**ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ
И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Психолого-педагогическое сопровождение**

**обучающихся с агрессивным поведением**

**в условиях общеобразовательной школы**

**Методические рекомендации для педагогических работников**

**ПЕНЗА, 2022**

Методические рекомендации адресованы педагогическим работникам образовательных организаций для организации профилактической работы
по снижению агрессии у детей и подростков в условиях образовательной организации.

В методических рекомендациях рассматриваются вопросы профилактики агрессивного поведения у детей и подростков, обеспечения
их стрессоустойчивости и развития коммуникативных навыков.

Методические рекомендации также могут быть использованы педагогами
и специалистами образовательных организаций с целью повышения
психолого-педагогической грамотности родителей на родительских собраниях, общешкольных мероприятиях и классных часах для обучающихся.

Составители: Г.А. Букова, старший методист ППМС центра Пензенской области, к. п. н.; Н.Г. Кутеева, старший методист ППМС центра Пензенской области,
к. пед. н., доцент.

Проблема агрессивного поведения детей и подростков уже много лет остается одной из важных проблем современной школы. Она волнует педагогов, психологов, родителей, да и самих детей.

Каковы причины агрессии? Что необходимо делать, чтобы эта проблема стала менее злободневной для современного образования?

Прежде чем говорить о профилактике коррекции агрессивного поведения определимся с понятиями. Агрессия и агрессивность – не одно и тоже.

Агрессия (от лат. aggressio – нападение) – эмоционально окрашенное, жесткое, целенаправленное нападение, желание и готовность нанести урон, ударить, уничтожить. По Л. Берковицу, это поведение, нацеленное на нанесение оскорбления или повреждения другому человеку или предмету.
Агрессия – это вид действий или состояние, а агрессивность – черта характера, привычка и склонность реагировать на все агрессивно (3).

Обзор отечественной и зарубежной литературы показывает, что единой точки зрения на источник агрессии и агрессивности нет, что значительно усложняет задачи, стоящие перед педагогами и специалистами.

Мы будем понимать **агрессию** как агрессивное поведение, имеющее целью причинение вреда какому-либо субъекту или объекту и противоречащее нормам
и правилам поведение в обществе. **Агрессивность** мы будем пониматькак личностную характеристику подростков, которая формируется и проявляется в соответствующем поведении, в основном, как форма протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением
в обществе, невозможности реализовать свои потребности и возможности (1).

Вместе с тем, на развитие агрессивности подростка могут влиять и разные факторы, такие как:

– неблагоприятные экономические условия;

– неблагоприятные или ухудшающиеся социальные условия жизни детей
и подростков;

– рост патологий во время беременности и родов, оставляющих последствия в виде повреждений головного мозга ребенка (ММД, СДВ(Г));

– нехватка специалистов в образовательных организациях
(педагогов-психологов, учителей-логопедов, учителей-дефектологов)
и как следствие – не проявление должного внимания к нервно-психическому состоянию детей и подростков;

– кризис семейного воспитания;

– культ насилия в СМИ, социальных сетях, кино – и видеоиндустрии.

Главный источник живых примеров агрессивного поведения
для большинства детей и подростков является семья. Многочисленные исследования показали, что для семей, из которых выходят агрессивные дети, характерны особые взаимоотношения между членами семьи. Подобные тенденции психологами описаны как «цикл насилия». Дети склонны воспроизводить те виды взаимоотношений, которые «практикуют» их родители внутри семьи. Агрессивный ребёнок, подросток, как и любой другой, нуждается
в ласке и помощи взрослых, потому, что его агрессивность – прежде всего отражение внутреннего дискомфорта, неумение адекватно реагировать
на происходящие вокруг него события. Другая причина – это недостаточное развитие коммуникативных навыков и, вместе с тем, желание ребёнка
или подростка занимать более высокий статус, чем тот, который он занимает
в детском коллективе.

Агрессивный ребенок или подросток часто ощущает себя отверженным, никому ненужным. Часто такие дети подозрительны и настороженны, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других, часто не могут сами оценить свою агрессивность, они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство, нежелание с ними контактировать. Таким детям часто кажется, что весь мир не справедлив по отношению к ним.

Среди психологических особенностей, провоцирующих агрессивное поведение детей, обычно выделяют:

– недостаточное развитие умения прогнозировать;

– недостаточное развитие коммуникативных навыков;

– сниженный уровень саморегуляции;

– неразвитость игровой деятельности;

– сниженная самооценка;

– нарушения в отношениях со сверстниками.

Работа с данной категорией обучающихся должна проводиться
в трех направлениях:

1. Работа с гневом. Обучение агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева.
2. Обучение детей навыкам саморегуляции (умению распознавать
и контролировать своё поведение, эмоции, умению владеть собой в ситуации, провоцирующей вспышки гнева).
3. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию.

Профилактическая работа в школе включает ряд форм. Сюда относятся:

– диагностическая работа, включающая в себя использование анкет, опросников, проективных методик, метода наблюдения за обучающимися. Результаты диагностической работы могут помочь дальнейшему планированию профилактической и коррекционной работе в школе;

– просветительская работа предполагает проведение тематических родительских собраний по вопросам агрессивного поведения обучающихся
и взаимодействия в семье; оформление стендового материала, показ презентаций, направленных на развитие психологической поддержки в семье («Семья
как фактор риска развития агрессивности у детей и подростков», «Поддержка
в семье» и т.п.); составление памяток и рекомендаций для родителей («Причины агрессивного поведения», «Приемы для детей и взрослых, помогающие справится с агрессивным поведением и раздражением»);

– коррекционная работа проводится в рамках формирования и закрепления новых навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми, понимания своих эмоций и прогнозирование своих поступков.

Анализ научной литературы позволяет выделить несколько направлений коррекционной работы с агрессивными подростками:

– индивидуальная психокоррекция и психотерапия;

– групповая работа;

– поведенческая терапия;

– семейная терапия.

На практике чаще сочетание всех направлений позволяет достигнуть максимального эффекта.

При психологической коррекции, прежде всего, необходимо выяснить причины и функции агрессивного поведения, динамику его проявления.

Овчарова Р.В. предлагает строить психокоррекционную работу агрессивного поведения с учетом уровней агрессии.

Первый уровень представляют переживания эмоционально-негативных состояний, эмоции гнева, ярости, раздражения. Автор предлагает обучать агрессивных подростков различным формам саморегуляции.

Второй уровень связан с эмоционально-личностным отношением, изменением установок во взаимодействии и общении. Для этого предлагается использовать планомерное и систематическое обсуждение проблемы, вызывающей дистресс, дистанцирование от нее с последующей переоценкой, формирование новых форм психологической поддержки в кризисных ситуациях.

Третий уровень включает в себя формирование осознанной необходимости изменения стиля поведения (5).

Т.П. Смирнова в своей работе представляет шесть ключевых блоков психологической коррекции агрессивного поведения:

– снижение уровня личностной тревожности;

– формирование осознавания собственных эмоций и чувств других людей, развитие эмпатии;

– развитие позитивной самооценки;

– обучение отреагированию, выражению гнева приемлемым способом, безопасным для самого ребенка и для окружающих;

– обучение техникам и способам управления собственным гневом, развитие контроля над деструктивными эмоциями;

– обучение конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации, снятие деструктивных элементов в поведении (6).

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

– к проявлению физической агрессии;

– к проявлению вербальной агрессии;

– склонных к проявлению косвенной агрессии;

– к проявлению негативизма (4).

Психологическая коррекция агрессивного поведения подростков,
как указывают Платонова Н.М., Бреслав Г.Э, Змановская Е.В. и другие, включает в себя несколько наиболее распространенных методов:

– коррекция агрессивного поведения через творческое выражение (технологии арт-терапии различной направленности);

– коррекция агрессивного поведения через участие в тренинговой группе
с целью формирования навыков адаптивного и конструктивного поведения (тренинг навыков, сюжетно-ролевые игры, групповые дискуссии и т.д.);

– коррекция агрессивного поведения через модификацию поведения (поведенческий подход) (2).

Исследователи указывают, что психокоррекционная работа с агрессивными детьми должна проводиться по четкому алгоритму и включать в себя:

– контакт с ребенком и создание у него чувства доверия к специалисту; эмоциональное отреагирование агрессии и успокоение;

– устранение патологических стереотипов реагирования; принятие себя;

– выработку и закрепление навыков адаптивного поведения.

На основании рассмотренных вариантов психологической коррекции агрессивного поведения детей и подростков, представляется возможным определить составные части психологической коррекции агрессивного поведения:

– установление контакта;

– эмоциональное отреагирование негативных эмоций и обучение самоконтролю;

– изменение стереотипов поведения;

– формирование позитивной самооценки и самопринятия.

Эти части определяются как логикой психокоррекционного процесса,
так и его основными целями. Для максимальной эффективности работы
с агрессивными подростками и учета их индивидуальных особенностей необходимо использовать сочетание разнообразных способов и методов психокоррекции.

Педагоги-психологи и классные руководители при коррекции агрессивного поведения детей и подростков в рамках сопровождения и профилактики могут проводить тренинги, направленные на снижение тревожности и агрессивности
у обучающихся.

Можно выделить несколько этапов непосредственной коррекционной работы. Каждый из этапов коррекционной работы направлен на снижение агрессивного поведения подростка.

Содержание каждого из этапов выглядит следующим образом:

Первый этап коррекционной работы включает работу, состоящую
из тренингов, обеспечивающих установление контакта с обучающимися
и создание доверия к взрослому. Одной из важнейших задач тренинга является формирование в тренинговой группе атмосферы доверия, снятия напряженности. Важным моментом в тренинге являются «разогревающие упражнения»
или упражнения «энерджайзеры», а также соблюдение участниками тренинга групповых правил.

Второй этап коррекционной работы включает реализацию потенциальных возможностей совокупности разнообразных методик и упражнений коррекции агрессивного поведения подростка, в форме эмоционального отреагирования негативных эмоций, осуществляемых посредством реализации таких методик как: методика «Отреагирование гнева через движение»; упражнение «Рисование собственного гнева»; техника медитативного рисования. Так же могут использоваться методики: «Гнев», «Объявляем всеобщую эмоциональную амнистию», «Я-высказывания».

Третий этап психокоррекционной работы включает совокупность психокоррекционных методик с целью изменения стереотипов поведения, формирования позитивной самооценки и самопринятия, достигаемого применением таких методик как: методика «Портреты того, что внутри
и снаружи», «Портрет в полный рост», методика «Ларец счастья»,
методика-техника «Притча о Змее». Для выработки и закрепления навыков адаптивного поведения может быть использована поведенческая психокоррекция. В целом психологическое воздействие может быть направлено на ослабление или устранение агрессивного поведения, усиление ассертивного (уверенного поведения), развитие способности понимать свои чувства, уменьшение эмоциональных реакций, сопровождающих агрессивное поведение, формирование навыков адекватного и безопасного выражения гнева, развитие способности самоутверждаться, развитие эффективных социальных
навыков [3, 5]. В качестве дополнительных методов формирования новых стереотипов поведения подростков, развития их эмпатии, коммуникативных навыков, способности миролюбиво взаимодействовать с партнерами по общению, могут быть использованы в виде организации совместной деятельности в виде участия в социально-значимых мероприятиях, таких как работа над различными социальными экологическими проектами, участие в творческих кружках
и спортивных секциях. Также специалисты рекомендуют на занятиях использовать различные арт-терапевтические и проективные методики, например, «Создание коллективных коллажей», «Рисование по кругу», различные сценарии совместного рисования, создание группового рисунка на одном листе бумаги
и т.д. В частности, в арсенале арт-терапии существует большое количество подобных техник (Киселева М.В., Копытин А.И., Лебедева Л.Д.).

Использование предложенных методик предполагает изменение социальной, личностной ситуации подростка и воспитательных мер, способствующих улучшению качества его жизни и поведения [2].

Поведенческая коррекция может осуществляться в виде консультирования, психологических тренингов, педагогической коррекции в индивидуальном
или групповом варианте. Поведенческая коррекция, по нашему мнению, должна сочетаться с другими методами и направлениями работы с подростками. Поведенческий подход, без всестороннего анализа ситуации, в которой находится подросток, учета его индивидуальных особенностей, без серьёзной проработки личностных проблем, корректирует только поведение, не затрагивая глубинных причин агрессии. Формирование новых стереотипов должно проводиться таким образом, чтобы у подростков была возможность переносить полученные знания
и навыки в условия реальной жизни. Важным моментом здесь может являться разработанная система домашних заданий, о выполнении которых подросток информирует тренера или группу. После завершения психокоррекционной работы с агрессивными подростками необходимо оценить результаты проделанной работы. Для этого может использоваться повторное тестирование или наблюдение и беседа с окружающими подростка людьми. Отсюда возникает необходимость
в проведении системного анализа индивидуальных, личностных, социально-психологических и психолого-педагогических факторов, обуславливающих социальные отклонения в поведении подростков, с учетом которых должна строиться и осуществляться воспитательно-профилактическая работа
по предупреждению этих отклонений. Задачами профилактики агрессивного поведения подростков являются:

– снижение уровня тревожности;

– формирование адекватной самооценки и уверенности в себе;

– помощь в осознании подростком причин и последствий агрессивного поведения;

– формирование толерантного отношения к окружающим;

– формирование навыков совместной деятельности.

Социально-педагогическая профилактика и коррекция агрессивного поведения подростков должна носить комплексный, системный характер
и учитывать основные характерологические особенности агрессивных детей
и подростков, и в первую очередь такие, как: отсутствие контроля над своими эмоциями; ограниченный набор поведенческих реакций в проблемных ситуациях; отсутствие эмпатии; уровень тревожности; дифференцированность
и адекватность самооценки. Несвоевременное обнаружение начальных признаков отклоняющегося поведения и проблем в воспитании, препятствующих развитию ребенка, приводит к быстрому переходу отклонений в хронические нарушения поведения. Более раннее выявление поведенческих проблем у подростков, системный анализ характера их возникновения и адекватная воспитательно-профилактическая работа дают шанс предотвратить десоциализацию подростков.

Важно помнить, что коррекционная работа строится с учетом ряда принципов:

– принцип гуманизма: утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому ребенку, исключение принуждения и насилия
над личностью;

– принцип конфиденциальности: информация, полученная психологом
в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению;

– принцип компетентности: психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности;

– принцип ответственности: психолог заботится, прежде всего,
о благополучии детей и не использует результаты работы им во вред.

**Литература:**

1. Агрессия у детей и подростков: [Текст] /Учебное пособие/ Под редакцией Н.М. Платоновой/. – СПб.: Изд. «Речь», 2006. – 336 с.
2. Астемирова О.Н. Формирование потребностей в самореализации у студентов средствами социального проектирования. [Текст] /О.Н. Астемирова// Вестник: Государственный университет управления», 2011. – № 25. – С. 7–9.
3. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия, контроль. [Текст] / Леонард Берковиц/. – СПб.: Прайм–Еврознак, 2007. – 510 с.
4. Можгинский Ю.Б. Агрессивность детей и подростков: Распознавание, лечение, профилактика. 2-ое изд.[Текст] / Ю.Б. Можгнинский./ – М.: «КогитоЦентр», 2008. – 191 с.
5. Овчарова Р.В. Практическая психология образования. Учебное пособие.
3-е изд. [Текст] / Р.В.Овчарова /. – М.: «Академия», 2007. — 448 с.
6. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведение детей. Практическое руководство посвящено проблеме агрессивного поведения детей (в возрасте от 5 до 12—14 лет). Смирнова Т.П. С50 Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. Серия «Психологический практикум». — Ростов н/Д: «Феникс», 2004. — 160 с.
7. Шнейдер Л.Б. Девиантное поведение детей и подростков. Психологические технологии. 2-е издание. [Текст] / Л.Б. Шнейдер/. – М.: «Академический Проект»; «Гаудеамус», 2007. – 336 с.