



**ПРОГРАММА КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО
ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ДЕТСКИХ ДОМАХ
В РАМКАХ ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ**

**Выполнила:
студентка 5курса 3группы
Яким К.В.**

**Проверил:
преподаватель кафедры клинической
психологии и психотерапии
Сусанина И. В.**

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

Цель занятий:

- ▣ - обучение подростков приемам общения, стимулирование развития их коммуникативной культуры;
- ▣ - формирование умения конструктивно действовать в конфликтных ситуациях;
- ▣ - формирование мотивации самовоспитания и саморазвития, обеспечив ее необходимыми психологическими ресурсами и средствами;
- ▣ - коррекция агрессивного поведения через формирование и закрепление социально приемлемых способов удовлетворения собственных потребностей во взаимодействии с окружающими.

Задачи групповых занятий:

- ▣ - расширение информации о собственной личности, осознание своих потребностей, анализ и оценка собственного поведения;
- ▣ - отреагирование негативных эмоций и обучения приемам регулирования своего эмоционального состояния;
- ▣ - обучение альтернативным способам поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов в ситуации, провоцирующих агрессию;
- ▣ - формирование положительных установок в общении со сверстниками.



- Разработанная программа рассчитана на подростков с агрессивным поведением из детских домов в возрасте от 15 до 17 лет.
- Продолжительность программы составляет 1 год и состоит из 96 занятий, каждое из которых занимает около 1,5-2 часов.
- Программу рекомендуется проводить 2 раза в неделю.
- Наиболее оптимальный по численному составу является группа из 5-7 человек.
- В процессе групповой работы развиваются техники самопознания: анализ, обратная связь, рефлексия, эмпатия, вырабатывается адекватная самооценка, внутренний самоконтроль, уверенность в себе, происходит обучение альтернативным способам поведения.



ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ:

- Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки);
- Тест А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»;
- «Личностная агрессивность и конфликтность»
Разработана Е. П. Ильиным, П. А. Ковалевым;
- Проективная методика исследования личности тест «Руки» Э. Вагнера;
- ПДО (Личко);
- Методика «Несуществующее животное»
- «Самооценка психических состояний» (по Айзенку);



ПРОГРАММА ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ «МОДИФИКАЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ» ДЕЛИТСЯ НА ТРИ ОСНОВНЫХ ЭТАПА:

- На **первом** этапе происходит знакомство участников группы; расширении информации о собственной личности и проблеме агрессивного поведения;
- осознание и оценка своего поведения и его последствий, как для самого участника, так и для окружающих его людей.
- **Второй** этап предполагает совместный поиск и обучение альтернативным способом поведения и эмоционального реагирования в ситуациях, провоцирующих агрессию.
- На **третьем** этапе осуществляется закрепление социально приемлемых способов удовлетворения собственных потребностей во взаимодействии с окружающими; происходит осознание расширения собственных возможностей в социальной жизни в связи с отказом от агрессивного поведения.
- На протяжении всех групповых занятий осуществляется формирование положительных установок в общении со сверстниками через развитие способности к эмпатическому пониманию, принятию индивидуальности других, переоценку негативных эмоций по отношению к другим людям.



ЗАНЯТИЯ ИМЕЮТ ЧЁТКУЮ СТРУКТУРУ, СОСТОЯЩИЕ ИЗ НЕСКОЛЬКИХ ВЗАИМОСВЯЗАННЫХ ЧАСТЕЙ, А ИМЕННО:

- 1. Ритуал приветствия позволяет спланировать участников, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
- 2. Разминка – воздействие на эмоциональное состояние участников, уровень их активности.
- 3. Основное содержание занятия – совокупность функциональных упражнений и техник.
- 4. Рефлексия занятия предполагает участниками две оценки занятия: эмоциональную (понравилось - не понравилось) и смысловую (почему это важно для каждого конкретно, зачем и чему мы научились, что запомнилось больше всего).
- 5. Ритуал прощания – смысловое завершение занятий.



ПРИМЕР ЗАНЯТИЯ «КАЛЕЙДОСКОП ЧУВСТВ» :

- **Цель:** отреагирование негативных эмоций и обучение приемам регулирования эмоционального состояния.
- Упражнение № 1. «Калейдоскоп»
- **Цель:** эмоциональный разогрев, осознание внутренних и внешних проявлений эмоциональных переживаний.
- Упражнение 2. «Мой гнев»
- **Цель:** вывести участников на осознаваемый уровень проявления своего гнева, показать его природу и особенности; способствует отреагированию негативных эмоций.
- Упражнение №3. «Я рисую свой гнев»
- **Цель:** выявление индивидуальных особенностей собственного гнева, отреагирование негативных эмоций.
- Упражнение №4. Дыхательная гимнастика
- **Цель:** продемонстрировать эффективность техники снятия напряжения, регуляция собственного эмоционального состояния.



ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- Реализация программы «модификация агрессивного поведения», позволит нам осуществить обучение навыкам самопознания агрессивного состояния, развитие представления о собственной ценности, уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии.

