

Программа

Коррекция агрессивного поведения подростков



1. Пояснительная записка.
 2. Цели и задачи программы
 3. Теоретическое обоснование
 5. Методы отслеживания эффективности программы, данные об апробации программы.
 6. Организационные условия проведения занятий
 7. Учебно - тематический план занятий
- Список литературы.
Приложения

1. Пояснительная записка.

Актуальность написания программы

Проблема воспитания детей с агрессивным поведением является одной из центральных. Агрессивность – свойство личности, целенаправленное разрушительное поведение, заключающееся в нанесении вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения (Р. Бэрн, Д. Рид). В настоящее время условия жизни людей, крушение прежнего мировоззрения и несформированность норм поведения у подрастающему поколению. Неизмеримое количество внутренних и внешних факторов в настоящее время являются самыми разнообразными явлениями жизни далеко не всегда происходит у него безболезненно. Многие из них, другие, которые могут носить и патологический характер. У ребенка формируются негативные переживания, отсутствие положительного опыта. Программа коррекции агрессивного поведения подростков предназначена для работы с детьми, имеющими агрессивное поведение.

Дестабилизация экономики, спад производства, снижение жизненного уровня в стране, что отражаясь на социальном состоянии общества, порождает социальные кризисные процессы, происходящие в современном обществе. Статистика свидетельствует о росте отклоняющегося поведения среди лиц различных социальных групп. В последнее время с увеличением агрессивного поведения, проявляющихся в асоциальных действиях (алкоголизм, наркомания, нарушение общественного порядка, проявляться жестокость и агрессивность. Рост агрессивных тенденций в подростковой среде.

2. Цели и задачи программы

- Обучение подростков приемам общения, стимулирование развития их коммуникативных способностей.
- Формирование умения конструктивно действовать в конфликтных ситуациях.
- Формирование мотивации самовоспитания и саморазвития, обеспечив ее необходимыми условиями.
- Реализуя цели, программа решает следующие задачи: воспитать и развить в детях коммуникативные навыки:
 - Эффективно взаимодействовать, общаться.
 - Справляться со стрессом.
 - Делать выбор и принимать решения.

3. Теоретическое обоснование

Агрессия: определение и основные теории

Терминология - в быту термин "агрессия" имеет широкое распространение для обозначения агрессивного поведения. Под агрессией понимается вредоносное поведение. В понятии "агрессия" объединяются различные формы агрессивного поведения.

формы насильственного поведения, определяемого в терминах "задиристость", "драчливость" и т.д. по отношению к определенному объекту. Часто враждебность и агрессивность сочетаются, но нередко люди проявляют агрессивность по отношению к каким-либо объектам, не проявляя враждебности по отношению к другим объектам.

В литературе различными авторами предложено множество определений агрессии:

Под агрессией понимается сильная активность, стремление к самоутверждению.

Под агрессией понимаются акты враждебности, атаки, разрушения, то есть действия, наносящие ущерб личности или обществу.

Агрессия – реакция, в результате которой другой организм получает болевые стимулы.

Агрессия – физическое действие или угроза такого действия со стороны одной особи по отношению к другой.

Агрессия – злобное, неприятное, причиняющее боль окружающим, поведение.

Из этого множества определений агрессии ни одно не является исчерпывающим и охватывающим все проявления агрессии.

Л. Берковиц обратил внимание на то, что одна из главных проблем в определении агрессии – это то, что агрессия обычно оскорбляет других, или что он часто недружелюбен, или же что он, будучи досаждаемым, сам становится источником проблем.

Таким образом, при изучении агрессивного поведения человека мы сталкиваемся с проблемой определения агрессии. Одно из определений агрессии, предложенное А. Бассом, гласит: "Агрессия – это любое поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому человеку". Второе определение, предложенное несколькими известными исследователями, содержит следующее определение: "Агрессия – это любое поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому человеку".

И, наконец, третья точка зрения, высказанная Н. Зильманом, гласит: "Агрессия – это любое поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому человеку". Несмотря на значительные разногласия относительно определений агрессии, многие специалисты сходятся во мнении, что агрессия – это любое поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому человеку.

Таким образом, агрессия – это любое поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому человеку. Агрессия — это любая форма поведения, нацеленного на причинение вреда или ущерба другому человеку.

На первый взгляд, это определение кажется простым и откровенным, а также тесно связанным с реальными требованиями к агрессии.

Из представления о том, что агрессия предполагает или ущерб, или оскорбление жертвы, вытекают различные последствия. Таким образом, помимо оскорблений действием, такие проявления, как вымогательство, угрозы и т.д. являются агрессивными в определенных обстоятельствах.

Ввиду того, что проявления агрессии у людей бесконечны и многообразны, весьма полезным является рассмотрение агрессии на основании трех шкал: физическая — вербальная, активная — пассивная и прямая — непрякая. Например, удары холодным оружием или избивание, при которых один человек осуществляет физическую агрессию по отношению к другому, являются активными и прямыми. Высказывания за глаза можно охарактеризовать как вербальные, активные и непрякие.

Таблица 1.1. Категории агрессии по А. Бассу

Тип агрессии	Примеры
Физическая – активная - прямая	Нанесение другому человеку вреда с помощью оружия.

Физическая – активная - непрямая	Закладка мин-ловушек; сго
Физическая – пассивная - прямая	Стремление физически не п деятельностью (например, сидяча
Физическая – пассивная - непрямая	Отказ от выполнения необх демонстрации).
Вербальная – активная - прямая	Словесное оскорбление или
Вербальная – активная - непрямая	Распространение злостной
Вербальная - пассивная - прямая	Отказ разговаривать с други
Вербальная - пассивная - непрямая	Отказ дать определенные с человека, которого незаслуженно

Таким образом, агрессия, в какой бы форме она ни проявлялась, представляет собой комплексное определение включает в себя следующие частные положения: 1) агрессия об подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам; 3) жертвы должны обла Предварительное исследование проведено на учащиеся 7 –х классов, в этом возрасте закл За основу подбора диагностик (учитывая всё вышесказанное) были взяты следующие кри

Информативность

Возможность группового проведения

Стандартизованность методики (наличие возрастных норм)

Простота и быстрота обработки (возможность обследования большого количества р

Узкоспециализированность

Надежность методики

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

Методологической основой программы коррекции агрессивного поведения детей ст Организация работы строится на принципах:

гуманизма - утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому

конфиденциальности - Информация, полученная психологом в процессе проведения

Компетентности - Психолог чётко определяет и учитывает границы собственной к

Ответственности - психолог заботится, прежде всего, о благополучии детей и не и

Методы:

В работе используются:

Дискуссия, обсуждение.

Работа в парах.

Рисунок.

Психологическая игра.

Работа в малых группах.

Визуализация.

Интерактивные игры

интерактивные

помочь

детям

Многим детям трудно сконцентрироваться на учебе, если они не чувствуют своей принадлежности. Ребенок с антисоциальным поведением он пытается привлечь к себе внимание. Чтобы научиться ощущать себя частью группы, родители должны обратиться к нему, привлечь внимание на то, какие они для него. Помочь вселить уверенность

укрепить веру детей в то, что они сами могут управлять своей жизнью.. Надежда — это способность наслаждаться жизнью со всеми ее трудностями и поражениями, она дает детям и взрослым уверенность в себе и своих действиях. Дети за свое поведение. Ребенок чувствует, что его уважают, когда его слышат и поддерживают.

помочь

детям

ясно

Именно в школьном возрасте детям важно научиться понимать свои чувства и эмоции.

помочь

детям

научиться

Дети, так же, как и взрослые, стараются поступать правильно, но иногда они торопятся, принимают поспешные решения. Учитесь быть внимательными к детям сочувствием. Мы можем учить их ставить себя на место другого, понимать чувства ребенка.

Мы должны помочь ребенку следовать его собственным внутренним целям и желаниям.

рисуют

или

развивать

в

детях

открытость

Желание принадлежать к группе отчасти препятствует общению детей с ровесниками. Дети часто стараются угоду желаниям других, не выражают свою точку зрения. Очень важно научить их отстаивать свои границы.

Для этого нам необходимо предоставить детям возможность говорить и о неприятных эмоциях, и о телесных ощущениях, показать детям, как можно жить без насилия, в ситуации, когда ребенок рассердится на кого-то. Помогите детям научиться устанавливать здоровые отношения, помочь детям открыть для себя искусство достигать внутренней гармонии и счастья.

5. Методы отслеживания эффективности программы, данные об апробации программы

Программа апробирована в МОУ СОШ № 99 в течение двух лет. В 2004-2005 учебном году А. Дарки показали, что у всех детей повышены индексы агрессивности и враждебности (таблица 1).

Таблица 1 Результаты диагностики учащихся по методике Басса-Дарки.

Вид агрессии	баллы	Индекс агрессивности - Индекс враждебности -
		97 68

физическая	92
вербальная	102
косвенная	96
негативизм	96
раздражение	69
подозрительность	64
обида	73
чувство вины	35

Анализ результатов ретестирования показал, что произошло снижение показателей

Таблица 2. Результаты ретестирования учащихся 7-ых классов по методике Басса-Д

Вид агрессии	баллы	
физическая	83	
вербальная	97	
косвенная	91	
негативизм	72	Индекс агрессивности - 84 Индекс враждебности - 49
раздражение	57	
подозрительность	46	
обида	52	
чувство вины	33	

Эти данные подкрепляются данными наблюдений и мнениями педагогов, работающих

6. Организационные условия проведения занятий

Программа предназначена для работы с подростками с 10 до 15 лет; оптимальная численность группы - 10 человек.
Программа рассчитана на 10 занятий (одна учебная четверть).

Групповая работа должна проводиться в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении. Для занятий необходимы: стулья, столы, клей, фломастеры, мячи, мягкие игрушки.

Структура занятий включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку и основную часть занятия. В конце занятия обязательно проводится рефлексия и саморефлексия (при необходимости рефлексия проводится в форме диалога). Перед началом занятий проводятся индивидуальные консультации с каждым подростком. Методика Басса – Дарки (возможно использование других методик, с которыми работает психолог).

7. Учебно - тематический план занятий

Тема	Содержание	Кол-во часов	Формы работы	Методическое, техническое, диагностическое, др. обеспечение
Осознание и понимание своих эмоций и внутреннего состояния	Упражнение "Прогноз погоды"	1 час	Групповая работа	Лист ватмана листы бумаги, карандаши, восковые мелки
"Проблемы — на передний план" - правило взаимодействия в команде.	Упражнение "Камушек в ботинке"	1 час	Групповая работа	Бумага, карандаши.
Работа с гневом и обидами	Упражнение "Спустить пар" и, или "Шутливое письмо"	1 час	Групповая работа	Бумага, карандаши, корзина для бумаг
Агрессия может быть конструктивной	Игра "Датский бокс"	1 час	Групповая работа	Изоматериалы.
Что такое "Агрессивное поведение"	Упражнение "Агрессивное поведение"	1 час	Групповая работа	Бумага, карандаши.
Снимаем напряжение	Упражнение "Безмолвный крик"	1 час	Групповая работа	Изоматериалы.
Положительное лидерство	Упражнение "Король"	1 час	Групповая работа	
Формирование навыков отреагирования эмоций	Упражнение "Любовь и злость"	1 час	Групповая работа	
Умение распознавать эмоциональное состояние	Упражнение "Пиктограммы"	1 час	Групповая работа	Бумага, карандаши, пиктограммы "Эмоции" (см. Приложение)
Конструктивные способы разрешения конфликта.	Упражнение "Ковер мира"	1 час	Групповая работа	Кусок пледа или мягкий коврик, фломастеры, клей и материалы для оформления

				декораций: алюминиевые блески для вышивания, бисер, ракушки и т .п.
--	--	--	--	---

Приложение №1

Описание занятий

Занятие №1

Ритуал приветствия

"Комплимент"

Каждый участник должен сказать своему соседу что-нибудь приятное. Обязательные условия:

Обращение по имени.

Сказанное должно быть приятно не говорящему, а слушающему.

Обсуждение и принятие групповых правил.

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы:

Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение заданий.

Правило "Стоп": если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать "стоп".

Конфиденциальность. Все обсуждение только в кругу.

Правило "Здесь и теперь", говорить только о том, что происходит внутри группы.

Активность.

Искренность в общении.

Оценивается только поступок, а не личность человека.

Разминка: "Змейка"

Вся группа выстраивается за тренером в затылок, кладет руки на плечи предыдущему участнику и т.д.

"Прогноз погоды"

Цели: Бывают дни, когда дети (да и учителя) чувствуют себя "не в форме". Может быть, и состояние, справляются со своими чувствами и быстрее включаются в жизнь класса. С помощью...

состояние души у каждого человека.

Материалы: Бумага и восковые мелки.

Инструкция: Иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим собой. Иногда на некоторое время в покое, чтобы вы смогли восстановить свое внутреннее равновесие.

Если с вами случится такое, вы можете дать нам понять, что вам хочется побыть в одиночестве некоторое время вас нужно оставить в покое.

Возьмите лист бумаги и восковые мелки и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению. Это может показать другим, что у вас сейчас "плохая погода", и вас лучше не трогать. Если вы чувствуете себя хорошо, этого нарисуйте небольшую картинку, на которой из-за дождя и туч начинает проглядывать солнце.

Пожалуйста, поощряйте использование "прогнозов погоды" детьми, будет очень здорово. Когда вы свободное время от времени будете представлять детям свой личный "прогноз погоды", что позволит им лучше понять свои эмоции.

Рефлексия

1. Что я сегодня узнал нового о себе и других?

2. Чему я сегодня научился?

"Самопохвала"

Участникам предлагается встать на какое-нибудь возвышение, например, на стул, и похвалить себя за то, что вы сделали сегодня. Это упражнение очень важное, так как помогает участникам осознать, что самопознание - это процесс.

Занятие №2

Ритуал приветствия

"Комплимент"

Упражнение описано в предыдущем занятии

Разминка: "Зеркало"

Партнеры встают лицом друг к другу. Один из них совершает какие-либо действия, например, пожимает плечами, кивает головой.

"Камушек в ботинке"

Цели: Эта игра представляет собой творческое переложение одного из правил взаимодействия в трудностях, как только те возникают. Время от времени имеет смысл проводить игру "Камушек в ботинке", применяя ритуальную фразу "У меня в ботинке камушек!" всякий раз, когда они испытывают трудности. Это помогает привлечь свое внимание на уроке.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Можете рассказать мне, что произошло сегодня, что вы забываете о неприятном камушке и ложитесь спать, а утром надеваете ботинок, за которым обнаруживаете обломок целой скалы. Тогда вы снимаете обувь и вытряхиваете его оттуда. Однако на ноги вы не можете наступить.

Когда мы сердимся, бываем чем-то озабочены или взволнованы, то сначала это воспринимается как проблема, и немалые. Поэтому всегда полезно как взрослым, так и детям говорить о своих эмоциях. Поговорить об этом. Я хочу, чтобы вы сейчас хорошенько подумали, нет ли в настоящий момент у вас "камешек в ботинке". Смеется над моими очками". Расскажите нам, что еще вас удручает.

Дайте детям поэкспериментировать с этими двумя фразами в зависимости от их состояния.

Рефлексия

1. Что я сегодня узнал нового о себе и других?

2. Чему я сегодня научился?

"Самопохвала"

Упражнение описано в предыдущем занятии.

Занятие №3

Ритуал приветствия

"Комплимент"

Обычный комплимент нужно закончить каким либо пожеланием

Разминка: "Тень"

Один из участников диады совершает какие либо действия, другой, находясь за его спиной

Упражнение "Спустить пар"

Цели: В данной игре мы работаем с гневом и обидами, которые возникают во взаимоотношное поведение. Ее полезно время от времени применять для поддержания психологического климата в группировке. Особенно важно применять эту игру в группах, где царят враждебность и агрессивное поведение в соответствии с недовольством одноклассников.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста в один общий круг. Я хочу предложить вам игру, которая называется "Спустить пар". Каждый из вас может сказать остальным, что ему мешает или на что он сердится.

Пожалуйста, обращайтесь при этом к конкретному человеку. Например: "Алена, мне мешает то, что ты говоришь". Пожалуйста, не оправдывайтесь, когда на вас будут жаловаться. Просто внимательно выслушайте и скажите: "У меня пока ничего не накопилось и мне не нужно "спускать пар".

Когда круг "спускания пара" завершится, дети, на которых жаловались, могут высказаться.

А теперь подумайте о том, что вам сказали. Иногда вы можете изменить в себе то, что вам мешает, например: "Я не хочу больше называть всех мальчишек придурками... Я больше не хочу ссориться".

"Шутливое письмо"

Цели: Часто проблему решить легче, если подходить к ней не только оптимистически, но и с юмором. Это относится к разряду тех, которые можно писать, но не стоит отправлять.

Материалы: Каждому ребенку нужны бумага и карандаш.

Инструкция: Выберите себе кого-нибудь, на кого вы недавно рассердились, с кем у вас случился конфликт. Постарайтесь безгранично преувеличить и "провинности" этого человека. Старайтесь писать так смешно, чтобы вызвать смех.

Попросите желающих прочитать свои письма вслух. Завершите этот процесс игрой в "снежки".

Анализ упражнения:

Как ты себя чувствовал, когда писал шутливое письмо?

Что было при этом труднее всего?

Легко ли тебе было преувеличить свои собственные чувства, например, злость или обиду?

Можешь ли ты иногда смеяться над самим собой?

Как ты думаешь, что бы сказал человек, которому ты писал, если бы прочитал твое письмо?

Когда полезно смеяться над конфликтом?

"Самопохвала" Упражнение описано выше.

Занятие №4

"Приветствие"

Участники садятся по кругу.

Начнем нашу работу так: встанем (ведущий встает, побуждая к тому же всех участников встать). Каждый участник должен приветствовать соседа по кругу, не пропуская никого.

После выполнения упражнения ведущий задает группе один из вопросов: "Как настроение у вас сейчас?"

Разминка: "Обзывалки"

Цель: Знакомство с игровыми приемами, способствующими разрядке гнева в приемлемой форме.

Содержание: Участники игры передают по кругу мяч, при этом называют друг-друга разными прозвищами.

Например: "А ты - морковка!"

В заключительном круге играющие обязательно говорят своему соседу что-нибудь приятное.

Примечание: Игра полезна если проводить ее в быстром темпе.

"Датский бокс"

Цели: С помощью этой игры Вы можете показать детям, что агрессивность может быть и для людей это дается лишь с большим трудом, так как они привыкли к тому, что хорошие отношения

Инструкция: Кто может рассказать мне о каком-нибудь своем хорошем споре? Как все прошло?

Я хочу показать вам, как с помощью большого пальца руки вы можете провести хороший спор и не обидеть.

Разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга на расстоянии вытянутой руки. Затем выдвиньте большой палец — к его среднему пальцу, ваш указательный — к его указательному. Стойте так, следите друг к другу, а большие пальцы вступают в бой. Сначала они направлены вертикально вверх, а затем на секунду. После этого вы можете начать следующий раунд. Все поняли суть игры?

Говорят, что эту игру придумали датские мужчины, скучая в долгую темную зиму у себя дома, когда не было возможности делать обманные движения и броски, поддаваться на время, чтобы затем воспользоваться этим.

После пяти раундов сделайте перерыв, чтобы рука отдохнула, и выберите себе другого партнера.

Рефлексия

1. Что нового для себя вы сегодня узнали?

2. Как можно отстаивать свои интересы, не испортив отношения с другим человеком.

"Самопохвала"

Упражнение описано выше.

Занятие №5

"Приветствие"

Упражнение описано в предыдущем занятии.

Разминка: "Путаница"

Участники становятся в круг

Инструкция: "Давайте встанем поближе друг к другу, образуем более тесный круг и все при этом постараемся не братья за руки с теми, кто стоит рядом с вами. Итак, давайте начнем."

После того как тренер убедится, что все руки соединены попарно, он предлагает участникам выполнить упражнение достаточно часто возникает идея невозможности решения поставленной задачи.

вариантов:

1. Все участники группы окажутся в одном кругу (при этом кто-то может стоять лицом в круг).

Участники группы образуют два или больше независимых круга.

Участники группы образуют круги, которые соединены друг с другом, как звенья в цепи.

Упражнение сплачивает группу, однако в силу того, что оно предполагает тесный физический контакт, напряженность, следует воздержаться от его проведения.

"Агрессивное поведение"

Цели: В ходе этой игры дети могут разобраться в том, что они называют агрессивным поведением.

Материалы: Бумага и карандаш — каждому ребенку.

Инструкция: Возьмите каждый по листу бумаги и запишите на нем все, что делает тот человек, который вас раздражает: жесткие кулаки, громкий голос, большая порция жестокости и т.д. (Затем попросите неспешно перечитать свои записки).

А теперь подумайте о том, какие элементы агрессивного поведения ты встречаешь здесь, и как ты можешь справиться с ними.

Возьми еще один лист бумаги, раздели его вертикальной линией посередине. Слева запиши название своей школы.

На это упражнение можно отвести 10-15 минут. После этого попросите учеников зачитать свои ответы вслух.
Анализ упражнения:

Вы можете представить, что кто-нибудь из вас станет драчуном или эдаким "Рэмбо"?

Бывают ли такие дети, которые проявляют свою агрессию не кулаками, а каким-то другим способом?

Почему и дети, и взрослые так часто пытаются почувствовать свое превосходство, унизить других?

Как ведет себя жертва агрессии?

Как становятся жертвой? Что можно сделать, чтобы не быть жертвой?

В чем проявляется равноправие между детьми?

Как бы ты описал свое собственное поведение?

"Самопохвала" Упражнение описано выше.

Занятие №6

"Приветствие"

Упражнение описано выше.

Разминка с мячом

Участники группы садятся в круг.

Инструкция: "Начнем сегодняшний день так: бросая друг другу мяч, будем называть имя человека, которому мы только что воспроизвели), бросает мяч следующему и так далее до тех пор, пока мяч не вернется к тебе."
Упражнение позволяет участникам обратить внимание друг на друга, что создает чувство общности.

"Безмолвный крик"

Цели: Детям важно научиться даже при самой сильной обиде или гневе не чувствовать себя беспомощными, а это — хороший фундамент для последующего размышления и решения проблемы.

Инструкция: Закрой глаза и трижды глубоко и сильно выдохни. Представь себе, что ты идешь по улице. Представь себе, что этот человек еще сильнее раздражает тебя. Пусть твое раздражение увеличивается. Ты можешь кричать изо всех твоих сил, но так, чтобы этого никто не услышал. То есть, кричать нужно так тихо, чтобы никто не мог услышать тебя. Закричи еще раз, и в этот раз ори еще громче! Не обращай внимания на окружающих. (Время: 1-2 минуты.)

А теперь открой глаза и расскажи нам о том, что ты пережил.

Анализ упражнения:

Смог ли ты в своем воображении крикнуть очень-очень громко?

Кого ты представил в образе твоего злого духа?

Что ты кричал?

Что ты придумал, чтобы остановить этого человека?

"Я хочу сказать "Спасибо!""

Инструкция: Мы часто, а может быть и не очень часто, говорим "спасибо". Так принято. Но иногда это происходит. Не верите? Давайте проверим. Часто мы забываем или просто не успеваем поговорить с тем, которому вы хотели бы сказать "спасибо", и за что именно вы благодарны ему. Когда вы благодарны кому-то?

Занятие №7

"Приветствие"

Упражнение описано выше.

Разминка с мячом

Инструкция:

Участники садятся по кругу

"Начнем сегодняшний день так: бросая друг другу мяч, будем называть вслух имя того, кому вы благодарны, и кратко описать состояние этого человека".

В случае использования данной модификации после завершения упражнения можно задать вопрос самому человеку с тем, чтобы он сам сказал, какое у него состояние.

Этот вариант упражнения хорошо использовать, если далее предполагается работа, связанная с благодарностью.

"Король"

Цели: Эта игра предоставляет детям возможность на некоторое время оказаться в центре внимания, не боясь "потерять лицо". В роли короля они даже могут проявить определенную щедрость и доброту, что позволяет предотвратить возможное появление "жертв" в группе.

Инструкция: Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получал бы король?

Я хочу предложить вам игру, в которой вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно. Но вы сможете издавать приказы, которые могут обидеть или оскорбить других детей, но он может позволить себе быть добрым.

Кто хочет стать первым королем?

Пусть со временем каждый ребенок получит возможность побыть королем. Сразу же скажите, что вы почувствовали, когда были королем. Обсудите полученный в игре опыт. Это поможет следующим королям соизмерять свои желания.

Анализ упражнения:

— Как ты чувствовал себя, когда был королем?

Что тебе больше всего понравилось в этой роли?

Легко ли было тебе отдавать приказы окружающим?

Что ты чувствовал, когда был слугой?

Легко ли тебе было выполнять желания короля?

Когда королем был Петя (Вася), он был для тебя добрым или злым королем?

Как далеко добрый король может заходить в своих желаниях?

"Я хочу сказать "Спасибо"!"

Описание упражнения дано в предыдущем занятии

Занятие №8

"Приветствие"

Упражнение описано выше.

"Цвета"

Участники группы садятся по кругу.

Инструкция: "Сейчас я раздам вам карточки с названиями цветов, которые повторяются в стихах".

овощей и фруктов, и каждый раз должны вставлять те цвета, которые соответствуют названию. Следите за действиями остальных участников группы. Постарайтесь понять, у кого какой цвет. В конце упражнения тренер предлагает объединиться в пары тем, кому достались одинаковые цвета.

"Любовь и злость"

Цели: В ходе этой игры дети могут обратить внимание на то, что по отношению к одним людям испытывают любовь, и злость, сохраняя при этом глубокий контакт с другим человеком.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста, в один общий круг и закройте глаза.

Представь себе, что сейчас ты разговариваешь с кем-нибудь, на кого ты рассердился. Скажи себе, так, чтобы никто не мог тебя услышать. Скажи очень четко и точно, на что именно ты рассердился. Скажи "Какая караули в моей тетради". Если ты рассердился на свою сестру Соню, можешь сказать ей, "Соня, скажи им тоже как можно точнее, чем они тебя прогневили: "Мама, меня очень обижает, когда она говорит со мной". А теперь скажи человеку, с которым ты разговаривал, что тебе в нем нравится. Скажи об этом. Скажи "Мама, мне очень нравится, когда перед сном ты читаешь мне сказки". (1-2 минуты.)

А теперь подумай немного о том, кто в группе тебя иногда злит. Представь, что ты подходишь к этому человеку. Теперь мысленно подойди к этому ребенку вновь и скажи ему, что тебе нравится в нем. (1-2 минуты.)

Теперь ты можешь снова открыть глаза и оглядеть круг. Внимательно посмотри на других участников. Если Вы заметите, что кто-то из детей допускает обидные замечания в адрес кого-то из группы, скажите ему, "Ты рисуешь своим фломастером на моей парте". Таким способом дети могут ощутить свои чувства. Дети отвергают не всего человека, а только определенный способ его поведения. Когда гнев топит, человек чувствует себя униженным. Анализ упражнения:

Как ты себя чувствуешь, когда не говоришь другому о том, что ты рассердился на него?

А как ты себя чувствуешь, когда сообщаем ему о том, что ты рассердился?

А можешь ли ты выдержать, если кто-нибудь скажет тебе, что он рассердился на тебя?

Есть ли такие люди, на которых ты никогда не сердишься?

Есть ли такие люди, которые никогда не сердятся на тебя?

Почему так важно точно говорить, на что именно ты рассердился?

Когда твой гнев проходит быстрее, когда ты замалчиваешь его, или когда ты о нем говоришь?

"Я хочу сказать "Спасибо" " Описание упражнения дано в предыдущем занятии

Занятие №9

"Приветствие"

Упражнение описано выше.

"Кто начинает?"

Все участники становятся по кругу.

Инструкция: "Пусть кто-то из вас выйдет за дверь. Мы (те, кто останется) выберем одного из вас, находящийся за дверью, вернется в комнату, встанет в центр круга и, внимательно наблюдая за движением, скажет, кто из вас начал движение. Обратите внимание на то, как будет происходить смена движения. Постараемся не смотреть на того, кто начал движение, незаметно".

В ролях инициатора движения и того, кто пытается его обнаружить, могут выступить несколько человек. В ходе обсуждения упражнения тренер спрашивает о впечатлениях участников, о том, как

"Пиктограммы"

Необходимо вспомнить, что такое пиктограммы.

Инструкция: Пиктограмма — это емкое графическое изображение предметов, всякого рода кафе. Красный крест — это больница или медицинский пункт. Если мы видим табличку с изображением человека, это означает, что здесь находится человек. После того как участники вспомнили, какие пиктограммы они видели, начинается само упражнение.

Участникам предлагается продумать, а потом нарисовать следующие пиктограммы. Обсуждение на тему: "Почему пиктограммы одного и того же содержания могут быть разными?"

Группа делится на две команды. Командам предлагается самим придумать содержание пиктограммы.

Одна из команд поочередно предъявляет свои рисунки, а другая должна угадать, какой предмет изображен.

Упражнение "радость"

Участникам предъявляется пиктограмма с изображением эмоции радости (см. приложение 1). Вопрос: "Что вызывает радость?"

В конце упражнения проводится конкурс на самое радостное лицо.

Упражнение "ярость"

Участникам предъявляется пиктограмма с изображением эмоции ярости (см. приложение 2). Вопрос: "Что вызывает ярость?"

Далее занятие проводится по всем пиктограммам приложения.

"Я хочу сказать "Спасибо"!"

Описание упражнения дано в предыдущих занятиях.

Занятие №10

"Приветствие"

Упражнение описано выше.

Упражнение "Компот"

Участники сидят в кругу, ведущий стоит, так как у него нет стула. Ведущий обращается к участникам: "Давайте сделаем компот". Тот, кто остался без места, становится ведущим.

Условия:

При обмене местами игрокам нельзя занимать стулья соседей справа и слева.

Важно следить за тем, чтобы новые ведущие полностью проговаривали формулировку упражнения.

(Игра повторяется 3—5 раз.)

Ковер мира

Цели: Игра "Ковер мира" предлагает вам хорошую стратегию разрешения конфликтов в кругу друзей.

Материалы: Кусок не слишком толстого пледа размером 90 на 150 сантиметров или мягкий коврик, подушки и тому подобное.

Инструкция: Сядьте в круг все вместе. Можете ли вы сказать, о чем вы иногда спорите друг с другом? В споре сталкиваются различные мнения?

Я принесла для всех нас небольшой кусок ткани, который станет нашим "ковром мира". Давайте посмотрим, что из этого получится. (Положите плед в центр круга, а на него — коврик). Давайте поговорим о том, что происходит на "ковре мира", а я присяду рядом, чтобы помочь им, когда они захотят обсудить и разрешить эту проблему?

После двух минут дискуссии предложите детям украсить "ковер мира": "Сейчас мы можем... Этот процесс имеет большое значение, так как благодаря ему дети символическим образом... "ковер мира" исключительно для этой цели. Когда дети привыкнут к этому ритуалу, они получат... детям внутреннюю уверенность и покой, а также поможет им сконцентрировать свои силы... Анализ упражнения:

Почему так важен для нас "ковер мира"?

Что происходит, когда в споре побеждает более сильный?

Почему недопустимо применение в споре насилия?

Что ты понимаешь под справедливостью?

"Я хочу сказать "Спасибо"!"

Описание упражнения дано в предыдущих занятиях.

Приложение №2

Разминки

Разминка, а также ритуалы приветствия и прощания выбираются ведущим исходя из...

1. "Змейка"

Вся группа выстраивается за тренером в затылок, кладет руки на плечи предыдущему участнику и т.д.

2. "Зеркало"

Партнеры встают лицом друг к другу. Один из них совершает какие-либо действия, например...

3. "Тень"

Один из участников диалогической пары совершает какие-либо действия, другой, находясь за его спиной...

4. "Обзывалки"

Цель: Знакомство с игровыми приемами, способствующими разрядке гнева в приемлемой форме.

Содержание: Участники игры передают по кругу мяч, при этом называют друг-друга разными...

Например: "А ты - морковка!"

В заключительном круге играющие обязательно говорят своему соседу что-нибудь приятное...

Примечание: Игра полезна, если проводить ее в быстром темпе.

5. "Цветочный дождь"

Цели: Это краткое, но эффективное упражнение очень полезно детям уставшим, пережившим...

такое, что могло бы улучшить его настроение. Проводите это упражнение только тогда, когда...

Инструкция: Вы слышали, что сегодня Алеша пережил сильный стресс. Мы все можем помочь...

посмотрите на Алешу и представьте, как на него падает дождь из сотен и даже тысяч невидимых...

незабудки, фиалки, тюльпаны, львиный зев, подсолнухи, колокольчики или другие. Представьте...

ощутить и источаемый ими аромат. (30-60 секунд.)

Следите за выражением лица ребенка и время от времени стимулируйте процесс игры, замечая...

выглядят их цветы, как они пахнут.

Мне кажется, вы все очень здорово делаете, и Алеша может полностью насладиться вашим...

Завершите упражнение, спросив ребенка, стоящего в центре: "Достаточно ли цветов подарили..."

А теперь вы можете остановить цветочный дождь, а Алеша может выкарабкаться из этого...

6. "Путаница"

Участники становятся в круг

Инструкция: "Давайте встанем поближе друг к другу, образуем более тесный круг и все при этом постараемся не братья за руки с теми, кто стоит рядом с вами. Итак, давайте начнем."

После того как тренер убедится, что все руки соединены попарно, он предлагает участникам выполнения упражнения достаточно часто возникает идея невозможности решения поставленной задачи. Варианты:

1. Все участники группы окажутся в одном кругу (при этом кто-то может стоять лицом в круг).

Участники группы образуют два или больше независимых круга.

Участники группы образуют круги, которые соединены друг с другом, как звенья в цепи.

Упражнение сплачивает группу, однако в силу того, что оно предполагает тесный физический контакт, напряжение, следует воздержаться от его проведения.

7. Разминка с мячом

Участники группы садятся в круг.

Инструкция: "Начнем сегодняшний день так: бросая друг другу мяч, будем называть имя человека, которому мы только что воспроизвели), бросает мяч следующему и так далее до тех пор, пока мяч не вернется к тому, кто начал."

Упражнение позволяет участникам обратить внимание друг на друга, что создает чувство общности.

Модификация 1

Инструкция:

Участники садятся по кругу

"Начнем сегодняшний день так: бросая друг другу мяч, будем называть вслух имя того, кому вы бросаете мяч, и описать состояние этого человека".

В случае использования данной модификации после завершения упражнения можно задать вопрос самому человеку с тем, чтобы он сам сказал, какое у него состояние.

Этот вариант упражнения хорошо использовать, если далее предполагается работа, связанная с вниманием.

Модификация 2

Инструкция:

Участники стоят по кругу.

"Пусть каждый из нас по очереди сделает движение, отражающее его внутреннее состояние."

Обсуждение и эффект этой модификации сходны с теми, что описаны в модификации 1.

8. "Цвета"

Участники группы садятся по кругу.

Инструкция: "Сейчас я раздаю вам карточки с названиями цветов, которые повторяются для овощей и фруктов, и каждый раз должны вставать те цвета, которые соответствуют названию карточки."

Следите за действиями остальных участников группы. Постарайтесь понять, у кого какой цвет.

В конце упражнения тренер предлагает объединиться в пары тем, кому достались одинаковые цвета.

9. "Кто начинает?"

Инструкция:

Все участники становятся по кругу.

"Пусть кто-то из вас выйдет за дверь. Мы (те, кто останется) выберем одного человека, кому вы выйдете за дверь, вернется в комнату, встанет в центр круга и, внимательно наблюдая за нами, поставит руку на плечо того, кто выйдет за дверь."

"Обратите внимание на то, как будет происходить смена движения. Постарайтесь не смотреть друг на друга."

незаметно".

В ролях инициатора движения и того, кто пытается его обнаружить, могут выступить несколько человек.

В ходе обсуждения упражнения тренер спрашивает о впечатлениях участников, о том, как они себя чувствовали.

10. Упражнение "Компот"

Участники сидят в кругу, ведущий стоит, так как у него нет стула. Ведущий обращается к участникам, проговаривая текст упражнения. Тот, кто остался без места, становится ведущим.

Условия:

При обмене местами игрокам нельзя занимать стулья соседей справа и слева.

Важно следить за тем, чтобы новые ведущие полностью проговаривали формулировку упражнения.

Возможные упражнения для ритуала приветствия и прощания

"Комплимент"

Каждый участник должен сказать своему соседу что-нибудь приятное. Обязательные условия:

Обращение по имени.

Сказанное должно быть приятно не говорящему, а слушающему.

Можно видоизменить упражнение в "Комплимент – пожелание", каждый комплимент должен сопровождаться пожеланием.

"Приветствие"

Участники садятся по кругу.

Начнем нашу работу так: встанем (ведущий встает, побуждая к тому же всех участников встать). Тот, кто встал первым, пропустит.

После выполнения упражнения ведущий задает группе один из вопросов: "Как настроение?", "Что вы чувствуете?", "Какие мысли приходят в голову?".

"Самопохвала"

Участникам предлагается встать на какое-нибудь возвышение, например, на стул, и похвалить себя за какой-нибудь свой успех. Это упражнение очень важное, так как помогает участникам осознать, что самопознание – это процесс.

"Я хочу сказать "Спасибо"!"

Инструкция: Мы часто, а может быть и не очень часто, говорим "спасибо". Так принято. Но мы часто забываем произносить. Не верите? Давайте проверим. Часто мы забываем или просто не успеваем похвалить того, которому вы хотели бы сказать "спасибо", и за что именно вы благодарны ему. Когда вы благодарны кому-то, это значит, что вы цените его.

Методика Басса-Дарки для диагностики агрессивности

Психодиагностика психолога в школе - Диагностика эмоциональной и личностной сферы

Опросник Басса-Дарки (Buss-Durkey Inventory) разработан А. Бассом и А. Дарки в 1957 г. и предназначен для диагностики агрессивных и враждебных

реакций.

Опросник состоит из 75 утверждений, каждое из которых относится к одному из восьми индексов форм агрессивных или враждебных реакций. По числу совпадений ответов с ключом подсчитываются индексы различных форм агрессивности и враждебных реакций, а также общий индекс агрессивности и индекс враждебности.

Методика предназначена для обследования испытуемых в возрасте от 14 лет и старше.

Комплектация методик для индивидуальной формы проведения: бокс-папка с цветной наклейкой, руководство, регистрационные бланки для каждой методики, ключи для обработки, тестовая тетрадь с текстами опросников (1 шт).

Комплектация методик для групповой формы проведения: бокс-папка с цветной наклейкой, руководство, регистрационные бланки для каждой методики, ключи для обработки, тестовые тетради с текстами опросников (15 шт).

Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления **агрессии** и враждебности А. Басс и А. Дарки выделили следующие типы реакций: физическая агрессия - использование физической силы против другого лица; косвенная - агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

раздражение - готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

негативизм - оппозиционна манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

обида - зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

подозрительность - в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют нанести тебе вред.

вербальная агрессия - выражение негативных чувств, как через форму, так и через содержание словесных ответов.

Чувство вины - выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызания совести.

Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает "да" или "нет". Ответы оцениваются по восьми указанным шкалам. Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная $21 - 4$, а враждебности $6,5+ - 3$. При этом обращается внимание на возможность достижения определенной величины, показывающей степень проявления агрессивности.

При составлении опросника использовались принципы:

Вопрос может относиться только к одной форме агрессии.

Вопросы формулируются таким образом, чтобы в наибольшей степени ослабить влияние общественного одобрения ответа на вопрос.

Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

Физическая агрессия:

"да" = 1, "нет" = 0: 1, 25, 31, 41, 48, 55, 62, 68

"нет" =1, "да" = 0: 9, 7

Косвенная агрессия:

"да" = 1, "нет" = 0: 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63

"нет" =1, "да" = 0: 26, 49

Раздражение:

"да" = 1, "нет" = 0: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72

"нет" =1, "да" = 0: 11, 35, 69

Негативизм:

"да" = 1, "нет" = 0: 4, 12, 20, 28

"нет" =1, "да" = 0: 36

Обида:

"да" = 1, "нет" = 0: 5,13, 21, 29, 37, 44, 51, 58

Подозрительность:

"да" = 1, "нет" = 0: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59

"нет" =1, "да" = 0: 33, 66, 74, 75

Вербальная агрессия:

"да" = 1, "нет" = 0: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73

"нет" =1, "да" = 0: 33, 66, 74, 75

Чувство вины:

"да" = 1, "нет" = 0: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54,61, 67

Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалы, а индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3,7.

Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 плюс-минус 4, а враждебности - 6,5-7 плюс-минус 3. При этом обращается внимание на возможность достижения определенной величины, показывающей степень проявления агрессивности.

Инструкция: Тест состоит из ряда утверждений, касающихся некоторых жизненных ситуаций. Вам нужно ответить "да" или "нет". Старайтесь отвечать правдиво и искренне.

Опросник

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим	а	ет
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю	а	ет
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь	а	ет
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню	а	ет

5. Я не всегда получаю то, что мне положено	a	ет
6. Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной	a	ет
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать	a	ет
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести	a	ет
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека	a	ет
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами	a	ет
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам	a	ет
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его	a	ет
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами	a	ет
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружественно, чем я ожидал	a	ет
15. Я часто бываю несогласен с людьми	a	ет
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь	a	ет
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему	a	ет
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверями	a	ет
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется	a	ет
20. Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор	a	ет

21. Меня немного огорчает моя судьба	a	ет
22. Я думаю, что многие люди не любят меня	a	ет
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной	a	ет
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины	a	ет
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку	a	ет
26. Я не способен на грубые шутки	a	ет
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются	a	ет
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались	a	ет
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится	a	ет
30. Довольно многие люди завидуют мне	a	ет
31. Я требую, чтобы люди уважали меня	a	ет
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей	a	ет
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их "щелкнули по носу"	a	ет
34. Я никогда не бываю мрачен от злости	a	ет
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь	a	ет
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания	a	ет
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет		

зависть	a	ет
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются	a	ет
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к "сильным" выражениям	a	ет
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены	a	ет
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня	a	ет
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь	a	ет
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием	a	ет
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел	a	ет
45. Мой принцип: "Никогда не доверять "чужакам"	a	ет
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю	a	ет
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею	a	ет
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь	a	ет
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева	a	ет
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться	a	ет
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать	a	ет
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня	a	ет
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ		

	a	ет
54. Неудачи огорчают меня	a	ет
55. Я дерусь не реже и не чаще чем другие	a	ет
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее	a	ет
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку	a	ет
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо	a	ет
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю	a	ет
60. Я ругаюсь только со злости	a	ет
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть	a	ет
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее	a	ет
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу	a	ет
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся	a	ет
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить	a	ет
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает	a	ет
67. Я часто думаю, что жил неправильно	a	ет
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки	a	ет
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей		

	a	ет
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня	a	ет
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение	a	ет
72. В последнее время я стал занудой	a	ет
73. В споре я часто повышаю голос	a	ет
74. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям	a	ет
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить	a	ет

Бланк ответов

Фамилия: _____

Имя _____

Отчество _____

Образование _____

Пол _____

Возраст: _____

Дата заполнения: _____

Как вести себя с агрессивным подростком?



Агрессивный подросток - как часто мы слышим это словосочетание. К нему можно относиться по-разному, но, к сожалению, такая проблема имеет место быть. Нередко, защищая себя или самоутверждаясь, подросток проявляет агрессию. Конечно, прежде всего, необходимо выяснить причину агрессивности. Их может быть достаточно много. Часто она возникает из-за чрезмерных требований взрослых. Это происходит, когда в семье культ запретов. Еще агрессия может быть следствием невыполненных желаний ребенка. Поэтому необходимо требования ребенка мягко, но решительно ограничивать в разумных пределах. А чтобы избежать конфликта можно попробовать перевести его активность в мирное русло. И естественно, агрессия может быть следствием обиды или ущемленным самолюбием. И необходимо заметить, что чаще всего у агрессивных взрослых бывают агрессивные дети.

Как вести себя с агрессивным подростком?

◆ Ни в коем случае не позволять себе разговаривать с подростком на

повышенных тонах.

◆ Если вы видите, что ребенку трудно себя сдерживать, то дайте ему возможность выплеснуть свою агрессию без причинения вреда окружающим.

◆ Показывайте ребенку пример эффективного поведения, старайтесь не допускать при нём вспышек гнева и не стройте планы мести.

◆ Сделайте всё, чтобы ваш ребенок в каждый момент времени чувствовал, что вы его любите, цените и принимаете, не стесняйтесь лишний раз его приласкать и пожалеть.

Список литературы.

Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. – СПб.: Питер, 1998.

Златогорская О. На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения п

Панченко С. Межзвездный скиталец. Психологическая игра для учащихся 6-7 класс

Психогимнастика в тренинге /Под редакцией Н. Ю. Хрящевой. СПб.: "Ювента", Ин

Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школы

Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учебное пособие: в 2 кн. – 2

Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у детей: альбом диагностич

Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: