

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –  
филиал Сибирского федерального университета

Кафедра психологии развития личности

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой  
Н.В. Басалаева  
подпись      инициалы, фамилия  
« 17 » июня 2020 г.

### БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
код-наименование направления

ДИАГНОСТИКА И ПРОФИЛАКТИКА АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
ДЕТЕЙ-СИРОТ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Руководитель	<u>Н.В. Басалаева</u> подпись, дата	<u>зав. каф., канд. психол. наук</u> должность, ученая степень	<u>Н.В. Басалаева</u> инициалы, фамилия
Выпускник	<u>А.Д. Рыжевалова</u> подпись, дата		<u>А.Д. Рыжевалова</u> инициалы, фамилия

Лесосибирск 2020

Продолжение титульного листа БР по теме: «Диагностика и профилактика агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста»

Консультанты по  
разделам:

_____	_____	_____
наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия
_____	_____	_____
наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия

Нормоконтролер

  
\_\_\_\_\_

подпись, дата

Т.В. Шелкунова  
инициалы, фамилия

## РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Диагностика и профилактика агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста» содержит 57 страниц текстового документа, 49 использованных источников, 4 таблицы, 2 рисунка, 2 приложения.

АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ, ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ, АГРЕССИЯ, АГРЕССИВНОСТЬ, СОЦИАЛЬНОЕ СИРОТСТВО, СОЦИАЛЬНЫЕ СИРОТЫ, ДЕТИ-СИРОТЫ, СОЦИАЛЬНАЯ ДЕПРИВАЦИЯ, ПРОФИЛАКТИКА АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ.

Актуальность исследования связана с увеличением численности подростков, проявляющих как вербальную, так и физическую агрессию.

Для детей-сирот, живущих в условиях детского дома, пубертатный период проходит немного иначе, и характеризуется мнимой идентичностью, социальной дезадаптированностью, развитием «интернатской ментальности». Именно в этот период следует проводить профилактическую работу с детьми-сиротами подросткового возраста, так как в этом возрастном периоде происходит всплеск агрессивного поведения.

Цель работы: изучение агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста и его профилактики.

Обобщая результаты исследования агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста, можно сделать вывод о том, что у более 50 % детей-сирот выявлены высокие показатели по разным видам агрессивности. Подростки выражают негативные чувства и эмоции с помощью физической, вербальной, предметной агрессии и самоагрессии. Своевременная систематическая профилактическая работа позволит предупредить развитие агрессивного поведения и иных форм девиации у сирот подросткового возраста. Проведение качественного анализа ситуации и правильный подбор профилактических мероприятий при работе с данной категорией детей может стать предпосылкой к устранению агрессивного поведения на ранних этапах его возникновения.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	5
1 Теоретические аспекты изучения агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста и его профилактики.....	10
1.1 Подходы отечественных и зарубежных психологов к проблеме агрессивного поведения.....	10
1.2 Проявления агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.....	18
1.3 Специфика профилактики агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.....	25
2 Экспериментальное изучение и профилактика агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.....	31
2.1 Организация и методы исследования. ....	31
2.2 Анализ результатов констатирующего эксперимента.....	34
2.3 Описание системы занятий, направленных на профилактику агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.....	42
Заключение .....	48
Список использованных источников .....	51
Приложение А Результаты диагностики агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.....	58
Приложение Б Система занятий, направленная на профилактику агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста .....	61

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования агрессии и агрессивного поведения детей различных возрастов сохраняется и в настоящее время. Это связано с глобальной перестройкой общественной жизни, моральных принципов и устоев в социуме. Перенасыщенность информации, которая влияет на психику ребенка с нечетко выраженной жизненной позицией и защитными механизмами, может привести к формированию агрессивного поведения.

Поскольку количество агрессивных детей стремительно растет в связи с неблагоприятными факторами: ухудшением социальной жизни ребенка, кризисом семейного воспитания, невниманием школы к нервно-психическому состоянию детей, биологическими факторами, пропагандой в средствах массовой информации культа насилия – проводится тщательное изучение данной темы.

Сложившаяся социально-экономическая и политическая ситуация в России привела к увеличению численности детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. За период 2000-2010 гг. произошло увеличение числа детей-сирот в 1,7 раза, что привело к стремительному разрастанию детских домов и домов-интернатов. По данным Росстат в России на 2019 г. отмечается существенное уменьшение количества детей-сирот, что свидетельствует о качественно проработанной системе работы по опеке, попечительству и усыновлению в нашей стране. Но не стоит забывать, что проживание в детском доме может привести к проявлению негативных сторон психических состояний у ребенка.

Анализ результатов отечественных и зарубежных исследований (Галагузова М. А. [40], Бабаев Т. М. [2], Дубровина И. В. [32], Смирнова Т. П. [3], Шелиспанская Э. В. [46] и т.д.) показывает, что ситуация социального сиротства накладывает существенный отпечаток на жизнь ребенка. Дети-сироты сталкиваются с социальной депривацией, которая, в дальнейшем, формируется в условиях детского дома. Мнимая идентичность и социальная

дезадаптированность детей-сирот способствуют развитию у них своеобразной «интернатской ментальности», характерными признаками которой являются негативный опыт общения со взрослыми и сверстниками, дефицит позитивных моделей поведения, скудные представления о своих скрытых способностях и возможностях, сниженный уровень учебно-познавательной мотивации, высокий уровень агрессивности и др.

Усилиями воспитателей и работников детских домов создается посильная работа по предотвращению социальной депривации детей. Их основная задача – развитие полноценной личности воспитанника за счет проведения различных коррекционно-развивающих мероприятий, установления эмоционального контакта между воспитателями и детьми-сиротами, а также погружение их в социальную среду посредством вовлечения их в деятельность вне условий интерната (конкурсы, сборы, спортивные и творческие кружки и т.д.). Но такая работа зачастую не дает должного результата: дети после выпуска из детского дома попадают в криминальные структуры, страдают наркоманией или алкоголизмом, заканчивают жизнь самоубийством или «выживают» в самостоятельной взрослой среде.

Такие дети входят в специальную категорию «группы риска», а особую тревогу вызывает прогрессирующая жестокость и агрессивность детей-сирот.

Проблемы профилактики и преодоления различных отклонений в психическом развитии и поведении детей-сирот нашли свое отражение в современных психолого-педагогических исследованиях (Долгова В. И. [12, 13, 14, 16], Карабаева И. Б. [18], Барсуков А. В. [4], Полина А. В. [29], Хайрутдинова Р. И. [45] и др.).

Таким образом, проблема агрессивного поведения среди детей-сирот подросткового возраста является актуальной. Необходима качественно продуманная система работы педагогов-психологов, социальных педагогов и воспитателей детских домов по профилактике и своевременной диагностике агрессивного поведения среди подростков.

В связи с актуальностью проблемы целью нашего исследования является изучение агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста и его профилактики.

Объект исследования: агрессивное поведение как психологический феномен.

Предмет исследования: агрессивное поведение детей-сирот подросткового возраста и его профилактика.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Изучить подходы отечественных и зарубежных психологов к проблеме агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.
2. Описать методы профилактики агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.
3. Организовать и провести исследование агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.
4. Разработать и реализовать систему занятий по профилактике агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования
2. Эмпирические методы: тестирование (методика «Диагностика показателей и форм агрессии» (авторы - А. Басс–А. Дарки, стандартизирован А. А. Хваном), методика «Виды агрессивности» (автор - Л. Г. Почебут)); констатирующий и формирующий эксперимент.
3. Методы качественной и количественной обработки результатов.

Методологической основой исследования выступили труды зарубежных и отечественных авторов по проблеме агрессивного поведения (Басс А., Галагузова М. А., Жильцова Т. В., Зинченко В.П., Личко А., Мещеряков Б. Г., Орлова Д. С., Прокопьева О. И.), а также труды отечественных психологов, раскрывающие систему психолого-педагогической работы по профилактике

агрессивного поведения детей-сирот в подростковом возрасте (Кутренко М. Г., Малютова Е. К.).

Экспериментальное исследование проводилось на базе КГКУ «Лесосибирский детский дом им. Ф. Э. Дзержинского» в декабре 2019 – мае 2020 гг. Выборка представлена детьми-сиротами в возрасте 11-17 лет в количестве 19 человек.

Этапы исследования:

1 этап (декабрь 2019 г. – январь 2020 г.) – изучение теоретических аспектов проблемы агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста, определение категориального аппарата, а также методов и выборки экспериментального исследования, проведение констатирующего эксперимента агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.

2 этап (февраль – май 2020 г.) – анализ результатов экспериментального исследования, разработка и реализация системы занятий, направленных на профилактику агрессивного поведения с детьми-сиротами подросткового возраста в условиях КГКУ «Лесосибирский детский дом им. Ф. Э. Дзержинского»

3 этап (май – июнь 2020 г.) – формулирование выводов, оформление ВКР.

Результаты исследования были представлены на конференциях разного уровня: II Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития человека в современном обществе» (29-30 ноября 2019 г., г. Лесосибирск); внутривузовской научно-практической конференции «Современное педагогическое образование: теоретический и прикладной аспекты» (19 – 26 апреля 2019 г., г. Лесосибирск). По теме ВКР опубликовано 2 статьи.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы состоит в том, что в работе проведен теоретический и экспериментальный анализ агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста, а также описаны методы профилактики для устранения их агрессивного поведения. Полученные в ходе исследования данные можно использовать в работе педагогам-



психологам, социальным педагогам, воспитателям и педагогам. Представленный нами материал может быть использован при подготовке к занятиям, при написании рефератов, курсовых и выпускных квалификационных работ.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников, который включает в себя 49 наименований, и приложения. Общий объем выпускной квалификационной работы – 57 страниц.

# Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА И ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ

## 1.1 Подходы отечественных и зарубежных психологов к проблеме агрессивного поведения

Проблема агрессивного поведения изучается повсеместно и рассматривается как форма реагирования на различные физически или эмоционально неблагоприятные ситуации, которые могут вызвать стресс, реакцию фрустрации, тревогу и, в частности, агрессию и агрессивность по отношению к себе и другим.

Вопрос агрессивности и агрессии остается актуальным на протяжении многих десятилетий. Достаточно много было проведено научных исследований по изучению возникновения, проявления и развития агрессии у человека.

Анализ концепций, разработанных и описанных в зарубежной и отечественной психологии, о сущности феномена «агрессия» и природе агрессивного поведения (Бандура А. [3], Басс А. [5] и др.) позволили выделить внутренние механизмы, которые влияют на появление, развитие и предупреждение агрессивного поведения. С ним связывают низкий уровень рефлексии, неумение осуществлять выбор, отсутствие трудовой мотивации личности, недостаточное развитие компетенций и т.д. [22].

О. И. Прокопьева в своей статье выделила, что среди первых исследователей человеческой агрессии был А. Бандура [30]. Человеческая агрессия предполагает наличие некоторых факторов, которые характерны именно людям и которые обуславливают их поведение (мстительность, враждебность, расовые этические предрассудки и т.д.) [43].

Необходимо разграничить понятия «агрессия», «агрессивность» и «агрессивное поведение». Под агрессией мы понимаем намеренные действия, направленные на причинение ущерба другому человеку, группе людей или животным. А агрессивность – черта личности, отличающаяся устойчивостью и

проявляющаяся в готовности субъекта к агрессивному поведению. В большом психологическом словаре Б. Г. Мещерякова, В.П. Зинченко под агрессивным поведением понимается одна из форм реагирования на различные неблагоприятные в физическом и психическом отношении жизненные ситуации, вызывающие стресс, фрустрацию и т. п. состояния [25]. Следовательно, агрессия проявляется в каких-либо действиях по отношению к себе и к другим, агрессивность является именно чертой личности, которая подталкивает к проявлению агрессии, а агрессивное поведение является формой реагирования на ситуацию.

Агрессия проявляется в виде уничтожения или унижения противника (оппонента), причинение физических повреждений считается неотъемлемым фактором. Помимо вербализации, происходит высмеивание, обесславливание, отрицание каких-либо положительных своих черт.

Следует обратиться к трем ключевым шкалам А. Басс, которые описаны в работе А. В. Хапченко: физическая – вербальная, активная – пассивная, прямая – непрямая [44]. Рассмотрим более подробно в таб. 1.

Л. М. Саратова считает, что каждая агрессия подразумевает за собой какое-либо намерение. Намерение характеризуется как индивидуальные, тайные, недостижимому прямому наблюдению замыслы [37].

Таким образом, агрессия в любом виде представляет собой целенаправленное нанесение ущерба или вреда иному существу, которое можно охарактеризовать особенными отличительными чертами, а также подразумевает преднамеренное нанесение вреда, во время которого жертва агрессии должна обладать мотивацией в избегании данного поведения по отношению к себе.

В немалой части агрессия выступает в ситуациях фрустрации, и проявляется в качестве состояний бешенства, враждебности, злости и ненависти. Поэтому, следует выделить агрессию по следующим видам: экспрессивная, недоброжелательная, инструментальная.

Таблица 1 – Характеристика шкал проявления агрессии (автор - А. Басс)

№	Тип агрессии	Характеристика
<b>Физическая агрессия</b>		
1	Активная – прямая	Использование физической силы по отношению к другому человеку, причинение физических повреждений с помощью ударов, холодного орудия, огнестрельного оружия и т.д.
2	Активная – непрямая	Агрессия, которая обходными способами ориентирована на субъект, но существенно ее не касается.
3	Пассивная – прямая	На физическом уровне не давать возможности другому человеку достигнуть какой-либо его личной цели.
4	Пассивная – непрямая	Активное отклонение от предъявляемых ему задач (во время митинга не покидает свое место).
<b>Вербальная агрессия</b>		
1	Активная – прямая	Уничтожение, критика другого человека или группу лиц посредством слов, высказываний.
2	Активная – непрямая	Использование клеветы и сплетен по отношению к другим.
3	Пассивная – прямая	Отказ говорить с конкретным человеком, отвечать на вопросы.
4	Пассивная – непрямая	Несогласие говорить, объяснять что-либо всем вокруг.

В статье Д. С. Орловой описана точка зрения С. Фешбах, которая характеризует агрессию разных видов: экспрессивная агрессия связана с проявлением чувств и эмоций, в то время, как недоброжелательная – с целенаправленностью и осмысленным замыслом в причинении ущерба иным. Инструментальная агрессия – цель, когда субъект нейтрален, а агрессия – способ достижения этой цели [26].

Для проявления агрессии к иным следует учитывать и основополагающую черту личности при данном виде поведения – агрессивность. Факторами агрессивности предполагаются проблематичностью, несоблюдением психологических взаимосвязей в семье, требованием семейного воспитания. Также, все агрессивные виды поведения могут осуществляться в

форме аутоагрессии, т.е. причинение вреда самому себе (суицид, самообвинения, самоумоления) [14].

Как отмечает А. Личко, агрессивное поведение (фр. *agressif* - вызывающей, воинствующей; от лат. *aggredior* - нападаю) – поступки, обладающие целью причинения морального или же физиологического вреда другим [21].

По мнению Е.К. Малютовой, Г.Б. Маниной, проявление агрессии и агрессивного поведения является итогом неправильного (искаженного) процесса социализации, адаптации и интеграции себя в обществе, а также во взаимоотношениях в семье, ее отсутствии. Агрессивная направленность в личности человека выражается в его поступках, нацеленных вопреки личности, изнасилования, оскорбления, убийства. Считается, что есть некая взаимосвязь между беспристрастной обстановкой и агрессивным поведением человека и действие опосредующих обстоятельств: подготовленность к агрессии (гнев, ярость) и интерпретирование, для себя данной ситуации [23].

Агрессия в силах выражаться у единичных индивидов или в команде в различных конфигурациях: наглядно проявленной – задиристость, дерзость, драчливость; в тайной фигуре – неприязнь, ожесточенность [32].

Имеется взаимосвязь у человека между злостью и агрессивным поведением. Злость является предпосылкой к проявлению агрессивного поведения и агрессии по отношению к себе и к другим. В свойствах самой злости можно выявить очевидную и скрытую конфигурацию, которые предполагают в себе: ярость, гнев, боязнь, тоска, осмысленный уход с работы, подавленность, эгоизм, гордость и оскорбления.

Подобным способом, агрессивное поведение в любой форме предполагает собой метод действия, который ориентирован на нанесение вреда или ущерба по отношению к другому, «не мотивированному» совершать с агрессором подобные действия с ним.

Рассмотрим основные подходы к агрессии и агрессивному поведению в зарубежной и отечественной психологии.

Этологический подход был описан в одной из статей Т. М. Бабаевым и связан с ученым К. Лоренц, который считал, что агрессия является инстинктом и свойственна человеку с момента его рождения. Он анализировал ее со стороны «единого зоологического общества», и сравнивал ее действия с законами природы и средствами выживания. Согласно К. Лоренцу, агрессия – естественный инстинкт борьбы за выживание, который сформировался в процессе эволюции [2].

В. И. Долгова, изучая психологические особенности агрессивного поведения подростков, описала в своей работе теорию Р. Ардри, который в своем «охотничьем» предположении заявляет, что вследствие «естественного отбора» возник новый тип людей – охотники. «Мы нападали, чтобы не голодать. Мы пренебрегали опасностями, иначе перестали бы существовать. Мы адаптировались к охоте анатомически и физиологически» [13, с. 19].

Также при исследовании агрессивного поведения она изучила агрессию со стороны Э. Фромма, который связывал ее проявление с фрустрацией потребностей и вожделений. Тем самым, принуждение и агрессия регулярно появляются или по-другому проявляют себя. Он соединял задачу принуждения и злости с задачей об общественном характере человека. Социум, группа людей преднамеренно создает у своих индивидов конкретные особенности, в том количестве и отношении к насилию [12].

Концепция бессознательного и архетипии позволила К. Юнгу объяснить причины агрессивности и агрессивного поведения. Агрессия объясняется воздействием бессознательного на сознание и психику человека. Этот конфликт между «черным и белым» является неизбежным и ведет к проявлению «грязной» стороны личности [33].

Кризисные состояния в жизни любого человека, по мнению К. Хорни, являются предпосылкой к выражению агрессии и взаимосвязью с усиленной базовой тревожностью индивида. Проявление себя как одного из типа психологической защиты, приводит к желанию защищенности, потребностей удобства и наслаждения [33].

Исходя из рассмотренных нами подходов, можно сделать вывод о том, что в психоаналитической концепции агрессия считается орудием по превосходству инстинктивных, естественных условий, что агрессивные проявления практически нельзя ликвидировать. Агрессия считается необходимой составляющей человеческой натуры.

Так же агрессивное поведение может быть связано с фрустрацией. Эта теория возникла как противопоставление концепции влечений и описана в одной из статей по изучению подходов отечественных и зарубежных авторов агрессивного поведения Т. М. Бабаевым.

В статье говорится, что агрессия рассматривается как ситуативный, а не эволюционный процесс. Основоположником данной теории является Д. Доллард, который считал, что «агрессия есть следствие фрустрации». Есть вероятность психологического ослабления злости посредством высказывания мнения, создания повествования или изображения картины. Все это представляет в качестве взаимодействий, заменяющей настоящее выражение агрессии и принуждения – это результат катарсиса. Результат катарсиса применяют с целью перестройки агрессивного поведения. Концепция заявляет, что, во-первых, агрессия постоянно имеет результат фрустрации, и, во-вторых, фрустрация постоянно тянет за собою агрессию [2].

В последующем фрустрационная концепция, которая описана в статье Т. В. Жильцовой, моделировала свою позицию и определила концепцию обусловленной агрессии-фрустрации, которую предложил Л. Берковец. Он считал, что имеются воздействия социального общества на личность, т.е. выражение агрессивности, действий являются воздействием общественно-эмоциональных характеристик и основой для осуществления агрессивного поведения [16].

Если рассмотреть агрессивное поведение со стороны бихевиоральной модели и изучить концепцию общественного научения, то можно выяснить, что агрессия предполагает собою освоенное действие в ходе социализации посредством наблюдения надлежащего метода операций и социального

направления. Т. В. Жильцова, описывая в своей работе теорию Д. Уотсона, который анализировал выражение агрессии, принуждения как итог полученного навыка индивидуума, воздействие на его поступки, отмечает, что применение способов подкрепления и наказания оказывает значительное воздействие на формы проявления злости и степень её насыщенности. К примеру, считается, что у агрессивных родителей будут агрессивные дети. Порождение в семье данной формы поведения существенно будет сказываться и на личность ребенка в целом [16].

А. Бандура выдвинул 3 этапа рассмотрения агрессивного поведения:

- 1) метод освоения аналогичных операций;
- 2) условия, инициирующие их поступки;
- 3) требования, при которых они фиксируются.

Посредством научения и применения человек совершенствует навык, который, тем самым, становится безупречнее. Также преобладают значение и успешность такого поведения, т.е. при проявлении агрессии был произведен некий фурор, который способен стать толчком в увеличении мощи ее мотивации, а циклический и систематический провал – силу тенденции торможения. Существенным основанием данной концепции является общественное подкрепление.

Подкрепление – это тот или иной процесс, вызванный повышением конкретной реакции. Это может являться одобрение и нотация, улыбочка и шутка, дружеские или же агрессивные жесты [3].

Гуманисты (Роджерс К., Франкл В., Перлз Ф.) также не смогли остаться в стороне и изучили проявление агрессии у человека. В своих работах они изучали и поясняли выражение агрессии и насилия в согласовании с собственными ключевыми утверждениями.

При изучении агрессии в современной психологии С. Н. Ениколопов обратился к теории К. Роджерса, который считал, что агрессия и насилие являются принужденными встречными поступками индивида в лимитирование его независимости, возможности выбора. Увеличение абстрактного внимания и



его повсеместное изучения в возрастных периодах, как младенчество и подростничество, определяется тем, что переходные, переломные этапы трансформации социальных концепций постоянно объединены с увеличением агрессии. Это безусловно важный компонент с преобразованием сообщества и с перестройкой личности и его сознания, с переоценкой личностно-психологических качеств [15].

Основываясь на представлениях Б. Г. Ананьева, Т. Н. Курбатовой, которые были описаны в работе А. В. Гусельниковой, можно проанализировать структуру агрессии, состоящую из трех уровней: индивидуальный, субъектно-деятельностный, личностный [10].

Индивидуальный уровень связан с природной основой личности, которая представлена безопасностью и защитой себя и своего потомства, имущества. Субъектно-деятельностный уровень характеризуется непосредственно достижением поставленной цели личностью и его реакций на представленную перед ним угрозу, которая может проявляться в привычном стиле поведения. И, рассмотрев личностный уровень, его можно связать с мотивационной сферой, самосознанием, проявляющиеся в предпочтении насильственных средств для реализации своих целей.

Т. М. Бабаев, характеризуя подходы к изучению агрессивного поведения, проанализировал исследования О. Ю. Михайловой, которые позволили выявить нестандартный подход к трактовке агрессии. Агрессия – это один из видов поведенческих стратегий интенсивного дозволения неудовлетворяющей субъекта ситуации, формирующаяся на основе искательской инициативности. Будучи ранее сформирована, она выражается как независимая модель действия, несмотря на то содержит в себе и в последующем компоненты искательской активности, удерживая, тем самым, свойства собственного возникновения [2].

В отечественной литературе детская агрессивность рассматривается как определенное свойство, создающаяся в возрасте с 3-х лет и до пубертатного периода, в основной форме физиологической агрессии, которая испытывает ход

адаптации и социализации в обществе, которая может излагаться посредством словесных методов агрессивного поведения.

Таким образом, рассмотрев разнообразные направления и подходы к изучению агрессивного поведения, мы пришли к выводу, что проблема агрессии и агрессивного поведения является достаточно распространенной для изучения с позиций психоанализа, бихевиоризма, гуманистической психологии и других направлений. Вслед за Б. Г. Мещеряковым и В.П. Зинченко под агрессивным поведением мы понимаем одну из форм реагирования на различные неблагоприятные в физическом и психическом отношении жизненные ситуации, вызывающие стресс, фрустрацию и т. п. состояния.

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, мы пришли к выводу, что агрессия проявляется в каких-либо действиях по отношению к себе и к другим, агрессивность является чертой личности, провоцирующее возникновение агрессии, а агрессивное поведение является формой реагирования на ситуацию.

## **1.2 Проявления агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста**

Подростковый возраст отличается мощным подъемом жизнедеятельности и глубокой перестройкой организма – половым созреванием. На протяжении всего периода происходит не только физическое созревание, но и становление подростка как личности. Он начинает задавать себе вопрос о смысле существования, развиваться морально и интеллектуально. Он стремится к чему-то новому, но не всегда это стремление приводит к положительным проявлениям.

Не смотря на тщательное изучение физиологического и психического развития детей подросткового возраста, ученые не смогли выделить определенные границы для этого периода, так как одни дети вступают в него

раньше, другие – позже, и сам пубертатный кризис может возникнуть и в 11, и в 13 лет. В традиционной классификации, разработанной Д. Б. Элькониным, «эпоху подростничества» называют период от 11 до 17 лет, которая подразделяется на младшее подростничество (11-14 лет) и юность (14-17 лет) [48]. Ведущим видом деятельности является интимно-личностное общение. Социальная ситуация развития – ребенок - общественный взрослый. На данном возрастном периоде основным новообразованием является самосознание. Оно характеризует себя как: идентификация себя со своим именем, овладение внешним образом, формирование образа тела, половая идентификация и освоение психологического времени личности. Существенные изменения в данном возрасте происходят в эмоционально – волевой сфере.

Как отмечает И. Б. Карабаева, для подростков характерны:

1. Эмоциональная неуравновешенность, чувствительность, нестабильность;
2. Эмоциональная возбудимость, которая связана с общим нарастанием возбуждения над торможением и проявлением ее в виде вспыльчивости, страстности;
3. Большая устойчивость эмоциональных переживаний, которая приводит к тому, что они долго не забывают обид;
4. Повышенная тревожность и акцентирование внимания на своей уникальности и неповторимости [18].

В зарубежной статье В. Гаменюк говорится, что дети подросткового возраста более склонны к проявлению агрессивного поведения, это связано с тем, что у них происходит гормональное изменение, которое непосредственно влияет на их эмоции. Многие гормоны могут провоцировать или ослаблять агрессивное поведение, но никак не вызывать его. Иначе говоря, гормоны не могут стать причиной агрессии, а лишь влияют на степень ее проявления [49].

В настоящее время особенно острой проблемой является психическое развитие детей-сирот, которые воспитываются вне семьи – в домах ребенка, детских домах и интернатах. С одной стороны, подростки трудны и критичны, а

с другой – в наибольшей степени уязвимы в условиях воспитания вне положительного семейного влияния [34]. Чем раньше ребенок «отрывается» от семьи, тем больше вероятность изоляции и деформации по всем направлениям психического развития [39].

Основанное на положениях статьи 121 Семейного кодекса, определение терминов «дети-сироты» и «дети, оставшиеся без попечения родителей» дано в Законе «О дополнительных гарантиях по социальной защите детей – сирот, оставшихся без попечения родителей» [38]. Установлено, что дети-сироты – это лица в возрасте до 18 лет, которые остались без попечения единственного или обоих родителей в связи со следующими обстоятельствами: отсутствием таковых или лишением их родительских прав, ограничением их в родительских правах, признанием безвестно отсутствующими, недееспособными (ограниченно дееспособными), находящимися в лечебных учреждениях; объявлением их умершими; отбыванием ими наказания в учреждениях, исполняющих наказание в виде лишения свободы, нахождением в местах содержания под стражей, подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений; уклонением родителей от воспитания детей или защиты их прав и интересов; отказом родителей взять своих детей из воспитательных, лечебных учреждений, учреждений социальной защиты населения и других аналогичных заведений и в иных случаях признания ребенка оставшимся без попечения родителей в установленном законом порядке.

Наиболее часто рассматривается с позиции детей-сирот понятие «социальное сиротство». В. А. Абельбейсов описывает социальное сиротство как социальное явление, обусловленное наличием в обществе детей, родители которых умерли, детей, оставшихся без попечения родителей вследствие лишения родительских прав, признания родителей недееспособными, безвестно отсутствующими [1].

Следует рассмотреть подробнее понятие «социальные сироты».

По определению исследователей Л. Я. Олиференко, Т. И. Шульги и др. в работе С. А. Надток, социальные сироты — это дети, оставшиеся без

попечения родителей, в том числе дети, родители которых отказались, либо лишены родительских прав, и взятые на полное государственное обеспечение. Сироты социальные — особая социально-демографическая группа детей в возрасте от рождения до 18 лет, лишившиеся попечения родителей по социально-экономическим, нравственным, психологическим и медицинским причинам (сироты при живых родителях) [24].

В последнее время вводится понятие, как «скрытое» сиротство, которое связано с ухудшением условий жизни семьи, падением ее нравственных устоев, изменением отношения к детям, вплоть до полного их вытеснения, вследствие которого вырастает беспризорность среди детей подросткового возраста.

Следует рассмотреть ряд причин возникновения социального сиротства:

1. Добровольный отказ родителей (в частности матери) от ребенка, в большинстве случаев этот процесс происходит в родильном доме;
2. Принудительное изъятие ребенка из семьи в связи с отсутствием должного воспитания и условий проживания для защиты прав, жизни и интересов ребенка.

Как отмечает Ю. Ф. Беспалов, также имеются условия, которые могут спровоцировать социальное сиротство. В них входят:

- Социально-экономические условия – условия, которые связаны с отсутствием работы, жилья, со снижением заработной платы, с общим материальным уровнем жизни и экономической ситуацией в стране;
- Условия кризиса семейных отношений, проявляющееся в виде распада семьи, семейного алкоголизма, наркомании, токсикомании, раннего материнства и отцовства, а также при наличии внебрачных детей;
- Условие педагогической несостоятельности семьи связано с отсутствием связей между поколениями, с утратой семейных традиций и ценностей, безнадзорностью детей, нарушением их прав и жестоким обращением;

- Условия снижения воспитательного потенциала системы образования приводит к тому, что перекос в сторону обучения снижает число детских общественных организаций, сужает сферы внеурочной деятельности, происходит непосредственная переориентация системы дополнительного образования на образовательные платные услуги;
- Условия неэффективной государственной политики в области разработки четких правовых норм приводит к неосознанию родителями ответственности за воспитание своих детей, к исчезновению воспитательной работы по месту жительства;
- Условия развитых детских и молодежных субкультур могут стать также предпосылкой для провоцирования социального сиротства в связи с отсутствием учета традиционных норм духовности и нравственности;
- Влияние СМИ может привести к разрыву поколений, пропаганде новых форм и ценностей поведения детей и молодежи;
- Недостаточное развитие службы помощи детям, в том числе защиты их прав [6].

Агрессивное поведение подразумевает собой проявление в чувствах и действиях личности враждебности, которая проявляется в отношении других людей и характеризуется желанием нанести им вред. Ненормативная агрессивность как особенность поведения детей-сирот формируется по разным причинам. С одной стороны, это может быть связано с психогенными факторами и может измениться во время психологической коррекции с учетом специфики и причин агрессии [27].

Анализ результатов отечественных и зарубежных исследований (Галагузова М. А. [40], Бабаев Т. М. [2], Дубровина И. В. [32], Смирнова Т. П. [3] и т.д.) показывает, что ситуация социального сиротства накладывает существенный отпечаток на жизнь ребенка. Дети-сироты сталкиваются с социальной депривацией, которая, в дальнейшем, формируется в условиях

детского дома. Мнимая идентичность и социальная дезадаптированность детей-сирот способствуют развитию у них своеобразной «интернатской ментальности», характерными признаками которой являются негативный опыт общения со взрослыми и сверстниками, дефицит позитивных моделей поведения, скудные представления о своих скрытых способностях и возможностях, сниженный уровень учебно-познавательной мотивации, высокий уровень агрессивности и др. [22].

Считается, что агрессивное поведение детей-сирот формируется вследствие неудовлетворенности положением в социальном мире, в несправедливости и с полным неосознанием правильности выбора дальнейшего жизненного пути. Зачастую, это связано с неразвитостью произвольных форм поведения, повышенной конфликтностью, с особенностями в интеллектуальной и познавательной сферах, а также с особенностями личностных качеств, эмоциональных и поведенческих реакций на конфликты и ситуаций фрустрации.

Детей-сирот окружает масса проблем, которые не присущи детям из семей. Они психологически отчуждены от людей, они чрезмерно свободны и поэтому совершают достаточно много противоправных деяний. Как отмечает М. А. Туприна в условиях детского дома у них формируются только агрессивный, игнорирующий или пассивный тип поведения и эмоционального реагирования.

Агрессивный тип поведения характеризуется раздражительностью, конфликтностью, подросток находится в постоянных поисках проявления своей агрессивности, так как ощущает эмоциональную и физическую энергию от нее.

Игнорирующий тип поведения связан с умышленным игнорированием происходящей ситуации или человека в целом. Данный тип опасен для подростков тем, что игнорирование считается одним из рискованных видов эмоционального насилия.

И пассивный тип поведения человека проявляется в виде избегания неприятных ситуаций, подчинением воле других и не отстаивание своих

интересов. Но, столкнувшись с агрессивным поведением, они могут выйти из равновесия [41].

Эти типы поведения и эмоционального реагирования могут существенно повлиять на социализацию и интеграцию подростка в обществе из-за отсутствия положительного тона для адекватной реакции во время различных неблагоприятных ситуаций.

При анализе причин и типов агрессивного поведения выявляется характерная «картина» особенностей проявления агрессивного поведения по характеру причин: защитная, деструктивная и демонстративная агрессивность [9].

Защитная агрессивность связана со следствием возбуждения проблем, с развитием у ребенка тревожности, страхов. Основная функция данной причины – защита от внешнего мира посредством конфликтов, драк, стремления к лидерству.

Деструктивная агрессивность зачастую проявляется у детей с активной жизненной позицией, которые из-за отсутствия автономности и неспособности к самостоятельному выбору своего суждения начинают привыкать к «подавлению» своих эмоций. Их собственное «Я» становится слабым и требует постоянного подтверждения в смысле своего существования посредством косвенной агрессии через стремление заявить о себе, о своих желаниях, потребностях, о выходе из «социальной опеки». Депривация потребностей в безопасности, в любви и принятии связана с отсутствием стабильных детско-родительских и родительско-детских отношений или же с их полным отсутствием. Именно поэтому дети-сироты используют негативные формы и способы получения внимания и прибегают к агрессивному поведению.

Демонстративное агрессивное поведение связано с привлечением внимания по отношению к себе, преимущественно используя в жизни вербальную агрессию, лживость, прибегая к воровству, уделяя большое внимание к своему внешнему виду.



По мнению Л. Г. Галагузовой, в появлении или нахождении ребенка в условиях отвержения в эмоциональном и физическом плане детско-родительских отношениях формируется недоверие по отношению к окружающим, а иногда и к себе. Агрессивное поведение как бы является непосредственным началом проявления этого недоверия и существенно может сказаться на его развитии: низкая самооценка, позитивная активность, трудности в общении [40].

А. Е. Штенская, О. А. Липовая среди психологических особенностей, провоцирующих проявление детьми-сиротами агрессивного поведения, описывали следующие: недостаточное развитие интеллекта, коммуникативных навыков, сниженный уровень саморегуляции [47].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что главными причинами проявления агрессивного поведения среди детей-сирот является не только особенность пубертатного периода, но и социальная депривация, которая существенно влияет на их психическое развитие, а также яркое стремление к ранней автономности, привлечение внимания к своей личности и особенности характера ребенка.

### **1.3 Специфика профилактики агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста**

Для осуществления процесса профилактики агрессивного поведения среди детей-сирот, находящихся в условиях детского дома, была проведена разработка критериев, которые позволяют определить степень эффективности проведенной работы. К ним относятся: открытое гуманистически-ориентированное воспитательное пространство детского дома, накопление опыта (эмоционального, поведенческого) ассертивного поведения в системах «воспитанник — воспитатель», «воспитательный коллектив — воспитанник»,

формирование жизненной компетенции детей-сирот как средства их подготовки к самостоятельной жизни.

Ассертивность – способность человека отстаивать свои права, не ущемляя при этом права других людей. Ассертивное поведение – это конструктивный способ межличностного взаимодействия, который является альтернативой для деструктивных форм общения (манипуляция, агрессия, конфликты).

Для формирования данной формы поведения следует учитывать две основные технологии работы с подростками, имеющие агрессивное поведение: профилактика и реабилитация.

Профилактика – совокупность мероприятий, направленных на предупреждение, устранение или нейтрализацию основных причин и условий, вызывающие отклонения в поведении.

Существует несколько типов профилактических мероприятий – нейтрализующие, компенсирующие, предупреждающие, устраняющие, контролируемые [35].

Эффективность проведенной профилактической работы может быть обеспечена в условиях выполнения следующих составляющих:

- Направленность работы идет на устранение источников дискомфорта, на создание условий для несовершеннолетнего приобретения опыта для решения возникших перед ним проблем;
- Обучение навыкам, которые позволят ребенку достичь поставленные перед ним цели, задачи для решения этих проблем;
- Помощь в решении дальнейших возникших ситуаций, предупреждение их возникновения.

Реабилитация – комплекс мер, целью которых является возвращение ребенка к активной жизни в обществе.

Считается, что в процессе реабилитации специалист должен выполнять следующие функции:

- 1) Восстановительная функция предполагает восстановление положительных качеств ребенка;
- 2) Компенсирующая функция связана с формированием у подростка стремления к изменениям в себе качеств личности с помощью внедрения в какую-либо деятельность;
- 3) Стимулирующая функция подразумевает собой активизацию мотивации к деятельности, которая предполагает использование воспитательных приемов – внушение, убеждение [8].

Для реабилитации агрессивных подростков следует осуществлять работу по экстренной диагностике, выявлению причин данной проблемы, обучению навыкам разрешения проблем, умением управлять своими эмоциями, формированию позитивной Я-концепции.

Специалисту необходимо уменьшить напряжение, снять тревогу, дать возможность выговориться, перевести свой гнев в иное русло.

Необходимо отреагировать на эмоции, научить подростка переживать свои эмоции и уметь говорить о них, перенаправлять его отрицательную энергию. Здесь необходимо использовать разные виды терапевтических мероприятий, организовать творческую, спортивную, интеллектуальную деятельность для ребенка, сформировать навыки самоконтроля, использовать техники релаксации.

Тренинговая работа в индивидуальной или групповой форме позволит детям-сиротам подросткового возраста уменьшить вероятность проявления агрессивного поведения или иных форм девиации.

М. А. Галагузова рассматривает подходы к профилактике агрессивного поведения:

А) социально-профилактический подход – выявление, устранение, нейтрализация причин и условий, вызывающих различного рода негативные явления, предупреждение возможных отклонений лечебно-профилактического характера лицами, страдающие различного рода психическими аномалиями.

Б) социально-педагогический подход – восстановление или коррекция личностных качеств человека с агрессивным поведением, особенно его моральных и волевых качеств [40].

Наиболее часто прибегают специалисты к написанию программ, которые разрабатывают как психологи, так и социальные педагоги, педагоги, воспитатели. Формы проведения программ могут быть разными: консультации, тренинги, мероприятия.

А. Б. Петрова выделила следующие признаки для профилактики агрессивного поведения:

- по целевой группе – кто объект;
- по содержанию работы – что с ним будем делать;
- по «точке» приложения усилий – каков уровень профилактики [28].

Выделяются также три вида профилактики: первичная, вторичная и третичная.

Первичная профилактика подразумевает комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих развитие какого-либо явления (в нашем случае агрессивного поведения).

Вторичная профилактика связана с комплексом социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих формирование болезни и осложнений, связанных с агрессивным поведением у лиц группы риска, у лиц с эпизодическими проявлениями агрессивного поведения [40].

Третичная профилактика, или реабилитация – комплекс мер, осуществляющие предотвращение срывов и рецидивов, связанных с восстановлением личностного и социального статуса и возвращения его в социум (семью, школу, коллектив, деятельность) [19].

В научно-методических рекомендациях Н. М. Платоновой выделяются следующие типы профилактики, описанные М. В. Шакуровой: общесоциальная (неспецифическая), специфическая.

Общесоциальная (неспецифическая) профилактика – внедрение какой-либо деятельности, которая не связана с проблемой агрессивности, а затрагивает ее косвенно через какие-либо средства (кружки, секции, информационные технологии). Тем самым, организуя досуг подростков, целью которых будет создание альтернативы агрессивному поведению через занятость детей в свободное время.

Специфическая профилактика – мероприятия и программы, которые непосредственно связаны с агрессией и агрессивным поведением и способствуют ее профилактике и устранению (тренинги, курсы, занятия) [42].

Любая профилактическая программа должна включать в себя определенные виды деятельности в каждом из следующих направлений: информационное, коррекционное, социальное.

Информационное направление осуществляет распространение сведений о причинах, формах и последствиях агрессивного поведения у детей подросткового возраста;

Коррекционное направление связано с формированием навыков анализа и критической оценки информации об агрессии и умений принимать правильные решения, а также с коррекцией социально-психологических особенностей личности путём поиска альтернативы агрессивному поведению, помогая им преодолевать проблемы;

Социальное направление осуществляется посредством взаимодействия с организациями и структурами, осуществляющими профилактическую работу, а также работу по изменению общества к лицам с агрессивным поведением и созданию гуманного отношения к ним.

В настоящее время доказана приоритетность воспитания ребенка в семейных условиях. Описываются и высказываются мнения о необходимости приобретения каждым ребенком приемной семьи или возвращения в родную семью.

Для достижения успеха при воспитании детей-сирот в домах-интернатах следует обратить внимание на влияние взаимоотношений между

воспитателем, который в ходе своей профессиональной деятельности должен осуществлять не только контроль над безопасностью подростка, но и организовывать пространство для развития и нормализации его состояния. Для этого необходимо ориентироваться на построение отношений в рамках открытости, доверия и взаимопонимания. Это приводит к созданию благоприятной психологической атмосферы в стенах детских домов и домов – интернатов, что, в свою очередь, снижает уровень дискомфорта и тревожности у детей [36].

Таким образом, своевременная и систематическая профилактическая работа позволит предупредить развитие агрессивного поведения и иных форм девиации у сирот подросткового возраста. Сущность и содержание работы должно зависеть от уровня агрессивности детей, находящихся в условиях детского дома. Проведение качественного анализа ситуации и правильный подбор профилактических мероприятий при работе с данной категорией детей может стать предпосылкой к устранению агрессивного поведения на ранних этапах его возникновения.

## Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

### 2.1 Организация и методы исследования

Экспериментальное исследование проводилось на базе КГКУ «Лесосибирский детский дом им. Ф. Э. Дзержинского» в декабре 2019 – мае 2020 гг. Выборка представлена детьми-сиротами в возрасте 11-17 лет в количестве 19 человек, из них 10 мальчиков (52,6 %) и 9 девочек (47,4 %).

Экспериментальное исследование проводилось в несколько этапов:

1 этап (декабрь 2019 г. – январь 2020 г.) – определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение констатирующего эксперимента агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.

2 этап (февраль – май 2020 г.) – анализ результатов экспериментального исследования, разработка и реализация системы занятий, направленных на профилактику агрессивного поведения с детьми-сиротами подросткового возраста в условиях КГКУ «Лесосибирский детский дом им. Ф. Э. Дзержинского»

3 этап (май – июнь 2020 г.) – формулирование выводов.

В качестве диагностического инструментария нами использовались следующие психодиагностические методики:

- Методика «Диагностика показателей и форм агрессии» (авторы – А. Басс – А. Дарки, стандартизирован А. А. Хваном);
- Методика «Виды агрессивности» (автор – Л. Г. Почебут).

Рассмотрим содержание использованных методик исследования.

1. Методика «Диагностика показателей и форм агрессии» (авторы – А. Басс – А. Дарки, стандартизирован А. А. Хваном);

Цель - выявление уровня агрессивности респондентов.

Методика «Диагностика показателей и форм агрессии» была разработана американскими психологами А. Басс и А. Дарки и в 2005 году переведена на

русский язык А. А. Хваном. В бланке представлены 75 утверждений, основанные на следующих формах реакции агрессии, которые подробно описали в своей статье Л. В. Зубова, А. А. Кириенко, Е. В. Назаренко, изучая агрессивное поведение подростков:

1. Физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица.

2. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств через различные формы словесных выражений эмоций.

3. Косвенная агрессия - агрессия, которая физически не направлена на другое лицо, а реализуется посредством злобных сплетен, либо которая ни на кого не направлена, но проявляется в виде взрыва ярости, проявляющееся в крике, топанье ногами, битье кулаками по столу и т. п.

4. Негативизм – оппозиционная форма поведения, направленная обычно против авторитета или руководства.

5. Склонность к раздражению - готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости и грубости.

6. Подозрительность – недоверие и осторожность по отношению к людям, основанная на убеждении в причинении ему вреда.

7. Обида – чувство, вызванное завистью и ненавистью к окружающим, обусловленное горечью, гневом на весь мир за действительные или мнимые страдания.

8. Чувство вины или аутоагрессия - выражает возможное убеждение обследуемого в том, что тот является плохим человеком, поступает злобно. Также индекс выражает наличие у него угрызений совести [17].

Ответы оцениваются по предыдущим 8 шкалам, с помощью которых подсчитываются индексы «враждебности» и «агрессивности». Исходя из этих показателей можно выявить высокие, средние, низкие уровни и уровень предела нормы для данного возраста.

2. Методика «Виды агрессивности» (автор - Л. Г. Почебут).

Цель - определение вида агрессивного поведения, уровня агрессивности.



Предлагаемый тест состоит из 40 вопросов, на которые необходимо ответить «да» или «нет», результаты которых описываются в следующих шкалах: вербальная агрессия (ВА), физическая агрессия (ФА), предметная агрессия (ПА), эмоциональная агрессия (ЭА), самоагрессия (СА).

Охарактеризуем содержание шкал методики:

- Вербальная агрессия (ВА) — человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.
- Физическая агрессия (ФА) — человек выражает свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.
- Предметная агрессия (ПА) — человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.
- Эмоциональная агрессия (ЭА) — у человека возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.
- Самоагрессия (СА) — человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде [7].

Данная методика позволяет выделить не только формы проявления агрессивного поведения, но и их уровни от «низкому» к «высокому», а также охарактеризовать личность подростка, исходя из полученных нами показателей.

Описанные нами методики можно использовать для диагностики агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.

Ниже представим результаты констатирующего эксперимента.

## 2.2 Анализ результатов констатирующего эксперимента

В данном параграфе опишем результаты экспериментального исследования агрессивного поведения у детей-сирот подросткового возраста.

Проанализируем результаты диагностики подростков, полученные с помощью методики «Диагностика показателей и форм агрессии» (авторы - А. Басс и А. Дарки). Подробное описание результатов исследования представлено в Приложении А (таблица А.1).

У двух подростков (10 %) по шкале «Индекс агрессивности» выявлен высокий уровень, в то время как у 5 респондентов (26 %) - низкий уровень, и у 12 сирот (64 %) - в пределах нормы (рис.1). Подростки с низким уровнем агрессивности не склонны к проявлению агрессивного поведения, дети с высоким уровнем характеризуются негативными чувствами, у которых эмоции отражаются по отношению к другим и себе.

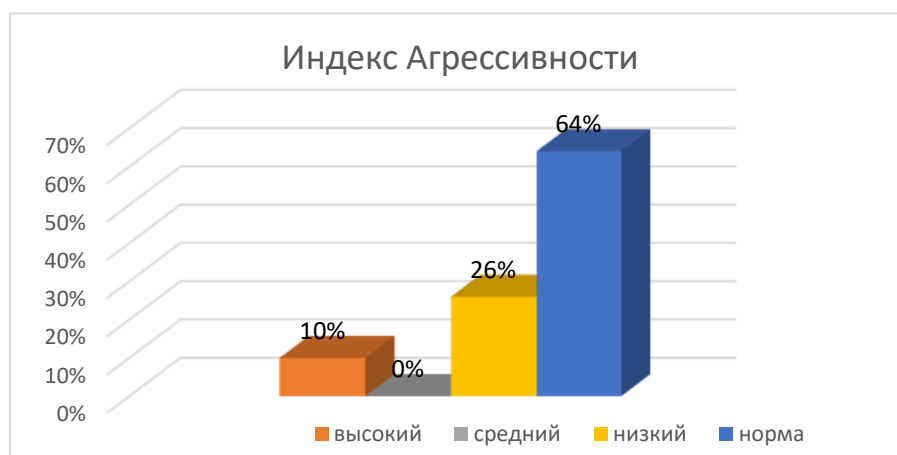


Рисунок 1 – Результаты диагностики детей-сирот подросткового возраста по шкале «Индекс агрессивности»

Анализируя результаты, полученные по шкале «Индекс враждебности», мы пришли к следующим выводам: 12 подростков (63 %) имеют высокий уровень враждебности, у остальных 7 сирот (37 %) показатели в пределах нормы. «Высокий уровень» враждебности может быть связан с

сформированной недоверчивой позицией по отношению к окружающим его людям (рис. 2).

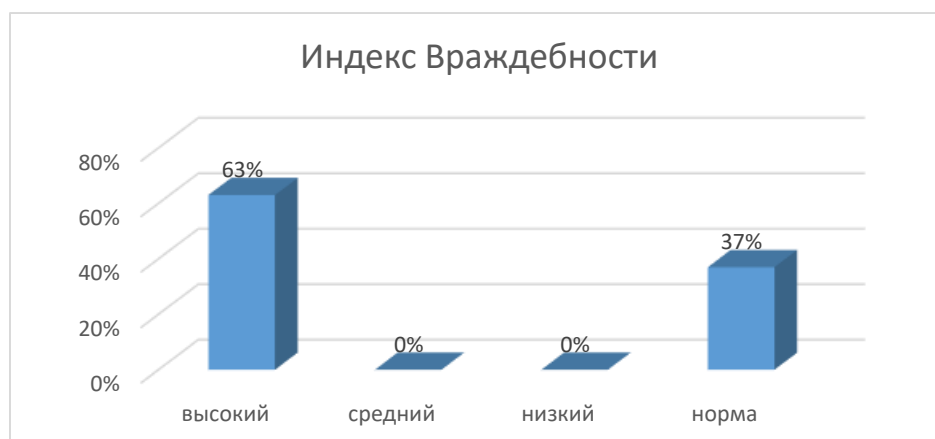


Рисунок 2 – Результаты диагностики детей-сирот подросткового возраста по шкале «Индекс враждебности»

Проанализировав результаты, выявленные нами с помощью методики «Диагностика показателей и форм агрессии» (авторы - А. Басс и А. Дарки), мы отмечаем, что показатели по шкалам «Индекс агрессивности» и «Индекс враждебности» существенно отличаются. Враждебность свойственна 63 % подростков, в то время как у 10 % респондентов выявлен высокий уровень агрессивности.

Рассмотрим результаты диагностики подростков с помощью методики «Виды агрессивности» (автор - Л. Г. Почебут) (таб. 2).

Подробные показатели по каждой шкале представлены в Приложении А (таблица А.2).

Таблица 2 – Результаты диагностики детей-сирот подросткового возраста по методике «Виды агрессивности» (автор - Л. Г. Почебут)

Виды агрессивности	Уровни, в %		
	высокий	средний	низкий
Вербальная агрессия	74	21	5
Физическая агрессия	53	36	11
Предметная агрессия	53	26	21
Эмоциональная агрессия	68	27	5
Самоагрессия	79	16	5
Общий показатель	63	27	0

Анализируя результаты исследования, мы определили, что у более 50 % детей-сирот выявлены высокие показатели по разным видам агрессивности. Подростки выражают негативные чувства и эмоции с помощью физической, вербальной, предметной агрессии и самоагрессии.

Опишем полученные результаты исследования по каждой шкале.

По шкале «Вербальная агрессия» у 14 детей-сирот (74 %) выявлен высокий уровень. Это свидетельствует о том, что эти подростки словесно выражают по отношению к другому человеку агрессивное поведение, зачастую используя оскорбление.

По шкале «Физическая агрессия» у 10 детей-сирот (53 %) выявлен высокий уровень. Это говорит нам о том, что подростки с данным видом агрессивного поведения в ходе всплеска своих эмоций применяют физическую силу по отношению к другим людям.

Данные, полученные по шкале «Предметная агрессия», свидетельствуют о том, что у 10 детей-сирот подросткового возраста (53 %) имеются высокие показатели. Следовательно, при проявлении агрессии подростки срывают свою злость и негативные эмоции на окружающих их предметах (ломают, бросают, портят и т.д.).

Также высокий уровень выявлен у 12 детей-сирот (68 %) по шкале «Эмоциональная агрессия». Такие подростки при общении или взаимодействии с другими людьми ощущают эмоциональное отчуждение, сопровождающееся подозрительностью, враждебностью или недоброжелательностью.

По шкале «Самоагрессия» у 15 подростков (79 %) выявлен высокий уровень. Это говорит нам о том, что дети применяют по отношению к себе агрессию, которая связана непосредственно с нанесением вреда своему телу (кусаться, биться головой, щипаться, царапаться, бить себя). Самоагрессия представляет реальную угрозу ребенку и для ее устранения требуется вмешательство специалиста.

Анализируя результаты проведенного нами экспериментального исследования по изучению агрессивного поведения детей-сирот подросткового

возраста, мы условно распределили респондентов на 2 группы. К 1 группе (63 %) мы отнесли подростков, имеющих высокий уровень агрессивного поведения, ко 2 группе (37 %) - детей-сирот, имеющих показатели: «низкий уровень», «средний уровень» или «в пределах нормы». Сводная таблица результатов по двум методикам представлена в Приложении А (таблица А.3).

Дети-сироты, находящиеся в первой группе, зачастую, вспыльчивы, эмоционально неуравновешенны, негативно настроены на окружающих их людей. Основными проблемами данной группы являются не только отсутствие способности к регулированию своего эмоционального состояния, но и трудности в обучении, социализации и адаптации. Социализация проходит намного сложнее, чем у подростков со второй группы, так как враждебность и недоверчивость затрудняют сам процесс коммуникации. Также данная категория детей отличается бедностью ценностных ориентаций, узостью мышления, интересов, отсутствием увлечений. Как правило, у них низкий интеллектуальный уровень, повышенная внушаемость и эмоциональная грубость, озлобленность.

Ниже опишем индивидуальные результаты диагностики детей-сирот подросткового возраста.

Василий Е. на основе методик показал следующие результаты: по шкалам враждебности и агрессивности индексы находились в пределах нормы. Это свидетельствует о том, что подросток не проявляет агрессию по отношению к другим, не чувствует обиду к окружающим, для него не свойственна подозрительность. Но следует отметить, что у него по шкале «Чувство вины» выявлены высокие показатели. Следовательно, подросток характеризуется признанием вины не только перед близким его окружением, но и перед собой. Также низкая степень адаптированности к ситуации, которая была выявлена в ходе диагностики, может стать «толчком» к проявлению агрессивного поведения.

Обобщив результаты диагностики Юлии М., мы определили неоднозначные данные по показателям двух методик в индексе агрессивности

(низкий и средний уровень). Стоит отметить, что у нее высокие показатели выявлены в шкалах «Вербальная агрессия», «Эмоциональная агрессия» и «Самоагрессия», что характеризует ее как подростка вспыльчивого, недоверчивого, недоброжелательного, который любую агрессию может проявлять в виде оскорблений, причинений вреда себе и сильных эмоциональных реакций.

Стоит отметить, что при анализе данных у Дениса П. выявлены высокие уровни по всем видам агрессивности, кроме шкалы «Самоагрессия», и высокий показатель по «Индексу враждебности». Эти данные свидетельствуют нам о том, что подросток достаточно агрессивен по отношению к другим людям, он не будет причинять вред себе, и имеет такие черты как: недоверчивость, вспыльчивость, недоброжелательность.

Анализируя результаты Мити Б., мы пришли к выводу, что у него индексы агрессивности и враждебности находятся в пределах нормы. Таким образом, можно охарактеризовать его как подростка, не стремящегося проявлять агрессию по отношению к другим людям. Следует обратить внимание на показатель «Вербальная агрессия» - данный вид агрессии может стать «толчком» к развитию агрессивного поведения. Также низкая степень адаптированности к ситуации может сказаться на ход дальнейших событий.

Анализируя результаты исследования, у Ксении К. выявлены высокие уровни агрессивности и враждебности. Данный факт свидетельствует о сформированном агрессивном поведении у подростка, а также о негативной позиции по отношению к окружающим ее людям. Следует организовать работу, направленную на коррекцию агрессивного поведения.

На основе анализа данных диагностики у Юлианы Б. выявлены следующие результаты: индексы агрессивности и враждебности находятся на среднем и высоком уровнях соответственно, высокие показатели по шкалам эмоциональной, вербальной и предметной агрессии. Следовательно, для нее характерна эмоциональная возбудимость, свою агрессию она может проявлять как в виде оскорблений, так и в ходе «срывов» на окружающие ее предметы.

Сформированная негативная позиция к окружающим связана с недоверием, озлобленностью по отношению к ним.

У Александра Г. и Константина Р. определены высокие уровни агрессивности и враждебности. Стоит отметить, что проявление агрессивного поведения у данных подростков осуществляется в виде вербальной, предметной агрессии и самоагрессии. Зачастую, они используют оскорбления, сквернословия по отношению к окружающим, причиняют вред себе или используют для проявления негативных эмоций окружающие их предметы.

Обобщив результаты диагностики Евгения Ф., мы выявили у него низкие показатели индексов агрессивности и враждебности. Подросток чаще всего не проявляет агрессию по отношению к другим, но она может иметь место в зависимости от представленной перед ним ситуации.

В свою очередь, при анализе результатов Константина Г. выявлены высокие уровни агрессивности и враждебности, которые проявляются в виде вербальной агрессии и недоверия к окружающим. Это свидетельствует о том, что он употребляет словесное проявление своих негативных эмоций по отношению к другим людям.

При анализе результатов у Вячеслава С. определены неоднозначные показатели агрессивности по двум методикам (средний уровень и в пределах нормы). Приоритетным видом проявления агрессии у подростка является вербальная агрессия, этот показатель имеет высокий уровень, по сравнению с другими шкалами.

Анализируя результаты диагностики респондента Галины Т., нами выявлены высокие уровни агрессивности и враждебности. Все показатели видов агрессии у подростка имели максимальные значения. Это свидетельствует о том, что Галина характеризуется высокой раздражительностью, эмоциональностью, негативизмом.

По результатам диагностики у Ксении К. выявлены высокие уровни агрессивности и враждебности. Следует отметить, что, в данном случае, агрессивное поведение не проявляется в виде оскорблений, сквернословия, а

характеризуется причинением вреда по отношению к другим и себе. Недоверчивость и недоброжелательность Ксении может привести к трудностям во взаимоотношении с окружающими.

Проанализировав данные Дарьи К., полученные в ходе экспериментального исследования, нами выявлены высокие показатели индексов агрессивности и враждебности. Однако, для нее не характерны проявления физической и вербальной агрессии. Следовательно, для Дарьи свойственны такие черты характера как: вспыльчивость, недоверчивость, также ее агрессия может проявляться по отношению к себе и к окружающим ее предметам.

Анализируя данные диагностики Дарьи Г., можно выявить у нее средние уровни индекса агрессивности и адаптированности к ситуации, индекс враждебности находится в пределах нормы. Это свидетельствует о том, что она может проявлять агрессию по отношению к другим и к себе в зависимости от представленного перед ней случая или ситуации.

Проанализировав данные по выбранным нами методикам, у Дианы К. были выявлены следующие показатели: высокие уровни агрессивности и враждебности, которые проявляются в виде вербальной, эмоциональной агрессии и самоагрессии. Зачастую это объясняет ее вспыльчивость, эмоциональную нестабильность, сквернословие, недоброжелательность, а также агрессию по отношению к себе.

Неоднозначные показатели индекса агрессивности были выявлены у Марины Л. (в пределах нормы и высокий уровень). С позиции педагога-психолога она характеризуется как подросток, который имеет предпосылки к агрессивному поведению, но, зачастую, старается не проявлять его по отношению к другим. Уровень враждебности в пределах индекса нормы.

В ходе анализа результатов диагностики у Романа Ш. были выявлены средние показатели индекса агрессивности и адаптивности к ситуации. Данный подросток имеет предпосылки к проявлению агрессивного поведения, имея высокий уровень по показателю «Предметная агрессия». В зависимости от



представленной ситуации подросток срывает свою агрессию на окружающих его предметах. В свою очередь, индекс враждебности находится в пределах нормы.

У Даниила С. выявлены средние уровни агрессивности и адаптивности к ситуации, но индекс враждебности находился на высоком уровне. Агрессивное поведение проявляется в виде вербальной агрессии и самоагрессии. Тем самым, характеризуя его как подростка, который при переживании негативных эмоций использует оскорбления и наносит какой-либо вред по отношению к себе.

Исходя из описания общих и индивидуальных результатов исследования детей-сирот подросткового возраста по двум методикам, мы выборку исследования поделили на контрольную и экспериментальную группы для проведения формирующего эксперимента.

Определение респондентов в экспериментальную группу происходило по следующим критериям:

1. Агрессивное поведение на основе методик должно быть на «высоком уровне»;
2. Группа должна состоять из практически равного количества подростков по половому составу;
3. Возрастной диапазон выявленных нами групп должен быть от 11 до 17 лет для проверки эффективности выбранных нами игр и упражнений на младших и старших подростках.

В контрольную группу вошли подростки с невыраженным или менее выраженным агрессивным поведением в количестве 7 человек (37 %), в экспериментальную – 12 (63 %), которые имели высокие показатели к агрессивному поведению по отношению к себе и другим (таб. 3).

Таблица 3 – Количественный состав детей-сирот подросткового возраста, распределенных на контрольную и экспериментальную группы

Контрольная группа		Экспериментальная группа	
мальчики	девочки	мальчики	девочки
5	2	5	7

С экспериментальной группой был организован формирующий эксперимент, целью которого является профилактика агрессивного поведения у детей-сирот подросткового возраста, обучение детей-сирот умению правильного реагирования на ситуацию. Нами разработана система занятий, в которой были использованы специальные игры и упражнения, направленные на устранение преобладающего вида агрессивного поведения, на обучение навыкам разрешения конфликтных ситуаций, на формирование мотивации самовоспитания и саморазвития, а также на применение различных психологических техник.

Обобщив результаты экспериментального исследования, мы пришли к выводу, что у более 50 % детей-сирот выявлены высокие показатели по разным видам агрессивности. Подростки выражают негативные чувства и эмоции с помощью физической, вербальной, предметной агрессии и самоагрессии. Результаты исследования свидетельствуют о необходимости организации психологической помощи, направленной на профилактику агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.

### **2.3 Описание системы занятий, направленных на профилактику агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста**

На основе результатов экспериментального исследования, мы совместно с педагогом-психологом разработали систему занятий, направленных на профилактику агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста, которая представлена в Приложении Б.

Цель: профилактика агрессивного поведения у детей-сирот подросткового возраста.

Задачи:

1. Способствовать снижению вероятности возникновения агрессивных форм эмоционального реагирования у подростков;

2. Формировать у подростков навыки эмоциональной саморегуляции;
3. Сформировать представления у детей-сирот о конструктивных способах решения проблем и конфликтных ситуаций.

Организация деятельности основывается на принципах гуманизма, конфиденциальности, компетентности и ответственности.

В ходе работы используются следующие методы и приемы:

- Наглядные (визуализация);
- Словесные (дискуссии, обсуждения, рефлексия);
- Практические (работа в парах и в малых группах, арт-терапия, танцевальная терапия, психологические игры, интерактивные игры).

Структура занятий разработана в единой форме и включает в себя обязательные части: ритуал приветствия, основная часть, ритуал прощания. Ритуалы меняются в соответствии с состоянием группы, изменением взаимодействия и открытости каждого участника процесса, а также от приоритетов ведущего, в свою очередь, в основной части упражнения подбираются в соответствии с темой занятия. В конце и в процессе каждого занятия обязательно проводится рефлексия для понимания осознанности подростком осуществляемой деятельности.

Перед началом реализации первых занятий проводятся индивидуальные консультации с каждым подростком, определяются его личностные особенности, формируется образный портрет ребенка. В ходе работы при необходимости можно проводить консультации для устранения личностных барьеров между ребенком и ведущим, ребенком – ребенком, а также для помощи в преодолении внутренних изменений. После окончания групповой работы также проводятся консультативные беседы, на которых закрепляются произошедшие с детьми изменения.

Занятия проводились в период с февраля по апрель 2020 года в рамках работы педагога-психолога и его тематического плана, 1-2 раза в неделю в течение 1,5 часов.

Система занятий разработана на основе коррекционных программ М. Г. Кутренко [20] и Е. К. Малютовой [23].

Учебно-тематический план занятий представлен в таблице 4.

Таблица 4 – Учебно-тематический план занятий

№	Тема занятий	Цель занятия	Содержание
1	Осознание и понимание своих эмоций и внутреннего состояния	Цель: снижение вероятности возникновения агрессивных форм эмоционального реагирования у подростков	Ритуал приветствия «Комплимент» Разминка «Змейка» Упражнение «Прогноз погоды» Ритуал «Самопохвала»
2	«Проблемы — на передний план» - правило взаимодействия в команде	Цель: развитие навыков командной работы	Ритуал приветствия «Комплимент» Разминка «Зеркало» Упражнение «Камушек в ботинке» Ритуал «Самопохвала»
3	Работа с гневом и обидами	Цель: выявление обид и уровня гнева детей-сирот по отношению к другим	Ритуал приветствия «Комплимент» Разминка «Тень» Упражнение «Спустить пар» Упражнение с воздушным шаром «Спустить пар» Ритуал «Самопохвала»
4	Агрессия может быть конструктивной	Цель: формирование у подростков навыков эмоциональной саморегуляции	Ритуал «Приветствие» Разминка «Обзывалки» Игра «Датский бокс» Ритуал «Самопохвала»
5	Что такое «Агрессивное поведение»?	Цель: знакомство с понятием «агрессивное поведение»	Ритуал «Приветствие» Разминка «Путаница» Упражнение «Агрессивное поведение» Ритуал «Самопохвала»
6	Снимаем напряжение	Цель: обучение навыкам самостоятельного снятия напряжения	Ритуал «Приветствие» Разминка с мячом Упражнение «Безмолвный крик» Упражнения «Я хочу сказать спасибо...»
7	Положительное лидерство	Цель: обучение подростков положительному проявлению своих лидерских качеств	Ритуал «Приветствие» Разминка с мячом Упражнение «Король и королева» Упражнения «Я хочу сказать спасибо...»
8	Эмоции и чувства	Цель: формирование навыков отреагирования эмоций	Ритуал «Приветствие» Разминка «Цвета» Упражнение «Любовь и злость» Упражнения «Я хочу сказать спасибо...»

9	Стимул к осуществлению	Цель: поиск альтернативных способов решения проблем	Ритуал «Приветствие» Разминка с мячом Упражнение «Шутливое письмо» Упражнения «Я хочу сказать спасибо...»
10	Распознавать трудно или тяжело?	Цель: обучение навыкам и умениям распознавать свое эмоциональное состояние	Ритуал «Приветствие» Разминка «Кто начинает?» Упражнение «Пиктограммы» Упражнения «Я хочу сказать спасибо...»
11	Продолжение прошлого занятия «Распознавать трудно или тяжело?»	Цель: обучение навыкам и умениям распознавать свое эмоциональное состояние	Ритуал «Приветствие» Разминка с мячом Упражнение «Радость» Упражнение «Ярость» Упражнения «Я хочу сказать спасибо...»
12	Конструктивные способы разрешения конфликта	Цель: формирование представлений у детей-сирот о конструктивных способах решения проблем и конфликтных ситуаций	Ритуал «Приветствие» Упражнение «Компот» Упражнение «Ковер мира» Упражнения «Я хочу сказать спасибо...»
13	Завершение работы с детьми	Цель: рефлексия проделанной профилактической работы	Ритуал «Приветствие» Танцевальная терапия «Танец 5 стихий» Рефлексия «Клубок Спасибо»

Кабинет для работы с детьми в рамках занятий был оборудован в соответствии со стандартом по организации рабочего места педагога-психолога. Яркий кабинет, с большим количеством игрушек, посередине стоит большой круглый стол, в другом конце – просторный диван и ковер для релаксации. Это пространство было знакомо каждому ребенку из экспериментальной группы, поэтому облегчало проведение занятий.

Рассмотрим несколько упражнений, которые направлены не только на профилактику агрессивного поведения, но и на коммуникацию, на разрешение конфликтов, на регулирование эмоционального состояния и так далее.

Разработанные нами занятия начинаются с того, что проговариваются базовые «Правила группы», которые неукоснительно должны соблюдаться каждым участником процесса для достижения качественной работы с детьми-сиротами подросткового возраста. Искренность, уважение, не вынесение чужих

проблем за пределы кабинета, право каждого остановить обсуждение личной темы – главные правила, которые необходимы для нашей работы с экспериментальной группой.

Далее, обязательно, проводятся упражнения на знакомство, на командообразование для организации доброжелательной атмосферы и для устранения коммуникативных барьеров среди участников процесса.

В течение нескольких занятий используется упражнение «Комплимент», целью которого является создание условий для установления эмоционального контакта между участниками процесса. Во время его проведения на начальном этапе знакомства чувствовалась замкнутость и скрытость подростков, конфликты между детьми происходили после каждого обсуждения. В ходе дальнейшей работы с помощью данного упражнения возникшие проблемы устранялись, ощущалась дружеская атмосфера. Это позволило перейти к другому, более сложному упражнению – «Обзывалки».

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

В ходе игры каждый должен был перекидывать друг другу мяч и «обзывать» каким-либо словом, относящееся к категориям «деревья», «фрукты», «грибы», «растения». В процессе работы наглядно можно было наблюдать изменения во взаимодействии детей друг с другом, в отсутствии вербальных конфликтов.

Далее мы решили перейти к теме агрессивного поведения, узнать у них являются ли они агрессивными, как выглядит, по их мнению, агрессивный человек. В процессе рисования образа «агрессии» многие раскрывали свои внутренние переживания и вину, транслируя на листке свою прошлую жизнь в лице родителей, сверстников, окружающих. Они признавались, что не хотят оказаться в такой ситуации снова, и у них есть желание справиться со вспышками гнева, устранить агрессивность. Поэтому мы стали разбирать с ними ситуации, которые произошли с ними недавно, искать пути конструктивного решения.

Техники саморегуляции эмоционального состояния оказались для них самыми интересными. Применяя их в повседневной жизни, дети смогли без труда урегулировать свое эмоциональное состояние во время ощущения негативных эмоций, чувства ярости и злости. Во время последнего проведенного нами занятия наблюдались изменения в поведении детей, в их взаимоотношениях, каждое занятие проводилось легче, чем на начальных этапах работы. В процессе не наблюдались всплески эмоций, агрессия.

Для проведения успешного занятия обязательно учитывались личностные особенности, настроение ребенка, его настрой на работу, особенности коммуникации и взаимодействия с окружающими, а также при проведении рефлексивного круга - мнение каждого подростка. Именно эти критерии позволили эффективно проводить занятия, направленные на профилактику агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.

Таким образом, разработанная система занятий может использоваться педагогом-психологом для снижения вероятности возникновения агрессивных форм эмоционального реагирования у подростков, для формирования оптимальной модели эмоционального реагирования в ситуациях социального взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав разнообразные направления и подходы к изучению агрессивного поведения, мы пришли к выводу, что проблема агрессии и агрессивного поведения является достаточно распространенной для изучения с позиций психоанализа, бихевиоризма, гуманистической психологии и других направлений. Вслед за Б. Г. Мещеряковым и В.П. Зинченко под агрессивным поведением мы понимаем одну из форм реагирования на различные неблагоприятные в физическом и психическом отношении жизненные ситуации, вызывающие стресс, фрустрацию и т. п. состояния.

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, мы пришли к выводу, что агрессия проявляется в каких-либо действиях по отношению к себе и к другим, агрессивность является чертой личности, провоцирующее возникновение агрессии, а агрессивное поведение является формой реагирования на ситуацию.

Главными причинами проявления агрессивного поведения среди детей-сирот является не только особенность пубертатного периода, но и социальная депривация, которая существенно влияет на их психическое развитие, а также яркое стремление к ранней автономности, привлечение внимания к своей личности и особенности характера ребенка.

Своевременная систематическая профилактическая работа позволит предупредить развитие агрессивного поведения и иных форм девиации у сирот подросткового возраста. Проведение качественного анализа ситуации и правильный подбор профилактических мероприятий при работе с данной категорией детей может стать предпосылкой к устранению агрессивного поведения на ранних этапах его возникновения.

Нами организовано экспериментальное исследование на базе КГКУ «Лесосибирский детский дом им. Ф. Э. Дзержинского». Выборка представлена детьми-сиротами подросткового возраста в количестве 19 человек, из них 10



мальчиков (52,6 %) и 9 девочек (47,4 %). Возрастной диапазон варьировался от 11 до 17 лет.

В качестве диагностического инструментария нами использовались следующие психодиагностические методики:

- Методика «Диагностика показателей и форм агрессии» (авторы – А. Басс – А. Дарки, стандартизирован А. А. Хваном);
- Методика «Виды агрессивности» (автор – Л. Г. Почебут).

Обобщив результаты экспериментального исследования, мы пришли к выводу, что у более 50 % детей-сирот выявлены высокие показатели по разным видам агрессивности. Подростки выражают негативные чувства и эмоции с помощью физической, вербальной, предметной агрессии и самоагрессии.

Условно мы распределили респондентов на 2 группы: к 1 группе (63 %) отнесли подростков, имеющих высокий уровень агрессивного поведения, ко 2 группе (37 %) - детей-сирот, имеющих показатели: «низкий уровень», «средний уровень» или «в пределах нормы». Дети-сироты, находящиеся в первой группе, зачастую, вспыльчивы, эмоционально неуравновешенны, негативно настроены по отношению к окружающим. Основными проблемами детей данной группы являются не только отсутствие способности к регулированию своего эмоционального состояния, но и трудности в обучении, социализации и адаптации. Социализация проходит намного сложнее, чем у подростков из второй группы, так как враждебность и недоверчивость затрудняют сам процесс коммуникации. Также данная категория детей отличается бедностью ценностных ориентаций, узостью мышления, интересов, отсутствием увлечений. Как правило, у них низкий интеллектуальный уровень, повышенная внушаемость и эмоциональная грубость, озлобленность.

С учетом результатов экспериментального исследования, мы совместно с педагогом-психологом разработали систему занятий на основе коррекционных программ М. Г. Кутренко и Е. К. Малютовой, направленную на профилактику агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста.

Разработанная система занятий может использоваться педагогом-психологом для снижения вероятности возникновения агрессивных форм эмоционального реагирования у подростков, для формирования оптимальной модели эмоционального реагирования в ситуациях социального взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абельбейсов, В. А. Социализация сирот и детей, оставшихся без попечения родителей: теоретико–методологические основы / В. А. Абельбейсов // Сибирский педагогический журнал. – 2010. – № 9. – С. 142–151.
2. Бабаев, Т. М. Основные теоретические подходы к изучению агрессивности и агрессии в отечественной и зарубежной психологии / Т. М. Бабаев, А. М. Калинова // Высшая школа: опыт, проблемы, перспективы : материалы VIII Международной научно–практической конференции: в 2 частях. Российский университет дружбы народов / Научный редактор В. И. Казаренков. – Москва : Российский университет дружбы народов (РУДН), 2015. – С. 631–638.
3. Бандура, А. Подростковая агрессия : Изучение влияния воспитания и семейных отношений / А. Бандура, Р. Уолтерс. – Москва : Апрель Пресс : ЭКСМО–Пресс, 2000. – 508 с.
4. Барсуков, А. В. Проблема самосознания личности детей–сирот / А. В. Барсуков, Л. А. Семикова, Т. В. Маркелова // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 63-3. – С. 282–285.
5. Басс, А. Г. Психология агрессии / А. Г. Басс // Вопросы психологии – 1967. – № 3. – С. 60–67.
6. Беспалов, Ю. Судебная защита семейных прав и интересов ребенка / Ю. Беспалов // Российская юстиция. – 1996. – № 12. – С. 24–25.
7. Бобровникова, Н. С. Исследование проявлений агрессивности первокурсников колледжа [Электронный ресурс] / Н. С. Бобровникова // Молодой ученый. — 2016. — Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/105/25019/>
8. Бэрн, Р. Агрессия / Р. Бэрн, Д. Ричардсон. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 325 с.
9. Виноградова, Н. В. Особенности агрессивного поведения детей–сирот и методы психологической коррекции агрессии / Н. В. Виноградова //

Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2011. – № 20. – С. 117–123.

10. Гусельникова, А. В. Особенности агрессивного поведения подростков при разном уровне эмпатии [Электронный ресурс] / А. В. Гусельникова // Электронная библиотека УрГПУ. – 2017. – Режим доступа: <http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/8957/2/Guselnikova2.pdf>

11. Дементьева, И. Ф. Дети–сироты: проблемы выживания / И. Ф. Дементьева // Социологические исследования. – 1991. – № 10. – С. 72–77.

12. Долгова, В. И. Исследование агрессивного поведения старших подростков / В. И. Долгова, Н. И. Аркаева, А. В. Смолин // Научно–методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 31. – С. 121–125.

13. Долгова, В. И. Проблемы определения уровня эмоциональной устойчивости подростков / В. И. Долганова // Peer–reviewed materials digest (collective monograph) published following the results of the CIP International Research and Practice Conference and II stage of the Championship in Psychology and Educational sciences : FUNCTIONS OF UPBRINGING AND EDUCATION IN CONDITIONS OF THE ACCELERATED SOCIALIZATION OF THE PERSONALITY IN THE MODERN SOCIETY. – Лондон : IASHE, 2015. – С. 91–95.

14. Долгова, В. И. Психологические особенности агрессивного поведения подростков / В. И. Долгова, Л. В. Иванова, А. И. Банщикова // Научно–методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 31. – С. 11–15.

15. Ениколопов, С. Н. Понятие агрессии в современной психологии / С. Н. Ениколопов // Прикладная психология. – 2001. – № 1. – С. 60–72.

16. Жильцова, Т. В. Психолого–педагогическая коррекция агрессивного поведения студентов колледжа / Т. В. Жильцова, В. И. Долгова // Научно–методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 44. – С. 50–56.

17. Зубова, Л. В. Влияние агрессивности подростков на их положение в группе сверстников / Л. В. Зубова, А. А. Кириенко, Е. В. Назаренко // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2017. – № 10. – с. 60–64.
18. Карабаева, И. Б. Стрессоустойчивость в подростковом возрасте как показатель саморегуляции / И. Б. Карабаева // Общественное объединение «Общественная академия ученых Кыргызской республики». – 2016. – № 12. – С. 216–219.
19. Кон, И. С. Какими они себя видят? / И. С. Кон. – Москва : Педагогика, 2008. – 256 с.
20. Кутренко, М. Г. Коррекция агрессивного поведения подростков [Электронный ресурс] / М. Г. Кутренко // Социальная сеть работников образования. – 2014. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2014/02/08/programma-korreksiya-agressivnogo-povedeniya>
21. Личко, А. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А. Личко. – Санкт-Петербург : Речь, 2009. – 256 с.
22. Луковенко, Т. Г. Профилактика агрессивного поведения детей–сирот в условиях детского дома : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13 00 01 / Луковенко Татьяна Геннадьевна. – Хабаровск, 2007. – 24 с.
23. Малютова, Е. К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Малютова, Г. Б. Манина. – Санкт–Петербург : Речь, 2013. – 190 с.
24. Надток, С. А. Социальное сиротство как объект социальной работы / С. А. Надток // География детства: междисциплинарный синтез исследовательских подходов и практик : материалы международной молодежной научной школы–конференции. Ответственный редактор А.Г. Филипова. Санкт–Петербург : Центр научно–информационных технологий «Астерион», 2018. – С. 172–175.
25. Мещеряков, Б. Г. Большой психологический словарь / сост. и общ ред. Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. – Санкт–Петербург : Прайм–Еврознак, 2003. – 632 с.

26. Орлова, Д. С. Социально–активные виды деятельности, как форма предотвращения агрессивного поведения подростков / Д. С. Орлова // Вестник Таганрогского государственного педагогического института. – 2016. – № 1. – С. 83–89.
27. Панова, Н. В. Проблема агрессивного поведения детей–сирот / Н. В. Панова // Академия профессионального образования. – 2016. – № 11. – С. 20–27.
28. Петрова, А. Б. Психологическая коррекция и профилактика агрессивных форм поведения несовершеннолетних с девиантным поведением : практическое руководство / А. Б. Петрова. – Москва : Флинта: МПСИ, 2008. – 152 с.
29. Полина, А. В. Особенности поведения детей с депривацией доверия в условиях детского дома / А. В. Полина // Форум «Серия: Гуманитарные и экономические науки». – 2015. – № 1 (4). – С. 172–177.
30. Прокопьева, О. И. Коррекция агрессивного поведения подростков в условиях организации детей–сирот и детей, оставшихся без попечения родителей / О. И. Прокопьева, Л. Г. Пузеп // Наука и образование: проблемы и перспективы – 2017 : сборник материалов научно–практической конференции. – Санкт–Петербург : Амфора, 2017. – С. 165–169.
31. Прихожан, А. М. Психология сиротства. 2–е изд. / А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых. – Санкт–Петербург : Питер, 2005. – 400 с.
32. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми : учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина [и др.] ; отв. ред. И. В. Дубровина ; Пед. образование, Псих. инс–т РАО. – Москва : Академия, 1998. – 160 с.
33. Психологический словарь / Под ред. В. В. Юрчук. – Минск : Элайда, 2011. – 704 с.
34. Психология развития : словарь / Под ред. А. Л. Венгер. – Москва : Пер Сэ : Речь, 2005. – 176 с.

35. Растворов, В. Б. Социальная защита и обслуживание семей и детей [Электронный ресурс] / В. Б. Растворов // Электронная библиотечная система ЮУрГГПУ. – 2017. – Режим доступа: <http://elib.cspu.ru/xmlui/bitstream/handle/123456789/2782/4.%20%D0%A0%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%20%D0%92.%D0%91%D0%92%D0%9A%D0%A0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

36. Рыжевалова, А. Д. Методы профилактики агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста / А. Д. Рыжевалова // Актуальные проблемы развития человека в современном обществе : сб. научн. ст. II Всероссийской научно–практической конференции / Сибирский Федеральный университет. – Красноярск, 2020. – С. 56–58.

37. Саратова, Л. М. Психолого–педагогические особенности подростков с особыми образовательными потребностями / Л. М. Саратова // Молодой ученый. – 2011. – № 11-2. – С. 102–104.

38. Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 г. № 223–ФЗ (ред. от 06.02.2020 г) // Собрание законодательства РФ. – 01.01.1996. – № 1. – Ст. 16.

39. Скабелина, Н. А. Психологические особенности агрессивного поведения подростков – воспитанников детского дома / Н. А. Скабелина, А. С. Бомба // СКИФ. Вопросы студенческой. – 2018. – № 9 (25). – С. 83–86.

40. Социальная педагогика: курс лекций / М. А. Галагузова, Ю. Н. Галагузова, Г. Н. Штинова, Е. Я. Тищенко, Б. П. Дьяконов. – Москва : Гуманит. изд. центр ВАЛДОС, 2009. – 416 с.

41. Туприна, М. А. Особенности проявления агрессивного поведения подростков, проживающих в условиях школы–интерната / М. А. Туприна // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки : сб. ст. по мат. XXXIII междунар. студ. науч. –практ. конф. – Новосибирск : ООО СибАК, 2015. – № 6 (33). – С. 379–384.

42. Формы и методы профилактики детской и школьной агрессии. Научно–методические рекомендации / под ред. Н. М. Платоновой. – Санкт-Петербург : Питер, 2013. – 320 с.
43. Фурманов, И. А. Психология детей с нарушениями поведения: пособие для психологов и педагогов / И. А. Фурманов. – Владивосток : Владос, 2010. – 351 с.
44. Хапченко, А. В. Профилактика агрессивного поведения младших подростков в условиях общеобразовательной школы [Электронный ресурс] / А. В. Хапченко // Архив электронный ресурсов СФУ. – 2017. – Режим доступа: [http://elib.sfu-kras.ru/bitstream/handle/2311/68585/oza\\_i\\_0.pdf?sequence=1](http://elib.sfu-kras.ru/bitstream/handle/2311/68585/oza_i_0.pdf?sequence=1)
45. Хайрудинова, Р. И. Особенности агрессивного поведения детей–сирот подросткового возраста с разным типом социального окружения / Р. И. Хайрудинова, В. М. Афанасьева // Исследования в области социальный и гуманитарных наук : междисциплинарный диалог и интеграция : сб. науч. тр. / Ульяновский гос. ун–т. – Ульяновск, 2019. – С. 83–86.
46. Шелиспанская, Э. В. Особенности агрессивного поведения подростков, проживающих в школе–интернате / Э. В. Шелиспанская, А. Г. Привезенцев // Психологически безопасная образовательная среда : проблемы проектирования и перспективы развития : сб. науч. тр. / Тул. гос. пед. ун–т им. Л. Н. Толстого. – Тула, 2019. – С. 84–86.
47. Штенская, А. Е. Психологические особенности проявления агрессии у подростков / А. Е. Штенская, О. А. Липовая // Вестник Таганрогского государственного педагогического института. – 2018. – № 2. – С. 55–58.
48. Эльконин, Д. Б. Детская психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Д. Б. Эльконин. – Москва : Издательский центр «Академия», 2007. – 384 с.
49. Gamenyuk, V. Psychological and ecological causes of aggression in adolescents [Electronic resource] / V. Gamenyuk, I. Olevckaya // Proceedings of the IX International Scientific Conference of young scientists, graduates, master and PhD



students «Actual Environmental Problems». – 2019. – P. 10. – URL:  
<http://rfc.iseu.by/wp-content/uploads/2019/11/the-conference-2019.pdf>

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

### Результаты диагностики агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста

Таблица А.1 – Результаты диагностики детей-сирот подросткового возраста по методике «Диагностика показателей и форм агрессии» (авторы - А. Басс – А. Дарки, стандартизирован А. А. Хваном)

№	Имя Ф.	Возраст	Физическая агрессия	Косвенная агрессия	Раздражительность	Негативизм	Обида	Подозрительность	Вербальная агрессия	Чувство вины	Враждебность	Агрессивность
1	Василий Е.	14 л	5	5	5	2	4	5	5	8	9 – норма	18 – норма
2	Юля М.	11 л	2	4	4	1	6	6	8	7	12 -высокий	14-низкий
3	Денис П.	12 л	9	3	8	3	4	7	4	7	11 - высокий	21 - норма
4	Митя Б.	12 л	7	3	7	3	5	5	10	4	10 - норма	24 - норма
5	Ксения К.	14 л	7	6	7	4	7	8	9	7	15 - высокий	23 – норма
6	Юлиана Б.	11 л	7	5	6	2	6	7	5	5	13 - высокий	18 - норма
7	Саша Г.	15 л	4	5	8	2	5	7	4	5	12 - высокий	16 - низкий
8	Константин Р.	16 л	9	4	7	3	7	7	9	8	14 - высокий	25 - высокий
9	Евгений Ф.	16 л	9	5	8	4	3	7	7	5	10 - норма	24 - норма
10	Костя Г.	11 л	5	6	8	3	6	8	11	5	11 - высокий	24 - норма
11	Слава С.	18 л	5	4	3	3	4	5	10	3	9 - норма	18 - норма
12	Галя Т.	16 л	9	6	11	4	8	8	10	6	16 - высокий	30 - высокий
13	Ксюша К.	13 л	3	5	11	3	7	8	8	6	15 - высокий	22 - норма
14	Даша К.	12 л	4	5	6	5	8	7	9	8	15 - высокий	19 - норма
15	Даша Г.	14 л	6	3	2	3	5	4	6	6	9 - норма	14 - низкий
16	Диана К.	13 л	1	4	8	3	7	6	8	8	13 - высокий	17 - норма
17	Марина Л.	15 л	4	4	6	2	7	2	7	4	9 – норма	17 - норма
18	Роман Ш.	12 л	5	6	5	2	3	5	5	5	8 - норма	15 - низкий
19	Даниил С.	14 л	4	3	7	1	4	7	4	4	11 - высокий	15 - низкий

Таблица А.2 – Результаты диагностики детей-сирот подросткового возраста по методике «Виды агрессивности» (автор - Л. Г. Почебут)

№	Имя Ф.	Возраст	Вербальная агрессия	Физическая агрессия	Предметная агрессия	Эмоциональная агрессия	Самоагрессия	Сумма всех столбцов
1	Василий Е.	14 л	6 - высокий	5 - высокий	7 – высокий	5 - высокий	7 - высокий	30 - высокий
2	Юля М.	11 л	4 – средний	4 - средний	4 - средний	5 - высокий	6 - высокий	23 - средний
3	Денис П.	12 л	5 - высокий	6 - высокий	6 - высокий	6 - высокий	4 - средний	27 - высокий
4	Митя Б.	12 л	6 - высокий	6 - высокий	5 - высокий	3 - средний	5 - высокий	25 - высокий
5	Ксения К.	14 л	7 - высокий	6- высокий	6- высокий	6- высокий	6- высокий	31- высокий
6	Юлиана Б.	11 л	7- высокий	3- средний	5- высокий	5- высокий	4- средний	24- средний
7	Саша Г.	15 л	5- высокий	4- средний	6- высокий	4- средний	7- высокий	26- высокий
8	Константин Р.	16 л	6- высокий	6- высокий	4- средний	4- средний	5- высокий	25- высокий
9	Евгений Ф.	16 л	5- высокий	5- высокий	2-низкий	5- высокий	5- высокий	22- средний
10	Костя Г.	11 л	2-низкий	5- высокий	6- высокий	6- высокий	6- высокий	25- высокий
11	Слава С.	18 л	5- высокий	2-низкий	4- средний	3- средний	6- высокий	20- средний
12	Галя Т.	16 л	7- высокий	7- высокий	7- высокий	7- высокий	7- высокий	35- высокий
13	Ксюша К.	13 л	4- средний	5- высокий	5- высокий	8- высокий	6- высокий	28- высокий
14	Даша К.	12 л	6- высокий	4- средний	4- средний	7- высокий	6- высокий	27- высокий
15	Даша Г.	14 л	3- средний	4- средний	2-низкий	3- средний	3- средний	15- средний
16	Диана К.	13 л	7- высокий	1-низкий	3- средний	7- высокий	7- высокий	25- высокий
17	Марина Л.	15 л	7- высокий	7- высокий	2-низкий	7- высокий	6- высокий	29- высокий
18	Роман Ш.	12 л	4- средний	3- средний	5- высокий	4- средний	2-низкий	18- средний
19	Даниил С.	14 л	5- высокий	4- средний	2-низкий	1-низкий	5- высокий	17- средний

Условные обозначения:

5>баллов – высокий, 3-4 балла – средняя степень, 0 – 2 балла – низкая степень агрессивности и высокая степень адаптированности  
 25>баллов – высокая степень агрессивности, 11-24 – средний уровень, 0 – 10 – низкая степень

Таблица А.3 – Сводная таблица результатов исследования агрессивного поведения у детей-сирот подросткового возраста

№	Имя Ф.	Возраст	Методика «Диагностика показателей и форм агрессии» (авторы - А. Басс и А. Дарки)		Методика «Виды агрессивности» (автор - Л. Г. Почебут)	Группа
			Враждебность	Агрессивность	Агрессивность	
1	Василий Е.	14 л	9 - норма	18 – норма	30 - высокий	Контрольная группа
2	Юля М.	11 л	12 - высокий	14-низкий	23 - средний	Экспериментальная группа
3	Денис П.	12 л	11 - высокий	21 - норма	27 - высокий	Экспериментальная группа
4	Митя Б.	12 л	10 - норма	24 - норма	25 - высокий	Контрольная группа
5	Ксения К.	14 л	15 - высокий	23 – норма	31- высокий	Экспериментальная группа
6	Юлиана Б.	11 л	13 - высокий	18 - норма	24- средний	Экспериментальная группа
7	Саша Г.	15 л	12 - высокий	16 - низкий	26- высокий	Экспериментальная группа
8	Константин Р.	16 л	14 - высокий	25 - высокий	25- высокий	Экспериментальная группа
9	Евгений Ф.	16 л	10 - норма	24 - норма	22- средний	Контрольная группа
10	Костя Г.	11 л	11 - высокий	24 - норма	25- высокий	Экспериментальная группа
11	Слава С.	18 л	9 - норма	18 - норма	20- средний	Контрольная группа
12	Галя Т.	16 л	16 - высокий	30 - высокий	35- высокий	Экспериментальная группа
13	Ксюша К.	13 л	15 - высокий	22 - норма	28- высокий	Экспериментальная группа
14	Даша К.	12 л	15 - высокий	19 - норма	27- высокий	Экспериментальная группа
15	Даша Г.	14 л	9 - норма	14 - низкий	15- средний	Контрольная группа
16	Диана К.	13 л	13 - высокий	17 - норма	25- высокий	Экспериментальная группа
17	Марина Л.	15 л	9 – норма	17 - норма	29- высокий	Контрольная группа
18	Роман Ш.	12 л	8 - норма	15 - низкий	18- средний	Контрольная группа
19	Даниил С.	14 л	11 - высокий	15 - низкий	17- средний	Экспериментальная группа

### Система занятий, направленная на профилактику агрессивного поведения детей-сирот подросткового возраста

#### Занятие 1 Осознание и понимание своих эмоций и внутреннего состояния

**Цель:** снижение вероятности возникновения агрессивных форм эмоционального реагирования у подростков.

**Материалы:** бумага, восковые мелки, краски, банка для воды.

#### «Правила группы»

Цель: установление групповых норм.

Правила групповой работы. Время: 5 мин.

1. Быть искренним в общении
2. Уважать окружающих
3. Не выносить чужие проблемы за пределы кабинета
4. Право каждого остановить обсуждение личной темы, не критиковать мнение другого
5. Вовремя приходить на занятия.

#### 1. Ритуал приветствия «Комплимент»

**Цель:** создание условий для установления эмоционального контакта между участниками процесса.

**Содержание:** Обращаясь по имени, каждый участник должен назвать комплимент своему соседу. Сначала, можно организовать работу с соседом справа, потом слева, далее - напротив. То, что он будет говорить, должно быть приятно, в первую очередь, ему, а не соседу. Подбор положительных слов позволит им не только установить контакт между друг другом, но и почувствовать на себе приятные эмоции при подаче комплимента другу.

#### 2. Разминка: «Змейка»

**Цель:** установление доверительного отношения между участниками процесса.

**Содержание:** Вся группа должна стать одним целым. Для этого необходимо встать так, чтобы глаза смотрели в затылок, а руки лежали на плечах. Закройте глаза все, кроме последнего участника. Именно он станет проводником вашей змейки через полосу препятствий. Ваша задача: не порвать цепочку, а провести совместно команду через весь путь.

Каждый раз добавляются препятствия, игра проводится пока проводником не побудет каждый участник.

#### 3. Упражнение "Прогноз погоды"

**Цель:** обучение ребенка приемлемым способом сообщить о своем плохом настроении, уважать состояние души другого человека.

**Материалы:** Бумага и восковые мелки, краска, баночки с водой.

**Инструкция:** Необходимо нарисовать рисунок, который, на данный момент, соответствует вашему настроению. Это, может быть, огромный пейзаж, или же обычные слова. Для этого мы используем свои руки и воображение.

Постоянное использование данного упражнения позволит создать гармоничную атмосферу при работе, используя арт-технику, научит подростков показывать свое настроение, на данный момент, раскроет внутренние переживания и устранил личностные барьеры.

#### Рефлексия

1. Что я сегодня узнал нового о себе и других?
2. Чему я сегодня научился?

#### 4. Ритуал «Самопохвала»

Цель: закрепление проведенного занятия посредством поощрения себя.

Содержание: Хвалить себя за проделанную работу – это важная часть каждого трудолюбивого человека. Нам необходимо похвалить себя за то, что мы с вами сделали сегодня колоссальную работу не только друг с другом, но и с собой. Встаньте на ноги, на стул и похвалите себя.

## **Занятие 2 «Проблемы на передний план» - правила взаимодействия в команде**

Цель: развитие навыков командной работы с помощью упражнений на командообразование.

### *1. Ритуал приветствия «Комплимент»*

Цель: создание условий для установления эмоционального контакта между участниками процесса.

Содержание: Обращаясь по имени, каждый участник должен назвать комплимент своему соседу. Сначала, можно организовать работу с соседом справа, потом слева, далее - напротив. То, что он будет говорить, должно быть приятно, в первую очередь, ему, а не соседу. Подбор положительных слов позволит им не только установить контакт между друг другом, но и почувствовать на себе приятные эмоции при подаче комплимента другу.

### *2. Разминка: «Зеркало»*

Цель: поддержание эмоционального контакта между участниками процесса.

Содержание: Зеркало – отражение души. Для ощущения каждого своего друга, партнера не нужно постоянно глядеть в зеркало, стоит только повторять какие-либо приятные действия друг за другом. Встаньте по парам, и постарайтесь по очереди повторить движения, становясь частью его.

После окончания упражнения задается вопрос: «Насколько трудно было повторять движения за каждым из вас?»

### *3. Упражнение «Камушек в ботинке»*

Цель: обучение детей с помощью метафоры сообщать о своих трудностях.

Инструкция: Необходимо сесть всем в один круг и представить, что у вас в ботинке камушек. Что вы ощущаете? Какие чувства и эмоции вас настигают? Да, возможно, он маленький и он вам совсем не мешает. А если наоборот, он – острый, большой и больно впивается вам в ногу? Вы ощущаете будто он становится похожим на скалу. Так и наши проблемы, могут с маленького беззащитного камня перерасти в большую скалу.

Когда мы ощущаем какие-то негативные, неприятные эмоции, которые сможем вовремя их устранить, убрать тот самый маленький камушек с ботинка, то наша проблема не станет разрастаться. А если вы оставите все как есть – обязательно может случиться все хуже, чем вам казалось первоначально. Поэтому всем полезно говорить, если у вас возникает какая-то даже маленькая проблема. Если вы скажете нам: "У меня камушек в ботинке", то все мы будем знать, что вам что-то мешает и сможем поговорить об этом.

Подумайте, есть ли у вас сейчас какая-то тема для разговора, которую мы сможем обсудить вместе, а также наедине со мной? Для этого скажите: «Мой камушек в ботинке мешает мне...» и продолжите эту фразу, говоря о своей проблеме.

### Рефлексия

1. Что я сегодня узнал нового о себе и других?

2. Чему я сегодня научился?

### *4. Ритуал «Самопохвала»*

Цель: закрепление проведенного занятия посредством поощрения себя.

Содержание: Хвалить себя за проделанную работу – это важная часть каждого трудолюбивого человека. Нам необходимо похвалить себя за то, что мы с вами сделали сегодня колоссальную работу не только друг с другом, но и с собой. Встаньте на ноги, на стул и похвалите себя.

## **Занятие 3 Работа с гневом и обидами**

**Цель:** выявление обид и уровня гнева детей-сирот по отношению к другим.

**Материалы:** воздушные шары

### 1. Ритуал приветствия «Комплимент»

**Цель:** создание условий для установления эмоционального контакта между участниками процесса.

**Содержание:** Обращаясь по имени, каждый участник должен назвать комплимент своему соседу. Сначала можно организовать работу с соседом справа, потом слева, далее - напротив. То, что он будет говорить, должно быть приятно, в первую очередь, ему, а не соседу. Подбор положительных слов позволит им не только установить контакт между друг другом, но и почувствовать на себе приятные эмоции при подаче комплимента другу.

### 2. Разминка: «Тень»

**Цель:** осуществление работы на создание контакта между участниками процесса.

**Содержание:** Один из участников диады совершает какие-либо действия, другой, находясь за его спиной как тень повторяет их. Потом участники меняются ролями.

### 3. Упражнение «Спустить пар»

**Цель:** работа с гневом и обидами, которые возникают во взаимоотношениях между детьми, а также между детьми и воспитателями.

**Инструкция:** Нам всем необходимо уметь спускать пар. Предметом для проявления злости не должен быть человек, животное, с этим способен справиться обычный воображаемый шарик.

Сейчас вам необходимо сесть в круг, взять в руки свой придуманный шарик и проговорить, что вам не нравится, может кто-то вас задирает. После каждой жалобы надувайте воображаемый шар.

Не стоит оправдываться, если вы стали виновником чьей-то проблемы. Дойдите до своей очереди, расскажите о своих чувствах и переживаниях, а на рефлексивном кругу мы вместе обсудим каждую проблему и попробуем найти альтернативные варианты для их решения.

### 3. Упражнение с воздушным шаром «Спустить пар».

**Цель:** обучение ребенка способов переноса обиды на предметы.

**Материалы:** воздушные шары

**Содержание:** На этот раз мы проведем упражнение с настоящим воздушным шаром. Это позволит нам увидеть, насколько велики или малы наши собравшиеся внутри проблемы. Надувайте шарик, представляйте своего обидчика, которые так и портит вам настроение с каждым днем.

Дальше, как только ваш шарик собрал весь негатив, стоит спустить воздух и проговорить то, что не нравится в обидчике. Воздух уходит со всеми негативными эмоциями и дает нам чувство легкости.

### 4. Ритуал «Самопохвала»

**Цель:** закрепление проведенного занятия посредством поощрения себя.

**Содержание:** Хвалить себя за проделанную работу – это важная часть каждого трудолюбивого человека. Нам необходимо похвалить себя за то, что мы с вами сделали сегодня колоссальную работу не только друг с другом, но и с собой. Встаньте на ноги, на стул и похвалите себя.

## **Занятие 4 Агрессия может быть конструктивной**

**Цель:** формирование у подростков навыков эмоциональной саморегуляции.

**Материалы:** мяч.

### 1. Ритуал «Приветствие»

**Цель:** приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

**Содержание:** Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с



каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

## 2. Разминка «Обзывалки»

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

**Материалы:** мяч

**Содержание:** В ходе игры каждый должен был перекидывать друг другу мяч и «обзывать» каким-либо словом, относящееся к категориям «деревья», «фрукты», «грибы», «растения». Все начинается с фразы «А ты...».

В заключительном круге мы стараемся поменять «обидные» слова более приятными: «радость», «счастье», «улыбка».

Примечание: Игра полезна если проводить ее в быстром темпе.

## 3. Упражнение «Датский бокс»

**Цель:** наглядное обучение детей конструктивным решениям по отношению к агрессии.

**Инструкция:** Кто из вас любит спорить и доводить свое мнение до других? А вы знали, что можно выигрывать споры с помощью другой, более интересной вещи?

Большой палец вам в помощь! Сила и ловкость позволит вам без труда выиграть произошедший спор.

Разбейтесь на пары, вытяните перед собой правую руку и зажмите с партнером пальцы так, чтобы образовался «замок» во главе с большим пальцем.

Сначала большие пальцы 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.

**Рефлексия**

1. Что нового для себя вы сегодня узнали?

2. Как можно отстаивать свои интересы, не испортив отношения с другим человеком.

## 4. Ритуал «Самопохвала»

**Цель:** закрепление проведенного занятия посредством поощрения себя.

**Содержание:** Хвалить себя за проделанную работу – это важная часть каждого трудолюбивого человека. Нам необходимо похвалить себя за то, что мы с вами сделали сегодня колоссальную работу не только друг с другом, но и с собой. Встаньте на ноги, на стул и похвалите себя.

## Занятие 5 Что такое «агрессивное поведение»?

**Цель:** знакомство с понятием «агрессивное поведение».

**Материалы:** бумага, карандаши

### 1. Ритуал «Приветствие»

**Цель:** приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

**Содержание:** Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

### 2. Разминка: «Путаница»

**Цель:** поддержание доверительного отношения по отношению друг к другу.

**Инструкция:** Необходимо встать в тесный круг, протянуть руки перед собой и с закрытыми глазами взяться за те руки, которые вы уцепаете. Откройте глаза, перед вами путаница, которую нам необходимо распутать. Но! Мы не можем отрываться друг от друга, а распутывать может только один человек! Наша общая задача помочь друг другу распутаться. Следует объяснить, что эта задача решаемая, как и многие стоящие перед ними задачи. Стоит только подумать, попросить помощи у друга.



Упражнение сплочает группу, однако в силу того, что оно предполагает тесный физический контакт, использовать его надо с большой осторожностью. Если тренер предполагает, что у кого-то из участников в результате проведения упражнения возрастет напряженность, следует воздержаться от его проведения.

### 3. Упражнение «Агрессивное поведение»

**Цель:** исследование агрессивного поведения.

**Материалы:** Бумага и карандаш

**Инструкция:** Перед вами лежат листы бумаги и карандаши. Что если я вам скажу, что перед вами стоит агрессивный человек, как вы его опишите? Зарисуйте его на бумаге, используйте цвета, которые вам необходимы. Далее, следует рядом с ним описать качества, которыми он обладает (агрессивный, строгий, вычурный), а с другой стороны ваши негативные стороны. Посмотрите, совпадают ли ваши качества с качествами агрессивного человека? Что необходимо сделать, если нашлись совпадения?

### 4. Ритуал «Самопохвала»

**Цель:** закрепление проведенного занятия посредством поощрения себя.

**Содержание:** Хвалить себя за проделанную работу – это важная часть каждого трудолюбивого человека. Нам необходимо похвалить себя за то, что мы с вами сделали сегодня колоссальную работу не только друг с другом, но и с собой. Встаньте на ноги, на стул и похвалите себя.

## Занятие 6 Снимаем напряжение

**Цель:** обучение навыкам самостоятельного снятия напряжения.

**Материалы:** мяч

### 1. Ритуал «Приветствие»

**Цель:** приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

**Содержание:** Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

### 2. Разминка с мячом

**Цель:** создание условий для взаимодействия друг с другом.

**Материалы:** мяч.

**Инструкция:** Участники группы садятся в круг. Мы поиграем немного в другую форму «Море волнуется раз». Для этого нам необходим мяч. Его мы будем перекидывать друг другу, но для того, чтобы кинуть мяч, следует назвать имя, кому ты его передашь. Тот, кто его поймает, встает на 10 секунд в любую позу, а остальные должны повторить ее все вместе, и так далее.

Упражнение позволяет не только настроить детей на работу, но и сплотить коллектив.

### 3. Упражнение «Безмолвный крик»

**Цели:** ощущение себя хозяином положения, понимание контроля над собой и своим эмоциональным напряжением.

**Инструкция:** Необходимо зачитать текст для детей, которые должны быть с закрытыми глазами. Текст в формате релаксации, на фоне можно включить успокаивающую музыку для полного погружения в процесс. В тексте необходимо обозначить следующие моменты: переход картины от приятного к негативному, эмоциональное состояние должно быть по принципу «маятника». Следует обратить внимание, что упражнение направлено на визуализацию человека, который причиняет или причинял тебе зло, на которого ты постоянно срываешь свою агрессию. Для этого необходимо при визуализации «раздражителя» прокричать с помощью внутреннего голоса изо всех сил. Следует это делать так, будто ты кричишь наяву, то есть, твой рот должен быть открыт, но из него не должны издаваться звуки.

А теперь снова вспомни о нем, представь, что ты стал для него препятствием. Он больше не злит, не раздражает тебя. Как ты это сделал? Что тебе помогло справиться с ним? Открой глаза, расскажи.

#### 4. Упражнение «Я хочу сказать «Спасибо»»

**Цель:** обучение детей навыкам благодарности и доверия к окружающим.

**Инструкция:** Слово «спасибо» маленькое, но настолько приятное и важное. В любом случае, следует его сказать любому человеку, и оно согреет его, подарит улыбку. Благодарность необходимо и важно показывать всем своим поступкам и окружающим тебя людям. В науке давно доказано приятное влияние добрых слов на настроение человека. Сейчас мы с вами попробуем. В течение двух минут мы посидим молча, расслабимся, отдохнем от негативных мыслей и переживаний. Сейчас мы визуализируем человека, которого бы хотели поблагодарить за что-то. Если вы готовы, то расскажите нам, кого и за что, начиная со слов «Я хочу сказать «Спасибо»...»

### **Занятие 7 Положительное лидерство**

**Цель:** обучение подростков положительному проявлению своих лидерских качеств.

**Материалы:** мяч, стул.

#### *1. Ритуал «Приветствие»*

**Цель:** приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

**Содержание:** Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

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

#### *2. Разминка с мячом*

**Цель:** создание условий для взаимодействия друг с другом.

**Материалы:** мяч.

**Инструкция:** Участники группы садятся в круг. Мы поиграем немного в другую форму «Море волнуется раз». Для этого нам необходим мяч. Его мы будем перекидывать друг другу, но для того, чтобы кинуть мяч, следует назвать имя, кому ты его передашь. Тот, кто его поймает, встает на 10 секунд в любую позу, а остальные должны повторить ее все вместе, и так далее.

Упражнение позволяет не только настроить детей на работу, но и сплотить коллектив.

#### *3. Упражнение «Король и королева»*

**Цель:** обнаружение защитных механизмов у каждого участника процесса.

**Материалы:** стул.

**Содержание:** Необходимо выбрать двух человек, которые станут королем и королевой нашего мини-государства. Все остальные могут выбрать себе любую роль, и записать ее на листочке. Каждый участник должен представить, что они пришли на званый ужин и должны представиться королю и королеве. Форма приветствия может быть разной, каждый выбирает сам.

**Анализ:** это упражнение позволяет выявить какие защитные механизмы скрыты у каждого ребенка, через определенные «унижения», стороны «защиты» внутренние переживания выливаются в наружу и открывают механизм.

**Анализ упражнения:**

Какие у тебя были ощущения, находясь в своей роли? Что тебе в ней понравилось/не понравилось? Легко ли было играть эту роль? Каким был король: добрый или злой? Какие желания может загадывать добрый король?

#### 4. Упражнение «Я хочу сказать «Спасибо»»

**Цель:** обучение детей навыкам благодарности и доверия к окружающим.

**Инструкция:** Слово «спасибо» маленькое, но настолько приятное и важное. В любом случае, следует его сказать любому человеку, и оно согреет его, подарит улыбку. Благодарность необходимо и важно показывать всем своим поступкам и окружающим тебя людям. В науке давно доказано приятное влияние добрых слов на настроение человека. Сейчас мы с вами попробуем. В течение двух минут мы посидим молча, расслабимся, отдохнем от негативных мыслей и переживаний. Сейчас мы визуализируем человека, которого бы хотели поблагодарить за что-то. Если вы готовы, то расскажите нам, кого и за что, начиная со слов «Я хочу сказать «Спасибо»...»

#### Занятие 8 Эмоции и чувства

**Цель:** формирование навыков отреагирования эмоций.

**Материалы:** карточки с названиями цветов.

##### 1. Ритуал «Приветствие»

**Цель:** приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

**Содержание:** Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

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

##### 2. Разминка «Цвета»

**Цель:** создание условий для организации условий коллективизма.

**Материалы:** карточки с названиями цветов.

**Инструкция:** Участники группы садятся по кругу. Каждому раздаются карточки с названиями цветов, которые повторяются дважды, т.е. если у вас есть красная, значит в кругу есть такая же, и он будет вашим партнером в работе. Моя задача сейчас – рандомно называть овощи, фрукты, которые будут связаны с тем или иным цветом. Иногда будет обманка – не относящиеся к цвету предметы. По ходу игры каждый должен понять, у кого какой цвет. Следите внимательно за каждым участником.

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.

##### 3. Упражнение «Любовь и злость»

**Цель:** проигрывание ситуаций для развития регуляции эмоций.

**Инструкция:** Сядьте, пожалуйста, в один общий круг и закройте глаза.

Вам необходимо представить перед собой человека, на которого вы держите глубокую обиду, за сегодня, за всю жизнь – это не важно. Постарайся поговорить с ним про себя, используй свой внутренний голос. Расскажи ему, на что ты зол. Говори четко и ясно, будто этот человек, действительно, стоит перед тобой. Обращайся по имени.

А теперь, тебе стоит поменять свои чувства от негативных до позитивных, и сказать, что тебе нравится в нем.

Теперь открой глаза, ты находишься с нами. У тебя есть возможность сказать, кто и за что тебя злит во время работы в группе. Также обратись по имени. И далее, также скажи комплимент.

Расскажите, что вы пережили? Каково было выходить из злости в любовь?

##### 4. Упражнение «Я хочу сказать «Спасибо»»

**Цель:** обучение детей навыкам благодарности и доверия к окружающим.

**Инструкция:** Слово «спасибо» маленькое, но настолько приятное и важное. В любом случае, следует его сказать любому человеку, и оно согреет его, подарит улыбку.

Благодарность необходимо и важно показывать всем своим поступкам и окружающим тебя людям. В науке давно доказано приятное влияние добрых слов на настроение человека. Сейчас мы с вами попробуем. В течение двух минут мы посидим молча, расслабимся, отдохнем от негативных мыслей и переживаний. Сейчас мы визуализируем человека, которого бы хотели поблагодарить за что-то. Если вы готовы, то расскажите нам, кого и за что, начиная со слов «Я хочу сказать «Спасибо»...»

### **Занятие 9 Стимул к осуществлению**

**Цель:** поиск альтернативных способов решения проблем.

**Материалы:** мяч, бумага, карандаши.

#### *1. Ритуал «Приветствие»*

**Цель:** приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

**Содержание:** Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

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

#### *2. Разминка с мячом*

**Цель:** создание условий для взаимодействия друг с другом.

**Материалы:** мяч.

**Инструкция:** Участники группы садятся в круг. Мы поиграем немного в другую форму «Море волнуется раз». Для этого нам необходим мяч. Его мы будем перекидывать друг другу, но для того, чтобы кинуть мяч, следует назвать имя, кому ты его передашь. Тот, кто его поймает, встает на 10 секунд в любую позу, а остальные должны повторить ее все вместе, и так далее.

Упражнение позволяет не только настроить детей на работу, но и сплотить коллектив.

#### *3. Упражнение "Шутливое письмо"*

**Цели:** обучение детей разрешения своих трудностей с помощью написания писем.

**Материалы:** бумага и карандаш.

**Инструкция:** Вам необходимо вспомнить на кого вы недавно сердились и злились. Теперь все ваши негативные чувства мы переводим на лист бумаги, но сейчас необходимо вылить все слова в шутливой форме. Вы должны преувеличить чувства по отношению к нему. Старайтесь писать смешно, чтобы можно было посмеяться над проблемой, почувствовать положительные эмоции. Можно из группы выбрать несколько человек, которые прочтут получившиеся письма.

По окончанию зачитывания, скомкайте листы в снежки и забросайте друг друга ими.

**Анализ упражнения:**

Каковы были твои ощущения при написании письма в начале и в конце? Что было труднее всего делать: придумывать текст или озвучивать его? Преувеличивал ли ты свои чувства? Смог ли ты посмеяться над собой и над ситуацией? Как ты думаешь, каков бы был ответ от адресата?

#### *4. Упражнение «Я хочу сказать «Спасибо»»*

**Цель:** обучение детей навыкам благодарности и доверия к окружающим.

**Инструкция:** Слово «спасибо» маленькое, но настолько приятное и важное. В любом случае, следует его сказать любому человеку, и оно согреет его, подарит улыбку. Благодарность необходимо и важно показывать всем своим поступкам и окружающим тебя людям. В науке давно доказано приятное влияние добрых слов на настроение человека. Сейчас мы с вами попробуем. В течение двух минут мы посидим молча, расслабимся,

отдохнем от негативных мыслей и переживаний. Сейчас мы визуализируем человека, которого бы хотели поблагодарить за что-то. Если вы готовы, то расскажите нам, кого и за что, начиная со слов «Я хочу сказать «Спасибо»...»

### **Занятие 10 Распознать трудно или тяжело?**

**Цель:** обучение навыкам и умениям распознать свое эмоциональное состояние.

**Материалы:** фломастеры, карандаши, листы бумаги.

#### *1. Ритуал «Приветствие»*

**Цель:** приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

**Содержание:** Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

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

#### *2. Разминка «Кто начинает?»*

**Цель:** определение уровня сплоченности коллектива в процессе выполнения упражнения.

**Инструкция:** Все участники становятся по кругу.

Необходимо выбрать одного участника, который выйдет за дверь. И еще одного – тот, кто будет инициатором движений.

Когда ведущий выбран, участник, стоящий за дверью, в кругу пытается отгадать, кто является инициатором в группе.

Участники в кругу не должны смотреть на инициатора, и постараться не выдавать своими эмоциями его. А сам инициатор пусть постарается не резко менять движения, чтобы все участники смогли спокойно переключаться от движений к движению.

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.

#### *3. Упражнение «Пиктограммы»*

**Цель:** приобретение опыта в распознавании эмоций.

**Материалы:** фломастеры, карандаши, листы бумаги.

**Инструкция:** Пиктограмма — это емкое графическое изображение предметов, всякого рода информации. Вы все видели примеры пиктограмм, например, на дорожных знаках. Давайте мы вместе с вами нарисуем несколько пиктограмм на следующие темы: «Семейный праздник», «Горькая обида», «Ясная погода», «Радость».

Теперь мы поделимся на две команды. Вам дается 15 минут, чтобы нарисовать свои новые пиктограммы, тем самым другая команда должна отгадать ее название.

#### *4. Упражнение «Я хочу сказать «Спасибо»»*

**Цель:** обучение детей навыкам благодарности и доверия к окружающим.

**Инструкция:** Слово «спасибо» маленькое, но настолько приятное и важное. В любом случае, следует его сказать любому человеку, и оно согреет его, подарит улыбку. Благодарность необходимо и важно показывать всем своим поступкам и окружающим тебя людям. В науке давно доказано приятное влияние добрых слов на настроение человека. Сейчас мы с вами попробуем. В течение двух минут мы посидим молча, расслабимся, отдохнем от негативных мыслей и переживаний. Сейчас мы визуализируем человека, которого бы хотели поблагодарить за что-то. Если вы готовы, то расскажите нам, кого и за что, начиная со слов «Я хочу сказать «Спасибо»...»

### **Занятие 11 Продолжение прошлого занятия**

**Цель:** обучение навыкам и умениям распознать свое эмоциональное состояние.



**Материалы:** картинки пиктограмм.

### 1. Ритуал «Приветствие»

**Цель:** приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

**Содержание:** Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

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

### 2. Разминка с мячом

**Цель:** создание условий для взаимодействия друг с другом.

**Материалы:** мяч.

**Инструкция:** Участники группы садятся в круг. Мы поиграем немного в другую форму «Море волнуется раз». Для этого нам необходим мяч. Его мы будем перекидывать друг другу, но для того, чтобы кинуть мяч, следует назвать имя, кому ты его передашь. Тот, кто его поймает, встает на 10 секунд в любую позу, а остальные должны повторить ее все вместе, и так далее.

Упражнение позволяет не только настроить детей на работу, но и сплотить коллектив.

### 3. Упражнение «Радость»

**Цель:** распознавание умения выявлять признаки радости по картинке.

**Материалы:** рисунок пиктограмм.

**Содержание:** Подросткам выдаются пиктограммы с изображениями эмоций радости. Им необходимо понять, какая эмоция на картинке, что чувствует этот человек, и ответить: «По каким признакам мы можем определить, что человек испытывает радость?»

В конце упражнения проводится конкурс на самое радостное лицо.

### 4. Упражнение «Ярость»

**Цель:** распознавание умения выявлять признаки ярости по картинке

**Материалы:** рисунок пиктограмм.

**Содержание:** Подросткам выдаются пиктограммы с изображениями эмоций злости. Им необходимо понять, какая эмоция на картинке, что чувствует этот человек, и ответить: «По каким признакам мы можем определить, что человек испытывает злость?»

Далее занятие проводится по всем пиктограммам приложения.

### 5. Упражнение «Я хочу сказать «Спасибо»»

**Цель:** обучение детей навыкам благодарности и доверия к окружающим.

**Инструкция:** Слово «спасибо» маленькое, но настолько приятное и важное. В любом случае, следует его сказать любому человеку, и оно согреет его, подарит улыбку. Благодарность необходимо и важно показывать всем своим поступкам и окружающим тебя людям. В науке давно доказано приятное влияние добрых слов на настроение человека. Сейчас мы с вами попробуем. В течение двух минут мы посидим молча, расслабимся, отдохнем от негативных мыслей и переживаний. Сейчас мы визуализируем человека, которого бы хотели поблагодарить за что-то. Если вы готовы, то расскажите нам, кого и за что, начиная со слов «Я хочу сказать «Спасибо»...»

## **Занятие 12 Конструктивные способы решения конфликта**

**Цель:** формирование представлений у детей-сирот о конструктивных способах решения проблем и конфликтных ситуаций.

**Материалы:** стулья, кусок не слишком толстого пледа размером 90 на 150 сантиметров или мягкий коврик такого же размера, фломастеры, клей и материалы для оформления декораций, например, блески для вышивания, бисер, ракушки и тому подобное.

### 1. Ритуал «Приветствие»

Цель: приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

Содержание: Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

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

### 2. Упражнение «Компот»

Цель: расслабление детей и организация пространства для работы с положительными эмоциями.

Материалы: стулья.

Содержание: Участники садятся по кругу. Ведущий раздает следующие роли: яблоко, персик, вишня. Задача ведущего начать связный рассказ, в котором должно упоминаться одна из ролей, или использовать слово «компот». Та роль, которая названа, должна поменяться местами, а тот, кто не успел, встает на место ведущего. При назывании «компот» все участники меняются.

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.)

### 3. Упражнение «Ковер мира»

Цели:

1. Предложение стратегии разрешения конфликтов в группе с помощью переговоров и дискуссий.

2. Побуждение детей к отказу от драк, споров и слез, заменяя их обсуждением проблемы друг с другом.

Материалы: кусок пледа или мягкий коврик, фломастеры, клей, материалы для оформления.

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

Сейчас мы попробуем в творческой форме решать возникшие перед нами споры. В этом нам поможет наш коврик. Поделимся с вами на две команды противников. Наша задача, по одному из команды сесть друг напротив друга, и найти путь мирного решения своей проблемы.

Ситуации можно придумать, если участники сами не могут их представить. Дискуссия должна длиться 2 минуты, и только потом противники могут украсить любой кусок пледа в знак примирения.

При возникновении каких-либо споров, каждый из участников должен приделать к коврику какой-то элемент, тем самым, стать частью этого ковра. Это прекрасный символ для отказа от вербальной или физической агрессии.

Анализ упражнения:

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

### 4. Упражнение «Я хочу сказать «Спасибо»»

Цель: обучение детей навыкам благодарности и доверия к окружающим.

**Инструкция:** Слово «спасибо» маленькое, но настолько приятное и важное. В любом случае, следует его сказать любому человеку, и оно согреет его, подарит улыбку. Благодарность необходимо и важно показывать всем своим поступкам и окружающим тебя людям. В науке давно доказано приятное влияние добрых слов на настроение человека. Сейчас мы с вами попробуем. В течение двух минут мы посидим молча, расслабимся, отдохнем от негативных мыслей и переживаний. Сейчас мы визуализируем человека, которого бы хотели поблагодарить за что-то. Если вы готовы, то расскажите нам, кого и за что, начиная со слов «Я хочу сказать «Спасибо»...»

### **Занятие 13 Завершение работы с детьми**

**Цель:** рефлексия проделанной профилактической работы.

**Материалы:** клубок, стулья, колонки, ноутбук

#### **1. Ритуал «Приветствие»**

**Цель:** приветствие участников процесса посредством поддержания контакта между ними

**Содержание:** Участникам необходимо сесть в круг. Ведущий должен донести до них, что те должны повторять движения, о которых он говорит. Встать и поздороваться, за руку с каждым, ногами, локтями, бедром. Каждый участник не должен кого-то пропускать. Главное, это организация атмосферы дружбы и положительных эмоций.

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

#### **2. Танцевальная терапия «Танец пяти стихий» Г. Ротт**

**Цель:** релаксация посредством музыки и танца

**Материалы:** колонки, ноутбук

**Содержание:** Габриэлла Ротт выделила 5 стихий, которые можно отнести к каждому из нас. Это – огонь, вода, земля, воздух и металл. Занятия «5 ритмов» нацелены на то, чтобы привести в движение тело и таким образом успокоить ум. Последователи практики полагают, что концентрация внимания на том, что происходит с телом и дыханием — это быстрый путь к медитативному состоянию, в котором становится очевидной истинная суть человека и его отношений.

Вам необходимо закрыть глаза и отдаться музыке. Ваше тело должно двигаться самостоятельно, а вы должны ощутить прилив эмоций.

#### **3. Рефлексия «Клубок Спасибо»**

**Цель:** закрепление пройденного материала, оценка качества работы, передача своих ощущений.

**Материалы:** клубок, стулья, ножницы.

**Содержание:** детям необходимо сесть на стулья. Ведущий берет начало клубка себе, говоря свои ощущения после работы с подростками, и передает клубок дальше. Таким образом, по окончании рефлексии, должна образоваться паутина, которая будет связывать всех воедино. Необходимо, чтобы каждый участник срезал нить и повязал себе на запястье, в знак памяти о прошедших днях с группой.