

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П.АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра социальной педагогики и социальной работы

МУСОРИН АЛЕКСАНДР ВАСИЛЬЕВИЧ

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Профилактика деструктивного поведения старших подростков в
образовательном учреждении

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль) образовательной программы «Реабилитолог
в социальной сфере»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. пед. наук, профессор Фурьева
Т.В.

Руководитель

канд. пед. наук, доцент Шик С.В

Дата защиты

Обучающийся

Мусорин А.В.

Оценка _____

Красноярск 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФИЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ	6
1.1. Понятие и сущность деструктивного поведения подростков	6
1.2. Факторы, обуславливающие возникновение деструктивного поведения подростков	19
Выводы по первой главе	25
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ	27
2.1. Диагностика деструктивного поведения старших подростков	27
2.2. Анализ результатов исследования	29
2.3 Разработка программы по выявлению и профилактики деструктивных форм поведения у старших подростков	34
Выводы по 2 главе	47
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	49
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ	52
ПРИЛОЖЕНИЯ	58

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования – глобальные перемены, происходящие в современном обществе, ведут к перестройке психологии человека, его взглядов, убеждений, привычек, нравственных ценностей и социальных ролей. И если для одних преобразования не столь значительны, то для других они становятся причиной социальной дезадаптации и, как следствие, склонности к деструктивному поведению.

Как показывают результаты исследований В.Ф. Амбросова, более чем у 40 % старших подростков наблюдается склонность к тем или иным формам деструктивного поведения, характеризующаяся повышенной возбудимостью, эмоциональной неустойчивостью, что отрицательно сказывается как на успеваемости подростка, так и на его социализации в целом. Однако следует признать, что целенаправленная работа по профилактике деструктивного поведения младших подростков в школе практически не ведется. Тем не менее, в истории психологии и социальной работы накоплен определенный опыт, анализ и теоретическое осмысление которого поможет решить обозначенную нами проблему.

Разработанность проблемы исследования:

– проблеме деструктивного поведения посвящены исследования как зарубежных (З. Фрейд, А. Адлер, Э. Фромм, Э. Дюркгейм и др.), так и отечественных исследователей (Я.И. Гилинский, Е.В. Каган и др.);

– вопросы коррекции отклоняющегося поведения молодежи освещены в исследованиях А.А. Осиповой, И.В. Дубровиной и др.;

– проблему профилактики деструктивного поведения детей и подростков в своих работах рассматривали И.А. Фурманов, Е.В. Змановская и др.

Вместе с тем быстро меняющиеся социальные условия, резкий рост конфликтных, не умеющих владеть собой подростков, демонстрирующих различные виды деструктивного поведения, определяют необходимость

рассмотрения проблемы профилактики деструктивного поведения с новых позиций.

Актуальность, теоретическая и практическая значимость, недостаточная разработанность проблемы в социальной работе обусловили выбор темы исследования: «Профилактика деструктивного поведения подростков в образовательном учреждении».

Выявление деструктивных форм поведения у старших подростков.

Объект исследования – деструктивных форм поведения у старших подростков

Предмет исследования – Выявление деструктивных форм поведения у старших подростков

Цель исследования: Выявление деструктивных форм поведения у старших подростков.

Исходя из цели, были определены **задачи исследования:**

1. Раскрыть сущность понятия «профилактика деструктивного поведения» применительно к теме исследования;
2. Провести диагностику деструктивного поведения старших подростков;
3. Разработать программу по выявлению и профилактики деструктивных форм поведения у старших подростков.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что разработанная программа по выявлению и профилактики деструктивных форм поведения у старших подростков, позволит снизить уровень данного поведения.

Для решения поставленных задач применялся следующий комплекс методов исследования: теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования, изучение, анализ и обобщение социального опыта, наблюдение, беседа, тестирование.

Практическая значимость исследования заключается в том, что использование полученных результатов способствует профилактике деструктивного поведения подростков. Результаты исследования могут быть

использованы при подготовке бакалавров различных специальностей в вузе, а также в системе повышения квалификации преподавателей вузов.

База исследования: МАОУ СШ № 18, в исследовании приняли участие младшие подростки в количестве 10 состоят на внутришкольном учете за различные нарушения общешкольного порядка в школе.

Методы исследования определялись в соответствии с целью, гипотезой и задачами работы. Первым методом исследования, относится анализ литературы по проблеме исследования. Вторым методом был: изучение документов на инвалидов их опрос, беседа и помощь в трудоустройстве и подготовка маршрутизации.

Методики исследования: для выявления склонности к различным формам деструктивного поведения.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, четырех параграфов, заключения, списка использованной литературы и приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФИЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ.

1.1. Понятие и сущность деструктивного поведения подростков

В научной и методической литературе встречается многообразие терминов, означающих отклонение от социальных норм и приемлемого в обществе поведения. Наибольшее распространение получили термины: «деструктивное поведение», «деструкция», «отклоняющееся поведение», «социальные отклонения». Часто наука использует определение «деструктивное поведение» в широком смысле, подразумевая отклонения от норм как в «негативную» сторону (патологические отклонения), так и в «позитивную» (сверхразвитые способности, чрезмерный альтруизм, аскетизм и др.).

В узком смысле деструктивным считают те формы поведения, которые обществом воспринимаются как нежелательные, требующие пресечения и предупреждения. Такое поведение называют деструктивным, так как оно угрожает возможностям выживания этого общества.

Деструктивное поведение обладает рядом признаков:

- отклонение от норм общественного развития (расхождение между индивидуальной линией развития индивида или группы и доминирующими ценностями/тенденциями общественной жизни);
- дестабилизация и деструктивность (наличие объективного ущерба, страдания от данного поведения или его последствий на нескольких уровнях: организма, личности, ближайшего окружения и на макросоциальном уровне);
- негативная социальная оценка и наказуемость (негативная общественная оценка данного расхождения как социально нежелательного и стремление социума контролировать, устранять нежелательные проявления в поведении индивидов);

– компенсаторность (компенсация деструктивными поведенческими актами имеющегося личностного неблагополучия и социальной дезадаптации);

– специфичность (выраженность в деструктивном поведении индивидуального и половозрастного своеобразия).

Таким образом, деструктивное поведение – это устойчивое поведение психически здоровой личности или группы лиц, отклоняющееся от наиболее значимых в конкретном обществе социальных норм, причиняющее реальный ущерб самой личности, ближайшему окружению, обществу в целом.

Анализ разнообразных классификаций факторов (причин, условий возникновения) деструктивного поведения позволяет выделить две основные группы:

– средовые причины (которые, в свою очередь, подразделяются на факторы внешней природной среды и факторы социальной среды);

– персональные причины (которые, в свою очередь, подразделяются на персональные биологические факторы и персональные психологические факторы).

К факторам внешней природной среды относят географическое положение, климат, экологическую обстановку, богатство/скудность природных ресурсов, локальные особенности растительного мира и др. Имеются научные данные о взаимосвязи распространенности видов деструктивного поведения и специфики климата, местоположения; ученые фиксируют связь всплесков деструкции с солнечной активностью, лунными фазами и др.

К факторам социальной среды относят неполноценное, затрудненное функционирование социальных институтов (недостаточное или ущербное выполнение функций институтом семьи, институтами образования и культуры, экономическими и политическими институтами и др.).

К персональным биологическим факторам относят конституционально-биологическую уязвимость индивида: наследственные патологии организма,

органические и функциональные нарушения ЦНС; психические расстройства, ограниченные физические возможности; низкая выносливость и работоспособность; возбудимость, импульсивность и др.

К персональным психологическим факторам относят дезадаптивные свойства личности:

- нарушения нормативно-правового сознания;
- оппозиционная направленность;
- девиантные ценности;
- эгоцентрическая фиксация;
- несформированность коммуникативных навыков;
- эмоциональные нарушения;
- неэффективная саморегуляция;
- нарушения идентичности и самооценки;
- когнитивные искажения и др.

Считается, что факторы внешней природной среды и персональные биологические факторы поддаются лишь незначительному влиянию в целях профилактики деструктивного поведения, но необходимо учитывать эти факторы, чтобы минимизировать их воздействие, тогда как факторы социальной среды и персональные психологические факторы вполне поддаются воздействию и изменению в целях профилактики деструктивного поведения.

Виды деструктивного поведения :

Деструктивное поведение можно условно разделить на две основные категории:

- делинквентное поведение (противоправное);
- отклоняющееся поведение, не попадающее в категорию противоправного.

В свою очередь, отклоняющееся поведение, не попадающее в категорию противоправного, имеет следующие разновидности:

- 1) аддиктивное поведение (химические и нехимические зависимости);

2) отклоняющееся поведение на базе агрессивности личности (вербальная агрессивность, буллинг, тирания в отношении близкого человека);

3) суицидальное поведение (поведение, направляемое мотивами и представлениями о лишении себя жизни);

4) патологичное сексуальное и репродуктивное поведение (искажение полоролевой идентификации, аномальные сексуальные влечения и т.п.);

5) социально-паразитарное поведение (уклонение от общественно полезного труда за счет манипулирования человеческими потребностями, чувствами, желаниями: профессиональное нищенство, проституция, социальное иждивенчество);

6) отклоняющееся поведение на основе нарушений социально-личностной самореализации, обусловленных искажением процессов уподобления, идентификации личности с социумом и стремления к индивидуальности, уникальности (шокирующие модификации тела, «фрик-стиль»; привлечение внимания опасными поступками или эпатажными действиями; членство в маргинальных и некриминальных, но отвергаемых субкультурах и т. д.).

Следует учитывать, что при определенных средовых обстоятельствах отклоняющееся поведение может перерасти в противоправное или сочетаться с ним.

Многочисленные попытки исследователей систематизировать поведенческие отклонения пока еще не привели к созданию единой классификации. Трудности можно объяснить несколькими обстоятельствами. Основная причина заключается в междисциплинарном характере проблемы поведенческих девиаций. Поскольку термин «деструктивное (отклоняющееся) поведение» используется в разных науках в различных значениях, постольку существуют и многообразные классификации поведенческих отклонений [6]. Среди других причин, объясняющих существование проблемы, можно назвать чрезвычайное многообразие форм человеческого поведения и

неопределенность самого понятия «норма». Все это существенно затрудняет как выделение общих критериев, так и создание единой классификации различных видов отклоняющегося поведения.

Согласно классификации Е.В. Змановской, существуют 3 типа отклоняющегося поведения:

- антисоциальное (или делинквентное) поведение,
- асоциальное (или аморальное) поведение,
- аутодеструктивное (или саморазрушающее) поведение [6].

Делинквентное поведение - это поведение, противоречащее правовым нормам, угрожающее социальному порядку и благополучию общества. Включает в себя любые действия или бездействия, запрещенные законом. Под делинквентным поведением подростков обычно подразумеваются проступки, мелкие провинности, не достигающие степени криминала, наказуемого в судебном порядке. Оно проявляется в форме прогулов классных занятий, общения с антисоциальными компаниями, хулиганства, издевательство над маленькими и слабыми, вымогания денег, угона с велосипедов и мотоциклов. Нередко встречаются мошенничество, спекуляция, домашние кражи [6]. Антисоциальное поведение подростков характеризуется агрессивностью, лживостью, крайним непослушанием, враждебностью к учителям и родителям, дерзостью и сквернословием.

Основной причиной проявления форм делинквентного поведения являются недостатки воспитания или другие социальные причины (неполная семья, нарушения характера (акцентуации) и др.) Различные формы проявления делинквентности (например, побеги) происходят в страхе наказания или как реакция протеста, а затем превращаются в условно-рефлекторный стереотип [7]. Антисоциальное поведение возникает: как следствие недостаточного надзора; в целях развлечения; как реакция протеста на чрезмерные требования в семье; как реакция на недостаточное внимание со стороны близких; как реакция тревоги и страха на наказания; вследствие фантазерства и мечтательности; чтобы избавиться от опеки родителей или

воспитателей; как следствие жестокого обращения со стороны товарищей; как немотивированная тяга к перемене обстановки, которой предшествует скука, тоска [6].

Аморальное поведение - это поведение, противоречащее выполнению морально-нравственных норм и угрожающее благополучию межличностных отношений. Проявляется в основном в форме агрессивного поведения, злословия, лживости, а также, в стремлении принадлежать к определенной субкультурной организации [8]. Причинами аморального поведения могут быть неблагоприятные семейные, социальные условия, массовая культура с ее насилием и жестокостью, и, наконец, пробелы школьного воспитания.

Агрессивным поведением подростков называется физическое или вербальное поведение, направленное на причинение вреда кому-либо. Агрессия может проявляться в прямой форме, когда человек с агрессивным поведением не склонен скрывать это от окружающих. Это означает, что он непосредственно и открыто вступает в конфронтацию с кем-либо из окружения, высказывает в его сторону угрозы или совершает агрессивные действия. В косвенной форме агрессия скрывается под неприязнью, ехидством, сарказмом или иронией [17]. Факторами агрессивного поведения могут служить: стремление самоутвердиться за счет более слабых сверстников или даже взрослых людей путем их устрашения или с помощью насилия. У некоторых подростков стремление запугать окружающих, держа их в состоянии постоянного страха или психического напряжения, обычно связано с достижением конкретных, часто глубоко эгоистических целей. У таких подростков бывают сформированы потребности, которые они не могут удовлетворить доступными им средствами (например, потребности в социальном признании, доминировании, материальные, сексуальные, коммуникативные потребности и т.д.).

Сам подросток, как правило, отличается рядом черт характера, сложившихся под влиянием определенных микросоциальных условий. Имеют значение при этом и элементы психофизиологических трудностей взросления

(плохое самочувствие, резкие колебания настроения, неустойчивость психики в период полового созревания и т. д.) [17].

Аутодеструктивное поведение - это поведение, отклоняющееся от медицинских и психологических норм и угрожающее целостности личности. Проявляется в различных формах: аддиктивное, суицидальное, виктимное, аутическое, а также, экстремальное поведение [14].

Аутодеструктивное поведение в виде самоповреждений характерно для людей, стремящихся преодолеть состояние дискомфорта, возбужденности, взволнованности, возникающих вследствие различных социальных и психологических причин.

В развитии аутодеструктивного поведения большую роль играют личностные особенности: с одной стороны, они являются психологическим фоном, на котором развиваются данные формы поведения, а с другой - происходит их значительное изменение при аутодеструктивном поведении. Психологические особенности определяют прогноз аутодеструктивного поведения. Саморазрушающее поведение часто встречается в возрастных группах, характеризующихся максимальной активностью в трудовом, творческом, социальном и биологическом аспектах, т.е. среди подростков и молодежи. Такое поведение часто ведет к снижению трудоспособности, повышению уровня инвалидности и смертности, к ущербу здоровья общества, его экономике и общественному правопорядку [16].

Аддиктивное поведение предполагает наличие у человека определенной формы или форм зависимости, как психической, так и физической. Существуют различные формы зависимости: химическая зависимость (наркотики, алкоголь, лекарства, сигареты и др.), пищевая зависимость (переедание, голодание, обжорство), гэмблинг (зависимость от азартных или компьютерных игр), сексуальная аддикция (зоофилия, педофилия и др.), религиозное деструктивное поведение (фанатизм, принадлежность к сектам) [6].

Основными признакам аддиктивного поведения являются: стремление человека к изменению своего психофизического состояния; социальная дезадаптация; непрерывность процесса формирования аддикции; сверхценное эмоциональное отношение к объекту аддикции (объект зависимости становится смыслом существования, а его употребление - образом жизни).

Лица с приверженностью к аддиктивному поведению отличает: агрессивность, раздражительность, тревожность, стремление к уходу от ответственности, лживость, а главное, скрытый комплекс неполноценности. Посредством перехода к измененному состоянию сознания, человек пытается компенсировать свои недостатки, скрыть за подобным поведением свою неуверенность в себе [17]. Выделяют внутрисемейные и внешнесоциальные факторы аддиктивного поведения. К внутрисемейным относятся: индивидуальные черты личности, возрастные, половые отличия, психофизиологические особенности, наследственная предрасположенность.

Внешнесоциальные факторы - технический прогресс в области пищевой промышленности, фармацевтической индустрии; легализация продажи наркотических веществ; групповая динамика [1].

Химическая зависимость - психологическая (в тяжелых формах - физическая) зависимость от приема различных наркотических или одурманивающих веществ с целью ухода от реальности (наркомания, табакокурение, токсикомания, алкоголизм). Мотивами первого употребления наркотических веществ, алкоголя или курения у подростков являются следующие: быть своим в компании; любопытство; желание стать взрослым или изменить свое психическое состояние. В дальнейшем выпивают, принимают наркотики для веселого настроения, для большей раскованности, самоуверенности и т.п.

Об аддиктивном поведении можно судить сначала по появлению психической (желанию пережить подъем, забвение) зависимости, а потом и физической зависимости (когда организм не может функционировать без алкоголя или наркотика) [6].

К пищевым расстройствам относят нервную анорексию, нервную булимию и компульсивное переедание (неконтролируемые приступы обжорства). Люди с анорексией (чаще всего девочки-подростки) резко ограничивают себя в пище, их вес ниже нормы минимум на 15%: они панически боятся поправиться и чувствуют себя толстыми, несмотря на болезненную худобу. Как правило, нарушается или совсем прекращается менструация. При булимии человек тоже голодает, но из-за стресса "срывается" и за короткое время поглощает огромное количество пищи (чаще всего тайно). Потом, чтобы избавиться от чувства вины, вызывает рвоту и/или принимает слабительные/мочегонные препараты, до изнеможения занимается спортом. Ситуация повторяется несколько раз в неделю и даже может стать ежедневным ритуалом [12].

Компульсивное переедание развивается по той же схеме, но без приема лекарств и эпизодов рвоты. У анорексии - самый высокий уровень смертности среди всех психических расстройств: от истощения умирает каждый десятый. Последствия булимии - проблемы с пищеварительной системой, сердцем и легкими, разрушение зубной эмали. Игровая зависимость, гэмблинг - патологическая склонность к азартным или компьютерным играм. Заключается в частых повторных эпизодах участия в азартных играх, что доминирует в жизни субъекта и ведет к снижению социальных, профессиональных, материальных и семейных ценностей (не уделяется должного внимания обязанностям в этой сфере) [6]. Ц.П. Короленко и Т.А. Донских выделяют ряд признаков, характерных для азартных игр как одного из видов аддиктивного поведения. К ним относятся: постоянная вовлеченность, увеличение времени, проводимого в ситуации игры; неспособность прекратить игру (потеря контроля); состояние психологического дискомфорта с труднопреодолимым желанием снова приступить к игре; снижение способности сопротивляться соблазну - при малейшей провокации (встреча со старыми знакомыми, разговор на тему игры, наличие рядом игорного заведения и т. д.) гемблинг возобновляется [11].

Такие состояния по ряду признаков напоминают состояния абстиненции у наркоманов, они сопровождаются головной болью, нарушением сна, беспокойством, сниженным настроением, нарушением концентрации внимания. Наиболее распространенная причина зависимости от игры - личные проблемы, от которых гэмблеры пытаются уйти в игру. Наиболее часто это происходит в возрасте от 15 лет, т.е. у подростков. Факторы, предрасполагающие к гэмблингу: неправильное воспитание в семье; участие в играх родителей, знакомых; переоценка значения материальных ценностей; фиксированное внимание на финансовых возможностях; принадлежность к национальному меньшинству; отсутствие семейного статуса; депрессия [6].

Сексуальная зависимость - компульсивное половое поведение - представляет собой настоящую аддикцию. Аддиктивное сексуальное поведение носит непрерывный и непреодолимый характер, поскольку только при нем снижается тревога. Для сексуальной аддикции характерны: неспособность контролировать сексуальные импульсы; отрицание вредных последствий этого поведения аддиктом; неуправляемость в других областях жизни; усиление частоты импульсов с течением времени; симптомы абстиненции при воздержании. Страдающие сексуальной аддикцией извлекают из секса то же самое, что наркоманы извлекают из наркотиков, а алкоголики - из спиртного: необычайно приятные ощущения, несравнимые ни с чем другим в их жизни; способ подавить такие чувства, как печаль, гнев, тревога или страх; средство избавиться от гнета повседневной жизни [6].

Сексуальная аддикция нередко проявляется в необычных формах секса, беспорядочных половых связях, компульсивном мастурбировании, гомосексуальности, стремлении к насилию и кровосмешению, а также необыкновенно высокой потребности в обычных половых контактах. Причинами данного рода зависимости могут являться: стремление к самоутверждению, страх одиночества, неуверенность в себе. У подростков легко возникают отклонения в сексуальном поведении, т.к. у них недостаточно осознанное и повышенное половое влечение. Еще не завершена половая

идентификация. Особенно им подвержены подростки с ускоренным и замедленным созреванием [21]. Сексуальные девиации у подростков зависят от ситуации и являются преходящими. По мере взросления и при переходе к нормальной половой жизни девиации исчезают полностью.

При неблагоприятных случаях они становятся дурной привычкой и сохраняются наряду с нормальным сексуальным поведением или возобновляются при отсутствии нормальной половой жизни, совращающем влиянии. Фанатизм - слепое, безоговорочное следование убеждениям, особенно в области религиозно-философской, национальной или политической; доведённая до крайности приверженность каким-либо идеям, верованиям или воззрениям, обычно сочетающаяся с нетерпимостью к чужим взглядам и убеждениям. Отсутствие критического восприятия чего-либо. Фанатизм как эмоциональное проявление характеризуется чрезмерным рвением, энтузиазмом, одержимостью, слепой верой в правоту своих убеждений, в превосходство и исключительность предмета своего обожания и его последователей в "собственном лице" [22]. Поведение фанатика рассматривается как нарушение преобладающих социальных норм. Фанатики проявляют всепоглощающий интерес, любовь к той или иной сфере деятельности, занятию, увлечению, человеку. Объект их поклонения или увлечения сам по себе может считаться «нормальным», и лишь степень одержимости кажется окружающим чрезмерной или «ненормальной».

Виды фанатизма: религиозный фанатизм; политический, идеологический фанатизм; этнический, национальный, расовый фанатизм; фанатизм среди спортивных болельщиков; театральный фанатизм.

Основной причиной религиозного фанатизма и нетерпимости является страх. Фанатики, проявляющие насилие и жестокость, всегда чувствуют себя окружёнными опасностями, всегда испытывают страх.

Суицидальное поведение есть следствие социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого микросоциального конфликта.

Это результат взаимодействия средовых (ситуационных) и личностных факторов. К ситуационным факторам относится: прогрессирующую болезнь (например, СПИД); экономические неурядицы; смерть любимого человека; развод и семейные конфликты. Личностные факторы очень разнообразные и к ним можно отнести, например, комплекс неполноценности, шизоидную акцентуацию характера (по К. Леонгарду) и др. Общими особенностями суицидального поведения являются: фиксированность позиции (субъект не в состоянии изменить образ ситуации); вовлеченность (неспособность отстраниться от конфликтной ситуации); изолированность и замкнутость позиции (отчуждение личности, нарушение идентификации); пассивность позиции (знания и опыт не только не актуализируются, но и отвергаются) [10].

Основным компонентом суицидального поведения является сужение когнитивной сферы личности, так называемое, туннельное сознание, когда человек залипает на отдельном предмете, человеке или проблеме, теряет смысл жизни. Э. Дюркгеймом были выделены 3 типа суицида: эгоистическое, альтруистическое и аномическое самоубийство [4].

Характерной чертой эгоистического самоубийства является отделение человека от внешнего мира, чувство одиночества, которое человек испытывает. Самоубийство в данном случае не содержит в себе никакого яростного порыва или протеста, наоборот, человек заранее продумывает план лишения жизни и спокойно движется к ключевому моменту. Альтруистическое самоубийство, происходит всегда «ради чего-то». Суицидент преследует какую-либо цель. Альтруистическое самоубийство характерно, в основном для государственных деятелей, религиозных фанатиков или просто людей, чувствующих огромную ответственность за свое дело и за жизни других людей. Основными чертами данного типа являются: спокойствие, отсутствие самопринуждения [4].

Аномические суициды. Этот тип отличается тем, что совершение его всегда носит пристрастный характер. Доминирующим чувством в данном случае является гнев. Характерной особенностью данного типа может являться в некоторых случаях ситуация убийства человека, которого суицидент

считает виновным во всех его несчастьях и последующее самоубийство. Именно этот тип суицида является самым распространенным. Виктимное поведение (от англ. victim - жертва) - такие действия и поступки человека, которые провоцируют желание на него напасть. Это "социальное заболевание", проявляющееся как в активной, так и в пассивной форме, в любом случае (в большей или меньшей степени) облегчающее совершение преступления. Иначе говоря, виктимное поведение отражается в преступных действиях и приобретает криминальную окраску. Чаще всего это относится к несовершеннолетним.

Виктимность несовершеннолетних, как правило, есть не что иное, как реализованная преступным актом предрасположенность стать в той или иной ситуации жертвой преступления или, говоря иначе, неспособность избежать посягательства, покушения там, где это можно было бы предотвратить [13].

Повышенная виктимизация у несовершеннолетних связана со стилем, образом жизни (постоянные конфликты в учебном заведении, в быту, незанятость трудом и учебой, плохое поведение в семье и т.д.).

Аутическое поведение (аутизм) - поведение, возникающее вследствие нарушения развития головного мозга. Другие симптомы: недостаточная обучаемость; припадки (часто появляются в подростковом возрасте); гиперактивность и дефицит концентрации внимания; тяжелые и частые вспышки гнева (могут быть вызваны тем, что ребенок не способен сообщить о своих нуждах); отклонения в пищевом поведении (избирательность) проблемы со сном. Человек с аутизмом не способен к полноценному социальному общению и зачастую не может, подобно обычным людям, интуитивно почувствовать состояние другого человека [14].

К экстремальному (рискованному) поведению относится деятельность, в процессе которой личность сознательно подвергает свою жизнь или здоровье опасности. Рискованное поведение может быть способом эмоциональной разрядки, проведения свободного времени с близкими по духу людьми, самоутверждения и повышения самооценки, достижения успеха. Иногда

склонность к такому поведению является проявлением скрытой аутоагрессии - агрессии, направленной на себя. Это - саморазрушающее поведение, в основе которого лежит, как правило, душевное неблагополучие [22].

Причины экстремального поведения связаны с возрастными особенностями - импульсивностью, эмоциональной неустойчивостью, экстраверсией, стремлением проверять «на практике» границы дозволенного. В некоторых случаях повышенная склонность к риску объясняется неблагополучием эмоциональной сферы - отражением тревожности, напряженности и стремлением к агрессивным способам разрешения проблем. Стремление к новому и неизведанному, к активности и независимости является причиной рискованного поведения подростков. Подростки испытывают потребность в получении новых ощущений [14].

Подростки регулярно участвуют в различных рискованных мероприятиях, испытывая при этом сильные эмоции. Так они борются со скукой, самоутверждаются через преодоление социальных норм. Подростки часто могут недооценивать реальный риск, связанный со своим поведением, и в результате поступают опрометчиво.

1.2. Факторы, обуславливающие возникновение деструктивного подростков.

Основные причины деструктивного поведения наиболее сильно имеют влияние в подростковом возрасте. Так как именно в этот период происходит не только осознание себя и адаптация к взрослой жизни, но и индивидуализация. Она проявляется в форме самоутверждения и желания выделиться на фоне других. Как пишет М. Ю. Кондратьев: «Чем бы ни выделиться, лишь бы выделиться, запечатлеться в другом мире». Часто это желание приводит к героизму или преступности, так как подросток ищет пределы допустимого и пытается обратить на себя внимание

Социальные роли постоянно меняются в процессе жизни человека, усиливая конформные или деструктивные мотивации. Причина этого – развитие общества, его ценностей и норм. То, что было деструктивным, становится нормальным (конформным), и наоборот. Важным в нашей работе является перечисление и краткая характеристика социальных причин деструктивного поведения подростков. Мы выделяем следующие причины: неблагоприятная семейная среда, негативные влияния со стороны сверстников, проблемы адаптации в школе, негативное воздействие масс-медиа, социальное неравенство, недостаточная доступность социальных услуг или равный доступ к ним, низкая моральность и духовность окружения, в котором проживает подросток

Период онтогенеза – переходная стадия зависимости детского организма от самостоятельного и ответственного взрослого существования, которая означает, с одной стороны, окончание физиологического развития, с другой – достижение социальной высшей зрелости. Одна из важнейших потребностей в этом возрасте состоит в том, что подростки желают избавиться от опеки и контроля. В это время они начинают переоценивать свою внутрисемейную связь, межличностное взаимодействие со сверстниками. Подросток ожидает внимания, понимания и доверия от взрослых людей.

Поведение подростка характеризуется поиском приключений, новизны, испытание своего характера, смелости и силы духа. При этом человек часто делает необдуманные поступки, которые взрослыми воспринимаются как деструктивное поведение.

Среди наиболее актуальных причин нарушенного поведения, связанного деградацией общества, можно выделить следующие: маргинализация, модернизация общества, отклонения в социализации личности, искажения в восприятии общественных норм морали. Существует зависимость всех форм проявления девиации от экономических, социальных, демографических, культурологических и многих других факторов.

Одним из основных факторов деструктивного поведения в наше время является маргинализация общества, то есть неустойчивость, промежуточность, переходность [19].

Главным признаком маргинализации является разрыв экономических, социальных и духовных связей. Общая нестабильность, разрушение прежнего жизненного уклада, отказ от привычной системы ценностей, безработица приводят к усилению маргинализации. Люди смиряются с ухудшением своего материального положения, со своей ущемленностью, зависимостью, бесперспективностью существования [19].

Человек, ведущий борьбу за выживание, постепенно сосредотачивает всю свою энергию и усилия на удовлетворение первичных (материальных) потребностей. На духовное развитие у него не остается сил.

Основным социальным источником маргинализации общества является растущая безработица, рыночные реформы. Модернизация общества - это понятие, включающее в себя такие современные проблемы как легализация распространения наркотиков, свободная продажа алкоголя и табака, а как следствие алкоголизм, наркомания. Всем известны последствия этих видов зависимости, но, к сожалению, множество людей (главным образом, молодежь) продолжают или начинают принимать наркотики и алкоголь, вследствие чего происходит ухудшение генетического фонда населения в целом [7].

Еще одной причиной деструктивного поведения могут являться отклонения в социализации. Поскольку социализация - это процесс интеграции индивида в общество, посредством усвоения им элементов культуры, социальных норм и ценностей, на основе которых формируются социально значимые черты личности, то отклоняющаяся, неудавшаяся социализация является одной из причин деструктивного поведения. Некоторые формы отклонений могут встречаться и в случае нормального процесса социализации, представляя собой временное и случайное явление

(болезнь, опьянение и т.п.) и даже длительные и стойкие состояния (физические дефекты, неврозы, психозы и т.п.).

Основные факторы:

1. Неблагоприятная семейная среда.

Именно в семье закладываются основы нравственности человека, формируются нормы поведения, раскрываются внутренний мир и индивидуальные качества личности. Неблагоприятные условия в семье, например, насилие, конфликты, отсутствие поддержки или надлежащего воспитания, могут способствовать развитию деструктивного поведения у подростков.

2. Негативные влияния со стороны сверстников.

Подростки могут подвергаться давлению или влиянию отрицательных сверстников, таких как группы с преступными наклонностями или наркотической зависимостью, что может привести к принятию неправильных решений и попыткам следовать им. Негативное влияние со стороны сверстников усиливается возрастными особенностями подростка: неразвитость критического мышления, высокая потребность в оценке со стороны, желание независимости и самостоятельности.

3. Проблемы адаптации в школе.

Негативный опыт в школе, такой как неудачи в учебе, дискриминация, отсутствие поддержки со стороны учителей или сверстников, может привести к повышенной склонности к деструктивному поведению. Задача школы – как можно раньше определить признаки дезадаптации ребенка в группе или среде, чтоб разработать эффективную систему профилактических мер по предупреждению развития социальной дезадаптации в более тяжелые формы деструктивного поведения.

4. Негативное воздействие масс-медиа.

Средства массовой информации (СМИ) могут оказывать негативное воздействие на формирование деструктивного поведения подростков. Чрезмерное времяпрепровождения перед телевизором, компьютером и

другими гаджетами может привести негативным последствиям, затрагивающим все уровни психической структуры личности подростка. Избыток насилия, аморального поведения и жестокости, показываемый в средствах массовой информации, может оказывать негативное влияние на подростков и зарождают идеи деструктивного поведения.

5. Социальное неравенство.

Неблагополучные семьи, многодетные и неполные семьи с детьми, проживающие за чертой бедности или имеющий небольшие доходы могут формировать у подростка определенные психологические установки, способные влиять на поведение ребенка. В большинстве случаев дети из таких семей совершают противоправные деяния (например, кражи), проступки. Не имея финансов на обучение или досуг, молодежь ищет нелегальные пути заработка, что и приводит к деструктивному поведению.

6. Недостаточная доступность социальных услуг.

Отсутствие доступа к качественным социальным услугам, медицинскому обслуживанию, психологической помощи или поддержки для преодоления сложностей, может оставить подростков без необходимой поддержки и стимула для соблюдения норм, и правил. Особо остро данная причина возникновения деструктивного поведения проявляется в сельских местностях, где количество и доступность социальных услуг ограничена ресурсами поселения и выражается в отсутствии специальных учреждений или кадров, для оказания качественной помощи.

Сегодня деструктивное поведение несовершеннолетних рассматривается как свидетельство недостатков в воспитательной сфере, сложной социально-экономической ситуации в стране, а совокупность фактов антиобщественного поведения и правонарушений несовершеннолетних на определенной территории как серьезный показатель недостатков проводимой профилактической и социально-воспитательной работы. В связи с этим возникает необходимость в своевременной социально-психологической профилактике деструктивного поведения несовершеннолетних. Поскольку

известно, что предупредить какое-то явление легче, чем бороться с ним и его последствиями. Изучение влияния семьи и школы на проявление деструктивных форм поведения позволяет лучше понять природу этого явления, выявить основной механизм и тенденции функционирования и развития деструктивного поведения. Поэтому к решению проблемы профилактики деструктивного поведения несовершеннолетних, в первую очередь, должны быть причастны семья, система образования и её ведущее звено – школа. Очень важно, чтобы в первую очередь именно школа проводила профилактическую работу, выявляя несовершеннолетних с деструктивными формами поведения, или которые потенциально могут попасть в группу деструктивных.

Главной причиной появления детей с деструктивным поведением является неспособность родителей эффективно воспитывать своих детей, недостаток знаний у родителей о том, как заниматься их воспитанием, чрезмерная занятость родителей, недостаток контроля с их стороны, частые конфликты в семье, нежелание заниматься полноценным воспитанием детей, авторитарное воспитание (излишний контроль и запреты со стороны родителей).

Основная причина заключается в междисциплинарном характере проблемы поведенческих девиаций. Поскольку термин «деструктивное (отклоняющееся) поведение» используется в разных науках в различных значениях, постольку существуют и многообразные классификации поведенческих отклонений [6]. Среди других причин, объясняющих существование проблемы, можно назвать чрезвычайное многообразие форм человеческого поведения и неопределенность самого понятия «норма».

Старших подростков волнует право на самостоятельность, они ищут свое место в жизни. Происходит дифференциация способностей, интересов, вырабатывается мировоззрение, определяется психосексуальная ориентация. Однако целеустремленность и настойчивость в этом возрасте все еще уживаются с импульсивностью и неустойчивостью. Чрезмерная

самоуверенность и категоричность сочетаются с чувствительностью и неуверенностью в своих силах.

Стремление к широким контактам уживается с желанием быть в одиночестве, бесцеремонность со стеснительностью, романтизм с прагматизмом и цинизмом, потребность в нежности с садизмом [18].

М.В. Шайковой установлены наиболее выраженные психологические факторы деструктивного поведения подростков. К ним автор относит акцентуацию характера, дисгармонию различных психологических подструктур личности (в подструктуре самоопределения - неадекватность самооценки, самосравнения и экспектаций, чрезмерно завышенный или заниженный уровень притязания, в подструктуре направленности - гипер или гипомотивация и др.), негативные «пограничные» психические состояния (гипернапряженность, гипертревожность, фрустрация и др.) [21].

Выводы по первой главе:

Деструктивное поведение - это поведение человека, отклоняющееся от социальной нормы. Отклоняющимся от нормы поведение можно назвать если поведение не соответствует принятым на определенной территории в определенный отрезок времени нормам. Деструктивное поведение тесно связано с психологическими особенностями личности, с ее внутренними конфликтами и переживаниями. Чаще всего такое поведение возникает вследствие отклоняющегося процесса социализации. В процессе социализации у человека должно происходить осознание своей ответственности за преодоление социальных и моральных норм.

При нарушенном процессе социализации нормы, правила и предписания воспринимаются неверно или неточно и, следовательно, не выполняются. Отклоняющееся поведение тесно связано с понятием «норма». Так как понятие нормы трактуется в разных отраслях психологии по-разному, то и понятие деструктивного поведения тоже носит характер относительности. Оно

зависит от национальности, временной эпохи, нравов и обычаев общества, в котором человек находится.

Существуют социальные и психологические нормы. И те, и другие прививаются человеку обществом, но, в отличие от социальных, психологические нормы или нормы морали человек определяет для себя сам, точнее он сам решает выполнять их или нет. За невыполнение нормы морали не предусматривается наказание.

Существует множество классификаций отклоняющегося поведения. Е.В. Змановская подразделяет такое поведение на 3 типа: антисоциальное (или делинквентное) поведение, асоциальное (или аморальное) поведение и аутодеструктивное (или саморазрушающее) поведение.

Главной причиной отклоняющегося поведения подростков является социальная и физическая незрелость. К основным причинам проявления девиаций в старшем подростковом возрасте также можно отнести: конфликты во внутрисемейных отношениях и других социальных контактах, неуверенность подростка в себе, заниженная самооценка, стремление к независимости и возрастные особенности (кризис подросткового возраста и т.д.).

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ИЗУЧЕНИЕ ПРОФИЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ.

2.1. Диагностика деструктивного поведения младших подростков

Для определения критериев формирования деструктивного поведения нами были определены следующие факторы:

- тревожность;
- самооценка;
- коммуникация.

Таблица 1 — Уровни проявления деструктивного поведения у подростков

Уровни	Параметры
Высокий	Данные подростки склонны к употреблению спиртных напитков, совершают побеги из дома, низкая успеваемость, конфликтные отношения со сверстниками, учителями, показная грубость, Интересы в основном направлены на внеучебную деятельность. Они легко внушаемы, а отсутствие нравственных убеждений. неумением владеть собой, вспыльчивостью, озлобленностью, недоброжелательностью. Однако конфликты со сверстниками не носят затяжного характера, а конфликты с учителями возникают из-за не успеха

	<p>в учебной деятельности. Высокий уровень тревоги, псевдо завышенная самооценка Коммуникация нарушена.</p>
Средний	<p>У них отрицательные черты и качества неустойчивы. Сохраняется интерес к школе, отношение к учебе в основном положительное. Нет конфликтов с учителями и сверстниками. Подростки этой группы отличает легкая внушаемость, неустойчивость, неуверенность в себе. Им свойственны такие качества, как лень, неумение противостоять своим отрицательным ситуативным желанием, рассеянность. Самооценка неустойчивая.</p>
Низкий	<p>Подросток хорошо адаптируется в коллективе, не имеет конфликтов с педагогами, успеваемость в школе достаточная, уровень тревоги ниже среднего, самооценка приближена к адекватной. Коммуникативные навыки развиты хорошо. Участвует активно в самодеятельности школы.</p>

Для определения тревожности был использован опросник Спилберга включает в себя две шкалы, каждая из которых диагностирует личностную или

ситуативную тревожность, по 20 суждений в каждой шкале. Итоговый показатель рассматривается как индекс развития соответствующего вида тревожности у данного испытуемого. Важно выяснить степень тревожности у подростков и как она влияет на коммуникативные способности в общении.

Для определения индивидуального стиля общения и отдельных свойств подростков применялись следующие методы наблюдения: внешнее наблюдение, включенное наблюдение.

Кроме перечисленных методов, предназначенных для сбора первичной информации, применяется способ обработки этих данных, их логического и математического анализа, т.е. для фактов и выводов, вытекающие из интерпретации переработанной информации.

Для выявления коммуникации был использован тест «Диагностика коммуникативного контроля» (м. Шнайдер)

Согласно М. Шнайдеру, люди с высоким коммуникативным контролем постоянно следят за собой, хорошо осведомлены, где и как себя вести. Управляют своими эмоциональными проявлениями. Вместе с тем они испытывают значительные трудности в спонтанности самовыражения, не любят непрогнозируемых ситуаций. Люди с низким коммуникативным контролем непосредственны и открыты, но могут восприниматься окружающими как очень прямолинейны и навязчивы.

Инструкция:

Внимательно прочитайте 10 высказываний, отражающих реакции на некоторые ситуации общения. Каждое из них оцените как верное (В) или неверное (Н), применяя на себя, поставив рядом с каждым пунктом соответствующую букву.

Интерпретация результатов теста

- 0-3 балла – низкий коммуникативный контроль; высокая импульсивность в общении, открытость, раскованность, поведение мало подвержено изменениям в зависимости от ситуации общения и не всегда соотносится с поведением других людей.

- 4-6 баллов – средний коммуникативный контроль; в общении непосредственен, искренне относится к другим. Но сдержан в эмоциональных проявлениях, соотносит свои реакции с поведением окружающих людей.

- 7-10 баллов – высокий коммуникативный контроль; постоянно следит за собой, управляет выражением своих эмоций.

Для выявления самооценки подростков была использована методика «Самооценка личности» О.И. Моткова, которая позволяет изучать уровень самооценки личности, ее отдельных факторов, а также адекватность и неадекватность.

Испытуемому предлагается список из 24 позитивных качеств личности, относящихся к одной из групп факторов: нравственность, воля, самостоятельность и чувство реальности, креативность, гармоничность, экстраверсия и общая самооценка позитивности развития личности. Например, к нравственности относятся воспитанность, доброжелательность, искренность и отзывчивость, а к экстраверсии – активность, общительность, оптимизм и уверенность.

Максимальная выраженность качеств будет указывать на явно завышенную самооценку, наличие амбиций и отсутствие самокритичности. Методика может использоваться испытуемыми, начиная с 12 лет. При объяснении некоторых понятий – и с более молодого возраста.

2.2. Анализ результатов исследования

В исследовании приняли участие 10 подростков, состоящих на внутришкольном учете. Подростки регулярно убегали из дома, низкая успеваемость в школе, плохая дисциплина. 4 подростка состояли за то, что регулярно убегали из дома, имеют плохие отношения с родителями, все проживают в социально неблагополучных семьях, успеваемость в школе низкая. 3 подростков состояли на учете за слабую успеваемость в четверти, при этом проживают в полных семьях, социально приемлемых, родители

работают. 2 подростка за курение и 1 подросток за распитие спиртных напитков.

Проведенное исследование ситуативной и личностной тревожности у подростков позволило выявить группу с высокими показателями, как по личностной, так и по ситуативной тревожности. Данные представлены в таблице 1.

Таблица 2 – Результаты исследования тревожности подростков по методике Ч. Спилбергера

№	Итоговый балл СТ	Итоговый балл ЛТ	Уровень СТ	Уровень ЛТ
1.	53	47	высокая	высокая
2.	48	42	высокая	умеренная
3.	48	39	высокая	умеренная
4.	42	37	умеренная	низкая
5.	45	48	высокая	высокая
6.	31	42	умеренная	умеренная
7.	51	47	высокая	высокая
8.	43	54	умеренная	высокая
9.	35	39	умеренная	умеренная
10.	40	43	умеренная	умеренная

44 % подростков из выборки имеют высокий уровень ситуативной тревожности. Реактивная (ситуативная) тревожность как состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как

эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени.

Умеренный уровень тревожности выявлен у 50 % подростков показали умеренный уровень ситуативной тревожности.

Низкий уровень ситуативной тревожности всего у 16 % подростков

Высокий уровень личностной тревожности выявлен у 60 % подростков - это очень высокий показатель, для того, что бы обратить внимание. Под личностной тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность, личная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные для самооценки, самоуважения.

Умеренный уровень личностной тревожности выявлен у 36 % от общего числа испытуемых. Низкий уровень личностной тревожности составил 4 % от числа испытуемых.

Личности, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Таким людям следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадам. Данные представлены на рисунке 1.

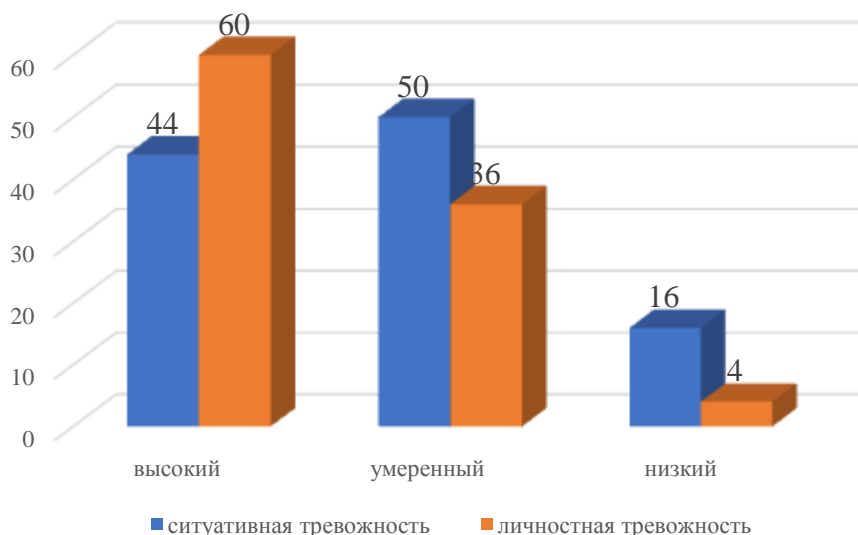


Рисунок 1 – Уровни ситуативной и личностной тревоги у старших подростков с деструктивным поведением.

По итогу проведенной диагностики коммуникативного контроля можно сделать следующие выводы, которые были представлены в таблице 2.

Таблица 3 – Уровень Количество испытуемых (%)

Уровень	Количество подростков	%
Высокий (7-10)	3	35
Средний (4-6)	5	43
Низкий (0-3)	2	22

Диагностика показала, что большая часть испытуемых имеет средний уровень коммуникативного контроля, что составляет почти половину от общего количества (43,4%). Это свидетельствует о том, что для испытуемых, обладающих этим уровнем, характерна непосредственность в общении, но недостаточная сдержанность в эмоциональных проявлениях, а также склонность к соотношению своих реакций с поведением окружающих людей. Часть этих испытуемых не испытывает трудности при взаимодействии. 34,7 % от общего числа испытуемых обладает высоким уровнем коммуникативного контроля.

Респонденты с высоким уровнем коммуникативного контроля отличаются чрезмерным и частым контролем над собой и своими действиями, управлением над выражением своих эмоций. Такие люди практически не способны расслабиться в компании и всегда испытывают переживания по поводу взаимодействий с окружающими людьми. Тревожность таких людей обычно тоже находится на высоком уровне. Низкий уровень коммуникативного контроля характеризуется высокой вспыльчивостью и импульсивностью во взаимодействии с окружающими людьми, а также раскованностью и желанием к постоянным контактам. Поведение таких людей редко подвергается изменениям, лишь в зависимости от ситуации общения и не всегда соотносится с поведением других людей. Такой уровень коммуникативного контроля до проведения диагностической программы характерен для 5 испытуемых, что составляет 22,7% от общего числа испытуемых. Данные представлены на рисунке 2.

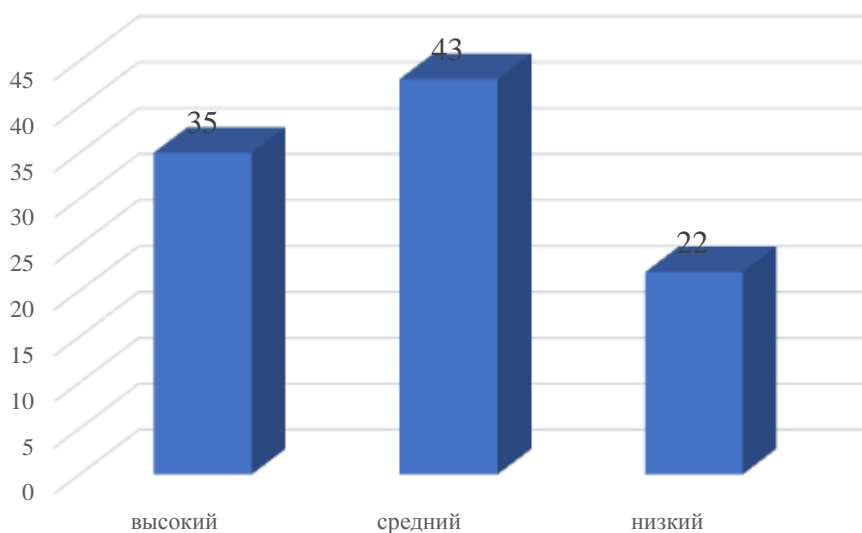


Рисунок 2 – Уровни коммуникативного контроля у старших подростков с деструктивным поведением.

Для подтверждения и уточнения полученных результатов по уровню самооценки по методике самооценки личности О.И. Моткова содержащая

более дифференцированную шкалу диагностики компонентов самооценки. Анализируя их можно выделить респондентов с низкой, средней, высокой и даже псевдовысокой самооценкой. В нашем исследовании в экспериментальной группе выявлено 6 подростков с низкой самооценкой (69%), 3 – со средней (27%) и 1 – с высокой (4%). Данные на рисунке 3.

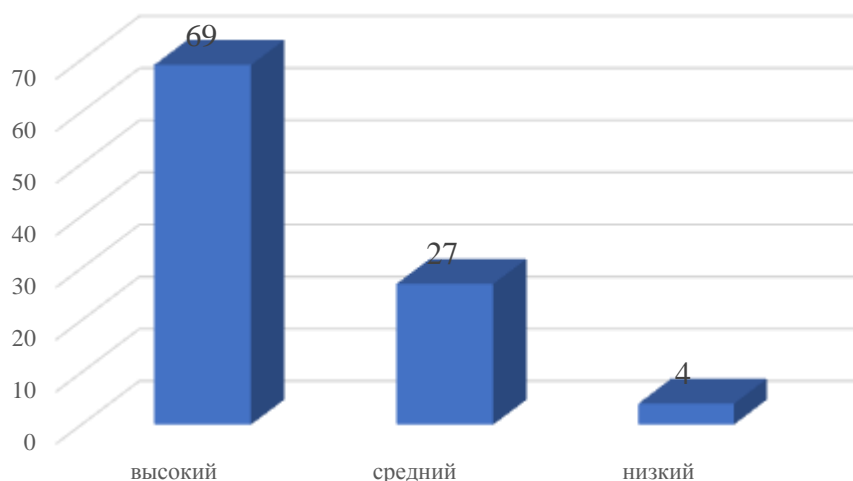


Рисунок 3 – Уровни самооценки у старших подростков с деструктивным поведением.

Соответственно, по результатам проведенных методик исследования самооценки подростков можно выделить следующие положения: у подростков наблюдается преобладание низкого уровня самооценки или склонность к занижению своих достоинств, в частности, по актуальным для них позициям – внешности, авторитету у сверстников, характеру, где наблюдаются более низкие показатели. Проблемными зонами оптимизации самооценки подростков являются самоуважение, самопринятие и самоинтерес.

У подростков с неадекватной самооценкой наблюдаются такие особенности поведения, как враждебность, подозрительность, обидчивость, замкнутость, уступчивость, т.е. социально нежелательные характеристики. У подростков с адекватной самооценкой в качестве особенностей выступают: ответственность, сострадание, доброжелательность, активность, отзывчивость и бескорыстность, т.е. социально одобряемые качества.

2.3 Разработка программы по профилактике деструктивных форм поведения у старших подростков.

Для профилактики деструктивных форм поведения была разработана программа на основе работ следующих авторов: И. В. Дубровиной, К. Фопеля, О. В. Хухлаевой, Т.Ю. Кирилиной.

Цель программы: Снижение тревоги, формирование конструктивного общения, повышение самооценки

Задачи программы:

1. Отреагирование негативных эмоций.
2. Обучение приемам регуляции своего эмоционального состояния.
3. Обучение способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов.

Методы, используемые в программе:

1. Обсуждение, дискуссия.
2. Игровые упражнения.
3. Интерактивные игры.
4. Арт-терапия.

Программа включает в себя 10 занятий. Частота занятий - два раза в неделю. Длительность - от 40 минут до 1 часа.

Категория участников: подростки 14-16 лет.

Количество участников: 20 человек.

Необходимые материалы: бумага, карандаши, мяч.

Структура занятий включает:

1. Ритуал приветствия.
2. Разминка.
3. Основное упражнение.
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания.

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

Описание занятий (Приложение 1).

Занятие №1. Беседа «Бесконфликтное общение».

Цель: определение места агрессии и конфликта в жизни человека и общества.

В начале занятия возникли трудности с установлением дисциплины в группе, но в скором времени появилась возможность начать беседу. В начале разговора не многие из ребят активно участвовали в дискуссии. В обсуждении вопроса о понятии агрессивного поведения звучало много правильных мнений, что говорит о достаточной осведомленности ребят по этому вопросу. Наибольший интерес вызвало упражнение «Несуществующее животное», после выполнения которого, без называния имен совместно обсуждались рисунки. В работах многих ребят четко прослеживались элементы степени агрессивности (рога, острые зубы, когти, яркие линии, сильная штриховка, множества острых углов, длинные передние конечности), что еще раз подтверждает наличие ее высокого уровня в группе. В целом, по итогам занятия, подростки узнали о типах агрессии, о способах защиты от агрессивных действий, о стратегиях поведения в конфликтной ситуации. К концу беседы активность ребят была достаточно высока, чему способствовала смена деятельности в течение занятия.

Занятие №2. Цель: осознание и понимание своих эмоций и внутреннего состояния.

1. Ритуал приветствия: «Комплимент».

2. Обсуждение и принятие групповых правил: правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий:

- добровольность участия: выполнение задания и проговор только с согласия участника);
- правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп»;
- конфиденциальность (все обсуждение только в круге);
- правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит внутри группы;
- активность;
- искренность в общении;
- оценивание только поступка, а не личности человека.

3. Разминка: «Змейка».

4. Основное упражнение: «Прогноз погоды».

5. Рефлексия.

6. Ритуал прощания: «Самопохвала».

Первоначально ребята сели в круг, чтобы создать атмосферу равенства и открытости. Поскольку группа разобщенная, уже на этапе ритуала приветствия у некоторых ребят возникли трудности. В силу закрытости отдельных подростков, им было нелегко говорить что-то приятное своему соседу. После приветствия обсуждались и были приняты групповые правила, беспрекословное следование которым было важной частью работы. В процессе разминки ребята вели себя более активно, так как разминочное упражнение предполагает движение. Основное упражнение для многих подростков послужило возможностью выражения своего внутреннего состояния с помощью рисунка. Такая форма выражения своих чувств очень важна для ребят, которые в силу каких-либо причин не могут выразить их вербально. В основном, для выражения плохого настроения, желания побыть в одиночестве, участники изображали такие элементы как тучи, дождь, шторм, просто штрихи черного и серого цветов. С помощью этого упражнения каждому подростку дается возможность понять, что взрослый признает за ним право побыть какое-то время необщительным. В это время другие дети учатся

уважать такое состояние души у каждого человека. Во время рефлексии не все участники выражали свои чувства, что свидетельствует о закрытости, стеснительности и недоверчивости к одноклассникам.

Занятие №3. Цель: обучение правилу взаимодействия в команде: «Проблемы - на передний план».

1. Ритуал приветствия: «Комплимент».
2. Разминка: «Зеркало».
3. Основное упражнение: «Камушек в ботинке».
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания: «Самопохвала».

Приветствие в данном занятии также вызвало затруднения у некоторых ребят. Шутливый характер разминки был интересен ребятам, фантазию здесь проявляли абсолютно все, без стеснения. Основное упражнение было примером такой игры, в которую полезно играть, когда кто-то из ребят обижен, сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают подростку заниматься делом, когда назревает конфликт в группе. Каждый участник группы в процессе игры имел возможность вербализовать свое состояние и сообщить о нем окружающим. Ребята по кругу рассказывали, что мешает им в данный момент, что не устраивает и раздражает в поведении одноклассников. Все ребята высказали недовольство чем-либо. При обсуждении упражнения некоторые ребята не соглашались с мнениями своих одноклассников, но после подробного обоснования всё же принимали озвученные недовольства. Ребята согласились с тем, что способ озвучивать свою проблему сразу же после ее возникновения, является возможностью дальнейшего возникновения конфликта. В конце занятия каждый из ребят похвалил сам себя за проделанную работу. Это упражнение очень важное, так как помогает участникам осознать, что самопознание - тяжелый труд.

Занятие №4. Цель: проработка гнева и обид.

1. Ритуал приветствия: «Комплимент с пожеланием».
2. Разминка: «Тень».

3. Основное упражнение: «Шутливое письмо».
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания: «Самопохвала».

В ходе приветствия к комплименту нужно было добавить какое-либо пожелание. На этот раз приветствие уже не вызывало такого затруднения, которое присутствовало на предыдущих занятиях. В ходе основного упражнения подростки писали шутливое письмо знакомому, в общении с которым они испытывают трудности. Это письмо относится к разряду тех, которые можно писать, но не стоит отправлять. Часто проблему решить легче, если подходить к ней не только оптимистически, но и с чувством юмора. К сожалению, не все ребята выполнили данное упражнение, объяснив это отсутствием фантазии. Труднее всего подросткам было переформулировать свои недовольства в позитивную, шутливую форму. Некоторые ребята изъявили желание зачитать свое письмо. Данное упражнение помогло ребятам понять, что посмотрев на проблему, конфликт или недовольство кем-либо по-другому, данное явление может оказаться отчасти смешным. Соответственно отношение к проблеме может измениться в противоположную сторону. После упражнения ребятам представилась возможность высвободить свою энергию путем игры в «снежки» из своих писем.

Занятие №5. Цель: понимание агрессии как конструктивной формы поведения.

1. Ритуал приветствия: «Приветствие».
2. Разминка: «Обзывалки».
3. Основное упражнение: «Датский бокс».
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания: «Аплодисменты».

Целью разминки в данном занятии является знакомство с игровыми приемами, способствующими разрядке гнева в приемлемой форме при помощи вербальных средств. Ребята очень эмоционально называли друг друга различными необидными словами, что показало им возможность

освободиться от агрессии и гнева с помощью шуточных слов. С помощью основного упражнения подросткам было показано, что агрессивность может быть и конструктивной, что предполагает отстаивание собственных интересов, сохраняя при этом хорошие отношения с партнером. Многим людям это дается лишь с большим трудом, так как они привыкли к тому, что хорошие отношения связаны с дружелюбным поведением, а агрессивность - с большим отчуждением от партнера. В данной игре у многих ребят наблюдалась склонность к соперничеству, некоторые поддавались или избегали наступательных действий. Чтобы отстоять свои интересы, не испортив при этом отношения с другим человеком необходимо уметь, открыто говорить о своих чувствах и мыслях, желаниях и потребностях, сохраняя уважительное отношение к собеседнику; важно также понимать чувства и потребности другого человека и не бояться делать комплименты.

Занятие №6. Цель: разъяснение подростками понятия «агрессивное поведение».

1. Ритуал приветствия: «Приветствие».
2. Разминка: «Путаница».
3. Основное упражнение: «Агрессивное поведение».
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания: «Аплодисменты»

В ходе основного упражнения выяснялось, что подростки называют агрессивным поведением. Они разбирались в своем собственном агрессивном поведении и исследовали чужое агрессивное поведение. Несколько ребят выразили желание продемонстрировать элементы такого поведения, а группа отгадывала, что они показывают. Ребята высказывались, какие элементы агрессивного поведения они встречают в группе, в каких случаях они сами проявляют агрессию по отношению к другим, каким образом они сами вызывают агрессию по отношению к себе. Во время рефлексии некоторые подростки признавали наличие в своем поведении агрессии по отношению к другим людям и к самим себе.

Занятие №7. Цель: снятие напряжения при обиде или гнев.

1. Ритуал приветствия: «Приветствие».
2. Разминка: «Разминка с мячом».
3. Основное упражнение: «Безмолвный крик».
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания: «Аплодисменты».

Проведенная разминка позволила участникам обратить внимание друг на друга, что создало чувство группы, объединение ее для дальнейшей работы. Подросткам важно научиться даже при самой сильной обиде или гнев не чувствовать себя жертвой. Основное упражнение помогло детям понять, что они могут одновременно контролировать себя и избавляться от напряжения, что является хорошим фундаментом для последующего размышления о том, как избавиться от проблемы, являющейся причиной этого напряжения. В процессе рефлексии высказались практически все ребята, но у некоторых в качестве способа справиться с проблемой все же присутствовали агрессивные действия. Многие в своем воображении пытались справиться с проблемой методом переговоров.

Занятие №8. Цель: формирование навыков отреагирования эмоций.

1. Ритуал приветствия: «Приветствие».
2. Разминка: «Цвета».
3. Основное упражнение: «Любовь и злость».
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания: «Я хочу сказать “Спасибо”».

При анализе основного упражнения все ребята согласились с тем, что гнев проходит намного быстрее, когда о нем рассказываешь, а не умалчиваешь. Поэтому при отреагировании эмоций необходимо четко говорить, что именно приводит к раздражению. Ритуал прощания имел большое значение - подростки учились благодарить человека за его хорошее отношение и поступки, что важно для формирования положительных черт характера.

Занятие №9. Цель: выработка умения распознавать эмоциональное состояние.

1. Ритуал приветствия: «Приветствие».
2. Разминка: «Кто начинает?».
3. Основное упражнение: «Пиктограммы».
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания: «Я хочу сказать “Спасибо”».

Основное упражнение предполагало творчество. Нарисованные участниками пиктограммы вызвали у них интерес, но воспринимались и интерпретировались по-разному, что объясняется неодинаковым восприятием людьми одной и той же информации. Командное отгадывание содержания пиктограмм характеризовалось лучшими показателями. Ребята показали достаточно хорошее умение распознавать эмоциональное состояние человека по внешним признакам.

Занятие №10. Цель: обучение конструктивным способам решения конфликта.

1. Ритуал приветствия: «Приветствие».
2. Разминка: «Компот».
3. Основное упражнение: «Ковер мира».
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания: «Я хочу сказать “Спасибо”».

Последнее занятие - это этап анализа и обобщения всего ранее пройденного и осмысленного. Изготовление «ковра мира» - это процесс, имеющий большое значение, так как благодаря ему ребята делают его частью своей жизни. Всякий раз, когда разгорится спор, они смогут использовать его для решения возникшей проблемы, обсудив ее. Когда дети привыкнут к этому ритуалу, они начнут применять «ковер мира» без посторонней помощи. И это очень важно, так как самостоятельное решение проблем и есть главная цель этой стратегии. «Ковер мира» придаст детям внутреннюю уверенность и покой, а также поможет им сконцентрировать свои силы на поиске

взаимовыгодного решения проблем. Это прекрасный символ отказа от вербальной или физической агрессии.

После проведенной работы мы повторно провели диагностику по тем же методикам. По методике Спилберга-Ханина мы получили следующие результаты: 24 % подростков из выборки имеют высокий уровень ситуативной тревожности. Умеренный уровень тревожности выявлен у 47 % подростков показали умеренный уровень ситуативной тревожности. Низкий уровень ситуативной тревожности всего у 29% подростков. Высокий уровень личностной тревожности выявлен у 51% подростка. Умеренный уровень личностной тревожности выявлен 36% да от общего числа испытуемых. Низкий уровень личностной тревожности составил 13% испытуемых. Данные представлены на рисунке 4.

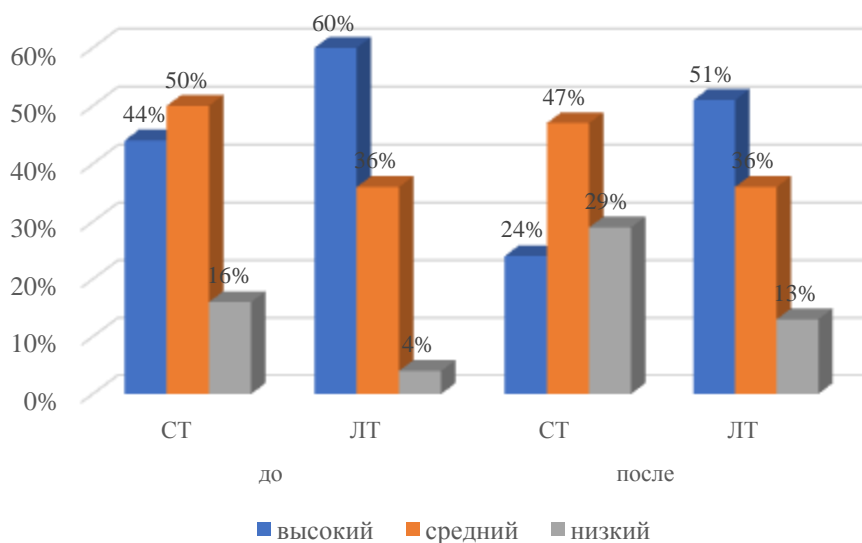


Рисунок 4 – Уровни ситуативной и личностной тревоги у старших подростков с деструктивным поведением до и после программы

По итогу проведенной диагностики коммуникативного контроля можно сделать следующие выводы, которые были представлены в таблице 2.

Таблица 4 – Уровень Количество испытуемых (%)

Уровень	% до программы	% после программы
Высокий (7-10)	35	28
Средний (4-6)	43	40
Низкий (0-3)	22	32

Респонденты с высоким уровнем коммуникативного контроля отличаются чрезмерным и частым контролем над собой и своими действиями, управлением над выражением своих эмоций. Такие люди практически не способны расслабиться в компании и всегда испытывают переживания по поводу взаимодействий с окружающими людьми. Тревожность таких людей обычно тоже находится на высоком уровне. Низкий уровень коммуникативного контроля характеризуется высокой вспыльчивостью и импульсивностью во взаимодействии с окружающими людьми, а также раскованностью и желанием к постоянным контактам. Поведение таких людей редко подвергается изменениям, лишь в зависимости от ситуации общения и не всегда соотносится с поведением других людей. Такой уровень коммуникативного контроля до проведения диагностической программы характерен для 5 испытуемых, что составляет 22,7% от общего числа испытуемых. Данные представлены на рисунке 5.

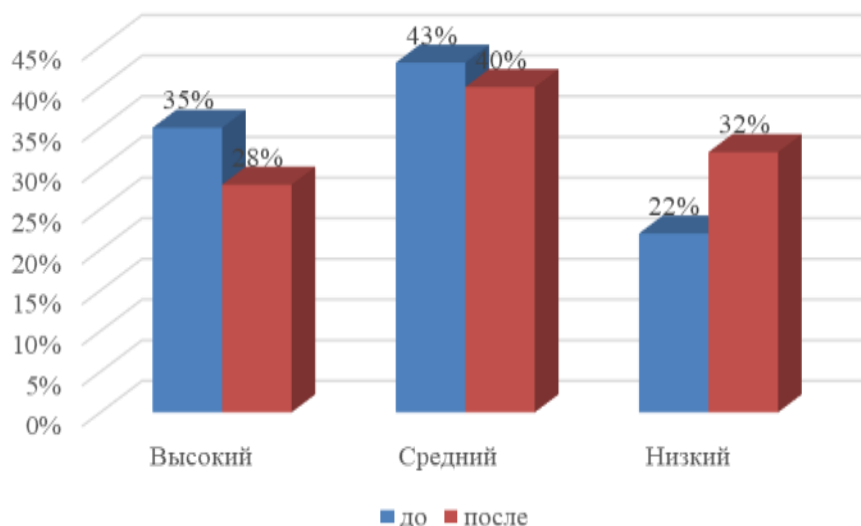


Рисунок 5 – Уровни коммуникативного контроля у старших подростков с деструктивным поведением до и после программы

Для подтверждения и уточнения полученных результатов по уровню самооценки по методике самооценки личности О.И. Моткова содержащая более дифференцированную шкалу диагностики компонентов самооценки. Анализируя их можно выделить респондентов с низкой, средней, высокой и даже псевдовысокой самооценкой. В нашем исследовании в экспериментальной группе выявлены подростки с низкой самооценкой - 40%, со средней 32% и с высокой - 28%. Данные на рисунке 6.

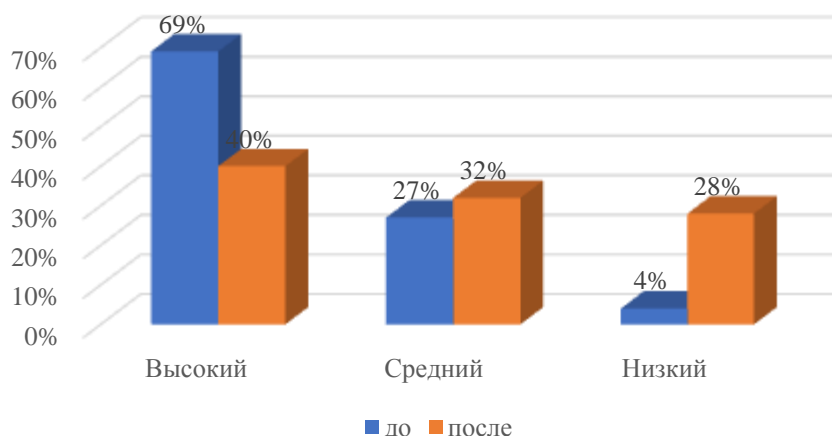


Рисунок 6 – Уровни самооценки у старших подростков с деструктивным поведением до и после программы

Из проведенного исследования видно что у подростков после программы снизилась тревога, самооценка стала более устойчивой, повысился уровень коммуникативной компетентности. У подростков стали выступать такие качества как ответственность, сострадание, доброжелательность, активность, отзывчивость и бескорыстность, т.е. социально одобряемые качества.

Выводы по второй главе

По результатам проведенных методик исследования самооценки подростков можно выделить следующие положения: у подростков наблюдается преобладание низкого уровня самооценки или склонность к занижению своих достоинств, в частности, по актуальным для них позициям – внешности, авторитету у сверстников, характеру, где наблюдаются более низкие показатели. Проблемными зонами оптимизации самооценки подростков являются самоуважение, самопринятие и самоинтерес.

У подростков с неадекватной самооценкой наблюдаются такие особенности поведения, как враждебность, подозрительность, обидчивость, замкнутость, уступчивость, т.е. социально нежелательные характеристики. У подростков с адекватной самооценкой в качестве особенностей выступают: ответственность, сострадание, доброжелательность, активность, отзывчивость и бескорыстность, т.е. социально одобряемые качества.

Профилактика деструктивного поведения подростков становится не только социально значимой, но и психологически необходимой. Профилактика рассматривается как совокупность мероприятий, направленных на предупреждение, устранение или нейтрализацию причин и условий, вызывающих социальные отклонения в поведении подростков.

Проблема повышения эффективности ранней профилактики должна решаться в следующих направлениях:

1) выявление неблагоприятных факторов и десоциализирующих воздействий, которые обуславливают возникновение агрессивного поведения, и своевременное устранение этих неблагоприятных воздействий;

2) современная диагностика агрессивных проявлений в поведении подростков и осуществление дифференцированного подхода в выборе профилактических средств.

Ведущая роль в предупреждении и коррекции агрессивного поведения у детей и подростков принадлежит семье, родителям. Однако большое значение отводится педагогам и психологам.

Методами профилактики деструктивного поведения подростков могут быть игровые упражнения, интерактивные игры, дискуссии, метод арт-терапии.

Необходимым условием профилактической работы с подростками, проявляющими деструктивное поведение, является привлечение специалистов: классного руководителя, психолога, инспектора по делам несовершеннолетних.

Использованная психокоррекционная программа профилактики позволяет в условиях школы воздействовать на психологические особенности подростков и проводить эффективную коррекцию.

Благодаря применению программы были снижены показатели негативных психических состояний подростков в экспериментальной группе.

Таким образом, можно утверждать, что программа доказала свою эффективность, но для дальнейшего улучшения результатов необходима работа с окружением деструктивных подростков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Деструктивное поведение - это поведение человека, отклоняющееся от социальной нормы. Отклоняющимся от нормы поведение можно назвать если поведение не соответствует принятым на определенной территории в определенный отрезок времени нормам. Деструктивное поведение тесно связано с психологическими особенностями личности, с ее внутренними конфликтами и переживаниями. Чаще всего такое поведение возникает вследствие отклоняющегося процесса социализации. В процессе социализации у человека должно происходить осознание своей ответственности за преодоление социальных и моральных норм.

При нарушенном процессе социализации нормы, правила и предписания воспринимаются неверно или неточно и, следовательно, не выполняются. Отклоняющееся поведение тесно связано с понятием «норма». Так как понятие нормы трактуется в разных отраслях психологии по-разному, то и понятие деструктивного поведения тоже носит характер относительности. Оно зависит от национальности, временной эпохи, нравов и обычаев общества, в котором человек находится.

Существуют социальные и психологические нормы. И те, и другие прививаются человеку обществом, но, в отличие от социальных, психологические нормы или нормы морали человек определяет для себя сам, точнее он сам решает выполнять их или нет. За невыполнение нормы морали не предусматривается наказание.

Существует множество классификаций отклоняющегося поведения. Е.В. Змановская подразделяет такое поведение на 3 типа: антисоциальное (или делинквентное) поведение, асоциальное (или аморальное) поведение и аутодеструктивное (или саморазрушающее) поведение.

Главной причиной отклоняющегося поведения подростков является социальная и физическая незрелость. К основным причинам проявления

девиаций в старшем подростковом возрасте также можно отнести: конфликты во внутрисемейных отношениях и других социальных контактах, неуверенность подростка в себе, заниженная самооценка, стремление к независимости и возрастные особенности (кризис подросткового возраста и т.д.).

По результатам проведенных методик исследования самооценки подростков можно выделить следующие положения: у подростков наблюдается преобладание низкого уровня самооценки или склонность к занижению своих достоинств, в частности, по актуальным для них позициям – внешности, авторитету у сверстников, характеру, где наблюдаются более низкие показатели. Проблемными зонами оптимизации самооценки подростков являются самоуважение, самопринятие и самоинтерес.

У подростков с неадекватной самооценкой наблюдаются такие особенности поведения, как враждебность, подозрительность, обидчивость, замкнутость, уступчивость, т.е. социально нежелательные характеристики. У подростков с адекватной самооценкой в качестве особенностей выступают: ответственность, сострадание, доброжелательность, активность, отзывчивость и бескорыстность, т.е. социально одобряемые качества.

Профилактика деструктивного поведения подростков становится не только социально значимой, но и психологически необходимой. Профилактика рассматривается как совокупность мероприятий, направленных на предупреждение, устранение или нейтрализацию причин и условий, вызывающих социальные отклонения в поведении подростков.

Проблема повышения эффективности ранней профилактики должна решаться в следующих направлениях:

- 1) выявление неблагоприятных факторов и десоциализирующих воздействий, которые обуславливают возникновение агрессивного поведения, и своевременное устранение этих неблагоприятных воздействий;

2) современная диагностика агрессивных проявлений в поведении подростков и осуществление дифференцированного подхода в выборе профилактических средств.

Ведущая роль в предупреждении и коррекции агрессивного поведения у детей и подростков принадлежит семье, родителям. Однако большое значение отводится педагогам и психологам.

Методами профилактики деструктивного поведения подростков могут быть игровые упражнения, интерактивные игры, дискуссии, метод арт-терапии.

Необходимым условием профилактической работы с подростками, проявляющими деструктивное поведение, является привлечение специалистов: классного руководителя, психолога, инспектора по делам несовершеннолетних.

Использованная психокоррекционная программа профилактики позволяет в условиях школы воздействовать на психологические особенности подростков и проводить эффективную коррекцию.

Благодаря применению программы были снижены показатели негативных психических состояний подростков в экспериментальной группе.

Таким образом, можно утверждать, что программа доказала свою эффективность, но для дальнейшего улучшения результатов необходима работа с окружением деструктивных подростков.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Артамонова, А. А. Агрессивное поведение подростков как предпосылка правонарушений / А. А. Артамонова // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия «Право». – 2009. – №1. – С. 53–58.
2. Бахирева, Г. В. Причинный комплекс агрессивного поведения несовершеннолетних / Г. В. Бахирева // Современные проблемы науки и образования. - 2008. – №3. – С. 185–188.
3. Бисалиев, Р. В. К вопросу об актуальности изучения проблемы агрессивного поведения у детей и подростков / Р. В. Бисалиев, Т. Н. Зубкова, В. С. Кальней, А. А. Миронова // Фундаментальные исследования. – 2007. – №1. – С. 76–77.
4. Большой психологический словарь / Под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – М.: АСТ; СПб.: Прайм-Еврознак, 2009. – 816 с.
5. Бэрн, Р. Агрессия / Р. Бэрн, Д. Ричардсон. – СПб.: Питер, 2001. – 352 с.
6. Бютнер, К. Жить с агрессивными детьми / К. Бютнер. - М.: Педагогика, 1991. - 142 с.
7. Волкова, Л.А. Причины криминально-агрессивного поведения подростков / Л. А. Волкова // Среднее профессиональное образование. – 2009. – №8. – С. 70–72.
8. Воробьева, К. А. Влияние внутрисемейных особенностей на формирование агрессивных установок личности у подростков из полных и неполных семей / К. А. Воробьева // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. – 2010. – №2. – С. 117–123.
9. Воробьева, К. А. Детская агрессивность как следствие деструктивного семейного воспитания / К. А. Воробьева // Воспитание школьников. - 2008. - №7. - С. 48.

10. Воробьева, К.А. Профилактика агрессивности в подростковой среде / К.А. Воробьева // Воспитание школьников. - №6. - С. 55 - 61.
11. Глебов, В.В. Профилактика агрессивного поведения подростков / В.В. Глебов, М.В. Рязанцева // Профессиональное образование. Столица. - 2008. - №5. - С. 16 - 17.
12. Гребенкин, Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе: учеб.-методич. Комплекс / Е.В. Гребенкин. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 160 с. - ISBN 5-222-09783-8.
13. Гриневич, Н.В. Возможности использования метода Арт-терапии в психологической практике с детьми «группы риска» / Н.В. Гриневич // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. - 2009. - №5. - С. 303 - 306.
14. Гуляева, К.Ю. Агрессивность в подростковом возрасте и её коррекция / К.Ю. Гуляева // Омский научный вестник. - 2007. - №3. - С. 107-110.
15. Дубинин, С.Н. Агрессия как стратегия адаптации девиантных подростков / С.Н. Дубинин // Среднее профессиональное образование. - 2009. - №4. - С. 41-44.
16. Еникополов, С.Н. Дети и психология агрессии / С.Н. Еникополов // Школа здоровья. - 1995. - №3. - С. 31 - 39.
17. Ишимова, А. Е. Факторы деструктивно-агрессивного поведения современного подростка и их тенденции / А. Е. Ишимова. — Текст : непосредственный // Психологические науки: теория и практика : материалы III Междунар. науч. конф. (г. Москва, июнь 2015 г.). — Москва : Буки-Веди, 2015. — С. 31-34. — URL: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/158/8307/> (дата обращения: 12.05.2024).
18. Кадыржанова, Ж.Е. Условия и факторы возникновения агрессивного поведения в подростковом возрасте / Ж.Е. Кадыржанова // Вестник ВЭГУ. - 2010. - №1. - С. 99-103.

19. Кларин, М.В. Инновации в мировой педагогике: обучение на основе исследования, игры и дискуссии / М.В. Кларин. - М.: пед. центр Эксперимент, 1998. - 180 с. - ISBN 5-87474-011-2.

20. Коваленко, И.Л. К решению проблемы агрессивного поведения детей и молодежи / И.Л. Коваленко // Человеческий фактор: проблемы психологии и эргономики. - 2006. - №2. - С. 51-52.

21. Козловская, Н.В. Проблема психологической адаптации агрессивных подростков в группе сверстников / Н.В. Козловская // Вестник Ставропольского государственного университета. - 2008. - №59. - С. 104 - 112.

22. Креч, Д. Элементы психологии / Д. Креч, Р. Кратчфилд // Вопросы психологии. - 1992. - №1. - С. 84-98.

23. Личко, А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А.Е. Личко. - СПб.: Речь, 2009. - 256 с. - ISBN: 978-5-9268-0828-6.

24. Лишин, О.В. Педагогическая психология воспитания / О.В. Лишин. - М.: Академкнига, 2003. - 332 с. - ISBN: 5-946280-43-0.

25. Мардахаев, Л.В. Словарь по социальной педагогике. Учеб. пособие для студ. ВУЗов / Л.В. Мардахаев. - М.: Академия, 2002. - 368 с. - ISBN: 5-7695-0882-5.

26. Мизина, Н.Н. Семья как фактор формирования агрессивного поведения подростков / Н.Н. Мизина, Е.А. Назаренко // Материалы XII региональной научно-технической конференции «Вузовская наука - Северо-Кавказскому региону». Т. 2. Общественные науки. - Ставрополь: СевКавГТУ, 2008. - 194 с.

27. Мироненко, Т.И. Агрессия как естественный фактор социальной адаптации подростков / Т.И. Мироненко // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. - 2010. - №6. - С. 260-266.

28. Можгинский, Ю.Б. Агрессивность детей и подростков: распознавание, лечение, профилактика. Изд. 2-е стереотип. / Ю.Б. Можгинский. - М.: «Когито-Центр», 2008. - 181 с. - ISBN:978-5-89353-246-3.

29. Нотова, С.В. Проблемы эмоционального стресса и агрессивности: теории возникновения и методики их изучения / С.В. Нотова, Е.С. Петросиенко // Вестник Оренбургского гос. университета. - 2009. - №1. - С. 87-90.
30. Нурмухаметова, И.Ф. Понимание агрессивности и возрастная динамика её проявлений / И.Ф. Нурмухаметова, С.И. Галяутдинова // Вестник Башкирского университета. - 2010. - №4. - С. 26-29.
31. Овчарова, Р.В. Справочная книга социального педагога / Р.В. Овчарова. - М.: ТЦ «Сфера», 2005. - 480 с. - ISBN 5-89144-177-2.
32. Педагогический энциклопедический словарь / Под ред. Б.М. Бимбад. - М.: Большая Российская энциклопедия, 2008. - 528 с. - ISBN:978-5-358-04284-1.
33. Платонов, Ю.П. Основы этнической психологии. Учебное пособие / Ю.П. Платонов. - СПб.: Речь, 2003. - 464 с. - ISBN 5-9268-0244-1.
35. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. - Екатеринбург: Деловая книга, 2000. - 128 с. - ISBN 5-88687-081-4.
36. Психология. Словарь / Под общ. Ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Политиздат, 1990. - 494 с. - ISBN 5-250-00364-8.
37. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Д.Я. Райгородский. - Самара: Бахрах - М, 2011. - 672 с. - ISBN 5-89570-005-5.
38. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс, К. Долджин. - СПб.: Питер, 2010. - 816 с. - ISBN: 978-5-49807-290-6
39. Реан, А.А. Психология изучения личности / А.А. Реан. - М.: Изд-во Михайлова В.А - 1999. - 288 с. - ISBN: 5-8016-0044-2
40. Романко, О.А. Особенности формирования агрессивности в подростковом возрасте / О.А. Романко // Психология обучения. - 2007. - №9. - С. 53-63.

41. Румянцева, Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии / Т.Г. Румянцева // Вопросы психологии. - 1991. - №1. - С. 81-87.
42. Самусенко, И.Л. К решению проблемы агрессивного поведения детей и молодежи / И.Л. Самусенко // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. - 2010. - №9. - С. 73 - 79.
43. Семенюк, Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции / Л.М. Семенюк. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2003. - 93 с. - ISBN:5-89502-041-0.
44. Смирнов, И.П. Психология взросления / И.П. Смирнов // Профессиональное образование. Столица. 2009. - №10. - С. 44-47.
45. Социальная педагогика: курс лекций. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. М.А. Галагузовой. - М.: ВЛАДОС, 2000. - 416 с. - ISBN 5-691-00372-0.
46. Социологический энциклопедический словарь / Под ред. Г.В. Осипова. - М.: ИНФРА-М-НОРМА, 2000. - 481 с. - ISBN 978-5-89123-162-7.
47. Столяренко, Л.Д. Педагогическая психология: учеб. пособие для студ. вузов / Л.Д. Столяренко. - Ростов н/Д.: Феникс, 2009. - 541 с. - ISBN: 978-5-222-15576-9.
48. Сторожук, С.И. Основы психолого-педагогической коррекции агрессивных подростков / С.И. Сторожук // Преподаватель XXI век. - 2010. - №1. - С. 173 - 177.
49. Субботина, Н.Д. Естественные и социальные предпосылки человеческой агрессии / Н.Д. Субботина // Гуманитарный вектор. - 2008. - №2. - С. 14-24.
50. Фельдштейн, Д.И. Психология развития человека как личности // Д.И. Фельдштейн. Избранные труды: В 2 т. / Д.И. Фельдштейн. - Т. 1. - М.: МПСИ, 2009. - 656 с. - ISBN 978-5-9770-0425-1.

51. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: практическое пособие. Часть 3 / К. Фопель. - М.: Генезис, 2006. - 160 с. - ISBN 5-85297-060-3.

52. Фурманов, И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция / И.А. Фурманов. - Минск: Ильин В.П., 1996. - 192 с. - ISBN:985-636-502-3

53. Хухлаева, О.В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья / О.В. Хухлаева, Т.Ю. Кирилина. - М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 224 с. - ISBN 5-04006-109-9.

54. Чижова, И.Н. Рефлексивность и агрессивное поведение просоциальных и делинквентных подростков / И.Н. Чижова // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. - 2010. - №2. - С. 139-145.

55. Шабалин, О.М. Агрессивность как фактор риска правонарушающего поведения подростков / О.М. Шабалина // Психопедагогика в правоохранительных органах. - 2008. - №1. - С. 41-42.

Описание занятий

Занятие №1. Беседа «Бесконфликтное общение».

Цель: определение места агрессии и конфликта в жизни человека и общества.

Оформление и оборудование: чистые листы, карандаши.

Ход мероприятия

(На доску вывешивается плакат)

Других не зли и сам не злись

Мы гости в этом бренном мире

И если что не так смирись,

Умнее будь и улыбнись.

Холодной думай головой

Ведь в мире все закономерно

Зло, излученное тобой

К тебе вернется непременно.

Омар Хайям

Обсуждение вопроса: Как вы понимаете слова Омара Хайяма?

Чтение притчи «Мешок картошки»

Ученик спросил учителя:

- Ты такой мудрый. Ты всегда в хорошем настроении, никогда не злишься.

Помоги и мне быть таким.

Учитель согласился и попросил ученика принести картофель и прозрачный пакет.

- Если ты на кого-нибудь разозлишься и затаишь обиду, - сказал учитель, - то возьми этот картофель. С одной его стороны напиши своё имя, с другой имя человека, с которым произошёл конфликт, и положи этот картофель в пакет.

- И это всё? - недоумённо спросил ученик.

- Нет, - ответил учитель. Ты должен всегда этот мешок носить с собой. И каждый раз, когда на кого-нибудь обидишься, добавлять в него картофель. Ученик согласился...

Прошло какое-то время. Пакет ученика пополнился ещё несколькими картошинами и стал уже достаточно тяжёлым. Его очень неудобно было всегда носить с собой.

К тому же тот картофель, что он положил в самом начале, стал портиться. Он покрылся скользким налётом, некоторый пророс, некоторый зацвёл и стал издавать резкий неприятный запах.

Ученик пришёл к учителю и сказал:

- Это уже невозможно носить с собой. Во-первых, пакет слишком тяжёлый, а во-вторых, картофель испортился. Предложи что-нибудь другое.

Но учитель ответил:

- Тоже самое, происходит и у тебя в душе. Когда ты на кого-нибудь злишься, обижаешься, то у тебя в душе появляется тяжёлый камень. Просто ты это сразу не замечаешь. Потом камней становится всё больше.

Поступки превращаются в привычки, привычки - в характер, который рождает зловонные пороки. И об этом грузе очень легко забыть, ведь он слишком тяжёлый, чтобы носить его постоянно с собой.

Я дал тебе возможность понаблюдать весь этот процесс со стороны. Каждый раз, когда ты решишь обидеться или, наоборот, обидеть кого-то, подумай, нужен ли тебе этот камень.

Наши пороки порождаем мы сами. А нужно ли Вам таскать мешок испорченной картошки за спиной?

Обсуждение вопроса: 1) Как вы понимаете слова учителя?

Объяснение педагога: В процессе учебной и общественной деятельности подросток взаимодействует с другими участниками школьной жизни. При этом конфликты — явление неизбежное. А вот что останется после конфликтной ситуации во многом зависит от самого человека.

3. Инсценированный конфликт (ссора двух друзей).

Обсуждение вопроса: почему произошел данный конфликт. Как его разрешить?

4. Вопрос к аудитории: Что такое «Агрессия»?

Выслушиваются ответы 4-5 человек, затем дается определение агрессии.

Существует несколько определений «агрессии»:

1). По-латински «агрессия» означает «нападаю». Под этим словом понимается индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического ущерба, либо на уничтожение другого человека или группы людей.

2). Агрессия - это эмоция, которая выполняет функции адаптации, то есть приспособления к окружающей среде.

5. Вопрос к аудитории: «Агрессия - это положительное или отрицательное качество?».

В современной психологической науке выделяется два типа агрессии:

ситуативная, которая считается в пределах нормы, надситуативная, то есть отрицательная, выходящая за пределы нормы

Надситуативная агрессия часто проявляется привычной формой поведения, в то время как ситуативная агрессия проявляется лишь как ответная реакция на определенную ситуацию.

Рассмотреть примеры агрессий животных, представлены на картинках: собака, защищающая своих щенков и агрессия кошки при виде чужих.

6. Вопрос к аудитории: «Агрессивность - качество, присущее всем или нет?».

Выслушиваются ответы 4-5 человек.

7. Но перед тем как я отвечу на поставленный вопрос, давайте проведем мини-игру.

Мини-игра: придумать и нарисовать несуществующее животное.

Каждый ученик рисует своего животного. После чего обратить внимание на такие элементы: как рога, острые зубы и когти, яркие линии, сильную штриховку, множество острых углов, длинные передние конечности. Все они

являются показателем степени агрессивности, присущей данному человеку. Некоторые работы, по желанию учащихся, можно показать классу.

Всем людям в той или иной форме присуще агрессивное поведение, и многие воспринимают агрессию как достойный способ отношения с другими людьми. Подростки либо не осознают некоторые формы агрессии в отношении с другими людьми, либо, в силу требований взрослых и норм воспитания, подавляют ее в себе. Поэтому важно, во-первых, научиться распознавать и регулировать некоторые формы своего поведения, а во-вторых, разряжать подавленную агрессию в приемлемых формах. Агрессия присуща, всем людям без исключения, так как она есть результат гормональных реакций организма и естественная защитная реакция. Поэтому проявлять агрессию очень легко, а преодолевать и заменять ее другими формами поведения гораздо сложнее. Следует понимать, что словесная агрессия возможна как в интенсивно выраженных формах (ругань, оскорбления, унижение), так и в менее интенсивных, но столь же обидных: обзывания, «подначки», упреки и др.

8. Вопрос к аудитории: «В каких ситуациях ВЫ чаще проявляю агрессию и почему? Кто чаще всего проявляет агрессию к ВАМ, и как ВЫ себя при этом чувствуете?».

9. Выслушиваются ответы на вопросы и обсуждаются меры защиты от агрессии с помощью таблицы:

* Чем же можно заменить агрессию в уже перечисленных ситуациях?

* Как не стать агрессором?

* Как не стать жертвой агрессии?

Переменные	Пассивная форма	Активная форма
1. Отстранение агрессора	Удаление себя (уход)	Удаление агрессора (изгнание, уничтожение)
2. Контроль характера воздействия	Блокировка (выставление препон,	Контрагрессия(контроль над агрессором,

	барьера, поиск укрытия)	подчинение, управление агрессором)
3. Блокировка информации	Маскировка, замирание	Игнорирование агрессора, отрицание агрессора

10. Стратегии поведения в конфликтной ситуации: настойчивость, приспособление, компромисс, избегание, сотрудничество.

1) Настойчивость - («несмотря не на что, активно отстаиваю собственную позицию»). Тот, кто придерживается подобной стратегии в конфликте, не интересуется мнениями остальных и старается настоять на своем во что бы то ни стало. Внешне такое поведение часто выглядит агрессивным. Для достижения успеха при такой позиции необходимо иметь власть, в противном случае единственным следствием подобного поведения будет ухудшение взаимоотношений. Данная стратегия максимально эффективна в случае реальной внешней угрозы группе людей - в этом случае человек, настойчиво защищающий ее интересы, воспринимается как лидер и повышает свой статус.

2) Приспособление («я всегда стараюсь идти навстречу другому»). Такой человек готов отказаться от собственных интересов, принеся их в жертву другому. Подобная стратегия, как правило, не используется «фигурами власти» (лидерами и руководителями), за исключением достаточно редкой ситуации. Когда предмет разногласий, оказывается, менее значим, чем сохранение отношений с партнером. Или когда, соответственно, данный «тактический проигрыш» ведет к итоговому «стратегическому выигрышу».

3) Компромисс «я стараюсь искать решение, основанное на взаимных уступках». Такой человек готов принять точку зрения другого, но лишь до определенной степени. Подобная стратегия поведения в конфликте обычно высоко ценится окружающими, так как уменьшает враждебность и агрессию конфликтующих, а также позволяет довольно быстро найти решение. Однако

если прибегать к ней долгое время, можно прослыть «беспринципным соглашателем».

4) Избегание («я стараюсь уклониться от участия в конфликте»). Человек, придерживающийся этой позиции, делает вид, что конфликта для него не существует. Эта позиция эффективна в трех случаях:

- если предмет разногласий не представляется человеку важным;
- если ситуация может разрешиться сама собой;
- если в настоящий момент нет условий для разрешения конфликта, но в будущем они могут появиться.

5) Сотрудничество («я стараюсь найти решение, максимально удовлетворяющее интересы всех»). Иными словами, эту стратегию поведения можно назвать как «стратегию решения проблем». Этот стиль основан на убеждении в том, что расхождение во взглядах есть неизбежный результат того, что у умных людей есть свои представления о том, что правильно, а что нет. При таком поведении человек не старается добиться своей цели за счет других, а пытается проанализировать причины разногласий и найти выход. Кратко выразить эту позицию можно было бы так: «Не ты против меня, а мы вместе против проблемы».

- А теперь давайте улыбнемся другу, забудем все плохое и постараемся избегать конфликтов.

Занятие №2. Цель: осознание и понимание своих эмоций и внутреннего состояния.

1. Ритуал приветствия: «Комплимент». Каждый участник должен сказать своему соседу что-нибудь приятное. Обязательные условия «Комплимента»:

Обращение по имени.

Сказанное должно быть приятно не говорящему, а слушающему.

2. Обсуждение и принятие групповых правил: правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий:

- добровольность участия: выполнение задания и проговор только с согласия участника);

- 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;
- оценивание только поступка, а не личности человека.

3. Разминка: «Змейка». Вся группа выстраивается за тренером в затылок, кладет руки на плечи предыдущему участнику и двигается по комнате. Задача: не порвать цепочку. Через некоторое время руководитель переходит в конец шеренги, а лидером становится следующий за ним участник и т.д.

4. Основное упражнение: «Прогноз погоды».

Материалы: Бумага и восковые мелки.

Инструкция: Иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим собой. Может быть, вы слишком рано встали и чувствуете себя не выспавшимися, может быть, что-то испортило вам настроение. И тогда вполне нормально, если другие оставят вас 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, чтобы к вам никто не подходил. Сделать это можно так: вы можете показать одноклассникам свой «прогноз погоды». Тогда всем будет понятно, что на какое-то время вас нужно оставить в покое.

Возьмите лист бумаги и восковые мелки и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению в таких случаях. Или просто напишите большими раскрашенными буквами слова «Штормовое предупреждение». Таким способом вы можете показать другим, что у вас сейчас «плохая погода», и вас лучше не трогать. Если вы чувствуете, что вам хочется покоя, вы можете положить такой лист перед собой на парту, чтобы все знали об этом. Когда вы почувствуете себя лучше, можете «дать отбой». Для этого

нарисуйте небольшую картинку, на которой из-за дождя и туч начинает проглядывать солнце или покажите своим рисунком, что для вас солнце уже светит.

5. Рефлексия.

- Что я сегодня узнал нового о себе и других?

- Чему я сегодня научился?

6. Ритуал прощания: «Самопохвала».

Участникам предлагается встать на какое-нибудь возвышение, например, на стул, и похвалить себя за то, что выполнял такие трудные задания.

Это упражнение очень важное, так как помогает участникам осознать, что самопознание - тяжелый труд.

Занятие №3. Цель: обучение правилу взаимодействия в команде: «Проблемы - на передний план».

1. Ритуал приветствия: «Комплимент». Упражнение описано в предыдущем занятии

2. Разминка: «Зеркало». Партнеры встают лицом друг к другу. Один из них совершает какие либо действия, например причесывается, а другой зеркально повторяет их.

3. Основное упражнение: «Камушек в ботинке»

Эта игра представляет собой творческое переложение одного из правил взаимодействия в команде: «Проблемы - на передний план». В этой игре мы используем простую и понятную детям метафору, с помощью которой они могут сообщать о своих трудностях, как только те возникают.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Можете рассказать мне, что происходит, когда в ваш в ботинок попадает камушек? Возможно, сигнала этот камушек не сильно мешает, и вы оставляете все как есть. Может быть, даже случается и так, что вы забываете о неприятном камушке и ложитесь спать, а утром надеваете ботинок, забыв вытащить из него камушек. Но через некоторое время вы замечаете, что ноге становится больно. В конце концов, этот маленький камушек воспринимается уже как обломок целой скалы. Тогда

вы снимаете обувь и вытряхиваете его оттуда. Однако на ноге уже может быть ранка, и маленькая проблема становится большой проблемой.

Когда мы сердимся, бываем чем-то озабочены или взволнованы, то сначала это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы вовремя позаботимся о том, чтобы вытащить его оттуда, то нога остается целой и невредимой, если же нет, то могут возникнуть проблемы, и немалые. Поэтому всегда полезно как взрослым, так и детям говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят. Если вы скажете нам: «У меня камушек в ботинке», то все мы будем знать, что вам что-то мешает и сможем поговорить об этом. Я хочу, чтобы вы сейчас хорошенько подумали, нет ли в настоящий момент чего-то такого, что мешало бы вам.

4. Рефлексия

- Что я сегодня узнал нового о себе и других?

- Чему я сегодня научился?

5. «Самопохвала». Упражнение описано в предыдущем занятии.

Занятие №4. Цель: проработка гнева и обид.

6. Ритуал приветствия: «Комплимент с пожеланием». Обычный комплимент нужно закончить каким-либо пожеланием.

7. Разминка: «Тень». Один из участников диады совершает какие-либо действия, другой, находясь за его спиной, как тень повторяет их. Потом участники меняются ролями.

8. Основное упражнение: «Шутливое письмо».

Материалы: бумага и карандаши.

Инструкция: выберите себе кого-нибудь, на кого вы недавно рассердились, с кем у вас сложные и непростые отношения. Напишите этому человеку шутливое письмо, в котором вы безмерно преувеличите все свои чувства по отношению к нему. Также вы можете безгранично преувеличить и «провинности» этого человека. Старайтесь писать так смешно, чтобы вам самому захотелось посмеяться над этой проблемой или этим конфликтом.

Попросите желающих прочитать свои письма вслух. Завершите этот процесс игрой в «снежки». Пусть все дети скомкают свои письма и покидаются ими пару минут, прежде чем все они окажутся в корзине для бумаг.

9. Рефлексия.

- Как ты себя чувствовал, когда писал шутивное 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?

10. Ритуал прощания: «Самопохвала».

Занятие №5. Цель: понимание агрессии как конструктивной формы поведения.

6. Ритуал приветствия: «Приветствие».

Участники садятся по кругу. Начнем нашу работу так: встанем (ведущий встает, побуждая к тому же всех участников группы) и поздороваемся. Здороваться будем за руку с каждым, никого не пропуская. Не страшно, если с кем-то вы поздороваетесь два раза, главное - никого не пропустить.

После выполнения упражнения ведущий задает группе один из вопросов: «Как настроение?», «Как вы себя чувствуете?», «Можем ли мы приступать к работе?»

7. Разминка: «Обзывалки».

Цель: Знакомство с игровыми приемами, способствующими разрядке гнева в приемлемой форме при помощи вербальных средств.

Содержание: Участники игры передают по кругу мяч, при этом называют друг друга разными необидными словами. Это могут быть названия деревьев, фруктов, грибов, рыб, цветов... Каждое обращение обязательно должно начинаться со слов «А ты...». Например: «А ты - морковка!»

В заключительном круге играющие обязательно говорят своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты - моя радость!»

Примечание: Игра полезна если проводить ее в быстром темпе.

8. Основное упражнение: «Датский бокс».

С помощью этой игры Вы можете показать детям, что агрессивность может быть и конструктивна. Под конструктивной агрессией мы понимаем способность отстаивать собственные интересы, сохраняя при этом хорошие отношения с партнером. Многим людям это дается лишь с большим трудом, так как они привыкли к тому, что хорошие отношения связаны с дружелюбным поведением, а агрессивность - с большим отчуждением от партнера.

Инструкция: Кто может рассказать мне о каком-нибудь своем хорошем споре? Как все происходило? Почему этот спор ты считаешь хорошим? О чем вы спорили?

Я хочу показать вам, как с помощью большого пальца руки вы можете провести хороший спор. Хорошим спор бывает до тех пор, пока мы следуем правилам ведения спора и радуемся тому, что и наш партнер выполняет правила. При этом мы не хотим никого обидеть.

Разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга на расстоянии вытянутой руки. Затем сожмите руку в кулак и прижмите его к кулаку своего партнера так, чтобы ваш мизинец был прижат к его мизинцу, ваш безымянный - к его безымянному, ваш средний палец - к его среднему пальцу, ваш указательный - к его указательному. Стойте так, словно вы привязаны друг к другу. Итак, восемь пальцев прижаты друг к другу, а большие пальцы «вступают в бой». Сначала они направлены вертикально вверх. Затем один из вас считает до трех, и на счет «три» начинается бокс. Побеждает тот, чей большой палец окажется сверху, прижав большой палец партнера к руке хотя бы на секунду. После этого вы можете начать следующий раунд. Все поняли суть игры?

Попробовав поиграть в эту игру пару раундов, вы почувствуете, что у вас получается все лучше и лучше, и вам понравится эта игра. После пяти раундов

сделайте перерыв, чтобы рука отдохнула, и выберите себе другого партнера. Прощаясь со своим партнером, поклонитесь ему в благодарность за честное ведение борьбы.

9. Рефлексия.

- Что нового для себя вы сегодня узнали?
- Как можно отстаивать свои интересы, не испортив отношения с другим человеком.

10. Ритуал прощания: «Аплодисменты».

Занятие №6. Цель: разъяснение подростками понятия «агрессивное поведение».

6. Ритуал приветствия: «Приветствие».

7. Разминка: «Путаница».

Участники становятся в круг

Инструкция: «Давайте встанем поближе друг к другу, образуем более тесный круг и все протянем руки к его середине. По моей команде все одновременно возьмемся за руки и сделаем это так, чтобы в каждой руке каждого из нас оказалась чья-то одна рука. При этом постараемся не братья за руки с теми, кто стоит рядом с вами. Итак, давайте начнем. Раз, два, три».

После того как тренер убедится, что все руки соединены попарно, он предлагает участникам группы «распутаться», не разнимая рук. Тренер тоже принимает участие в упражнении, но при этом активного влияния на «распутывание» не оказывает. Во время выполнения упражнения достаточно часто возникает идея невозможности решения поставленной задачи. В этом случае тренер должен спокойно сказать: «Эта задача решаемая, распутаться можно всегда». Упражнение может завершиться одним из трех вариантов:

- Все участники группы окажутся в одном кругу (при этом кто-то может стоять лицом в круг, кто-то спиной, это неважно, главное, чтобы все последовательно образовали круг).
- Участники группы образуют два или больше независимых круга.

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

8. Основное упражнение: «Агрессивное поведение».

В ходе этой игры дети могут разобраться в том, что они называют агрессивным поведением. Они могут разобраться в своем собственном агрессивном поведении и исследовать чужое агрессивное поведение.

Материалы: Бумага и карандаши.

Инструкция: Возьмите каждый по листу бумаги и запишите на нем все, что делает тот человек, о котором можно сказать: «Да, он действительно агрессивный». Выпишите небольшой «рецепт», следуя которому, можно создать агрессивного ребенка. Например: пара крепких кулаков, громкий голос, большая порция жестокости и т.д. (Затем попросите нескольких учеников продемонстрировать элементы такого поведения, а группа должна отгадывать, что именно они показывают.)

А теперь подумайте о том, какие элементы агрессивного поведения ты встречаешь здесь, в этой группе. Что тебе кажется агрессивным? Когда ты сам проявляешь агрессивность? Каким образом ты можешь вызвать агрессию по отношению к себе?

Возьми еще один лист бумаги, раздели его вертикальной линией посередине. Слева запиши, как окружающие в течение учебного дня проявляют агрессию по отношению к тебе. Справа запиши, как ты сам проявляешь агрессию по отношению к другим детям в школе.

На это упражнение можно отвести 10-15 минут. После этого попросите учеников зачитать свои записи.

9. Рефлексия.

- 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, унизив 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?

10. Ритуал прощания: «Аплодисменты».

Занятие №7. Цель: снятие напряжения при обиде или гнев.

6. Ритуал приветствия: «Приветствие».

7. Разминка: «Разминка с мячом».

Участники группы садятся в круг.

Инструкция: «Начнем сегодняшний день так: бросая друг другу мяч, будем называть имя того, кому бросаем. Тот, кто получит мяч, принимает любую позу, и все остальные вслед за ним воспроизводят эту позу. После этого тот, у кого находится мяч (и чью позу мы только что воспроизвели), бросает мяч следующему и так далее до тех пор, пока мяч не побывает у каждого из нас.

Упражнение позволяет участникам обратить внимание друг на друга, что создает чувство группы, объединяет ее для дальнейшей работы.

8. Основное упражнение: «Безмолвный крик».

Детям важно научиться даже при самой сильной обиде или гнев не чувствовать себя жертвой. Игра «безмолвный крик» помогает ребенку ощутить себя хозяином положения. Игра помогает детям понять, что они могут одновременно контролировать себя и избавляться от напряжения, а это - хороший фундамент для последующего размышления о том, как избавиться от проблемы, являющейся причиной этого напряжения.

Инструкция: Закрой глаза и трижды глубоко и сильно выдохни. Представь себе, что ты идешь в тихое и приятное место, где никто тебе не мешает. Вспомни о ком-нибудь, кто действует тебе на нервы, кто тебя злит или причиняет тебе какое-либо зло. Представь себе, что этот человек еще сильнее раздражает тебя. Пусть твоё раздражение усиливается. Определи сам, когда

раздражение станет достаточно сильным. Тот человек тоже должен понять, что больше раздражать тебя уже нельзя. Для этого ты можешь закричать изо всех твоих сил, но так, чтобы этого никто не услышал. То есть, кричать нужно про себя. Может быть, ты захочешь закричать: «Хватит! Перестань! Исчезни!». Открой рот и закричи про себя так громко, как только сможешь. В твоём потайном месте ты один, там никто не может услышать тебя. Закричи еще раз, и в этот раз ори еще громче!

А теперь снова вспомни о человеке, который осложняет тебе жизнь. Представь себе, что каким-то образом ты мешаешь этому человеку по-прежнему злить тебя. Придумай в своем воображении, как ты сможешь сделать так, чтобы он больше тебя не мучил. (1 минута.)

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

9. Рефлексия.

- 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?

10. Ритуал прощания: «Аплодисменты».

Занятие №8. Цель: формирование навыков отреагирования эмоций.

6. Ритуал приветствия: «Приветствие».

7. Разминка: «Цвета».

Участники группы садятся по кругу.

Инструкция: «Сейчас я раздам вам карточки с названиями цветов, которые повторяются дважды, т. е., если вам, например, досталась карточка, на которой написано «красный», то вы знаете, что еще у кого-то есть такая же карточка. Я буду перечислять название овощей и фруктов, и каждый раз должны вставать те цвета, которые соответствуют названным. Иногда я буду произносить названия предметов, которые не являются овощем или фруктом. В этом случае все остаются сидеть. По ходу упражнения внимательно 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. Объединение в пары происходит молча. После того как пары образованы, каждая пара по очереди говорит, какой у нее цвет.

8. Основное упражнение: «Любовь и злость».

В ходе этой игры дети могут обратить внимание на то, что по отношению к одним и тем же людям они одновременно испытывают и позитивные, и негативные чувства. Кроме того, они могут научиться не поддаваться этим чувствам целиком, а ощущать и 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 этому человеку, за что ты на него рассердился. Может быть, он не выполнил своего обещания или не сделал того, что ты ожидал от него. Поговори с этим человеком про себя, так, чтобы никто не мог тебя услышать. Скажи очень четко и точно, на что именно ты рассердился (1-2 минуты).

А теперь скажи человеку, с которым ты разговаривал, что тебе в нем нравится. Скажи об этом тоже как можно конкретнее (1-2 минуты).

А теперь подумай немного о том, кто в группе тебя иногда злит. Представь, что тыходишь к этому человеку и четко и конкретно говоришь ему, чем именно он тебя вывел из себя (1 минута).

Теперь мысленно подойди к этому ребенку вновь и скажи ему, что тебе нравится в нем (1 минута).

Теперь ты можешь снова открыть глаза и оглядеть круг. Внимательно посмотри на других ребят. А сейчас мы можем обсудить, что каждый из вас пережил в своем воображении.

9. Рефлексия.

- 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 рассказываешь?

10. Ритуал прощания: «Я хочу сказать “Спасибо”».

Занятие №9. Цель: выработка умения распознавать эмоциональное состояние.

6. Ритуал приветствия: «Приветствие».

7. Разминка: «Кто начинает?».

Все участники становятся по кругу.

Инструкция: «Пусть кто-то из вас выйдет за дверь. Мы (те, кто останется) выберем одного человека, который будет инициатором движения. Он будет выполнять какие-либо движения, время от времени меняя их, а мы все будем их повторять. Участник, находившийся за дверью, вернется в комнату, встанет в центр круга и, внимательно наблюдая за нами, постарается понять, кто же является инициатором движения». Когда один из участников выйдет за дверь, группа решает, кто будет инициатором движения.

В ходе обсуждения упражнения тренер спрашивает о впечатлениях участников, о том, как, каким способом удавалось найти инициатора движения, что можно было сделать участникам, чтобы затруднить решение этой задачи.

8. Основное упражнение: «Пиктограммы».

Инструкция: Пиктограмма - это емкое графическое изображение предметов, всякого рода информации. Вы все видели примеры пиктограмм, например, на дорожных знаках. Если на знаке крест-накрест нарисованы вилка и ложка -

это, конечно, столовая или кафе. Красный крест - это больница или медицинский пункт. Если мы видим табличку с черепом и молнией - это сообщение «Не влезай, убьет». Давайте вспомним, с какими пиктограммами мы еще сталкиваемся в жизни?

После того как участники вспомнили, какие пиктограммы они видели, начинается само упражнение. Оно проходит в несколько этапов:

Участникам предлагается продумать, а потом нарисовать следующие пиктограммы: «Веселый праздник», «Глухая старушка», «Мелкий дождик», «Счастье». После окончания работы устраивается выставка пиктограмм, а затем проводится короткое обсуждение на тему: «Почему пиктограммы одного и того же содержания могут быть нарисованы по-разному?».

Упражнение «радость».

Участникам предъявляется пиктограмма с изображением эмоции радости. После того как все поняли, какую эмоцию изображает пиктограмма, ведущий просит объяснить: «По каким признакам мы можем определить, что человек испытывает радость?»

В конце упражнения проводится конкурс на самое радостное лицо.

Упражнение «ярость».

Участникам предъявляется пиктограмма с изображением эмоции ярости. После того как все поняли, какую эмоцию изображает пиктограмма, ведущий просит объяснить: «По каким признакам мы можем определить, что человек испытывает ярость?»

9. Рефлексия.

10. Ритуал прощания: «Я хочу сказать “Спасибо”».

Занятие №10. Цель: обучение конструктивным способам решения конфликта.

6. Ритуал приветствия: «Приветствие».

7. Разминка: «Компот».

Участники сидят в кругу, ведущий стоит, так как у него нет стула. Ведущий обращается к участникам с просьбой: «Пусть сейчас встанут и поменяются местами те, кто любит мороженое». Когда участники встали - ведущий быстро

занимает место одного из них. 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 просьбы. Игра повторяется 3-5 раз.

8. Основное упражнение: «Ковер мира».

Игра «Ковер мира» предлагает хорошую стратегию разрешения конфликтов в классе с помощью переговоров и дискуссий. Само наличие «ковра мира» побуждает детей отказаться от драк, споров и слез, заменив их обсуждением проблемы друг с другом.

Материалы: Кусок не слишком толстого пледа размером 90 на 150 сантиметров или мягкий коврик такого же размера. Кроме того, нужны фломастеры, клей и материалы для оформления декораций.

Инструкция: Сядьте в круг все вместе. Можете ли вы сказать, о чем вы иногда спорите друг с другом? Что вы делите со своими братьями или сестрами? О чем вы спорите здесь, в группе? Как вы чувствуете себя после такого спора? Что может произойти, если в споре сталкиваются различные мнения?

Я принесла для всех нас небольшой кусок ткани, который станет нашим «ковром мира». Как только возникнет спор, «противники» могут сесть на него и поговорить друг с другом так, чтобы найти путь мирного решения своей проблемы.

«Сейчас мы можем превратить этот кусок пледа в «ковер» мира нашей группы. Я напишу на нем имена всех учеников нашей группы, а вы должны мне помочь украсить его».

Этот процесс имеет большое значение, так как благодаря ему дети символическим образом делают «ковер мира» частью своей жизни. Всякий раз, когда разгорится спор, они смогут использовать его для разрешения возникшей проблемы, обсудив ее. «Ковер мира» придаст детям внутреннюю уверенность и покой, а также поможет им сконцентрировать свои силы на

поиске взаимовыгодного решения проблем. Это прекрасный символ отказа от вербальной или физической агрессии.

9. Рефлексия.

- Почему так важен для нас "ковёр мира"?
- Что происходит, когда в споре побеждает более сильный?
- Почему недопустимо применение в споре насилия?
- Что ты понимаешь под справедливостью?

10. Ритуал прощания: «Я хочу сказать “Спасибо”».