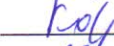


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Русско-Паёвская средняя общеобразовательная школа»
ИНСАРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

«Рассмотрено»
на заседание МС
МБОУ «Русско-Паёвская СОШ»
 Цыганова Н. В.
протокол № 1
«28» августа 2024 г.

«Согласовано»
заместитель директора по УВР
МБОУ «Русско-Паёвская СОШ»
 Королева Т. С.
«29» августа 2024 г.

«Утверждено»
директор
МБОУ «Русско-Паёвская СОШ»
 Таказин С. А.
«30» августа 2024 г.



**КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«АГРЕССИЯ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ»**

Разработчик программы:
Королева В. В.,
педагог-психолог

с. Русская Паёвка

2024 г.

Пояснительная записка

Тема агрессивности детей подросткового возраста является актуальной в современном мире. На тему агрессии написано большое количество научных трудов отечественных и зарубежных авторов, большинство исследователей считает, что подростковая агрессия – это недостаток воспитания, негативные примеры окружающих, безнаказанность.

Главная особенность подросткового возраста – противоречие между желанием быть как все и желанием проявить свою индивидуальность. В попытках доказать свою взрослость используются различные методы, но зачастую эти методы деструктивны: подростки могут причинять ущерб окружающим людям и различным вещам, причем ущерб людям может быть как физический, так и психологический.

Нарушение подростками социальных норм, причинение ими ущерба окружающим в последнее время приобрело глобальный характер. Психологические причины (детерминанты) агрессивного поведения в подростковом возрасте принято связывать как с нарушением отношений с внешним миром, так и с отклонениями в психическом развитии.

В поведении подростков, особенно тех, кого принято относить к «трудным», часто прослеживается стремление самоутвердиться за счет более слабых сверстников и даже взрослых людей путем устрашения или с помощью насилия.

Коррекционно-развивающая программа «Агрессия в подростковой среде» направлена на снижение агрессивности и тревожности подростков.

Контингент: дети подросткового возраста (14-17 лет). Основной особенностью этого возраста являются резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития. Подростковый возраст – это возраст жадного стремления к познанию, возраст кипучей энергии, бурной активности, инициативности, жажды деятельности. Заметное развитие в этот период

приобретают волевые черты характера – настойчивость, упорство в достижении цели, умение преодолевать препятствия и трудности.

Цель программы: снижение уровня агрессивности подростка путем снятия эмоционального напряжения, повышение самооценки, принятия себя и других.

Задачи программы:

1. Расширить у подростков информацию о своей личности и проблеме агрессивного поведения.
2. Обучение подростков приемлемым способам выражения гнева.
3. Развивать навыки эффективного межличностного взаимодействия.
4. Научить конструктивно действовать в конфликтных ситуациях.
5. Развивать чувство эмпатии.
6. Сформировать адекватную самооценку, самоконтроль.
7. Закрепить положительные модели поведения.

Содержание программы:

В содержании программы занятий выделяются *четыре блока*, которые обессточивают решение поставленных задач:

1 блок – установочный (1 занятие). Решаются следующие задачи: установление доверительных отношений, формирование желания взаимодействовать, расширение информации о личности подростка и проблеме агрессивного поведения,

2 блок – диагностический (2 занятия). Выявить уровень агрессии подростков по методикам: Опросник агрессивности А. Басса и А. Дарки.

3 блок – коррекционный (10 занятий). Данный блок направлен на коррекцию агрессивного поведения у подростков, овладение приемлемыми способами выражения гнева, развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, обучение навыкам конструктивно действовать в конфликтной ситуации, формирование эмпатии, развитие самоконтроля.

4 блок – контрольный (2 занятия), направлен на определение динамики агрессивного поведения у подростков; проведение повторной диагностики.

Сроки реализации программы: Программа рассчитана на 15 занятий, продолжительность 1 занятия – 50 минут (общее время – 12,5 часов). Занятия проводятся с одной группой 3 раза в неделю, в течение 5 недель. В каждой группе 5-6 человек. Занятия подобраны так, чтобы на протяжении всего занятия и всего курса сохранялся интерес у детей.

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Снизить уровень агрессивности подростков.
2. Развить навыки эффективного межличностного взаимодействия.
3. Закрепить положительные модели поведения.

Тематический план

№	Тема занятий	Цель занятий	Упражнения	Время
1	«Давайте познакомимся!»	Сформировать желание сотрудничества и работы по нивелированию агрессивного поведения.	1. Упр. «Тайны имени» 2. Упр. «Правила в группе» 3. Мозговой штурм на тему «Агрессия» 4. Диагностика 5. Упр. «Аплодисменты»	50
2	«Агрессия»	Осознание участниками агрессивного поведения	1. Упр. «Здравствуй!» 2. Мозговой штурм «Что мы знаем об агрессии?» 3. Упр. «Спустить пар» 4. Упр. «Шутливое письмо» 5. Упр. «Самопохвала»	50
3	«Агрессивное поведение»	Повышение внутригруппового доверия и сплоченности группы.	1. Упр. «Пожалуйста» 2. Упр. «Тень» 3. Упр. «Агрессивное поведение» 4. Упр. «Обзывалки» 5. Упр. «Змейка» 6. Упр. «Аплодисменты»	50
4	«Мы агрессивны?»	Осознание своей агрессивности и неконструктивности поведения.	1. Упр. «Приветствие» 2. Упр. «Вспоминаем эмоции» 3. Упр. «Мир глазами агрессивного человека» 4. Упр. «Самоконтроль эмоций» 5. Упр. «Комплимент»	50

5	«Агрессия? Нет, не слышали» (часть 1)	Формирование внутреннего самоконтроля и умения сдерживать негативные импульсы.	1. Упр. «Здравствуй, мне очень нравится...» 2. Упр. «Волшебные заросли» 3. Упр. «Довольный - сердитый» 4. Упр. «Сдержи себя» 5. Упр. «Я хочу сказать спасибо»	50
6	«Агрессия? Нет, не слышали» (часть 2)	Формирование внутреннего самоконтроля и умения сдерживать негативные импульсы.	1. Упр. «Давайте здороваемся» 2. Упр. «Возьми себя в руки» 3. Упр. «Бабочка-ледышка» 4. Упр. «Давайте поругаемся!» 5. Упр. «Лепим гнев» 6. Упр. «Просьба»	50
7	«Снимаем напряжение»	Снижение негативных переживаний.	1. Упр. «Приветствие» 2. Упр. «Ящик с обидами» 3. Упр. «Крикните погромче» 4. Упр. «Я такой какой я есть, я такой - каким бы я хотел быть» 5. Упр. «Автомойка»	50
8	«Учимся общаться»	Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия.	1. Упр. «Пожалуйста» 2. Упр. «Плохое и хорошее» 3. Упр. «Негативные образы» 4. Упр. «Волшебный магазин» 5. Упр. «Хлопки по кругу»	50
9	«Учимся разрешать конфликты»	Развитие навыков конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.	1. Упр. «Приветствие» 2. Мозговой штурм на тему «Способы эффективного межличностного общения» 3. Упр. «Конфликтные ситуации» 4. Упр. «Чемпионат борьбы на пальцах» 5. Упр. «Аплодисменты»	50
10	«Понимаем эмоции»	Расширение способов взаимопонимания, развитие умений	1. Упр. «Здравствуй, мне очень нравится...» 2. Упр. «Передача	50

		распознавать эмоции.	чувств по кругу» 3. Упр. «Атомы и молекулы» 4. Упр. «Поделись со мной» 5. Упр. «Клубок»	
11	«Я знаю, о чем говорю!» (часть 1)	Научить подростков конструктивно отстаивать свою точку зрения.	1. Упр. «Давайте поздороваемся» 2. Упр. «Мои цели» 3. Упр. «Кот Леопольд» 4. Упр. «Просьба»	50
12	«Я знаю, о чем говорю!» (часть 2)	Научить подростков конструктивно отстаивать свою точку зрения.	1. Упр. «Приветствие» 2. Упр. «Спина к спине» 3. Упр. «Аборигены и инопланетяне» 4. Упр. «Выход из контакта» 5. Упр. «Я хочу сказать спасибо»	50
13	«Наше будущее»	Формирование навыков построения жизненной перспективы.	1. Упр. «Здравствуй, мне очень нравится...» 2. Упр. «Заглянуть во взрослый мир» 3. Упр. «Хочу в будущем – делаю сейчас» 4. Упр. «Я в настоящем – я в будущем» 5. Упр. «Хлопки по кругу»	50
14	«Эмоции»	Снятие эмоционального напряжения.	1. Упр. «Пожалуйста» 2. Упр. «Радость» 3. Упр. «Ярость» 4. Повторная диагностика 5. Упр. «Волшебные шарики» 6. Упр. «Я хочу сказать спасибо»	50
15	«Давайте повторим»	Закрепление способов конструктивного поведения.	1. Упр. «Дракон ловит хвост» 2. Упр. «Чего я достиг» 3. Упр. «Подарок человечества» 4. Упр. «Чемодан»	50
Всего часов:				12,5

Список использованной литературы

1. Венгер А. Л. Психологические рисуночные тесты : иллюстрированное руководство / А. Л. Венгер. – Москва : Издательство Владос – Пресс, 2003. – 160 с.
2. Баженов В. Г. Психологические механизмы коррекции девиантного поведения школьников / В. Г. Баженов, В. П. Баженова. – Ростов на Дону : Издательство Феникс, 2007. – 320 с.
3. Фурманов И. А. Детская агрессивность : психодиагностика и коррекция / И. А. Фурманов. – Минск : Издательство Ильин В. П., 1996. – 192 с.
4. Морева Н. А. Тренинг педагогического общения : учебное пособие для вузов / Н. А. Морева. – Москва : Издательство Просвещение, 2003. – 304 с.
5. Смирнова Т. П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. Серия «Психологический практикум» / Т. П. Смирнова. – Ростов на Дону : Издательство Феникс, 2004. – 160 с.