

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СЕБЕЖСКОЕ СПЕЦИАЛЬНОЕ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ДЕВИАНТНЫМ
(ОБЩЕСТВЕННО ОПАСНЫМ) ПОВЕДЕНИЕМ ЗАКРЫТОГО ТИПА»

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора Себежского СУВУ

от 31 августа 2016 г. № 255/1

ПРОГРАММА
«Тренинг коррекции агрессивности»
(программа тренинга разработана в рамках реализации проекта
«Социальное межведомственное сопровождение несовершеннолетних
правонарушителей»)

Себеж, 2016

Паспорт программы «Тренинг коррекции агрессивности»

Наименование программы	Программа коррекции агрессивного поведения воспитанников Себежского СУВУ «Тренинг коррекции агрессивности»
Основание для разработки программы	Конвенция о правах ребенка ФЗ РФ «Об образовании» ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (от 24.06.1999 №120-ФЗ) ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» (от 24.07.1998 г. №124-ФЗ) Национальная доктрина образования в РФ на 2000-2025 гг. Программа воспитания и социализации воспитанников Себежского СУВУ
Разработчик программы	Себежское СУВУ
Цель программы	Снижение уровня агрессивности подростков путем обучения их навыкам адаптивного поведения
Основные задачи программы	1. Дать подростку возможность осознать неконструктивность его агрессивного поведения. 2. Научить подростка понимать переживания, интересы и состояния других людей. 3. Выработать у подростка умение проявлять свои эмоции безопасным, социально приемлемым способом и сдерживать агрессивные реакции. 4. Сформировать навыки конструктивного разрешения сложных конфликтных ситуаций.
Срок реализации программы	Апрель 2016 г – сентябрь 2017 г.
Исполнители программы	Педагоги-психологи Себежского СУВУ
Перечень основных направлений программы	Тренинговое
Финансовое обеспечение программы	Собственные средства Себежского СУВУ Средства, предусмотренные в рамках финансового обеспечения мероприятий проекта «Социальное межведомственное сопровождение несовершеннолетних правонарушителей» по договору с Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации
Ожидаемые конечные результаты реализации программы	Снижение уровня агрессивности воспитанников (оценка результатов по итогам диагностики на начальном (входящем) и конечном (исходящем) этапах программы («Методика диагностики показателей и форм агрессии» А. Басса и А. Дарки)
Контроль за реализацией программы	Администрация Себежского СУВУ

Пояснительная записка

На сегодняшний день мир столкнулся со значительным ростом насильственных действий, сопряженных с особой жестокостью, вандализмом и глумлением над людьми. Такие социально опасные проявления, обычно связанные с понятиями агрессии и агрессивности, вызывают серьезное беспокойство. Особенно острой в настоящий момент является проблема «детской агрессивности», которую необходимо решать.

Коррекционная работа с агрессивными детьми и подростками должна учитывать особую специфику этой категории детей, которая заключается в том, что они находятся в остром эмоциональном состоянии. Поведенческие проблемы агрессивных детей обусловлены высоким уровнем эмоциональной, сенсорной депривации и фрустрации, высоким уровнем тревоги и страхов, высоким уровнем чувства вины и обиды.

Данная программа включает не только упражнения, непосредственно направленные на модификацию поведения агрессивных подростков, но и игровую терапию, которая предоставляет возможность для выражения агрессивных чувств в социально приемлемой форме, и, тем самым, является безопасным способом разрядки напряжения. Также в программе представлены дыхательные релаксационные техники и техники визуализации, которые помогают справиться с раздражительностью и обучают навыкам самоконтроля.

Цель программы – снижение уровня агрессивности подростков путем обучения их навыкам адаптивного поведения.

Задачи программы:

1. Дать подростку возможность осознать неконструктивность его агрессивного поведения.
2. Научить подростка понимать переживания, интересы и состояния других людей.
3. Выработать у подростка умение проявлять свои эмоции безопасным, социально приемлемым способом и сдерживать агрессивные реакции.
4. Сформировать навыки конструктивного разрешения сложных конфликтных ситуаций.

Категория участников.

Подростки с девиантным поведением, у которых диагностируется высокий уровень агрессии.

Состав коррекционной группы.

Коррекционная группа подростков формируется на основе диагностического исследования, которое позволит определить степень проблемы, увидеть динамику и наметить зону развития. Данная программа коррекции базируется на таких диагностических исследованиях как:

1. Методика диагностики показателей и форм агрессии – опросник разработан А. Басса и А. Дарки (предлагается в адаптации А.К. Осницкого).
2. Методика «Шкала тревожности» (разработана по принципу «Шкалы социально-ситуативной тревоги» Кондаша).

Но в качестве основной входящей и исходящей диагностики для исследования эффективности проведенных занятий используется «Методика диагностики показателей и форм агрессии» А. Басса и А. Дарки.

Организация и формы работы.

Данная программа включает в себя 14 занятий по коррекции агрессивного поведения. Длительность одного занятия – 45 минут. Все занятия проводятся в групповой форме. Возрастные особенности коррекционной группы – подростки 12-18 лет.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Занятие		Материалы	Приложения
	Тема	Содержание		
I Этап «Ориентировочный»				
1	«Добро пожаловать»	1. Вводная беседа 2. Упражнение «Имя-движение» 3. Упражнение «Построение круга» 4. Упражнение «Поиск сходств» 5. Психогеометрический тест 6. Ритуал прощания	Мячик (небольшая мягкая игрушка), чистые листы для записей, шариковые ручки (по числу участников)	Приложение 1
2	«Сплочение и доверие»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Узелок» 3. Упражнение «Необитаемый остров» 4. Упражнение-игра «Встреча взглядами» 5. Ритуал прощания	Канат (бельевая веревка), лист ватмана, фломастеры, пустая бутылка	
3	«Немного пофантазируем»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «А Шапокляк против» 3. Упражнение «Если бы ты был...» 4. Упражнение «Виртуальный подарок» 5. Ритуал прощания	Маленькие листочки для записей (по числу участников), шариковые ручки, шляпа (любая пустая емкость), клубок ниток	
II Этап «Объективирование трудностей развития подростков и переживаемых ими конфликтных ситуаций»				
4	«Посмотрим на себя со стороны»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Я поступаю так...» 3. Упражнение «Разожми кулак» 4. Упражнение «Пьедестал и лобное место» 5. Ритуал прощания	Не требуются	Приложение 2
5	«Негатив в позитив»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение-игра «Снежки» 3. Упражнение «Гора с плеч» 4. Упражнение «Врасти в землю» 5. Упражнение «Возьми себя в руки» 6. Упражнение «Ты – лев» 7. Ритуал прощания	Бумажные листы для создания «снежков»	Приложение 3
III Этап «Конструктивно-формирующий»				
6	«Разберемся в эмоциях»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Планета чувств» 3. Упражнение «Радуга чувств»	лист ватмана с изображением 4 «материков», разноцветные	

		4. Ритуал прощания	стики, маркер, чистые листы формата А4, наборы фломастеров не менее 12 цветов.	
7	«Изображаем эмоции»	1. Ритуал приветствия» 2. Упражнение «Читаем по картинке» 3. Упражнение «Испорченный телефон эмоций» 4. Упражнение «Скульптор и глина» 5. Упражнение «Падение в пропасть» 6. Ритуал прощания	Иллюстрации эмоций.	Приложение 4
8	«Поговорим о гневе»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Как я справляюсь со своим гневом» 3. Упражнение «Выколачиваю гнев» 4. Упражнение «Чистящий бальзам» 5. Ритуал прощания	Плакаты, карточки ситуаций (Приложение 5), листы для записей и ручки по числу участников. Спортивные маты (толстые кипы старых газет), скалки (палки).	Приложение 5
9	«Злимся правильно»	1. Ритуал приветствия 2. Притча «Змея и мудрец» 3. Упражнение «Выставка врагов» 4. Упражнение «Марионетки» 5. Ритуал прощания	Не требуются.	
10	«Конструктивно-руем агрессию»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Датский бокс» 3. Упражнение «Веревочка» 4. Упражнение «Массаж челюстей» 5. Ритуал прощания	Бельевые веревки длиной 2 метра – по количеству пар.	
11	«Думаем о серьезном, играя в «несерьезные» игры»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Сибирская дуэль» 3. Упражнение «Недобрый зачин» 4. Упражнение «Минеры-саперы» 5. Ритуал прощания	2 столовые ложки, 2 маленькие луковицы, веревка (4 метра), карточки с недобрыми зачинами, одноразовые стаканчики, веревки, мел, стулья.	Приложение 6
12	«Властелин эмоций»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Стеклонепробиваемый»	Не требуются	

		колпак» 3. Упражнение «Враг на ладони» 4. Упражнение «Место личной силы» 5. Ритуал прощания		
IV Этап «Обобщающе-закрепляющий»				
13	«Экспертиза поведения»	1. Ритуал приветствия 2. Межгрупповая дискуссия «Согласен – не согласен» 3. Межгрупповая дискуссия «Пословицы» 4. Ритуал прощания»	Не требуются	
14	«Последняя встреча»	1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Разыгрывание ситуаций» 3. Упражнение «Встреча» 4. Упражнение «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы» 5. Упражнение «Спасибо за приятные занятия»	Не требуются	

СТРУКТУРА ЗАНЯТИЙ

1. Вводная часть (ритуал приветствия, выяснение настроения группы на работу);
2. Основная часть (выполнение упражнений, внутригрупповые дискуссии);
3. Заключительная часть (подведение итогов, обсуждение, ритуал прощания).

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ПРОГРАММЫ

I Этап – ориентировочный. Основными задачами данного этапа является:

- ✓ Установление эмоционально-позитивного контакта с детьми;
- ✓ Сплочение подросткового коллектива и развитие навыков межличностного восприятия;
- ✓ Формирование интереса и мотивации к посещению дальнейших занятий;

Количество занятий – 3.

II Этап – объективирование трудностей развития подростков и переживаемых ими конфликтных ситуаций. Основные задачи данного этапа работы:

- ✓ Актуализация конфликтных ситуаций, вызывающих проявление агрессивности в различных сферах;
- ✓ Диагностика особенностей поведения подростков в конфликтных ситуациях;
- ✓ Создание условий и предоставление подростку возможности осознать неконструктивность собственного агрессивного поведения;

Количество занятий – 2.

III Этап – конструктивно-формирующий. Задачи данного этапа работы:

- ✓ Формирование осознания собственных эмоций, а также чувств других людей, развитие эмпатии;
- ✓ Обучение ребенка реагированию собственного гнева приемлемыми способами, реагирование ситуации в целом;

- ✓ Расширение спектра поведенческих реакций в проблемной ситуации, снятие деструктивных элементов в поведении;
- ✓ Формирование способности к произвольной регуляции деятельности (обучение навыкам контроля и управления собственным гневом).

Количество занятий – 7.

IV Этап – обобщающее-закрепляющий. Задачи данного этапа работы:

- ✓ Обобщение сформированных на предыдущих этапах адекватных форм и способов поведения, коммуникации;
- ✓ Перенос приобретенного позитивного опыта в практику реальной жизни;
- ✓ Лучшее осознание себя, закрепление навыков самоанализа и саморегуляции.

Количество занятий – 2.

Используемая литература

1. Бреслав, Г. Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: учебное пособие для специалистов и дилетантов/ Г. Э. Бреслав. – СПб.: Речь, 2007.
2. Гонеев А. Д. Работа учителя с трудными подростками: учебное пособие для студ. высших учеб. заведений/ А. Д. Гонеев, Л. В. Годовникова. – М.: Издательский центр «Академия», 2008.
3. Емельянова, Е. В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. – СПб.: Речь, 2008.
4. Коррекционно-развивающая программа для подростков «Фарватер»/ под ред. Е. В. Емельяновой. – СПб.: Речь, 2010.
5. Сакович, Н. А. Игры в тигры: сборник игр с агрессивными детьми и подростками. – СПб.: Речь, 2007.
6. Тупахина, Т. В. Учимся переводить агрессию в позитив// Справочник педагога-психолога. Школа. – 2013. – №7.
7. Фурманова, И. А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. – Мн.: Ильин В. П., 1996.
8. Чепракова, Е. А. Разработка и реализация коррекционно-развивающих программ// Справочник педагога-психолога. Школа. – 2012. – №3.
9. Шалагинова, К. С. Психологическое сопровождение агрессивных младших школьников// Справочник педагога-психолога. Школа. – 2011. – №3.
10. Шалагинова, К. С. Психологическое сопровождение агрессивных младших школьников// Справочник педагога-психолога. Школа. – 2011. – №4.