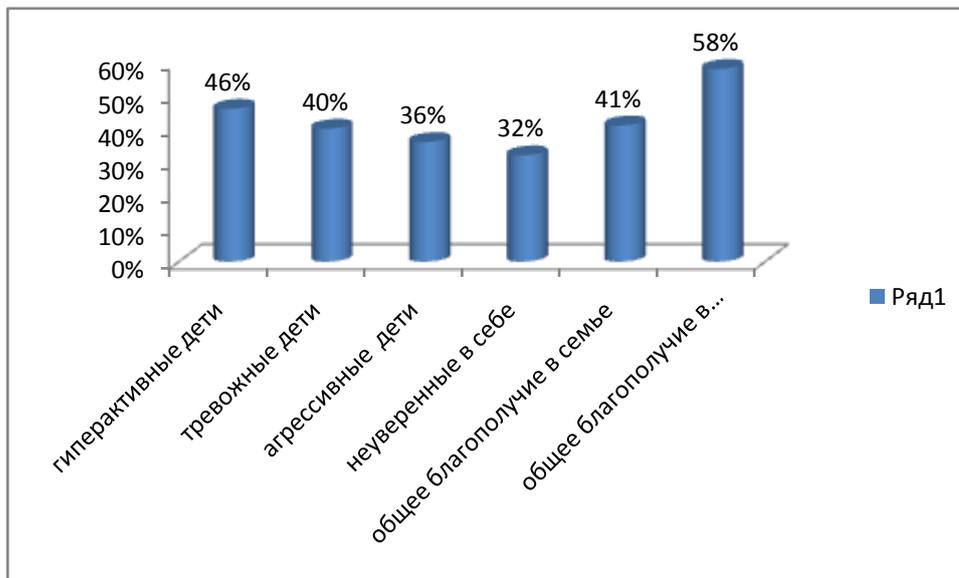
**Цель диагностики:** выявить личностные особенности ребенка, увидеть состояние его эмоциональной сферы, отметить наличие агрессивности

При проведении диагностики испытуемому выдается лист белой бумаги стандартного размер А4 и простой карандаш. Возможен вариант с использованием карандашей 8 «люшеровских» цветов, в том числе при интерпретации учитываются соответствующие показатели теста Люшера.

Инструкция: «На листе белой бумаги нарисуй себя дома и в школе.»

При обработке результатов принимаются во внимание взаимное расположение сверстников и автора рисунка. Дети с истерическими чертами характера вне зависимости от своего реального положения рисуют себя обычно в центре группы. У детей с невротическими реакциями на рисунке мало сверстников или они отсутствуют совсем, что отражает проблемы взаимопонимания с ними.

В результате проведенной диагностической работы нами получены следующие данные: импульсивных и гиперактивных детей среди учащихся начальной школы довольно много – 46% -227 человек, тревожные дети составляют вторую группу – 40% 193 человека, агрессивные -36% -174 человека, неуверенные в себе-32% -154 человека, общее благополучие в семье-41% -198 человек, общее благополучие в школе -58% -260 человек.



Вывод: таким образом, дети данной возрастной группы отличаются несформированностью саморегуляции и самоконтроля, поэтому импульсивность и агрессия являются основными стереотипическими проявлениями в поведении детей. С наиболее проблемными детьми планируется проведение коррекционно-развивающей работы психологами по разработанным программам. Психоэмоциональное состояние

детей в семье довольно благополучно, школа детей привлекает и не вызывает негатива у преобладающего количества младших школьников.

### **Проективная рисуночная методика «Кактус».**

**Цель диагностики:** выявить личностные особенности ребенка, увидеть состояние его эмоциональной сферы, отметить наличие агрессивности, ее направление и интенсивность.

**Инструкция:** «На листе белой бумаги нарисуй кактус – таким, какой ты себе представляешь».

При обработке результатов принимаются во внимание данные, свойственные всем графическим методикам: пространственное положение и размер рисунка, характеристики линий, нажим карандаша. Кроме того, учитываются показатели, специфичные для данной методики: характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, примитивный, детально прорисованный), характеристика иголок (размер, расположение, количество).

В рисунке могут проявиться следующие качества испытуемого:

**Агрессия** – наличие иголок. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг от друга иголки показывают высокую степень агрессивности.

**Импульсивность** – отрывистость линий, сильный нажим.

**Эгоцентризм, стремление к лидерству** – крупный рисунок, центр листа.

**Неуверенность в себе, зависимость** – маленький рисунок, расположение внизу листа.

**Демонстративность, открытость** – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.

**Скрытность, осторожность** – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.

**Оптимизм** – использование ярких цветов, «радостные» кактусы.

**Тревога** – использование темных цветов (вариант с цветными карандашами), преобладание внутренней штриховки прерывистыми линиями.

**Женственность** – наличие украшений, цветов, мягких линий и форм.

**Экстравертированность** – наличие на рисунке других кактусов или цветов.

**Интровертированность** – на рисунке изображен один кактус.

**Стремление к домашней защите, наличие чувства семейной общности** – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение комнатного растения.

**Отсутствие стремления к домашней защите, наличие чувства одиночества** – дикорастущие, «пустынные» кактусы.

После завершения рисунка ребенку в качестве дополнения можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Этот кактус домашний или дикий?
2. Этот кактус сильно колется? Его можно потрогать?
3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют?
4. Кактус растет один или с каким-либо растением по соседству? Если растет с соседом, то что это за растение?
5. Когда кактус подрастет, то как он изменится (иголки, объем, отростки)?

Еще раз хочется обратить внимание на осторожность в выводах после обработки данного теста. Ведь кроме учета изобразительных навыков, детских стереотипов, возрастных особенностей, на образ рисунка может повлиять ситуация, например, наличие дома кактуса определенной формы, недавно прочитанная книга о кактусах пустыни и прочее. Не забывайте, что этот тест, как и другие графические методики, эффективен только в комплексе с основными, классическими методами.

### **Психологическая трактовка рисунков «кактус».**



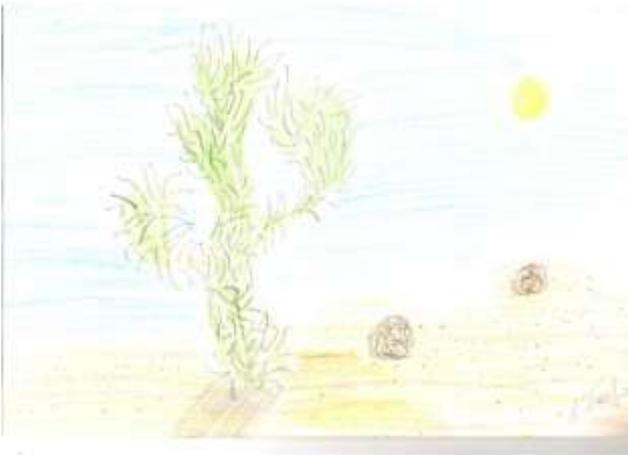
#### **Рисунок №1. (2 кактуса с цветочками в коричневых горшках на фоне полосатых обоев разного цвета)**

Автор отобразил следующие черты своего характера: уверенность в себе, оптимизм, умеренную агрессивность (норма), оптимизм и женственность, немного скрытность характера, стремление к домашней защите и уюту, экстраверсия. В целом, рисунок производит благоприятное впечатление. Общее самочувствие нормальное, личностной энергии достаточно для преодоления возникающих проблем. Личность психологически благополучна, дополнительная работа психолога не требуется.



**Рисунок №2. ( Кактус с двумя большими красными цветами, с глазами и высунутым языком .Фон закрашен красным).**

Рисунок психологически благополучной личности. Автор отобразил: эгоцентричность, стремление к лидерству, нормальный уровень агрессивности, незначительную напряженность (штриховка), оптимизм, женственность, стремление к домашней защите. Цветовая гамма выбрана оптимистичная, хотя красный цвет показывает о некотором демонстративном поведении подростка. В целом, психологически рисунок благополучен и дополнительной работы психолога не требует.



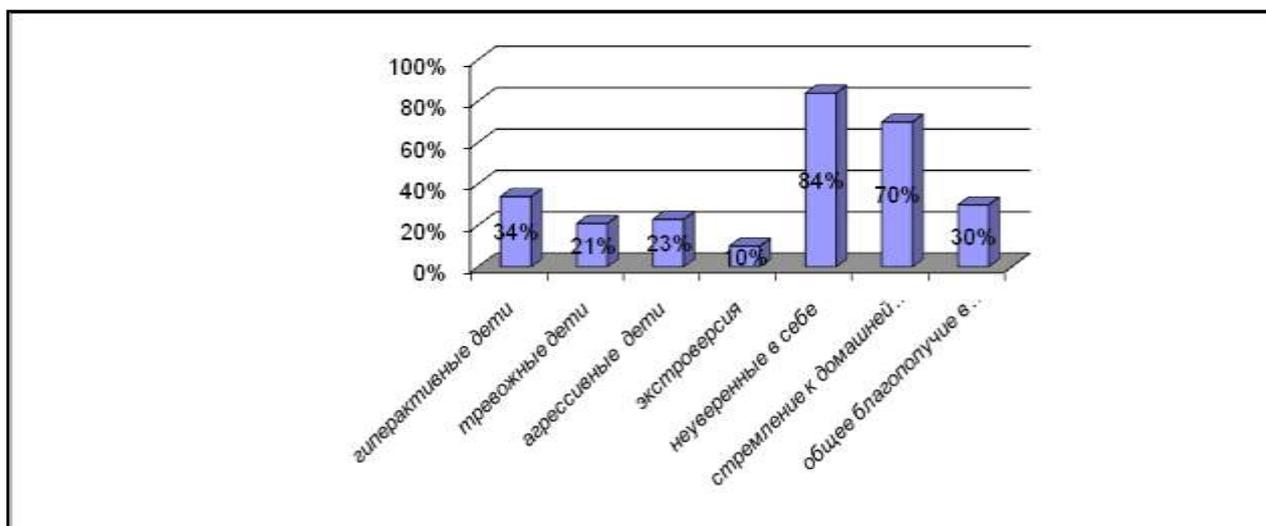
**Рисунок №3. (Рисунок пустыни, на которой изображен большой кактус с большими иглами. На песке отображена тень, растения перекаати-поле. Фон – голубой с солнцем).**

На рисунке отображена реальная пустыня. Кактус, изображенный автором, показывает наличие у личности некоторых проблем. Эгоцентризм подростка сочетается с демонстративностью и излишней агрессивностью. Штриховка показывает на наличие тревожности, особенно в зоне восприятия себя окружающими (тень), скорее всего, это обозначает на повышенную тревожность в области несоответствия ожиданиям окружающих или самовыражения. У личности, однако проявлен оптимистичный настрой, скрытность, отсутствие стремления к домашней защите, ориентировка на внешние стимулы. Требуется дополнительная углубленная психологическая диагностика для установления уровня тревожности, причин и подбор коррекционных технологий.



**Рисунок №4. (Большой кактус в синем горшке с глазами и улыбкой. Нарисован с использованием фломастеров. Преимущественно темно-зеленый, синий и черный цвета)**

На рисунке отображены следующие черты характера автора: эгоцентризм, импульсивность, средняя степень агрессивности, тревожность, стремление к домашней защите, демонстративность. Требуется дополнительная углубленная психологическая диагностика ученика с целью выявления проблем эмоционально – волевой сферы.



**Вывод:** В результате проведенной диагностической работы нами получены следующие данные: импульсивных и гиперактивных детей среди учащихся 5-6 классов довольно много – 34% -80человек, тревожные дети составляют вторую группу – 21% 49человек, агрессивные -23% -54 человека, неуверенные в себе-84% -198 человек, стремление к домашней защите-70% -165человек, общее благополучие в семье -30% - 70 человек. Подростки отличаются крайней несдержанностью, агрессивными проявлениями, импульсивностью, негативизмом и депрессивным настроением вследствие психофизиологических особенностей возраста и влияния субкультуры.

Коррекционные программы см.ниже.

## Анкета для учащихся 7 классов.

**Цель:** исследования уровня развития психологических особенностей личности.

### **Анализ социальной адаптации, интересов учащихся 7-х классов.**

Учащимся было предложено ответить на 19 вопросов.

1. Что вам больше всего нравится делать в свободное время?
2. Какие фильмы вы предпочитаете смотреть?
3. Какие телепередачи вас больше всего интересуют?
4. Какая музыка вам больше всего нравится?
5. Что вы обычно читаете в свободное время (помимо школьной программы)?
6. Что такое, на ваш взгляд, «здоровый образ жизни»?
7. Считаете ли вы для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?
8. Если бы вы узнали, что ваш друг (подруга) употребляет наркотики, вы бы:
9. Если бы вы узнали, что ваш друг (подруга) токсикоман, вы бы:
10. Если бы вы узнали, что ваш друг любит выпить, вы бы:
11. Если бы вы узнали, что ваш друг (подруга) курит, вы бы:
12. С какого возраста, как вы считаете, можно начинать половую жизнь?
13. Чего вы боитесь больше всего в этой жизни?
14. Насколько безопасно вы себя чувствуете?
15. Хотели бы вы иметь оружие? Какое?
16. Какая профессия вам представляется наиболее престижной и достойной?
17. Если бы у вас была возможность выбора, в каком учебном заведении вы предпочли бы учиться сейчас?
18. Как вы считаете, достаточно ли школа готовит вас к будущей самостоятельной жизни?
19. Что или кто является для вас поддержкой и опорой в трудную минуту, помогает вам «справиться с жизнью», с возникающими трудностями и проблемами?

Количественно ответы выражены в таблице:

	а	б	в	г	д	е	ж	з	и	к
1	24	14	3	63	21	23	1	19		
2	41	13	12	3	52	3	5	5	4	13
3	10	29	28	17	6	4	22	11		
4	12	20	19	3	1	53			4	
5	4	9	34	54	10	14	3	2	6,л21	10,м11
6	30	25	52	17	22	6	13	10	4	2
7	78		28	20	2	1		1	2	
8	22	6	86	1	3					
9	17	10	85	1	1					
10	14	20	72	3	2					
11	12	29	59	2	4					
12	6	8	21	33	49					
13	32	22	24	14	23					
14	21	35	28	7	10	11	2			
15	21	5	11	4	6	12	19	36	3	
16	11	13	12	10	ЛЗ,м13	11	2	2	30	18
17	71	4	4	2	6	3	4	4		
18	58	9	32	5	11	1				
19	69	58	7	4	1	5	10			

### 1.Что вам больше всего нравится делать в свободное время?

Г - встречаться с друзьями – 63, А – читать книги – 24, Е – слушать музыку - 23

Д – ходить в кино -21, Ж – ходить в театры – 1.

В свободное время опрошенные предпочитают встречаться с друзьями и подругами, слушать музыку, смотреть телевизор и читать книги. Они не любят посещать театры и музеи, ходить в походы. В целом, мальчики больше ориентированы на общение со сверстниками, а девочки на «диванный» образ жизни



## 2. Какие фильмы вы предпочитаете смотреть?

Д – комедии - 52, А – боевики - 41, Б – триллеры – 13, В – детективы- 12, Г – эротику- 3.

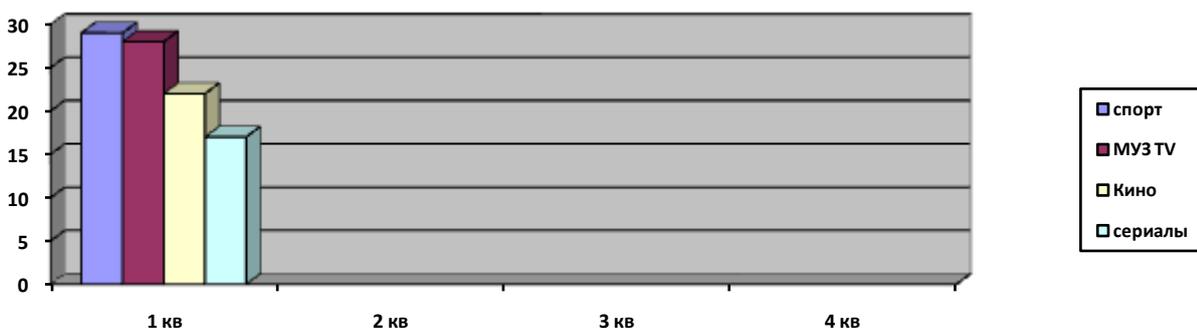
В списке предпочитаемых кинофильмов первое место занимают комедии без глубокого содержания и морали, далее следуют боевики и триллеры с жестокими сценами насилия, а некоторые предпочитают развлекаться эротикой. Мальчишки предпочитают боевики, а девчонки комедию и эротику. Хотелось бы привить интерес к кинематографической классике, интеллектуальному кино, хотя бы к добрым, красивым, мораль несущим, сказкам.



## 3. Какие телепередачи вас больше всего интересуют?

Б – спортивные – 29, В – МУЗ TV – 28, Ж – кинофильмы -22, Г – телесериалы -17.

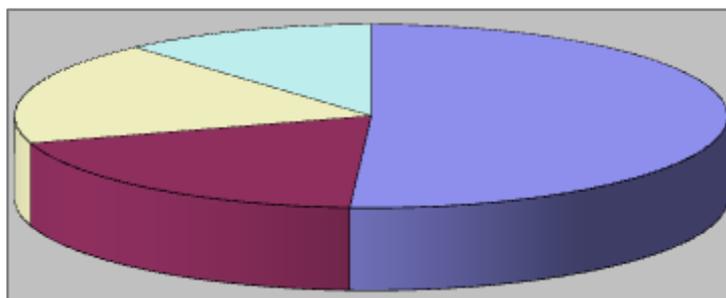
О фильмах мы уже говорили. Из других телепередач мальчишки предпочитают спорт, да ещё «с друзьями и пивом поболеть, поорать», девочки послушать современную музыку и посмотреть на своих кумиров по МУЗ TV. Довольно большой процент «зависает» на сериалах помимо своей воли – это уже проявляется неприятный синдром психологических зависимостей.



## 4. Какая музыка вам больше всего нравится?

Е – РЭП - 53, Б – тяжёлый рок – 20, В – поп - музыка – 19, А – классический рок – 12.

Всего одна девушка предпочитает классическую музыку, а остальные увлекаются РЭПом и роком, такую музыку они ставят себе на телефоны и слушают через наушники целый день, а потом считают, что они устали (голова болит) от уроков.

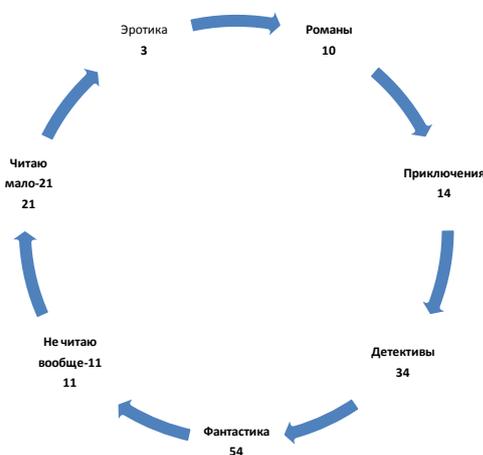


### 5. Что вы обычно читаете в свободное время (помимо школьной программы)?

Г – фантастику – 54, В – детективы -34, Е – приключенческую литературу – 14,

Д – романы -10, Ж- эротика – 3, Л –читаю мало -21, М – не читаю вообще – 11.

Конечно, поражает ответ «читаю мало», «не читаю вообще»! Но это факт. А те, кто читает, стараются уйти из реальной действительности в мир фантазий. Детективы и приключения закономерно привлекают этот возраст, особенно мальчиков. Именно девочки предпочитают романы и эротику.



### 6. Что такое, на ваш взгляд, «здоровый образ жизни»?

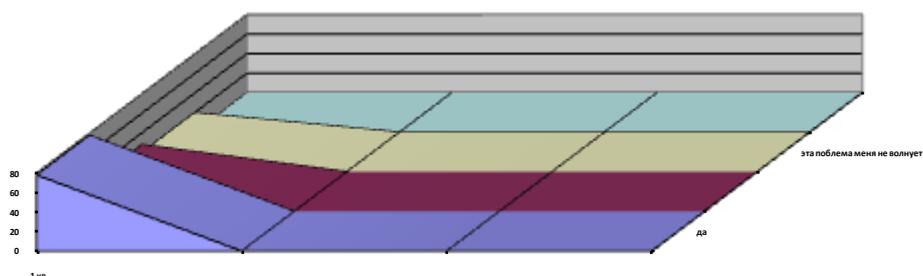
В – заниматься спортом – 52, А – не пить – 30, Б – не курить – 25, Д – не употреблять наркотики - 22, Г – полноценно и правильно питаться - 17.

Основными составляющими «здорового образа жизни», по мнению учащихся, являются не осмысленность жизни, не духовно – нравственный потенциал. Половина, в основном юноши, на первое место ставят спорт. Девушки считают, что не надо употреблять наркотики и правильно питаться, а «курение цвет лица не изменит, да и рано об этом задумываться».

**7.Считаете ли вы для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?**

А – «да» - 78, В – частично -28, Г – «эта проблема меня пока не волнует» - 20, Б – «нет» - 0

Радует то, что ребята собираются придерживаться «здорового образа жизни» в большинстве своём.



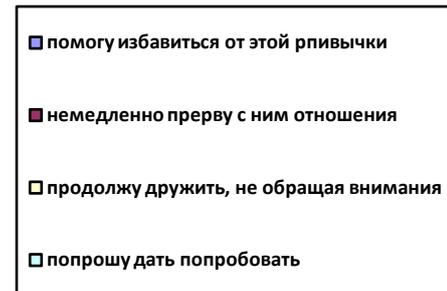
**8.Если бы вы узнали, что ваш друг (подруга) употребляет наркотики, вы бы:**

В – постарались бы помочь избавиться от этой привычки – 86, А – немедленно прекратил бы с ним отношения – 22, Б – продолжали бы дружить, не обращая внимания – 6, Г – попросил бы дать попробовать -1.



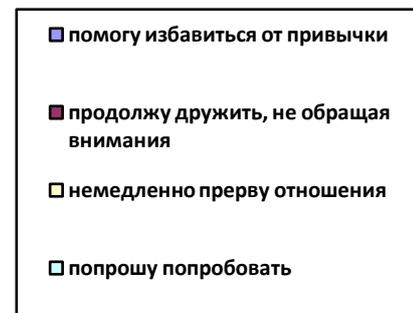
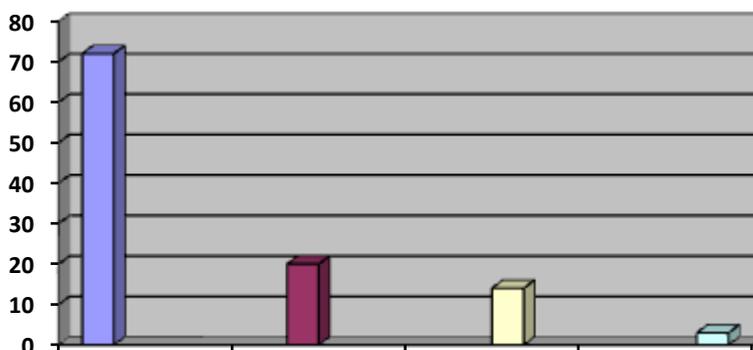
**9.Если бы вы узнали, что ваш друг (подруга) токсикоман, вы бы:**

В – постарался бы помочь избавиться от этой привычки – 85, А – немедленно прекратил бы с ним отношения – 17, Б – продолжал бы дружить, не обращая внимания – 10, Г – попросил бы дать попробовать -1.



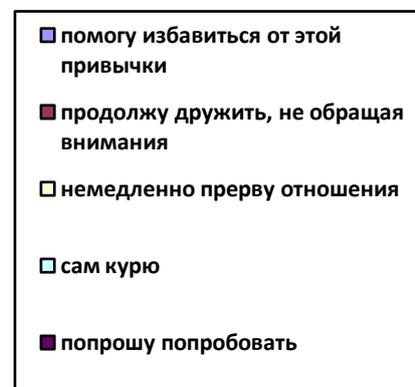
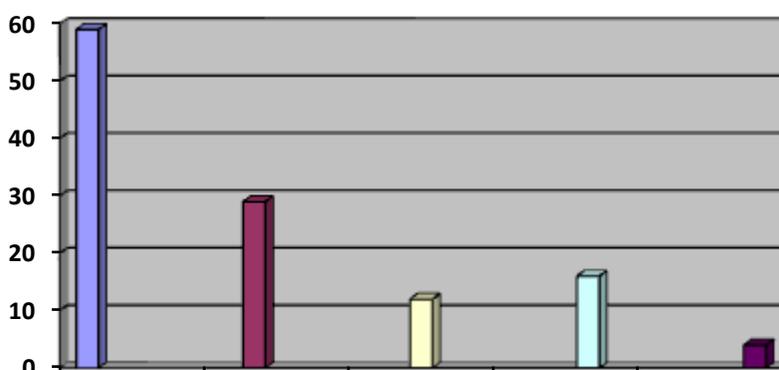
**10. Если бы вы узнали, что ваш друг любит выпить, вы бы:**

В – постарались бы помочь избавиться от этой привычки – 72, Б – продолжил бы дружить, не обращая внимания – 20, А – немедленно прекратил бы с ним отношения - 14, Г – попросил бы попробовать -3.



**11. Если бы вы узнали, что ваш друг (подруга) курит, вы бы:**

В – постарались бы помочь избавиться от этой привычки -59, Б – продолжал бы дружить, не обращая внимания -29, А – немедленно прекратил бы с ним отношения -12, сам курю – 6, попросил бы попробовать 4.



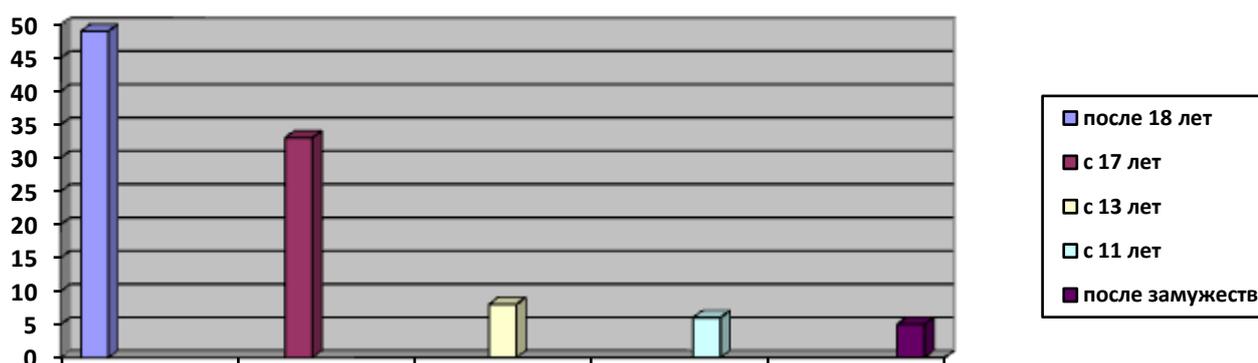
Радует желание подростков оказать помощь друзьям, это же свидетельствует об осознанном отношении к опасности наркомании, алкоголизма, курения, токсикомании. Однако, эта осознанность есть далеко не у всех.

## 12.С какого возраста, как вы считаете, можно начинать половую жизнь?

Д – после 18 лет – 49, Г – с 17 лет – 33, Б – с 13 лет – 8, А – с 11 лет – 6, «после замужества» - 5.

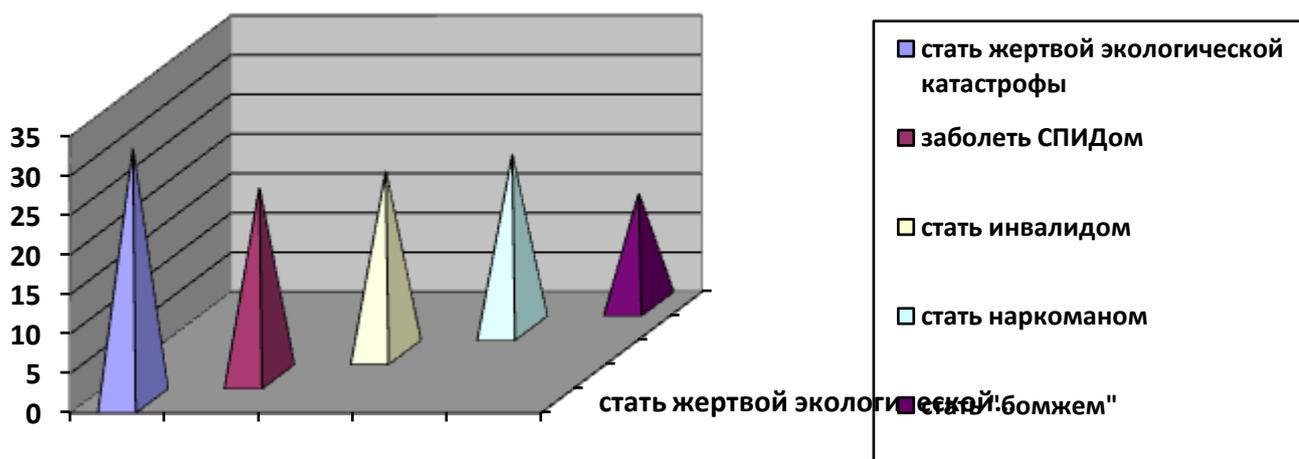
Вопрос о начале сексуальной жизни вызвал, пожалуй, наибольшую дифференциацию среди учащихся. Мальчики считают (14 человек), что сексуальные отношения можно начинать с 11-13 лет.

У некоторых девочек (5 человек) встречается непредусмотренный в анкете ответ «после замужества».



## 13.Чего вы боитесь больше всего в этой жизни?

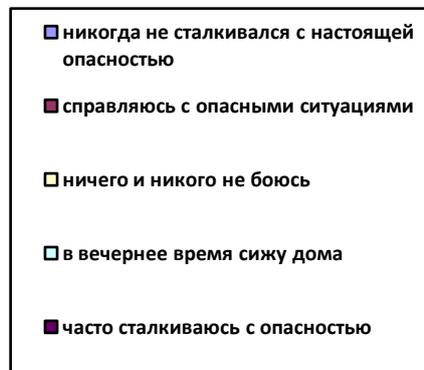
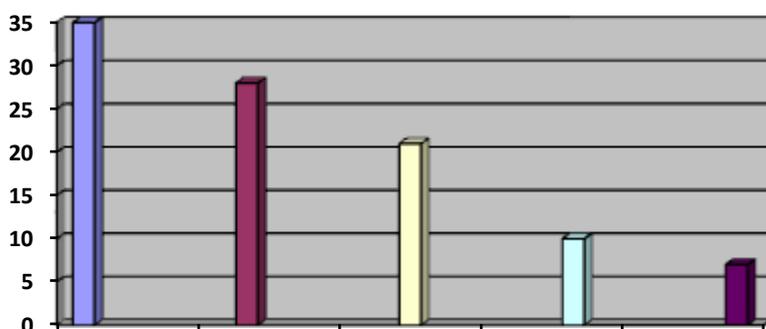
А – стать жертвой экологической катастрофы -32, В – заболеть СПИДом – 24, Д – стать инвалидом, прикованным к кровати – 23, Б – стать наркоманом -22, Г – потерять жильё и стать «бомжем» - 14.



Стать жертвой экологической катастрофы страшит девочек, а мальчишки боятся стать беспомощными или наркоманами. Данный страх опасен ещё и тем, что по анкетированию на уровень психологических зависимостей именно юноши показали очень высокий результат. Непременно надо вести работу с учащимися и родителями об отлучении детей от сериалов, компьютерных и телефонных игр. Так же зависимости на биохимическом уровне развивает злоупотребление различными лекарственными форм.

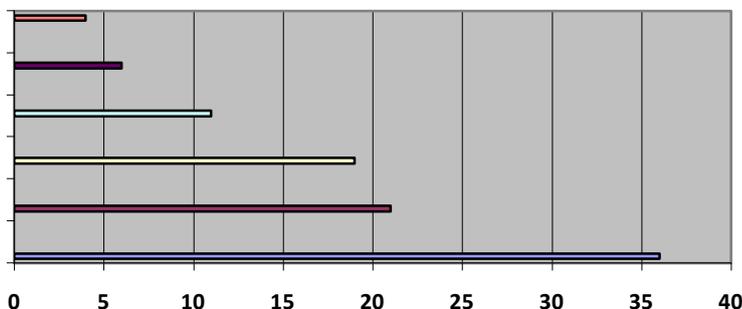
#### 14. Насколько безопасно вы себя чувствуете?

Б – никогда не сталкивался с настоящей опасностью -35, В – опасные ситуации возникают, но я с ними справляюсь – 28, А – ничего и никого не боюсь – 21, Д – в вечернее время предпочитаю сидеть дома – 10, Г – довольно часто приходится сталкиваться с опасностью -7.



Большинство ребят чувствуют себя достаточно безопасно и отмечают, что с настоящей опасностью никогда не сталкивались. Кроме того, многие (преимущественно мальчики) считают себя способными самостоятельно справиться с возникающими опасными ситуациями. В вечернее время предпочитают сидеть дома девочки.

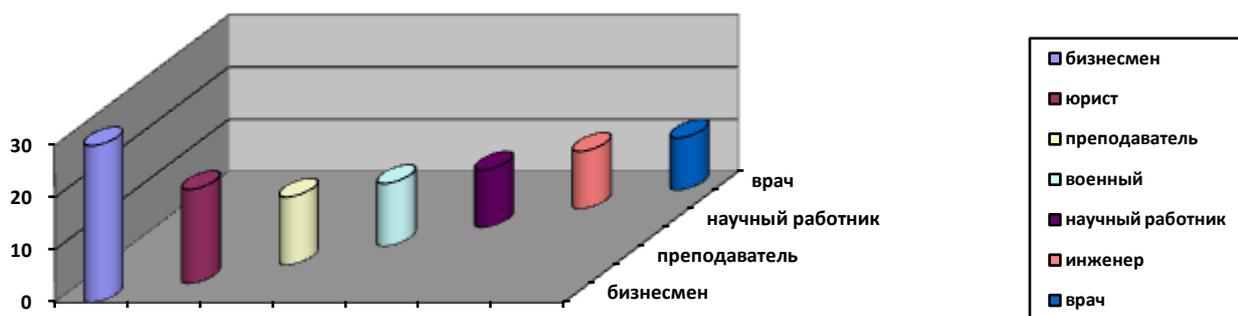
15. Хотели бы вы иметь оружие? Какое? З – не задумывался об этом – 36, А – газовый баллончик – 21, Ж – не хотел бы иметь ничего – 19, В – пистолет – 11, Д – кастет – 6, Г – холодное оружие – 4.



Опасное желание обладания оружием присуще почти всем не из желания самозащиты, что свидетельствует предыдущий вопрос, а из утверждения статуса и проявления подсознательной агрессии. Девушки предпочитают иметь газовый пистолет, а юноши настоящее огнестрельное оружие.

#### 16. Какая профессия вам представляется наиболее престижной и достойной?

И – бизнесмен – 30, К – юрист – 18, Б – преподаватель – 13, В – военный – 12, А – научный работник – 11, Е – инженер – 11, Г – врач – 10.



У современных подростков на первом месте стоит «бизнесмен», гораздо меньше считают престижной профессией «врача». Профессии «рабочего» и работников сферы услуг вообще никто не отметил.

**17. Если бы у вас была возможность выбора, в каком учебном заведении вы предпочли бы учиться сейчас?**

А – в той же школе, в которой учусь – 71, Д – в спецшколе с углублённым изучением некоторых предметов – 6, Б – в другой обычной средней школе – 4, В – в гимназии – 4, Ж – на курсах с обучением только профессии – 4, Е – хотел бы учиться индивидуально – 3.

**18. Как вы считаете, достаточно ли школа готовит вас к будущей самостоятельной жизни?**

А – да, достаточно – 58, В – кое-что из того, чему нас учат в школе, пригодится в дальнейшем – 32, Д – считаю, что школа в принципе не способна подготовить к жизни, - этому искусству каждый должен учиться сам - 11, Б – безусловно, недостаточно - 9, Г – считаю, что наше образование существенно отстаёт от жизни – 5.

**19. Что или кто является для вас поддержкой и опорой в трудную минуту, помогает вам «справиться с жизнью», с возникающими трудностями и проблемами?**

А – друзья - 69, Б – родители – 58, Ж – хобби – 10, В – домашние животные – 7, Е – искусство - 5, Г – природа – 4, Д – религия – 1.

Вывод:

Проведённый анализ показал, что большинство подростков осознают сложность и неоднозначность явлений сегодняшней социальной действительности и самостоятельно вырабатывают собственную позицию по отношению к ним. При этом разброс мнений и взглядов по предложенным вопросам достаточно велик.

Мотивационная направленность агрессивных детей отличается узостью мировоззрения и стереотипностью поведения в повседневной жизни. Основные модели поведения агрессивных учащихся чаще всего основываются на реальном опыте, подчеркнутом из средств массовой информации.

Думается, что именно мы, взрослые – психологи, педагоги и родители – должны помочь подросткам осознать и решить для себя важнейшие социальные проблемы., научить приемлемым способам выражения чувств ( например , агрессии).

В IV четверти 2009-2010 учебного года. в 7-11 классы проводилось анонимное обследование психологической обстановки в семьях учащихся, у 378 человек..

### Анкета для учащихся «агрессия родителей».

**Цель:** определение факторов влияющих на формирование у учащихся качеств, которые порождают тревожность в их поведении и склонность к крайним реакциям и эмоциям, в том числе и агрессивного характера

**Вопросы:**

1.Когда ты не слушаешься родителей, они чаще всего (кричат, бьют, выгоняют из дома и т.п.)

2.Часто ли в состоянии стресса, раздражения родители проявляют агрессию?

3.Укажите причины, которые наиболее часто вызывают гнев родителей.

4.Как часто появляется у родителей желание похвалить тебя, обнять, поцеловать и т.п.?

5.Как часто они бьют тебя, выгоняют из дома, запирают в тёмной комнате и т.п.?

6.При тяжёлых провинностях, какой вид наказания выбирают мать, отец?

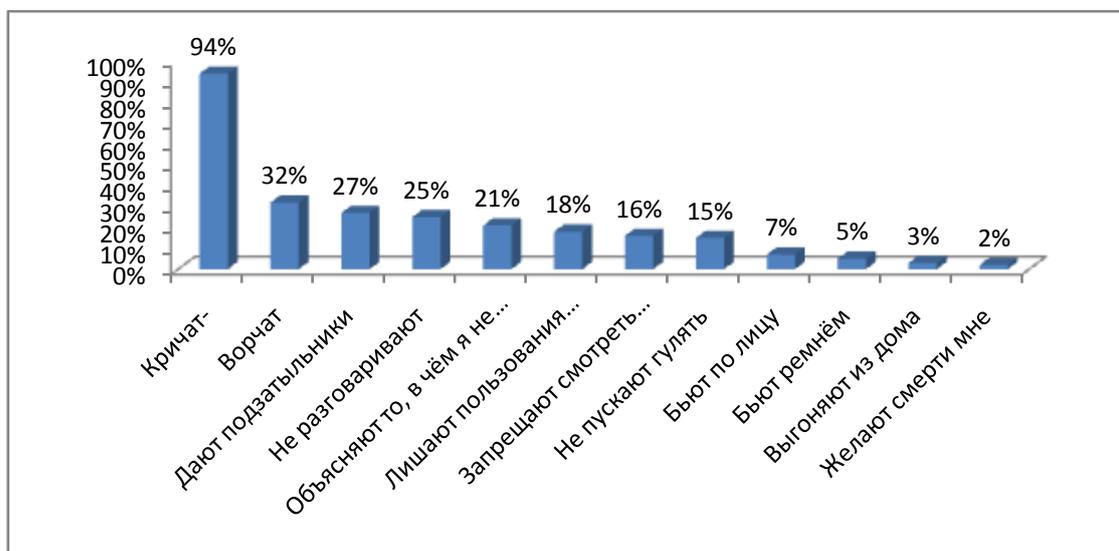
7.Сколько тебе лет? Сколько лет твоим родителям? Сколько детей в семье?

Ответы на поставленные вопросы представлены в таблице

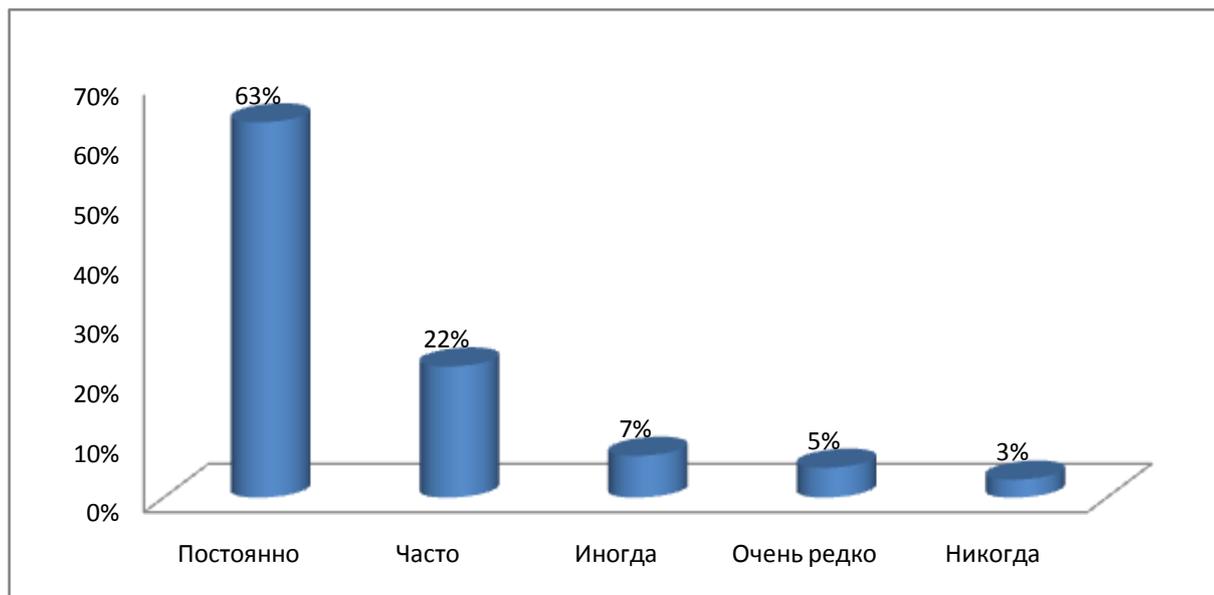
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Кричат-94%	Постоянно-63%	Ссоры в семье-23%	Всегда-3%	Часто бьют ремнём,	Кричат, словесно	14-17 лет
Ворчат-32%	Часто-22%	Проблемы на работе-17%	очень часто-5%	руками-5% (7-8классы)	оскорбляют, унижают-94%	28-52 года
Дают подзатыльники-27%	Иногда-7%	Устали, плохо себя чувствуют-15%	часто-9%	Постоянно дают подзатыльники-27% (в основном юноши)	(в основном матери)	
Не разговаривают-25%	Очень редко-5%	«Орут по поводу и без повода»-13%	редко-43%	Иногда бьют по лицу-7%	Не разговаривают-25% (в основном отцы)	
Объясняют то, в чём я не прав-21%	Никогда-3%	Не выполнил домашние обязанности-11%	только в пьяном виде-6%	(9-11 классы, девушки)	Дают подзатыльники -27% (в основном отцы)	
Лишают пользования компьютером-18%		Ослушание-9%	никогда-7%	«Чем попало, куда попало»-8%	Бьют-5% (2%-отцы, 3%-матери)	
Запрещают смотреть телевизор-16%		Грубый	даже в детстве не обнимали-2%	«Сильно били в	Выгоняют из дома, запирают	

Не пускают гулять-15%		разговор-7%		детстве»-7%	в туалете-матери
Бьют по лицу-7%		Плохие оценки в школе-5%		«Символически, но всё равно обидно»-6%	Желают смерти -2%-матери
Бьют ремнём-5%				«Никогда не били»-5%	Объясняют то, в чём ребёнок не прав отцы.
Выгоняют из дома-3%				Выгоняют из дома-3%	
Желают смерти мне-2%				Запирают в туалете-2%	

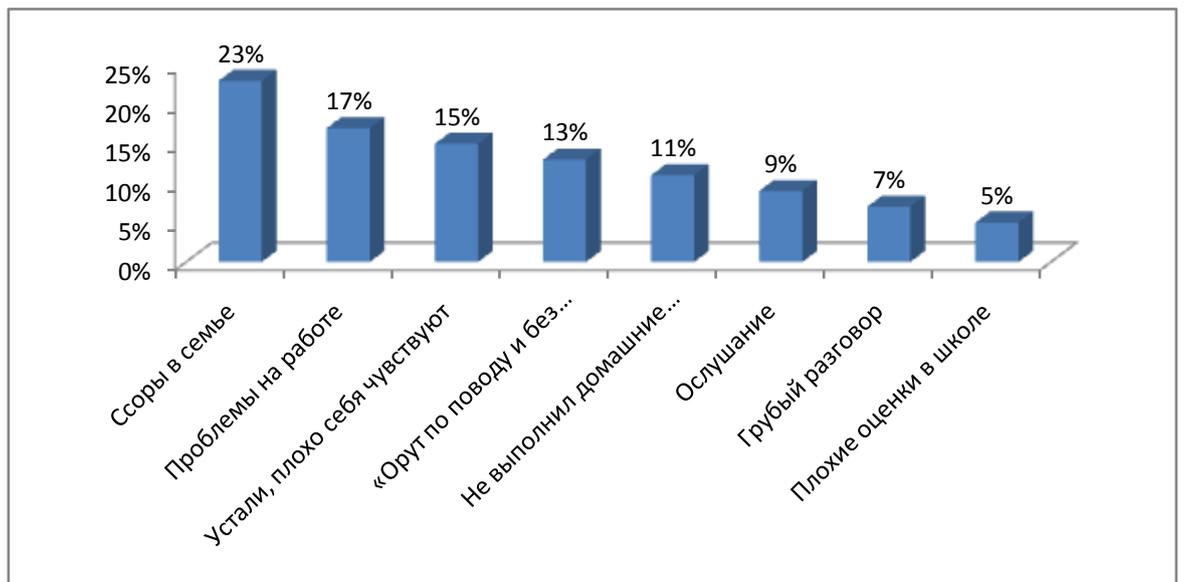
Ответы на вопросы: "Когда ты не слушаешься родителей, они чаще всего



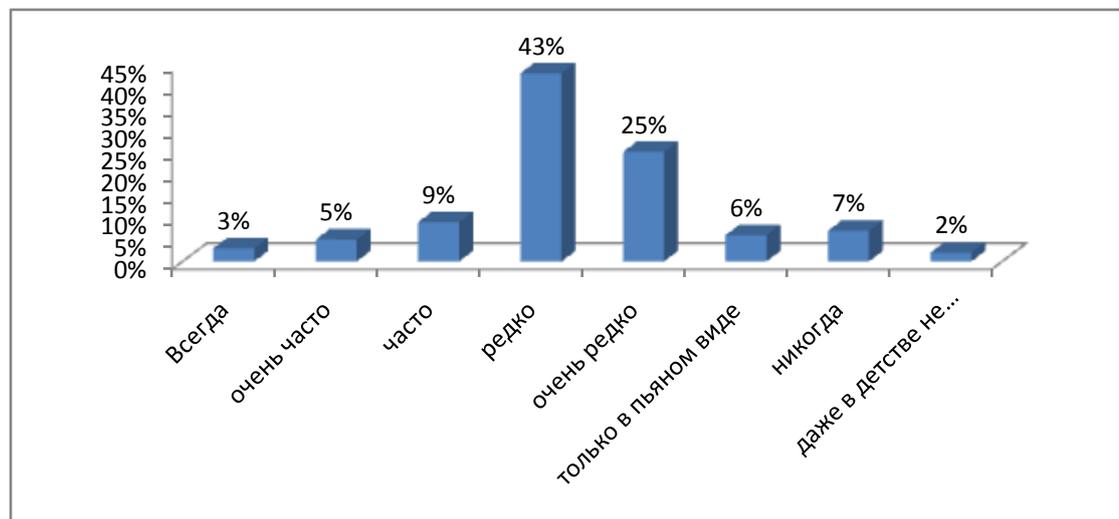
2. Часто ли в состоянии стресса, раздражения родители проявляют агрессию?



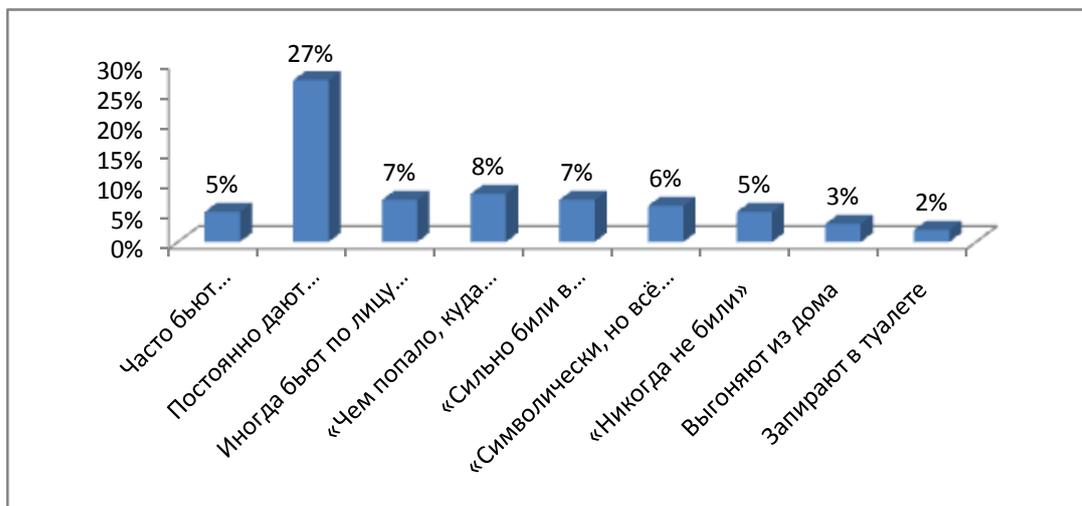
3. Укажите причины, которые наиболее часто вызывают гнев родителей.



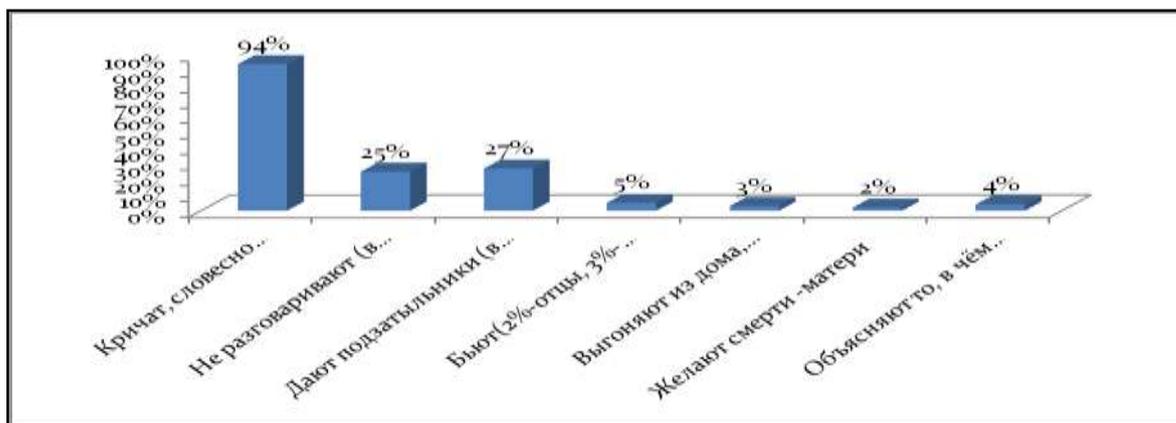
4. Как часто появляется у родителей желание похвалить тебя, обнять, поцеловать и т.п.?



5. Как часто они бьют тебя, выгоняют из дома, запирают в тёмной комнате и т.п.?



6. При тяжёлых провинностях, какой вид наказания выбирают мать, отец?



### Выводы:

В большинстве случаев наказания сочетаются и продолжаются несколько дней. Постоянно проявляя агрессию по отношению к детям, родители создают почву для стрессового, депрессивного и агрессивного психологического состояния детей. Как следствие это проявляется агрессивным поведением детей в обществе (в школе, на улице). Депрессивное состояние приводит к мысли «я никому не нужен, я всем мешаю», иногда «лучше мне умереть». Основные проблемы агрессии родителей по отношению к детям имеют причины в их собственной трагедии, неустроенности и т.п.

Для проявления агрессии по отношению к детям родители просто постоянно находят повод, время и силы, а вот для проявления любви, для снятия стресса с детской психики у родителей времени и желания не находится. Почти все дети испытывают на себе агрессию со стороны родителей. Более жестоко к детям относятся матери, их наказания агрессивнее, постоянный прессинг испытывают дети от криков и ворчаний. В большинстве случаев агрессию проявляют молодые родители (28-36 лет). Родители 45-52 лет, как правило, «ворчат, а потом объясняют то, в чём ребёнок не прав» - 5%. Не наказывают, а объясняют то, в чём ребёнок не прав – 3%. В этих семьях 2-3 ребёнка.

В большинстве семей один ребёнок. Не агрессивно наказывают, а по дружески, беседуют, всего 8%. За плохие оценки в школе наказывают всего 5%, что свидетельствует о том, что школа не является поводом для агрессии родителей. «Хвалит чаще папа, а обнимает и целует мама»-23%. «Мама сочувствует, когда папа ругает» - 9% - это снимает стресс от агрессии.

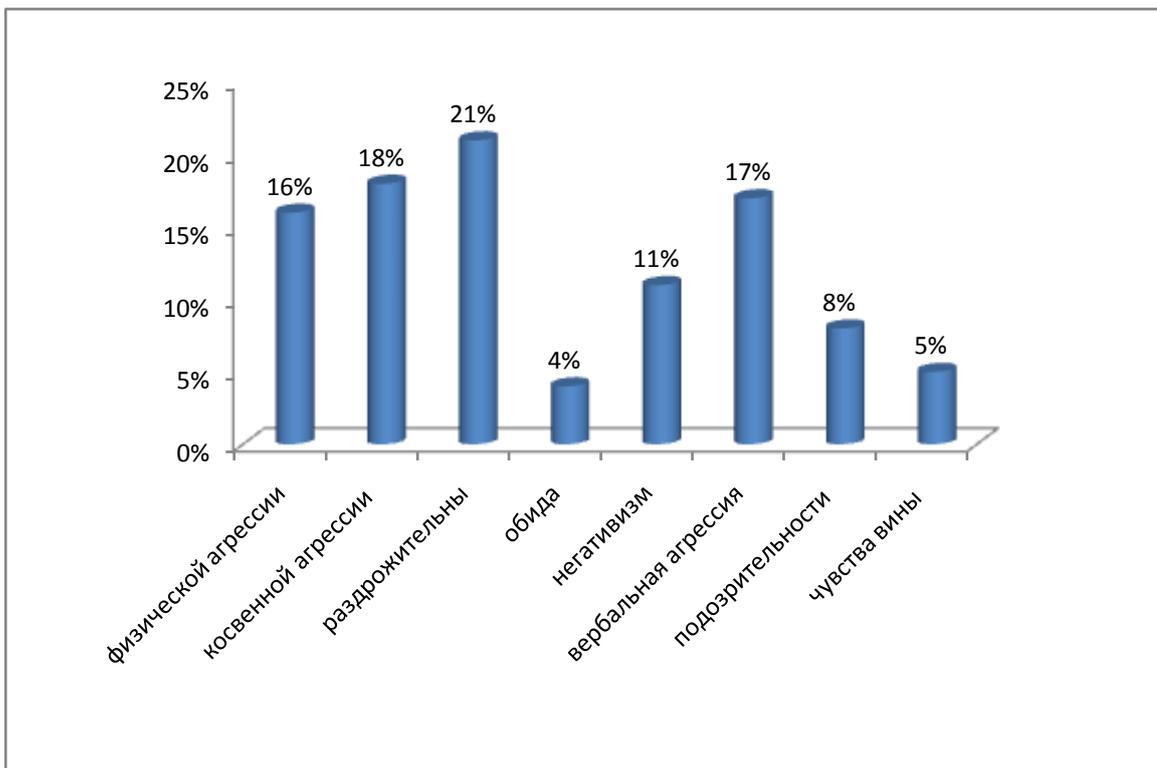
### Опросник Баса - Дарки (сокращенный вариант)

Цель диагностики: выявить уровень агрессивности детей и формы ее проявления.

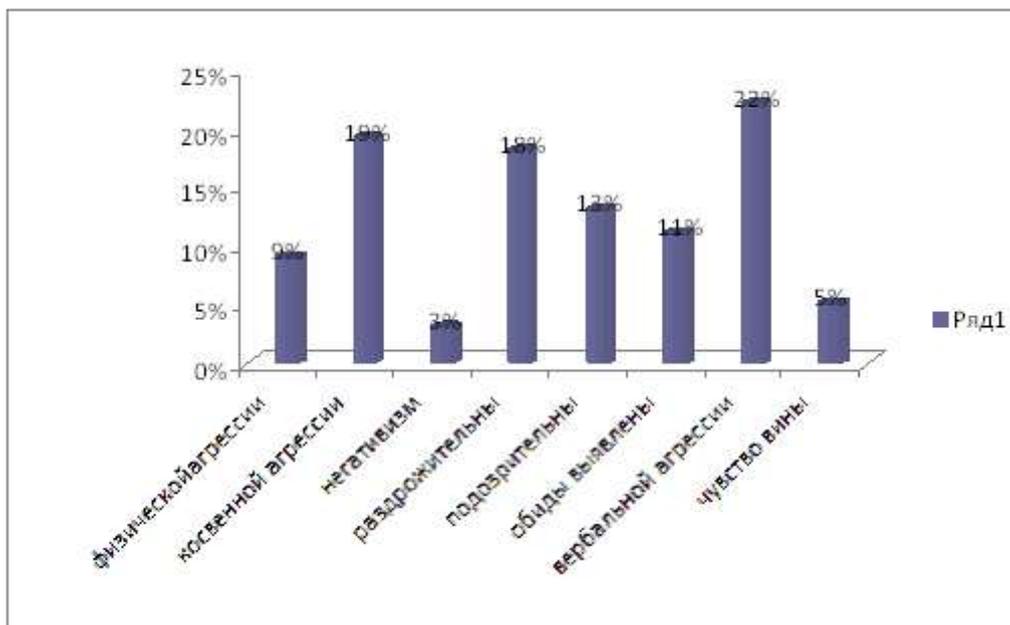
Агрессивность имеет качественную и количественную характеристику. Как и всякое свойство, она имеет различную степень выраженности: от почти полного отсутствия до ее предельного развития. Каждая личность обладает определенной степенью агрессивности. Отсутствие ее ведет к ведомости, пассивности и т.д. А чрезмерное ее развитие начинает определять весь облик личности, которая может стать конфликтной, неспособной на сознательную кооперацию. Данная диагностика позволяет выявить уровень агрессивности детей и формы ее проявления.

1. Если я разозлюсь, то могу ударить кого-нибудь
2. Иногда я раздражаюсь настолько, что могу бросить какой-то предмет
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь
4. Я знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной
5. Мне кажется, что судьба ко мне несправедлива
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за спиной
7. Я не могу удержаться от спора, если со мной не согласны
8. Если я кого-то обманываю, то испытываю угрызения совести
9. Мне кажется, что я могу ударить человека
10. Когда я раздражаюсь, то хлопаю дверями
11. Иногда люди раздражают меня просто своим присутствием.
12. Если мне не нравится установленное правило, то хочется его нарушить
13. Иногда меня гложет зависть, хотя я этого не показываю
14. Я думаю, что многие люди не любят меня
15. Я требую, чтобы люди уважали мои права
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь
17. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки
18. Иногда я выражаю гнев тем, что стучу по столу
19. Я часто чувствую, что могу взорваться, как пороховая бочка
20. Если кто-то пытается мною командовать, я поступаю ему наперекор
21. Есть люди, к которым я испытываю настоящую ненависть
22. Довольно много людей мне завидуют
23. Если я злюсь, то могу выругаться
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины
25. Если меня кто-то обидит, я могу дать сдачи
26. Иногда я хватаю первый попавшийся под руку предмет и ломаю его
27. Я могу наругать людям, которые мне не нравятся
28. Когда со мной разговаривают свысока, мне ничего не хочется делать
29. Обычно я стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
30. Иногда мне кажется, что надо мной смеются
31. Если кто-то раздражает меня, я могу сказать все, что о нем думаю
32. Меня угнетает, что я мало помогаю своим родителям
33. Если кто-то первый ударит меня, то я ему отвечу тем же.
34. В споре я часто повышаю голос
35. Я раздражаюсь из-за мелочей
36. Того, кто строит из себя начальника, я стараюсь поставить на место.
37. Я заслуживаю больше похвал и внимания, чем получаю
38. У меня есть враги, которые хотели бы мне навредить
39. Я могу угрожать, хотя не собираюсь приводить угрозы в действие
40. Я делаю много такого, о чем потом жалею.

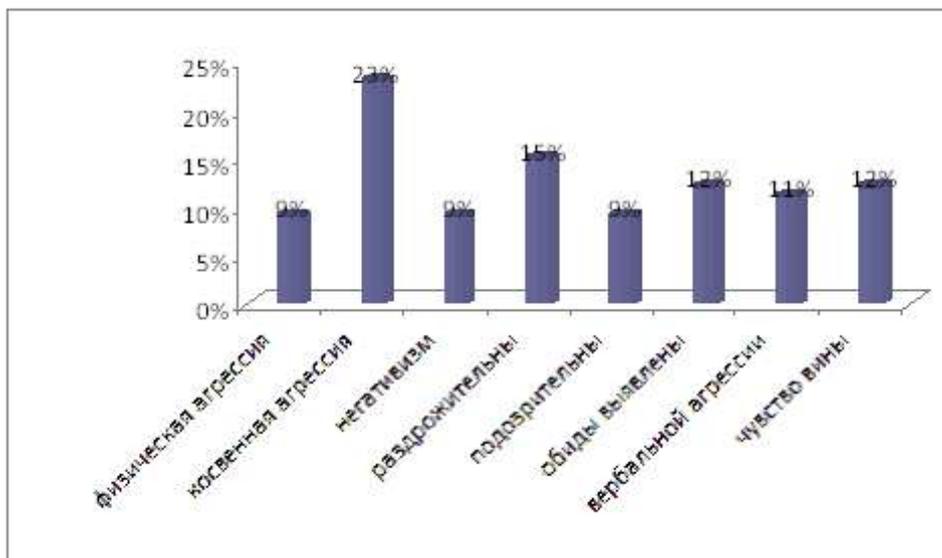
В результате анализа полученных данных **высокий уровень:** физической агрессии зафиксирован у 16%-28 чел.; косвенной агрессии – 18%-32 чел.; склонности к раздражению зафиксирован у 21%-37 чел.; негативизма наблюдается 11%-19 чел.; Обиды у 4%-7чел.; подозрительности– 8%-14 чел; вербальной агрессии 17% -30 чел; чувства вины - 5%-9 чел.



**Средний уровень** физической агрессии зафиксирован у 9% - 16 человек; косвенной агрессии у 19% - 33 человека; склонности к раздражению - 18% - 32 человека; негативизма - 3% - 5 человек; обиды выявлен у 11% - 19 человек; подозрительности - 13% - 23 человека; вербальной агрессии - 22% - 38 человек; чувства вины - 5% - 9 человек.



**Низкий уровень** физической агрессии выявлен у 9% - 16 человек; косвенной агрессии - 23% - 40 человек; склонности к раздражению у 15% - 26 человек; негативизма у 9% - 16 человек; обиды - 12% - 22 человека; подозрительности зафиксировано у 9% - 16 человек; вербальной агрессии 11% - 19 человек; чувства вины - 12% - 22 человека.



По результатам анализа диагностического обследования были выделены психологические особенности: раздражительность, тревожность, спонтанная агрессивность, обидчивость, депрессивность, недостаточная саморегуляция у агрессивных подростков.

**Для коррекции психологических особенностей личности агрессивных подростков была разработана психокоррекционная программа.**

**Основной целью программы** является снижение агрессивных проявлений в поведении подростков

**Задачи психокоррекционной работы с агрессивными подростками:**

**Видоизменение сознания и поведения подростков в гуманитарную сторону по отношению к себе и окружающему миру:**

- 1) знакомство подростков с особенностями формирования типов человеческой личности;
- 2) знакомство подростков с особенностями агрессивного поведения, факторами, влияющими на формирование агрессивного поведения, способами «борьбы» с агрессией;
- 3) снижение уровня агрессивности;
- 4) снижение эмоционального напряжения, тревожности;
- 5) развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека, толерантности и умение адекватно выразить свое;
- 6) обучение эффективным способам общения;
- 7) коррекция личностной, эмоциональной сфер подростка;
- 8) коррекция поведения с помощью ролевых игр;
- 9) формирование у подростков моральных представлений;
- 10) обучение ауторелаксации.

Психокоррекционная программа разрабатывалась на основе работ следующих авторов: И.В. Дубровиной, Р.В. Овчаровой, В.В. Петрусинского, К. Рудестама, Л.М.Семенюка.

### **Разработка программы коррекции проводилась в несколько этапов:**

**Просветительский этап** – проведение бесед с подростками, тренинги, чтение лекций; проведение классных часов.

**Цель:** дать представление учащимся об агрессии, агрессивном поведении, причинах подобных действий и способах «борьбы» с агрессивными проявлениями в поведении.

**Задачи:** 1) знакомство подростков с особенностями формирования типов человеческой личности;

2) знакомство подростков с особенностями агрессивного поведения, факторами, влияющими на формирование агрессивного поведения, способами «борьбы» с агрессией.

**Следующий этап** - подбор игр, упражнений на снижение уровня агрессивности, коррекции выделенных показателей.

**Цель** этого этапа – является коррекция психологических особенностей личности подростков.

**Задачи:** 1) снижение уровня агрессивности;

2) снижение эмоционального напряжения, тревожности;

3) развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение адекватно выразить свое;

4) обучение эффективным способам общения;

5) коррекция личностной, эмоциональной сфер подростка;

6) коррекция поведения с помощью ролевых игр;

7) формирование у подростков моральных представлений;

8) обучение ауторелаксации.

Занятия проводились внеурочное время. Выбирался день, когда у учащихся мало уроков. Каждое занятие может длиться от 40 минут до 1,5 – 2 часов в зависимости от эмоционального настроя участников, степени вовлечения в процесс, проработанности эмоциональных проблем, более конкретных задач каждого занятия. Занятия проходили один раз в неделю по субботам с 12.45.

### **Критерии эффективности:**

Критерием эффективности работы является развитие индивидуальных личностных качеств подростка, раскрытие его творческих ресурсов, гармонизация внутреннего мира, адекватность и гибкость его самооценки, положительная динамика поведенческих проявлений, снятие уровня тревожности, эмоционального напряжения, снижение уровня агрессивности.

Приложение:

Фрагменты авторских тренинговых программ на видоизменение сознания и поведения учащихся.

Рисунок 1.

Тренинг гармонизации психо-эмоционального состояния младших школьников «Аленушка».



«Волшебный Лес» (коррекционный тренинг на видоизменение мировоззрения, самовосприятия, поведения детей группы риска).



Тренинговые занятия для учащихся 4-ых классов, направленные на повышение самооценки, уверенности в себе, снижению тревожности.

### «Путь к себе»



Психологический тренинг работы педагога-психолога с группой учащихся 3, 4-ых классов, направленная на повышение самооценки, снижение уровня агрессии и тревожности; обучение навыкам релаксации; повышение эффективности общения и взаимодействия.

#### Пояснительная записка.

В настоящее время жизненная обстановка в России усложнилась в связи с многочисленными политико-социальными, энтическими, экономическими преобразованиями. В стране выросло число семей, неблагополучных в экономическом, психологическом, педагогическом аспектах. Сегодня существует тенденция роста неполных семей и семей с одним ребенком. В связи с этим участились случаи заболевания невротами и депрессиями взрослых людей. Как известно, тревогу и волнения на эмоциональном и мыслительном уровне взрослые передают своим детям.

Поэтому многие дети, находящиеся рядом, тоже испытывают сильное негативное влияние и, подобно родителям, становятся невротиками, высокотревожными детьми или, в лучшем случае, заболевают психосоматическими заболеваниями. Психолог

Е. Ю. Брель выявила и такую закономерность: тревожность детей возрастает в том случае, если родители не удовлетворены своей работой, жилищными условиями, материальным положением. Может быть, именно поэтому в наше время число тревожных детей неуклонно растет.

Кризисная ситуация в стране также накладывает свой отпечаток на социальную сторону жизни граждан и в будущем, возможно, будет ожидать еще больший рост тревожности у детей.

Разработанный нами тренинг призван помочь тревожным детям справиться со своей неуверенностью в себе,

неадекватной самооценкой, негативными эмоциями. Нам кажется, что данный тренинг актуален именно для детей 9-10 лет, предподросткового периода дабы предотвратить возможные проблемы у этих ребят, которые могут возникнуть в подростковом возрасте. Просвещая детей в вопросах строения собственной личности, эмоциональных состояниях, причинах определенного поведения детей, а также снабжая их инструментарием для преодоления негативных эмоциональных проявлений и наставляя на путь личностного роста решается профилактическая задача предотвращения возможных личностных и социальных трудностей детей.





#### Цели и задачи:

Цель: повысить самооценку учащихся, корректировать эмоционально-личностную сферу.

Задачи:

- Способствовать снижению агрессии, тревожности, повышению самооценки
- Просвещение учащихся и обучение механизмам снижения агрессии, навыкам

релаксации

- Развивать эмоционально-волевую сферу детей
- способствовать формированию механизмов межличностного общения со сверстниками.
- Развивать умение работать в группе

Программа рассчитана на детей 3-4 класса с проблемами эмоционально-личностного характера различного генезиса. В основу работы взят метод игровой терапии, потому что дети данного возраста активно играют и в игре проявляют себя более открыто и свободно.



Повышению самоуважения направлены занятия арт-терапевтического характера, так как через творчество дети проецируют свои проблемы и проводят самокоррекцию. Психолог направляет и руководит процессом. Обучение навыкам снижения агрессии и аутотренинга преследуют задачу просвещения и самосознания учащихся. Приобретенные на занятиях навыки дети могут самостоятельно использовать и в дальнейшей жизни, добиваясь стабилизации своей эмоциональной неустойчивости. Овладение навыками аутотренинга способствуют также повышению самооценки и самоуважения, так как учащиеся достигают конкретных результатов в контролировании собственного тела и эмоций. Элементы НЛП и рациональной психотерапии направлены на повышение самооценки и учат вербализировать свое состояние и проблемы, корректировать поведение и решать их; акцентировать внимание на положительных проявлениях в своей жизни и поведении.

Методы: игровая терапия, психогимнастика, арт-терапия, тренинг поведения, элементы психодрамы, сказкотерапии, рациональной терапии и НЛП

Этапы реализации:

- Сентябрь - октябрь – Создание доброжелательной атмосферы в группе, «рабочей обстановки»; доверительного отношения между детьми. Снижение агрессии. Психогимнастика. Повышение самоуважения, оптимизация самосознания.
- ноябрь – тренинг поведения; обучение механизмам снижения агрессии, повышение самооценки.
- декабрь – навыкам аутотренинга (АТ); повышение самооценки, оптимизация самосознания. Подведение итогов. Контрольное тестирование. Рекомендации детям.

### **Содержание коррекционного тренинга «Путь к себе»**

направленный на повышение самооценки, снижение уровня агрессии и тревожности; обучение навыкам релаксации; повышение эффективности общения и взаимодействия.

#### **I. Подготовительная работа.**

##### **1. Сбор информации о детях, нуждающихся в проведении тренинга**

А) Групповой мониторинг учащихся с целью выявления уровня самооценки и тревожности. Детям предлагаются методики: Тревожность М. Филлипса, Методика «Лесенка» В.Г.Щура, графическая методика «Несуществующее животное». В результате составляется карта актуального развития (КАР) класса и определяется предварительно контингент для тренинговых занятий.

Б) Проводится углубленная индивидуальная психологическая диагностика с трудными детьми, выявленными вследствие мониторинга.

В) Наблюдение за поведением детей на уроке и во внеурочной деятельности, заполнение анкет наблюдения. С помощью анкет наблюдения выясняем ситуативную тревожность детей, поведенческие стереотипы, черты характера.

Г) Индивидуальная работа с родителями детей, которых предполагается взять на тренинговые занятия. Проводится сбор анамнестических данных. Разрабатываются рекомендации родителям и педагогам по преодолению тревожности детей.

Д) Коррекция программы тренинга происходит по результатам подготовительного этапа. Оформление документации.

**2. Собрание родителей детей группы риска.** Ознакомление родителей с целями, задачами, условиями и планом проведения тренинга. Групповое анкетирование родителей на родительском собрании. Предлагается анкета проявлений тревожности

ребенка в семье. Написание заявления на включение ребенка в группу тренинга «Путь к себе».

## II. Непосредственно тренинговые занятия.

### 1. Знакомство. Сплочение.

Первое занятие традиционно проводится с целью знакомства детей друг с другом. Учащиеся знакомятся с правилами проведения тренинга, временем, целями и задачами. Игровые задания и упражнения на сплочение повышают мотивацию и заинтересованность в занятии детей. Использование телесно – ориентированной терапии, психогимнастики в сочетании с успокаивающей музыкой способствуют успокоению, раскрепощению детей, созданию безопасной атмосферы для детей.



### 2. Мой характер: положительные и отрицательные черты. «Солнышко и тучи»

Методы изотерапии на занятии призваны помочь детям отобразить собственную личность символично, но наглядно. Путем рациональной терапии и игротерапии учащиеся убеждаются в том, что в собственном характере можно найти много хороших черт. Повышению самооценки также способствуют игры и психогимнастические этюды. Творческий подход к отображению собственной личности позволяет мобилизовать ресурсы организма и видоизменить стереотип отношения к себе. Для усиления эффекта занятия используется заряжающая энергией музыка классических и инструментальных исполнителей.



### 3. Агрессивное поведение. Тренинг. Снижение агрессии

Тренинг агрессивного поведения проводится в виде психогимнастических этюдов, предложенных М.Чистяковой и А.Алябьевой и модифицированных под конкретных участников тренинга. Ролевые игры и игровые упражнения способствуют тренингу новых желаемых стереотипов поведения. На занятии используется по возможности видеотехника, позволяющая зафиксировать и просмотреть со стороны, отрефлексировать собственное поведение в ролевых играх участников тренинга. Используемая на занятии цветотерапия позволяет легче настраиваться на необходимую эмоциональную реакцию.

### 4. «Цветок достижений. Лес возможностей». Коррекция мотивационной сферы, повышение самооценки.

На занятии используются активно методы арт и изотерапии, рациональной психотерапии. Детям предлагается осознать значимость своей личности, свою мотивационную сферу и достижения. Также методом игротерапии решается задача принятия себя, повышения самооценки и самоуважения, видоизменения сознания по отношению к собственным успехам. Вспомогательные средства ароматерапии, фоновой музыки и релаксационных презентаций способствуют усилению эффекта занятия.

5. «Я в образе животного». Настроение в виде животного. Тренинг поведения.

Механизмы снижения агрессии.



Цель данного занятия – проекция себя, отображение личного внутреннего мира через символизм рисунка животного. Также посредством ролевых игр и метода драматерапии осваивается механизм внутренней поддержки, повышения самооценки. Игротерапия К.Фопеля позволяет закреплять способы снятия

агрессии и негативных эмоций.

6. «Моя вселенная». Самооценка. Индивидуальность. Принятие себя.



Выполняемая на занятии аппликация, символично отображающая внутренний мир увлечений и интересов ребенка решает задачи повышения самооценки, заинтересованность другими людьми, расширением своих возможностей. Для усиления эффекта используются релаксационные упражнения и игры,

психогимнастические этюды, соответствующая атрибутика и оформление тренинговой зоны.

7. «Сталактиты-сталагмиты». Коррекция самооценки. Отрицательные качества и обиды.

Основная цель данного занятия – коррекция самооценки, повышение позитивного настроения, видоизменение сознания относительно собственных недостатков. Символическая пещера со сталактитами и сталагмитами позволяет увидеть взаимосвязь между достоинствами и недостатками и видоизменить свое сознание. Для усиления эффекта используется классическая



музыка и проецируемый на экран изображение пещеры. Релаксационные и телесно-ориентированные упражнения позволяют снимать напряжение и тревожность детей.

#### **8. «Мой успокаивающий образ». Эмоции и чувства.**

##### **Позитивный образ**

Основные задачи данного занятия – просвещение детей, посвящение их в мир эмоции людей; обучение навыкам контролировать свои эмоции. Учащиеся в ходе тренинга при помощи релаксационных, телесно –



ориентированных, психогимнастических упражнений осваивают техники успокоения и аутотренинга. Техники контроля над своими эмоциями, работа над собственным успокаивающим образом позволяют снижать тревожность детей; создавать положительный настрой на преодоление трудностей жизни. Для усиления эффекта используется ароматерапия, релаксационные фильмы. Фотоаппарат, используемый на отдельных этапах занятия позволяет провести рефлексию собственных эмоций для каждого участника тренинга.

#### **9. «Дерево». Моя семья и другие люди. Круг ближайшего развития.**

Создание символического образа «дерева» при помощи техник арттерапии позволяет детям выстраивать стратегию решения собственных проблем. Расположив на дереве значимых людей учащиеся оценивают, кто из людей и в какое время может помочь в решении конкретных проблем. Также рассматриваются причины возникновения проблем, взаимодействие и взаимосвязь людей в конфликтной ситуации. Сказкотерапевтические элементы из практики Зинкевич-Евстигнеевой Т.Д, Кудзилова Д.Б. используются на создание положительного настроения. Игры и задания на релаксацию позволяют закреплять полученные навыки самоконтроля эмоционального состояния.



#### **10. Программы саморазвития. «Радуга». Подведение итогов**

Финальное занятие цикла тренингов призвано показать детям стратегию решения



проблем, выстраивание собственной программы саморазвития с использованием символической техники арттерапии «Радуга». В ходе тренинга дети закрепляют полученные знания и умения в ходе всего цикла и пытаются применить их на практике, выстраивая собственную программу личностного роста. Благодаря этому и используя техники релаксации и аутотренинга решается перспективная задача профилактики эмоциональной

неблагополучности в подростковом возрасте. Для создания позитивного настроения используется бодрая музыка классических композиторов и в конце тренинга каждому участнику вручается «медаль за личные достижения».

### III. Послетренинговый этап

1. В конце проведения тренинга проводится заключительное родительское собрание или индивидуальные консультации родителей, с детьми которых проводился тренинг. Проводится анкетирование, собирается информация о динамике поведения детей, разрабатываются дальнейшие рекомендации родителям.
2. Разрабатываются рекомендации педагогам по индивидуализации обучения и взаимодействия с тревожными детьми.
3. Проводится диагностика и наблюдение за поведением во время урока и во внеурочной деятельности, намечаются пути дальнейшего сопровождения каждого ребенка.



### *Тематическое планирование*

#### *занятий:*

Дата	№	Тема	Примечание
	1	Знакомство. Сплочение.	
	2	«Солнышко и тучи». Мой характер: положительные и отрицательные черты.	
	3	Агрессивное поведение. Тренинг. Снижение агрессии	
	4	«Цветок достижений. Лес возможностей». Коррекция мотивационной сферы, повышение самооценки.	
	5	«Я в образе животного». Настроение в виде животного. Тренинг поведения. Механизмы снижения агрессии.	

	6	«Моя вселенная». Самооценка. Индивидуальность. Принятие себя.	
	7	«Сталактиты-сталагмиты». Коррекция самооценки. Отрицательные качества и обиды.	
	8	«Мой успокаивающий образ». Эмоции и чувства. Позитивный образ	
	9	«Дерево». Моя семья и другие люди. Круг ближайшего развития.	
	10	Программы саморазвития. «Радуга». Подведение итогов	

## Литература:

Алябьева Е.А. Психогимнастика в начальной школе: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. - М.:ТЦ Сфера, 2003. – 88 с.

Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. - М.: «Спб-89», 2002. – 224 с.

Венгер А.Л. На что жалуетесь? Выявление и коррекция неблагоприятных вариантов развития личности детей и подростков. Москва – Рига: «Эксперимент», 2000. – 178с.

Зинкевич-Евстигнеева Т.Д, Кудзилов Д.Б. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2003. – 144с.

Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Тихонова Е.А. Проективная диагностика в сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2008. – 208с.

Игумнов С.А. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков - М.: Изд-во Института психотерапии, 2000. – 112 с.

Костина Л. Игровая терапия с тревожными детьми. – СПб.: Речь, 2001. – 160с.

Куличковская Е.В., Степанова О.В. Как преодолеть свой страх? Развивающие сказки и игры для дошкольников и младших школьников. СПб.: «Речь», 2008. – 136с.

Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Коррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000. -192с.

Погосова Н.М. Цветовой игротренинг. – СПб.: Речь, 2002.

Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. - СПб.: Речь, 2002. – 175 с.

Филиппова Ю.В. Общение. Дети 7-10лет - Ярославль: «Академия развития», 2002. – 144 с.

Фопель К. Барьеры, блокады и кризисы в групповой работе. Сборник упражнений. Пер. с нем. – М.: Генезис, 2003. – 160с.

## Тематическое планирование коррекционно-развивающих занятий с агрессивными учащимися.

2010-2011 учебный год, 24 занятия по 1 часу,  
Н.Н.

Психолог: Штерн

Подготовительная работа – 1 месяц, 6 часов.

1. Подготовительная работа – 1 месяц.
  2. Собрание родителей детей группы риска – 1ч.
  3. «Клоун Петруша» (тестирование, беседа, упражнения) – 1ч.
  4. «Домики» (тестирование, беседа, упражнения) - 1ч.
  5. «Гомунскулус» (тестирование, беседа, упражнения) – 1ч.
  6. «Эмпатийность» (тестирование, беседа, упражнения) – 1ч.
  7. «Толерантность» (тестирование, беседа, упражнения) – 1ч.
- Непосредственно тренинговые занятия – 13 часов.
8. «Волшебный Дождичек» (введение в этику тренинга) – 1ч.
  9. «Смелые Ежата» (преодоление страхов) – 1ч.
  10. «Куклы-марионетки» (видоизменение стереотипов поведения) – 1ч.
  11. «Алёнушка» (ресурс эгоцентризма) – 1ч.
  12. «Добрый Доктор» (видоизменение психосоматического состояния) – 1ч.
  13. «Заяц Хвастунишка» (поведенческая социализация) – 1ч.
  14. «Мышкин сон» (навыки безопасного поведения) – 1ч.
  15. «Птички» (видоизменение нравственных установок) – 1ч.
  16. «Пушистый Мячик» (гуманитаризация сознания) – 1ч.
  17. «Приручи меня» (ресурс эмпатийности) – 1ч.
  18. «Город мечты» (ресурс толерантности) – 1ч.
  19. «Золотая Рыбка» (закрепление) – 1ч.
  20. «Дорога к Храму» (ресурс перспективы) – 1ч.
- Итоговый мониторинг – 5 часов.
21. «Два человечка» (дневник самонаблюдений) – 1ч.
  22. «Звёздочка» (игровое тестирование результатов тренинга) – 1ч.
  23. «Карнавальным костюм» (проективное тестирование) – 1ч.
  24. Тест Кейрси (итоговое тестирование) – 1ч.
  25. Родительское собрание (психологический всеобуч) – 2ч.
- Посттренинговая дополнительная работа.

Приглашение детей для совместного просмотра и обсуждения фильмов «Чучело», «Шестой элемент», русских народных сказок.

Для вовлечения детей в дальнейшую совместную деятельность поставить с ними спектакль по книге К. Сергиенко «До свидания, овраг».

Психологи «Лицея №26» разработали ряд мероприятий для разных групп учащихся, которые могут провести классные руководители, составили памятку учащихся «Экзамен это праздник» и др.



### «Весёлая ёлка»

**Психологический тренинг – праздник, огонёк, классный час на сплочение коллектива, развитие эмпатийности, симпатийности, толерантности. Психолог: Штерн Н.Н.**

Гости спешат на праздник. Выбрали себе пару, а теперь в толпе шагом один догоняет другого и салит. Если уходящий чувствует приближение партнёра, он может повернуться и поднять «лапки» вверх, тогда его не салит. Так играем до тех пор, пока партнёры не осалят друг друга.

А теперь построим «Новогодние Часики». образуем два круга: внутренний и внешний, лицом друг к другу. Круги вращаются в противоположные стороны. Подняли две ладони и с каждым встречным хлопаем и говорим: «Здравствуй! Привет! Рад видеть! С праздником! ...». Теперь внешний круг повернулся вправо, внутренний влево. Встречаясь, хлопаем одной рукой и говорим: «Люблю! Уважаю! Подражаю! Восхищаюсь! Ты самый лучший друг! Ты самая красивая! ...». Пошли в другую сторону, опять две руки хлопают и громко говорим: «Счастья! Здоровья! Любви! Много пятёрок! Преданных друзей! ...».

Все встали в хоровод! Праздник начинаем песней «В лесу родилась ёлочка». Идём по кругу и всю песню инсценируем. Молодцы! Аплодисменты!

Но какая может быть ёлка без весёлых игр и соревнований?!

Образовали один круг. Один в центре, глаза закрыты, вращается с вытянутой рукой. По сигналу «стоп» он три раза указывает на разных друзей. Выбранные будут сегодня капитанами. Остальные делятся на тройки, загадывают себя: «Вишенка, яблочко, апельсин». Предлагают капитанам выбрать по одному фрукту, зверьку, птичке, машине и т. п. Так мы разделились на три команды. Можно начинать большие новогодние соревнования. Какая команда победит?! Вперёд!

К доске приглашаются по одному человеку от команды. Необходимо нарисовать сразу двумя руками ёлку, бабочку, звезду. Молодцы!

По три человека от команды. Все трое одновременно будут рисовать снеговика, собаку, хрюшку. Но рисовать они будут с закрытыми глазами. Какие весёлые картинки получились!

Внимание! Музыкальный конкурс. Какая команда всех перепоёт? Кто больше исполнит песен о зиме, о ёлке, о новогоднем празднике?!

Уходит в прошлое год Собаки. А вы хорошо знаете собак. По одному человеку от команды будут показывать повадки и породы собак, а товарищи пусть угадают то, что им показывают.

Команды под музыку быстро, но молча строятся в шеренгу по росту, теперь по алфавиту, молча строимся по длине волос, а теперь по дням рождения (с января по декабрь). Громкие аплодисменты «декабристам»!

«Бусы на ёлку» кто сделает самые длинные? Команды образуют три круга. Стоим плечом к плечу, лицом к центру круга. Волшебные бусы вращаются. По сигналу «стоп» те, кто встретились спинами, быстро поворачиваются лицом друг к другу и отвечают на вопрос: Кто это? Это мальчик или девочка? Какого цвета волосы? Какого цвета глаза? ... Тот, кто первым ответит на вопрос забирает в свои бусы второго.

Сейчас буриме о нашем классе, каждый сочиняет по одной строчке:

- В нашем классе все ребята...
- Всех люблю и уважаю...
- В Новый год я пожелаю...

Ну вот, получилось большое стихотворение о нашем классе, коллективное такое творчество! Прочитаем? ... Можно завтра оформить его в новогоднюю газету!

Берём стулья, ставим в круг и остаёмся около них, но один стул мы уберём. Под музыку танцуем! Музыка стоп! Все сели! Кому стула не хватило, выбывает.

Стулья ставим кругом, девочки садятся на стулья, а мальчики встают у них за спиной. У одного мальчика стул свободен и он одними глазами, молча зовёт к себе подружку. Девочка перебегает на свободный стул, если рыцарь её не остановил, положив руку на плечо в момент побега. Рекомендую быть очень внимательными и смотреть друг другу в глаза. Начали!

А теперь каждый сел на свой стул. Приняли удобную позу. Закрыли глаза. Расслабились. Три раза глубоко вдохнули. Вспоминаем самую красивую ёлку, а на ней самую красивую игрушку. Внимательно рассматриваем игрушку. Мы снимаем аккуратно игрушку с ёлки. Глубоко вдыхаем три раза и открываем глаза. Каждый покажет свою игрушку и расскажет о ней.

Все встаём в хоровод и: «В лесу родилась ёлочка, в лесу она росла...». Аплодисменты!!!

## **Выводы**

Таким образом, на основе всего выше изложенного можно сделать следующие выводы: Агрессия – это комплексное образование, агрессивная направленность личности обуславливается вложившимися в процессе жизни совокупностью определенных психологических особенностей.

Агрессивное поведение подростка обусловлено определенным набором психологических особенностей личности, уровнями их проявления у человека. Разработанная психологами «Лицея №26» программа диагностических исследований позволяет в условиях школы целенаправленно воздействовать на психологические особенности агрессивных детей и проводить эффективную коррекцию.

## **Литература:**

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология. – Екатеринбург. 1999. – с. 86.
2. Александров, А.А. Современная психотерапия. – СПб.: 1997. – с.26.
3. Андреева, Г.М. Социальная психология. - М.: 1988. – с. 429
4. Бандура, А., Уолтерс, Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. -М.: Изд-во «Эксмо пресс».2000.- с.43.
5. Беличева, С.А. Основы превентивной психологии. - М.:1993.- с.56.
6. Берн, Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. - М.:1998. – с.39.
7. Бэрн, Р., Ричардсон, Д. Агрессия. - СПб.: Изд-во «Питер». 1997. – с. 18.
8. Бютнер, К. Жить с агрессивными детьми. -М.: Изд-во «Педагогика».1991. – с.7.
9. Вильянс, В.К. Психологические механизмы мотивации человека. -М.: 1990. – с.93.
10. Джейнс, У. Психология. / А.А. Петровский. - М.: Изд-во «Педагогика». 1991. – с.48.
11. Ежов, И. В. Введение в психологию духовного развития личности ребенка. Психологические основы духовной педагогики. - Тула ТОИРО. 1997. –с.3.
12. Заврвжин, С.А. Агрессивные фантазии у детей в детском и подростковом возрасте. // Вопросы психологии 1993 №5
13. Игры - обучение, тренинг, досуг. / В.В. Петрусинский. - М.: Изд-во «Прометей».1991. – с.28.
14. Крылов, А.А. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии. - СПб.: 1999. – с.314.
15. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология. - М.: Изд-во УРАО. 1997. –с. 140.
16. Кэрол Флейк Хобсон, Брайн, Е. Робинсон, Петси Скин Развитие ребенка и его отношения с окружающими. - М.: 1993. –с. 114.
- 17.Лоренц, К. Агрессия. - М.: 1994. – с.56.
18. Практическая психология в тестах или как научить понимать себя и других. - М.: 1997. – с.197.
19. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. - М.: 2000. – с.74.
20. Психологические тесты. / А. А. Карелина. - М.: 1999. - с.77.
21. Психология эмоций. Тексты. / В. К. Вильнас и Ю. Б. Гипенрейтер. - М.: Изд-во Московского Университета. 1984. – с.142.
- 22.Рабочая книга школьного психолога. / И.В. Дубровина. - М.: 1991. – с.194.
23. Райгородский, Д.Я. Психология личности в 2-х т: Хрестоматия/ Д.Я. Райгородский. – Самара.1999.- Т.2. с. 7.
- 24.Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб.: Изд-во «Питер». 2000. – с. 342.
25. Раттер, М. Помощь трудным детям. - М.: 1999. –с. 239.

26. Ремшмидт, Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. - М.: Изд-во «Мир». 1994. –с. 76.
27. Рудестам, К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. - М.: 1990. –с.321.
28. Румянцева, Т.Г. Агрессия и контроль. //Вопросы психологии 1992 №5-6
29. Рычкова, И.А. Поведенческие расстройства у детей. Диагностика, коррекция, психопрофилактика. - М.: 1998. – 11.
30. Фурманов, И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. Минск: 1996. – 64.
31. Хьелл, Л., Зиглер, Д. Теории личности: основные положения, исследования и применение. – СПб.: 2003. – с.112.
32. Чижова, С.Ю. Детская агрессивность: 100 ответов на родительское почему? /С.Ю. Чижова, О.В. Калинина Ярославль 2001. – с.49.
33. Шумилин, Е.А. Психологические особенности личности старшеклассника. - М.: Изд-во «Педагогика». 1979. – с.78.
34. Эмоциональное здоровье вашего ребенка. - М.: 1996. –с. 257.
35. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис. - М.: 1996. –с. 244.