

Министерство образования и науки Республики Тыва
Государственное образовательное учреждение
Республиканский центр психолого-медико-социального сопровождения
«Сайзырал»

Утверждена
приказом ГОУ РЦПМСС «Сайзырал»
№ 12 от «22» февраля 2011 г.
Директор _____ Полякова В.В.

ПРОГРАММА
Профилактика школьной дезадаптации: Коррекция
агрессивных проявлений

Автор – Овчарова Р.В.

Пояснительная записка

Агрессивные тенденции могут проявляться в виде самоагрессии и агрессивных действий по отношению к объектам окружения или другим людям; приобретать форму физической агрессии или агрессивных разрядов в вербальном и символическом плане; носить эпизодический, нестойкий характер либо являться наиболее частым способом реагирования ребенка на воздействия окружения и даже выглядеть как патологическое влечение (И. А. Фурманов). Т я ж е с т ь агрессивных проявлений можно определить по ряду параметров.

1. Частота и легкость их возникновения. Чем мощнее аффективная патология ребенка, тем больше возможность возникновения фрустрирующих ситуаций. Среди них крайняя ограниченность способов самостоятельного контакта больного ребенка с окружающими; постоянная тревожность и наличие стойких локальных страхов неадекватность самооценки и т. д.

2. Степень неадекватности агрессии той ситуации, в которой она возникает. В наиболее грубых ситуациях трудно выявить причину возникновения агрессии, которая выглядит совершенно неадекватной формой реагирования на ситуацию.

3. Фиксируемость на агрессии. В ряде случаев возникшая ситуативная реакция может закрепляться и формировать стойкую тенденцию к агрессивным действиям.

4. Степень напряженности в агрессивных действиях. В части случаев ребенка можно отвлечь от агрессии, переключить на замещающую конструктивную деятельность или ввести агрессивное действие в ее контекст, подчинить ее контролю. В других, более тяжелых случаях ребенок настолько поглощен непосредственно самим переживанием совершаемого агрессивного действия, что любое вмешательство со стороны окружающих усиливает его моторное напряжение, гнев, ярость.

5. Форма агрессии. В более легких случаях агрессия выражается в вербальной форме, в более тяжелых — это проявление физической ауто- и гетероагрессии, представляющих реальную опасность.

6. Степень осознаваемости агрессивных действий. В более легких случаях агрессия выполняет преимущественно защитную функцию и в большей степени чувствительна к психотерапевтическим воздействиям. При более тяжелом типе расстройств агрессивные действия возникают импульсивно, в меньшей степени связаны с наличной ситуацией. Они практически не поддаются психологической коррекции.

При попытке психологической коррекции агрессии необходимо, прежде всего, тщательно проанализировать, какую функцию она выполняет в каждой конкретной ситуации, каковы ее пропорции среди других проявлений активности ребенка и динамика ее возникновения.

Тактика психотерапевтических воздействий должна строиться в зависимости от предполагаемой природы агрессивного поведения ребенка. В одном случае следует игнорировать агрессивную тенденцию и не фиксировать на ней внимание, в другом — включить агрессивное действие в

контекст игры, придав ему новый, социально приемлемый смысл; в третьем — не принять агрессию и установить запрет на подобные действия; в четвертом — активно подключаться в игровой ситуации к разворачиванию или «растягиванию» агрессивных действий и добиваться их эмоционально положительного разрешения путем психодрамы.

Представляется целесообразным строить психологическую коррекционную работу при различных формах агрессивного поведения с учетом уровней агрессии.

Первый уровень — переживания эмоционально-негативных состояний с эмоциями раздражения, недовольства, гневливости. Именно поэтому на первом этапе работы с агрессивными подростками необходимо обучение их различным формам саморегуляции, начиная от дыхательных упражнений и до более сложных форм аутогенной тренировки.

Второй уровень связан с эмоционально-личностным, дифференцированным отношением, поэтому на втором этапе работы целесообразно акцентировать внимание на психокоррекционных мерах воздействия, ориентированных на личностные установки. К наиболее стандартным приемам относят планомерное и систематическое обсуждение проблемы, вызывающей дистресс; дистанцирование от нее с последующей переоценкой; формирование новых форм психологической поддержки в кризисных ситуациях.

Цели - формирование устойчивого уровня правового и морального контроля и высокого уровня самоконтроля и способности самостоятельно действовать оптимальным образом в различных жизненных ситуациях.

Задачи – формирование осознанной необходимости изменения стиля поведения.

Превентивные меры и управление агрессией могут осуществляться через ее элиминацию (наказание, катарсис), демонстрацию моделей конструктивного поведения, когнитивные методы контроля агрессии (анализ отягчающих обстоятельств провокации агрессии, атрибуция «За что?»), через индукцию несовместимых реакций (юмор, эмпатия), тренинг социальных умений, обучение самоконтролю и управлению своим поведением.

И. А. Фурманов предлагает осуществлять коррекцию агрессивного поведения на диагностической основе, выделяя четыре категории детей.

1. Дети, склонные к проявлению физической агрессии. Установлено, что физическая агрессия преобладает у активных, деятельных, целеустремленных детей, которые отличаются смелостью, решительностью, склонностью к риску, бесцеремонностью, авантюризмом. Их экстравертированность подкрепляется лидерскими качествами, но при этом развиты садистические наклонности, плохой самоконтроль, отсутствие социализации влечений, потребность в острых переживаниях, импульсивность поведения.

2. Дети, склонные к проявлению вербальной агрессии. Они отличаются выраженной психической неуравновешенностью, депрессивностью,

фрустрационной толерантностью, повышенной чувствительностью к оценкам их личности и действиям, неумением и нежеланием скрывать свои чувства и мысли, постоянным внутренним конфликтом, напряженностью и импульсивностью.

3. Дети, склонные к проявлению косвенной агрессии. Они характеризуются чрезмерной импульсивностью, слабым самоконтролем, недостаточной социализацией влечений и низкой осознанностью собственных действий, негативизмом натуры.

4. Дети, склонные к проявлению негативизма. Они отличаются «мимизоподобностью», ранимостью, впечатлительностью. Основными их чертами являются эгоизм, самодовольство, завышенная самооценка, консерватизм.

Таким образом, агрессивных детей можно разделить на две большие когорты: с социализированными (физическая и косвенная агрессия) и несоциализированными (вербальная агрессия и негативизм) формами нарушений поведения.

Составление и реализация психокоррекционных программ опирается в каждом конкретном случае на ту или иную теоретическую модель, собственную концепцию психолога, особенности группы и ее участников и другие параметры, о которых упоминалось ранее. Например, И.А. Фурманов представляет программу комплексной коррекции, включающую три блока: «Тренинг модификации поведения», «Тренинг эффективности родителей», «Тренинг психологической компетентности учителя».

Программа рассчитана на 10 ч. практических занятий для детей с 10 до 17 лет.

Тематический план

№	Тема	Часы
1	Модификация поведения	4ч
2	Эффективность воспитания родителей	4ч
3	Психологическая компетентность учителя	2ч
	ИТОГО:	10 ч

П е р в ы й б л о к. Коррекционный блок для агрессивных подростков представляет собой психологический тренинг интегративного типа с элементами различных психотерапевтических техник. Его целью является поиск альтернативных (социально-приемлемых) способов удовлетворения потребностей и взаимодействия с окружающими. В ходе тренинга решаются следующие задачи: осознание собственных потребностей; отреагирование негативных эмоций и обучение приемам регулирования своего эмоционального состояния; формирование адекватной самооценки; обучение способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля и

сдерживания негативных импульсов; формирование позитивной моральной позиции, жизненных перспектив и планирования будущего.

В т о р о й б л о к. Программа для родителей подростков с нарушениями поведения направлена на создание психологических условий для преодоления родительских ограничений и приобретения нового опыта взаимодействия с собственными детьми посредством практической тренировки коммуникативных навыков. В процессе работы решаются следующие задачи: переосмысление роли и позиции родителя; развитие взаимопонимания и взаимоуважения прав и потребностей друг друга; снижение тревожности и приобретение уверенности в себе; формирование готовности обсуждать с детьми все спорные и конфликтные ситуации в семье; выработка стиля эффективного взаимодействия с детьми.

Тр е т и й б л о к. Третья программа имеет целью информирование педагогов об индивидуально-психологических особенностях личности подростка с агрессивным поведением и обучение эффективным способам взаимодействия с ним средствами конфликтологии и игротерапии. В ходе тренинга решаются следующие задачи: распознавание и идентификация собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с асоциальными детьми; обучение «целенаправленным» способам отреагирования отрицательных эмоций и приемам регуляции психического равновесия; снятие личностных и профессиональных зажимов и ограничений; освоение методики контакта с неблагополучными детьми различного возраста и выработка стиля эффективного взаимодействия.

Выбор стратегий психокоррекционной работы с агрессивными детьми и подростками должен строиться, в о-п е р в ы х, исходя из принципиальной взаимосвязи внутренней (интрапсихической) и внешней (психосоциальной) детерминации функционирования личности. В о-в т о р ы х, необходимо учитывать закономерности процесса изменения поведения, который включает стадии предобдумывания, обдумывания своего поведения, подготовку к его изменению, действие и поддержание нового стиля поведения. В-т р е т ь и х, психотерапевтические воздействия должны быть направлены на изменения в познавательной сфере личности ребенка через убеждение, внушение, конфронтацию, прояснение и интерпретацию малоосознаваемых переживаний в эмоциональной сфере — катарсис, эмоциональную поддержку; в поведенческой сфере — мотивацию, новый эмоциональный социальный опыт, подкрепление.

Следовательно, необходимо осуществлять интегративный подход к коррекционной работе и использовать **модель пошагового изменения поведения** (И. А. Фурманов).

1-й ш а г. Осознание: расширение информации о собственной личности и проблеме агрессивного поведения.

2-й ш а г. Переоценка собственной личности: оценка того, что ребенок чувствует и думает о своем поведении и себе самом.

3-й ш а г. Переоценка окружения: оценка того, как агрессивное поведение влияет на окружение.

4-й шаг. Внутригрупповая поддержка: открытость, доверие и сочувствие группы при обсуждении проблемы агрессивного поведения.

5-й шаг. Катарсис: ощущение и выражение собственного отношения к проблеме агрессивности.

6-й шаг. Укрепление: поиск, выбор и принятие решения действовать, формирование уверенности в способности изменить поведение.

7-й шаг. Поиск альтернативы: обсуждение возможных замен агрессивного поведения.

8-й шаг. Контроль за стимулами: избегание или противостояние стимулам, провоцирующим агрессивное поведение.

9-й шаг. Подкрепление: самопоощрение или поощрение со стороны окружающих за изменение поведения.

10-й шаг. Социализация: расширение возможностей в социальной жизни в связи с отходом от агрессивного поведения.

В работе с агрессивными детьми дошкольного и младшего школьного возраста полезны психогимнастика, изотерапия, игровая коррекция поведения. Они направлены на снижение эмоционального напряжения, формирование у детей моральных представлений, развитие способности понимать и адекватно выражать свое эмоциональное состояние, обучение саморелаксации, тренаж психомоторных функций.

Диагностика агрессивного поведения у детей-подростков проводится с помощью наблюдения, проективных и опросных методов. Наиболее распространенными являются тест фрустрационной толерантности С. Розенцвейга, выявляющий типы поведенческих реакций в ситуации фрустрации; тест «Руки» Э. Вагнера, определяющий уровень агрессивности и некоторые особенности личности испытуемого; тест «Дом—Дерево—Человек» Дж. Бука и Л. Кауфман, дающий информацию о враждебности, конфликтности, агрессивности, негативизме ребенка; тест «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса, исследующий семейные причины агрессивности и других видов нарушения поведения; опросник Басса—Дарки, показывающий формы агрессивных и враждебных реакций; карта наблюдений Д. Стотта для регистрации форм и синдромов дезадаптивного поведения.

Литература

2. Балакирев В. П. Отрицательные переживания у детей // Журнал практического психолога. — 1996. — I 1.
3. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. — СПб., 1997.
4. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми. — М., 1991.
5. 6. Кравцова Е. Е., Нурахонова А.А. Как помочь детям преодолеть трудности в поведении. — Минск, 1990.
7. Кулаков С.А. Психотерапия и психопрофилактика аддиктивного поведения у подростков. — М., 1987
8. Лебединская К. С., Райская М. М., Грибанова Г. В. Подростки с нарушениями в аффективной сфере. — М., 1988.

9. Невский И.А., Колесова Л. С. Подростки группы риска в школе: В 4 ч. — М., 1996.
10. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. И. В.Дубровиной. — СПб., 1998.
11. Фурманов И.А. детская агрессивность: Психодиагностика и коррекция. — Минск, 1996.