



## **«ПОДРОСТКИ: МИР БЕЗ АГРЕССИИ»**

### **Методические рекомендации по проведению тренинговых занятий и классных часов по профилактике агрессивного поведения у детей и подростков**

*созданы с использованием гранта Президента  
Российской Федерации на развитие гражданского общества,  
предоставленного Фондом президентских грантов*

Нижний Новгород  
2018

**Методические рекомендации по проведению тренинговых занятий и классных часов по профилактике агрессивного поведения у детей и подростков/** Составители Е.Г. Еделева, Н.О. Юдина. – Нижний Новгород: 2018. – 50 с.

В методическом пособии приведены материалы для проведения тренинговых занятий по профилактике агрессивного поведения у детей и подростков. Информация собрана из различных психолого-педагогических источников, а также в ходе реализации образовательно-просветительского проекта «Подростки: мир без агрессии», в том числе проведения практического семинара «Развитие компетентности педагогов-психологов по работе с детьми по предотвращению агрессии в подростковой среде», создания видеоматериалов по данной тематике. Созданные материалы могут быть предназначены для учителей, классных руководителей, социальных педагогов и психологов в качестве руководства в работе с учащимися средних и старших классов общеобразовательных школ. Данные материалы будут апробированы на курсах повышения квалификации для педагогов-психологов, социальных педагогов и других педагогических работников в Нижегородском институте развития образования.

© ЧУ ДО «Центр «Практика» Нины Зверевой

© ГБОУ ДПО НИРО

© Фонд президентских грантов

## Содержание

<b>Раздел 1.</b> Пояснительная записка .....	4
<b>Раздел 2.</b> Что такое агрессия? Понятие «толерантность».....	6
<b>Раздел 3.</b> Основные формы и средства проведения классных часов .....	23
<b>Раздел 4.</b> Упражнения, анкеты, вспомогательная информация для работы в классе.....	27
<b>Раздел 5.</b> Схема проведения классного часа на тему «Подростки: мир без агрессии».....	40
<b>Приложение</b> .....	45

# **Раздел 1.**

## **Пояснительная записка**

Материалы представляют собой комплекс разработок, в том числе и интерактивных классных часов.

Основной целью данных методических разработок является прояснение позиций педагогов по проблеме агрессивного поведения у детей и подростков и обучение их новым приемам и формам в проведении занятий, связанных с этой непростой темой.

В ходе проведения спектаклей и классных мероприятий, педагогом могут быть решены следующие задачи:

- создание условий для изменения отношения учащихся к «иным людям»;
- содействие процессу личностного развития;
- развитие творческого потенциала старшеклассников;

Данные материалы могут быть предназначены для учителей, классных руководителей, социальных педагогов и психологов в качестве руководства в работе с учащимися 5-11 классов по воспитанию терпимости, уважения друг к другу и охватывают обсуждение дынных проблем, прояснение позиций и изменение отношения к ним. На классных часах и открытых уроках затрагиваются проблемы проявления неконтролируемой агрессивности у подростков. Необходимым условием является участие педагогов, психологов и т.д. методических обучающихся семинарах.

Методическую разработку включает также анкету-опросник, материалы для проведения классных часов по теме «Профилактика агрессивного поведения у детей и подростков».

Данное методическое пособие имеет следующую логику построения и делится на теоретические знания и практические задания.

Теоретические сведения включают в себя материалы и выдержки из научных и методических публикаций, раскрывающих сущность проблемы, основные понятия, связанные с ней. Кроме того, приведены правила и принципы, на которых основано проведение игр, упражнений и мини-дебатов и мини-дискуссий.

Классные часы логично разделены по рассматриваемым в них проблемам: на каждую тему отводится 1 классный час, на котором последовательно прорабатываются 2 блока:

**1-й блок** – исследование объекта, в отношении которого формируется уважительное отношение к другому;

**2-й блок** - развитие в личности ребенка основных составляющих толерантности, посредством активных игровых форм, вооружение способами толерантного взаимодействия, формирование качеств толерантной личности. Кроме того, в приложении даны новейшие выдержки, публикации и «кейсы» из Интернета, в которых наиболее остро и ярко приведена статистика и сведения по проблемам терпимости и нетерпимости.

**Цель проведения классных часов** по теме агрессивного поведения у детей и подростков - профилактика подростковой агрессии через демонстрацию конструктивных способов разрешения конфликтных ситуаций в школе.

**Задачи проведения классных часов:**

1. Формирование у детей и подростков толерантного сознания и культуры межличностного взаимодействия;
2. Обучение школьников алгоритму оптимального выхода из конфликта, связанного с агрессией ровесников
3. Демонстрация позитивных примеров разрешения межличностных конфликтов через игру и совместное обсуждение видеоматериалов по теме классного часа

## **Раздел 2.**

### **Что такое агрессия? Понятие «толерантность»**

Сегодня проблема вызывающей агрессивности подростков чрезвычайно актуальна. Регулярно в СМИ появляются материалы о жестокости, озлобленности, фактах насилия подростков по отношению к сверстникам, одноклассникам, учителям. Среди причин этого явления можно назвать социальную разобщенность в обществе, воспитание в неполных семьях, низкий уровень социальной ответственности родителей и т.д. К сожалению, проявления подростковой агрессии в школьной среде часто замалчиваются администрацией общеобразовательных учреждений. В результате проблемы не решаются, а только усугубляются. Немало подобных историй происходит и в образовательных учреждениях Нижегородской области. Однако педагоги-психологи часто не знают, какие методы воздействия можно применить в таких случаях к подросткам, как реально помочь тем школьникам, на которых направлена агрессия, и тем, кто ее проявляет. Как противостоять подростковой агрессии? Как предупредить ее?

В переводе с латинского языка «агрессия» означает «нападение». В настоящее время термин «агрессия», употребляется чрезвычайно широко. Данный феномен связывают и с негативными эмоциями, и с негативными мотивами, а также с негативными установками и разрушительными действиями.

В психологии под агрессией понимают тенденцию (стремление), проявляющуюся в реальном поведении или фантазировании, с целью подчинить себе других или доминировать над ними. Данная тенденция носит универсальный характер, а сам термин «агрессия» в целом имеет нейтральное значение.

Агрессия как психическая реальность имеет конкретные характеристики:

- направленность,
- формы проявления,
- интенсивность.

Целью агрессии может быть: как собственно причинение страдания, вреда жертве (враждебная агрессия), так и использование агрессии как способа достижения иной цели (инструментальная агрессия). Агрессия бывает направлена на внешние объекты (людей или предметы) или на себя

(тело или личность). Особую опасность для общества представляет агрессия, направленная на других людей. А. Бандура и Р. Уолтерс называют ее асоциальной агрессией и связывают с действиями социально-деструктивного характера, в результате которых может быть нанесен ущерб другой личности или имуществу.

Агрессия принимает разнообразные формы – явные и латентные. Несмотря на то, что термин «агрессия» обычно употребляется для обозначения разрушительных намерений, его распространяют и на более позитивные проявления, например, активность, порождаемую честолюбием. Подобные действия обозначают как самоутверждение, чтобы подчеркнуть, что они побуждаются невраждебной мотивацией. Они проявляются в форме конкуренции, стремления к достижениям, иронии, спортивных состязаниях.

Наиболее привычными проявлениями агрессии считаются:

- конфликтность,
- злословие,
- давление,
- принуждение,
- негативное оценивание,
- угрозы или применение физической силы.

Скрытые формы агрессии выражаются в уходе от контактов, бездействии с целью навредить кому-то, причинении вреда себе и самоубийстве.

Агрессивное влечение может проявляться через различные агрессивные аффекты, такие, как (в порядке усиления интенсивности и глубины):

- раздражение,
- зависть,
- отвращение,
- злость,
- нетерпимость,
- неистовство,
- ярость,
- бешенство,
- ненависть.

Интенсивность агрессивных аффектов коррелирует с их психологической функцией. Агрессия может выполнять такие важные для индивида функции, как отстаивание автономии, устранение источника угрозы или страдания, удаление препятствий на пути к удовлетворению потребностей, разрешение внутреннего конфликта, повышение самооценки. При этом агрессия может частично или полностью не осознаваться человеком.

Одним из наиболее интенсивных и сложных агрессивных аффектов, несомненно, выступает ненависть. Важнейшей целью человека, захваченного ненавистью, является уничтожение объекта агрессии. Агрессивное поведение – специфическая форма действий человека, характеризующихся демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другому человеку или группе лиц, которым субъект стремится причинить ущерб.

Характер агрессивного поведения во многом определяется возрастными особенностями человека. Каждый возрастной этап имеет специфическую ситуацию развития и выдвигает определенные требования к личности. Адаптация к возрастным требованиям нередко сопровождается различными проявлениями агрессивного поведения.

Агрессивное поведение может варьироваться по степени интенсивности и форме проявления: от демонстрации неприязни и недоброжелательства до словесных оскорблений («вербальная агрессия») и применения грубой физической силы («физическая агрессия»).

Агрессивное поведение может быть прямым, когда человек не скрывает свою агрессию от окружающих. Проявляется это различными способами, начиная от высказывания угроз в сторону собеседника и заканчивая непосредственными агрессивными действиями. Также агрессивное поведение может быть косвенным, когда агрессия скрывается под неприязнью, ехидством или иронией. Косвенной агрессией человек давит на «жертву».

Становление агрессивного поведения - сложный и многогранный процесс, в котором действует множество факторов. Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, а также средств массовой информации. Подростки учатся агрессивному поведению посредством прямых подкреплений так же, как и путем наблюдения агрессивных действий. Что касается семьи, на становление агрессивного поведения влияют степень сплоченности семьи, близости между родителями и ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семейного руководства.



ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семейного руководства.

## **Классификация проявлений агрессии**

Основания, признаки для классификации агрессии на виды могут быть разнообразными. Они помогают выявить в процессе беседы с родителями или педагогами ребенка возможный круг причин и новых свойств агрессивного поведения в целом и в системе.

### **Основные признаки для классификации агрессии:**

- **Направленность агрессии** на предметный или животный мир, на другого, на себя;
- **Наблюдаемость - ненаблюдаемость** как скрытое или открытое проявление агрессии;
- **Временные признаки**, то есть мера выраженности агрессии по частоте проявлений во времени и длительности состояний агрессии;
- **Пространственные признаки** - в семье, в школе, на улице и пр.
- **По особенностям психических действий** – физическая, вербальная, в агрессивных мыслях, чувствах и пр.
- **По социальной опасности агрессивных действий:** 1) девиантные формы агрессии, нарушающие права других людей, без юридической ответственности ребенка за собственное поведение; 2) делинквентные виды агрессивного поведения, нарушающие права других и социальные нормы с юридической ответственностью за агрессивное поведение.

### **Методы и приемы коррекции агрессивности**

- Методы коррекции агрессивности - это наиболее общие и эффективные (игровые и неигровые) способы изменения поведения в зависимости от непредсказуемых и предсказуемых изменений поведения агрессора, жертвы и свидетелей случаев притеснения и насилия.
- Могут быть различными в зависимости от выраженности и вида агрессивного поведения ребенка.
- Могут использоваться как последовательно, так и одновременно.
- Приемы коррекции - это игровые задачи, время жизни которых от 2–3 до 10-15 минут и более. Игровые задачи имеют структуру, то есть цели, игровые действия, правила и варианты их выполнения.

## **Факторы снижения агрессивности**

Это медикаментозные и немедикаментозные средства и условия ее коррекции. Стратегии (методы) и тактики (приемы) коррекции взрослым агрессивного поведения ребенка в игре - это немедикаментозные средства.

Стратегии направлены на:

- демонстрацию и стимуляцию гуманных чувств и способов поведения взрослым у ребенка-агрессора, жертвы и свидетелей притеснения;
- ориентации на эмоциональное состояние другого человека;
- переключение ребенка с переживания чувства неуспеха и агрессивного поведения;
- переживания успеха от овладения агрессией и неуверенностью детьми;
- на преодоление чувства неуспеха (фрустрированности), у ребенка в ситуации «здесь и теперь» через моделирование ситуации неуспеха;
- отреагирование чувства обиды (фрустрированности), раздражения, гнева у ребенка агрессора или жертвы;
- предупреждение возникновения агрессивных состояний и поведения у ребенка и другие.

Работа с родителями - это обучение методам и приемам игротерапии в процессе превращения взрослого в ребенка (соучастника детских игр) в специально организованных игровых ситуациях с сохранением контроля над особенным или нарушенным поведением ребенка.

## **Комплексная характеристика агрессивности у детей**

Комплексная характеристика агрессивности помогает пониманию феномена агрессивности в целом и представляет собой попытку определить агрессивность:

- 1) через разнообразное проявление ее свойств, их синдром-структуру и частоту, признаки для классификации ее на виды;
- 2) через причины и факторы возникновения, провокации, нарастания и снижения; показатели эффективности коррекции агрессивности;

3) через методы и приемы коррекции и показатели эффективности коррекции агрессивности.

### **Определения агрессивности**

**Агрессивность** (лат. *agressio* нападение) - свойство личности, состояние, целенаправленное разрушительное поведение (Ениколопов С.Н. 1996), заключающееся в наличии деструктивных тенденций, с целью нанесения вреда тому или иному лицу (Ратинов Л.Р., Ситковская О.Д. 1990). Это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения (Р. Бэрн, Д. Ричардсон, с. 26., 1997).

**Агрессивность** - «Это физический акт, который иногда может запускаться и поддерживаться эмоциями, входящими в комплекс враждебности. Она направлена на то, чтобы причинить ущерб, оскорбить или победить. В понятие «физическое действие» включается также речь. Ущерб может быть психологическим или физическим (удар по телу или по самолюбию), К.Е. Изард с. 302, 1980.

**Враждебность** «Включает в себя гнев, отвращение и презрение. Враждебность не включает в себя словесной или физической активности, это сложное мотивационное состояние, а агрессия - следующее из него поведение» (К.Е. Изард с. 302, 1980).

**Жестокость** - свойство личности, проявляющееся в безразличии к страданиям других, людей или животных (или же в стремлении к их причинению) и, осознанные (неосознанные) действия или бездействие (Гульдман В.В. 1991), направленные на причинение мучений, страданий другим людям для достижения определенной внешней цели или самоудовлетворения (Ратинов Л.Р., Ситковская О.Д. 1990).

**Насилие** - принуждение, которое осуществляет субъект, группа для достижения поставленных целей. Оправдание насилия зависит от социальной ориентации общества. (Сулимова Т.С. 1997).

**Притеснение** - поведенческие акты, содержащие угрозу другому человеку. (D.Olweus 1993, Хорн А.М., Глейзер Б. 1996).

## **Факторы, провоцирующие агрессивность у ребенка**

Это тоже возможные признаки, основания для классификации детской агрессивности на виды и причины:

- **Наследственно-характерологические признаки**, то есть наследственно-конституциональная предрасположенность к агрессивному поведению; психопатоподобное, эпилептоидное, аффективно-возбудимое, конституционально обусловленное поведение родителей или родственников; наличие выраженной тревожности и гиперактивности у ребенка и др.
- **Резидуально-органические признаки**, то есть минимальная мозговая дисфункция; травмы головного мозга и т. п.
- **Социально-бытовые признаки**: неблагоприятные условия воспитания в семье, в школе; неадекватно-жесткий родительский контроль; враждебное или оскорбительное отношение к ребенку; конфликт между супругами; ситуации налаживания совместной деятельности, провоцирующие конфликт и агрессивность; необходимость соблюдения социальных норм поведения и взаимоотношений и пр.

А также другие ситуационные, провоцирующие агрессивность, условия или факторы:

- **Реактивность или ответная агрессивность** на агрессивные действия или просто присутствие новых взрослых или сверстников.
- **Введение ограничений в поведение ребенка** (увеличение темпа или сложности деятельности, отрицательная оценка успешности выполнения ребенком заданий).
- **Новизна, увеличивающая тревогу, или привыкание, снижающее ответственность** за агрессивное поведение в новой ситуации.
- **Нарастание утомления и пресыщения у ребенка** и др.

## **Виды агрессивности у ребенка**

Многообразие проявлений агрессивного поведения можно сгруппировать на виды. Какие виды агрессивности наиболее характерны для ребенка?

- Агрессивность физическая с использованием предметов, направленная на другого (сверстника, взрослого, на животных).
- Агрессивность словесная (вербальная) без или в сочетании с физической с элементами садизма, направленная на другого.
- Агрессивность в виде угроз физического, морального насилия.
- Агрессивность физическая или вербальная, скрытая или открытая, направленная или выражающаяся через (на) предмет, направленная на взрослого, на себя, на животных.
- Сочетание агрессивности с другими расстройствами поведения.

## **Проявления агрессивности у родителей**

Чтобы успешнее корректировать агрессивность ребенка родителям и специалистам, работающим с детьми, необходимо стремиться осознавать и контролировать особенности, свойства и признаки, виды собственной агрессии).

Агрессивность у взрослых может проявляться:

- Вербально, когда родитель часто «читает нотации», говорит: «Я с тобой дружить не буду»; повышает голос, говорит грубо с ребенком.
- Физически, когда родитель часто использует физические наказания при отреагировании раздражения из-за нарушенного поведения детей.
- Как угроза родителя: «Могу шлепнуть, но не шлепаю - бесполезно!»
- В направленности на педагога, когда родители неохотно идут на эмоциональный контакт с педагогом; проскальзывают слова: «Не могу с вами согласиться», заметно стремление «поучить жизни» и т. п.
- Во взаимоотношениях между родителями - агрессивность, выражающаяся через предмет (Например: Папа бросил ключи об асфальт, чтобы показать маме, что рассержен ее поведением);

- Раздражительность (Например: Мама опять обиделась на папу. А папа раздражен, что не может дать маме того, что она хочет - внимания!).

## **Проявления агрессивности у специалиста**

Чтобы определить уровень агрессивности у ребенка, сложите полученные баллы:

**Уровень I** - от 0 до 67 баллов. Вероятнее всего, что у ребенка нет опасности закрепления ситуационно-личностных реакции агрессии как патохарактерологических; ребенок самостоятельно овладевает собственной агрессивностью.

**Уровень II** - от 67 до 134 баллов. Есть опасность закрепления агрессивных реакций как патохарактерологических; ребенку требуется помощь в овладении собственным поведением.

**Уровень III** - от 134 до 201 баллов. Ребенку требуется значительная психолого-педагогическая и медикаментозная помощь в овладении агрессивностью как расстройством поведения и эмоций.

**Уровень IV** - от 201 до 268 баллов. Психолого-педагогическая помощь взрослого почти не оказывает влияние на агрессивное поведение, требуется медикаментозная помощь ребенку.

Помните, что если ситуационно-личностные реакции агрессии проявляются устойчиво не менее 6-ти месяцев, то это требует особого внимания со стороны взрослого.

## Показатели эффективности коррекции агрессии

Помогают убедить, обратить внимание клиента (родителей и педагогов) в необходимости, продолжении или эффективности игровой терапии агрессивности. К ним относятся:

- Снижение количества психолого-педагогической помощи ребенку в овладении агрессивным поведением;
- Снижение беспричинных, импульсивных, малоосознаваемых через слово, немотивированных проявлений агрессии;
- Снижение аффективной, эмоциональной окраски агрессивного поведения адекватное ситуации и провоцирующей агрессивность причине, стимулу;
- Снижение частоты агрессивных реакций вне семьи; при посторонних; на других людей; на фрустрацию (неудачу и неуспех) и другие.

## Некоторые симптомы нетерпимости и их проявление в поведении

- **Язык.** Очернительный, уничижительный или отчуждающий язык, который обесценивает и унижает культурные, расовые, национальные или сексуальные группы. Отрицание за этими группами права употреблять собственный язык (language rights);
- **Стереотипы.** Определение всех членов какой-либо социокультурной группы посредством обобщенных, как правило негативных, характеристик;
- **Насмешки.** Привлечение внимания к конкретным моделям поведения людей, к их качествам и характеристикам с целью высмеивания или оскорбления;
- **Предубеждения.** Вынесение суждения по поводу отдельных людей или групп на основании негативных обобщений и стереотипов, а не реальных фактов или конкретных поступков;
- **Поиск «козла отпущения».** Обвинение конкретной группы или конкретного человека в несчастьях или в существовании социальных проблем;

- **Дискриминация.** Лишение отдельных лиц, групп или целых сообществ равных социальных, политических или экономических прав; преследование по причине этнического происхождения, национальности, мировоззрения или других социальных факторов;
- **Остракизм (бойкот).** Поведение, игнорирующее присутствие или существование других. Отказ говорить с другими, признавать их самих или их культуру (включает этноцид);
- **Преследование (Harassment).** Преднамеренные действия, направленные на устрашение и унижение других (другого); нередко предпринимаются с целью вытеснения человека или группы из сообщества или организации;
- **Осквернение или порча.** Нанесение прямого ущерба или искажение религиозных и культурных символов, предметов или зданий с целью дискредитации и осмеяния верований и идентичности тех, для кого эти здания, предметы и символы являются значимыми;
- **Запугивание.** Использование физического, морального или численного превосходства для унижения других, лишения их собственности, статуса или для склонения к конкретным сомнительным действиям;
- **Изгнание.** Официальный запрет или насильственное лишение права на посещение каких-либо общественных мест, на присоединение к некой социальной группе, на участие в коллективной деятельности или на профессию, т.е. на все то, от чего, в частности, зависит возможность выживания. Таковы, например, запрет на трудовую деятельность, на кров и т.д.
- **Отчуждение.** Отрицание возможности удовлетворения фундаментальных потребностей и/или полноценного участия в жизни как общества в целом, так и отдельных сообществ;
- **Сегрегация.** Установление принудительных ограничений для людей определенной группы по признаку расы, религии или пола, как правило с ущербом для этой группы. (Сегрегация включает апартеид);



- **Подавление.** Ограничение и лишение человека его прав;
- **Насилие.** Физические и моральные издевательства, изгнание из мест проживания, вооруженные нападения, убийства (включает геноцид).

## **Понятие «толерантность»**

Толерантность является ценностью, необходимой и фундаментальной для реализации прав человека и достижения мира.

Как пишет в своей работе «О смыслах понятия «толерантность» академик А.Г. Асмолов: «Про конфликт, борьбу, разрушение, вечный бой, кипящий от возмущения разум «немало песен сложено». А вот о толерантности гимнов почти не встречается. Как-то я поделился этими мыслями с воистину народным детским писателем Борисом Владимировичем Заходером. «Вы не совсем правы», - с мягкой иронией возразил мне Борис Владимирович. У меня есть два гимна о толерантности, точнее, о могуществе толерантности и разнообразия. В Декларации принципов толерантности, утвержденной Резолюцией Генеральной Конференции ЮНЕСКО в 1995 году, проделана тщательная работа по анализу категории «толерантность». В нем суть толерантности формулируется на основе признания единства и многообразия человечества, взаимозависимости всех от каждого и каждого от всех, уважения прав другого (в том числе права быть иным), а также воздержания от причинения вреда, так как вред, причиняемый другому, означает вред для всех и для самого себя.

Как далее отмечают академик с соавторами: «Общее содержание понятия толерантности не исключает того, что в разных языках в зависимости от исторического опыта народов оно имеет различные смысловые оттенки. В английском языке толерантность - «готовность и способность без протеста воспринимать личность или вещь», во французском - «уважение свободы другого, его образа мысли, поведения, политических и религиозных взглядов». В китайском языке быть толерантным значит «позволять, допускать проявлять великодушие в отношении других». В арабском толерантность «прощение, снисхождение, мягкость, снисходительность, сострадание, благосклонность, терпение... расположенность к другим», в персидском - «терпение, терпимость, выносливость, готовность к примирению».

В русском языке существуют два слова со сходным значением – «толерантность» и «терпимость». Термин «толерантность» обычно используется в медицине и в гуманитарных науках, означая «отсутствие или ослабление реагирования на какой-либо неблагоприятный фактор в результате снижения чувствительности к его воздействию». А слово «терпимость», более знакомое и привычное, употребляемое в обыденной речи, означает «способность, умение терпеть, мириться с чужим мнением, быть снисходительным к поступкам других людей». Слово «терпимость» часто ассоциируется с пассивным принятием окружающей реальности, непротивлением, способностью «подставить вторую щеку». Толерантные установки, напротив, проявляют себя активной жизненной позицией, предполагающей защиту прав любого человека и отношение к проявлениям нетерпимости как к недопустимым. умение терпеть, мириться с чужим мнением, быть снисходительным к поступкам других людей». Слово «терпимость» часто ассоциируется с пассивным принятием окружающей реальности, непротивлением, способностью «подставить вторую щеку». Толерантные установки, напротив, проявляют себя активной жизненной позицией, предполагающей защиту прав любого человека и отношение к проявлениям нетерпимости как к недопустимым.

В зависимости от контекста — эволюционно биологического, этического, политического или психологического — толерантность наполняется своим особым специфическим смыслом.

В эволюционно-биологическом плане разработка концепции толерантности опирается на представление о «норме реакции», т.е. допустимом диапазоне вариантов реагирования, присущих тому или иному виду и не нарушающих его генотипа.

В этическом плане концепция толерантности исходит из гуманистических течений, из которых подчеркивается непреходящая ценность различных достоинств и добродетелей человека, в том числе достоинств (разнообразия признаков), отличающих одного человека от другого и поддерживающих богатство индивидуальных вариаций единого человеческого вида. Если разнообразие людей, культур и народов выступает, как об этом упоминали еще гуманисты итальянского Возрождения, как ценность и достоинство культуры, то толерантность, представляющая собой норму цивилизованного компромисса между конкурирующими культурами и готовность к принятию иных логик и взглядов, выступает как условие сохранения разнообразия, своего рода исторического права на отличность, непохожесть, инаковость.

Спонтанно вырабатываемая в человеческом общежитии с целью самосохранения и выживания, она не часто превращалась в декларируемую и реализуемую через правовое общество норму. Традиции вечевой демократии, имевшие место в культуре народов России, не равнозначны повседневной либеральной нормативной культуре, поддерживаемой конституционным правом, становящимся основой мировоззрения масс. Такое общество предстоит еще строить.

Психологический смысл толерантности наиболее полно отражен в англо-русском психологическом словаре: «приобретенная устойчивость»; «устойчивость к неопределенности»; «этническая устойчивость»; «предел устойчивости (выносливости) человека»; «устойчивость к стрессу»; «устойчивость к конфликту»; «устойчивость к поведенческим отклонениям».

Как пишет А.Г. Асмолов, этим кратким очерком представление о смыслах толерантности не может быть исчерпано. Постигание ее смыслов с целью превращения толерантности в признаваемую всеми народами Земли ценность и норму современного общества — дело ученых, политиков, общественных деятелей, искусства и культуры. Каждый из тех, кто обращается к анализу понятия толерантности, рассматривает его под своим углом зрения.

Один из путей постижения смыслов и границ толерантности — анализ форм и проявлений ее противоположности — интолерантности или нетерпимости. Нетерпимость основывается на убеждении, что твое окружение твоя система взглядов, твой образ жизни стоят выше остальных. Часто это не просто отсутствие чувства солидарности, это неприятие другого за то, что он выглядит, думает, поступает иначе, иногда просто за то, что он существует. Такую нетерпимость нельзя путать с юношеской нетерпимостью — смесью непримиримости и протеста. Речь идет, скорее, об индивидуальном и коллективном «комплексе превосходства», который, начинаясь с неприятия, отторжения и принижения иных форм образа жизни, может привести к различным проявлениям реализации этого комплекса, в том числе и к геноциду. Нетерпимость определяет предпочтение подавления, а не убеждения. Это путь к господству и уничтожению, отказу в праве на существование тому, кто придерживается иных взглядов. Нетерпимости ненавистны любые инновации, так как они отвергают или изменяют старые модели. Список форм симптомов и проявлений интолерантности, к сожалению, разнообразен и велик.

Ее результаты могут проявляться в широком диапазоне – от обычной невежливости и раздражения до этнических чисток и геноцида, умышленного уничтожения людей. Эпидемия нетерпимости меняет сообщества и становится испытанием для школ.

Кто бы ни занимался воспитанием толерантности, будь то правительство, общественная организация, школа или отдельный учитель, при выработке профилактических и целительных мер им необходимо учитывать степень и форму проявлений нетерпимости в конкретной среде. В качестве инструментов для оценки положения вещей и в качестве основы для объяснения явления нетерпимости педагоги могут использовать приводимые ниже признаки, или симптомы нетерпимости. Они перечислены в порядке возрастания их опасности, однако этот порядок не выражает линейную последовательность. Один или несколько, или даже все симптомы могут существовать одновременно. Каждый сигнализирует о том, что и другие симптомы либо уже имеются, либо, скорее всего, скоро проявятся. Каждый симптом может предвещать насилие.

Как и общество в целом, школа должна собственным примером подтверждать ценности толерантности и воплощать их. В каждом классе должна быть создана благоприятная среда для формирования толерантных установок. Ниже приведена новозеландская модель, в которой представлены формы поведения в толерантном и интолерантном классах.

<b>Толерантный класс</b>	<b>Интолерантный класс</b>
Умение внимательно слушать и слышать друг друга	Перебивание, неумение слушать, нетерпение
Стремление разобраться, расспрашивание	Игнорирование
Совет, предложение	Обзывание
Похвала, согласие	Отстранение
Подбадривание	Обвинение, упреки

Благожелательность	Осуждение, критика
Утешение	Морализирование, проповедь
Уважение	Угрозы
Эмпатия	Предостережение, предупреждение
Поддержка	Приказ, указания

Совет учителю: В качестве диагностики по данным критериям оценку класса может сделать педагог, психолог, возможна самодиагностика учащимися.

### **Опасные и безопасные способы выражения агрессии**

грубить	рисовать
критиковать	писать рассказы
ссориться	смеяться
страдать	заниматься спортом
оскорблять	колотить подушку /боксерскую грушу
винить других в своих неудачах	простить обиду

угрожать	лепить
драться	заняться физическим трудом
обманывать себя и других, что все в порядке	говорить, что чувствуешь

### **Основные признаки поведения подростка, подвергающегося насилию**

#### **Поведение жертвы:**

- большую часть времени проводит один (одна);
- не может принимать участие в играх одноклассников;
- часто тайком плачет;
- все чаще забывает дома школьные вещи;
- у него (нее) падает интерес к учебе;
- из дома уносит деньги и ценные вещи;
- часто опаздывает на уроки;
- часто обращается в медицинский кабинет к сестре или врачу;
- не хочет ходить в школу;
- вынужден (вынуждена) носить книги и сумки других школьников;
- становится «мальчиком на побегушках» для других;
- ведет себя так же, как и те, кто его (ее) запугивает.

#### **Окружающие условия жертвы**

- всегда окружен (окружена) группой детей (обычно тех, кто запугивает);
- игнорируется большей частью класса;
- постоянный объект насмешек;
- постоянно подвергается издевательствам, когда отвечает на уроке;

- постоянно видит оскорбительные слова, обращенные к нему (к ней), написанные на доске и на стенах;
- его (ее) парта стоит в стороне от остальных парт в классе;
- часто подвергается избиению.

### **Внешний вид и поведение жертвы:**

- может быть порвана одежда, оторваны карманы или пуговицы, на одежде следы ботинок;
- школьный портфель в плохом состоянии, часто пропадают вещи;
- на парте и стуле вырезаны оскорбления;
- школьная эмблема повреждена или оторвана;
- носит с собой слишком много денег;
- на теле синяки, лицо бледное, распухшие от плохого сна глаза;
- по утрам часто сказывается больным, чтобы не ходить в школу;
- плачет по ночам;
- обычно мрачное выражение лица, часто отсутствующий взгляд, старается не смотреть в глаза, иногда притворяется веселым (веселой).

## **Раздел 3.**

### **Основные формы и средства проведения классных часов**

Цель данных методических рекомендаций – вооружить педагога практической и методологической основой работы по формированию у подростков уважения и терпимости к индивидуальным особенностям друг друга.

Материалы для классных часов по теме «Подростковая агрессия» предназначены для проведения занятий в форме игр, мини-дебатов или дискуссий. Преобладающими при передаче и закреплении самых разнообразных знаний на сегодняшний день считаются традиционные методы обучения: лекции, семинары, учебные кино- и видеофильмы. Возрастающий в наше время поток информации требует новых форм обучения, которые позволили бы за достаточно короткий период времени передавать обучающимся значительный объем знаний и закреплять его на практике.

Известно, что человек лучше усваивает информацию, новый способ деятельности или поведения, если они опробованы на практике, в реальной жизни. Следуя вывода Х.-Е. Майхнера, при преимущественно пассивном восприятии информации обучаемые сохраняют в памяти:

- 10 % того, что читают,
- 20 % того, что слышат,
- 30 % того, что видят,
- 50 % того, что слышат и видят.

В то же время при активном восприятии информации они удерживают в памяти:

- 80 % того, что говорили сами,
- 90 % того, что делали сами.

При традиционных методах обучения люди склонны воспринимать лишь ту информацию, которая соответствует их картине мира. Такой механизм научения можно объяснить избирательностью и подвижностью восприятия, так как они дают возможность активно отбирать те элементы познавательной информации, которые адекватны решаемой задаче. Психологические игры открывают перед участником группы возможности, вероятно, не доступные ему в других условиях: человек в игре свободно обращается со значениями и смыслами и тем самым раскрепощает свои интеллектуальные ресурсы, расширяет поле сознания, укрепляет веру в свои силы, развивает творческие способности, талант к общению, закладывает этические и нравственные основы практического поведения. Самое важное – он не усваивает насильно внедряемые стандарты, а развивает сам себя.

Как считает Игорь Вачков: «В психологических тренинговых играх большее значение имеет не сам процесс игры, часто дарящий участникам массу положительных эмоций и прочищающий, как всякая хорошая детская игра, каналы творческой инициативы и спонтанности, а осмысление, рефлексия происходящего после».

## **Правила проведения игр**

**1. Правило «здесь и теперь»:** главным является то, какие чувства каждый испытывает в данный момент, прошлый опыт общения не обсуждается.

**2. Правило «стоп»:** каждый имеет право остановиться в своих высказываниях, например: - «Я не хочу об этом дальше говорить, мне больно...»



**3. Правило не давать советы:** совет отражает ваш индивидуальный опыт, возможно не подходящий для другого человека, поэтому ограничивает свободу личности, что может вызвать неосознаваемую агрессию на советчика.

**4. Правило «Я высказывания»:** каждый говорит любую фразу только от своего имени.

**5. Правило запрета на диалоги и оценку:** оценочные высказывания являются ярлыком, что приводит к закрытости членов группы и стремлению поступать, исходя из принципов социальной желаемости.

**6. Правило конфиденциальности:** рассказывать за пределами группы о том, что было на тренинге, кто как себя вёл, какие проблемы решал,- не приемлемо с точки зрения этики!

**7. Правило активности:** чем больше участник группы проявляет активность, тем больше обратных связей он получит, тем больше у него возможности для личного роста.

**8. Правило безопасности:** наши слова никоим образом не переходят в действия.

**9. Правило круга:** во время работы каждый участник должен видеть каждого.

- Один говорит, а другие слушают!

- Обсуждаем мнение, а не человека.

- Отрицая, предлагай!

### **Основные принципы проведения игр и упражнений**

**1. Принцип безоценочности действий и личности участников** предусматривает избегание каких бы то ни было оценочных суждений ведущего об участниках и участников друг о друге.

**2. Принцип приоритета процесса деятельности над ее формальным результатом** тесно связан с принципом безоценочности. В тренинге вообще не существует понятий "правильно" - "не правильно", "справился" - "не справился" и т. п. Здесь важно, что участник, выполняя упражнение, пережил соответствующие ощущения, прошел свой путь развития, который, собственно, и считается психологическим (но не формальным!) результатом данной деятельности. Этот результат в принципе не может быть никем оценен со стороны.

**3. Принцип активности участников** заключается в вовлечении субъектов тренинга в проигрывание ситуаций, выполнение упражнений, структурированное наблюдение за поведением других.

**4. Принцип исследовательской творческой позиции участников** заключается в субъективном открытии участниками психологических закономерностей, а также собственных особенностей, свойств, возможностей и творческих ресурсов.

**5. Принцип осознания поведения** заключается в переводе импульсивных поступков участников в поле осознаваемого с помощью механизма обратной связи, получаемой каждым участником от других членов группы.

**6. Принцип партнерского общения** заключается в том, что в межличностном общении участников постоянно учитываются интересы, чувства, переживания каждого субъекта образовательного процесса.

### **Тактика выбора упражнений**

При выборе комплекса конкретных упражнений желательно опираться на следующие критерии:

- соответствие упражнений основной цели занятия;
- последовательность перехода от более простых к более сложным упражнениям;
- наличие связи между отдельными упражнениями, обеспечивающей единое восприятие всего "мероприятия" необходимая смена ритма жизнедеятельности участников, чередования разговоров и действий; чередование совместной групповой, парной и индивидуальной деятельности участников; предоставление каждому участнику возможностей для самореализации, возможности для спонтанного передвижения участников в образовательном пространстве; получение участниками удовольствия от занятий; возможность для каждого участника принять участие во всех упражнениях и обсуждении их результатов.

## **Мини-дебаты**

В отличие от настоящих дебатов они проводятся «один на один», и каждый из участников имеет право задать два вопроса своему оппоненту. Темой мини-дебатов избирается какая-то общая проблема, которая дробится на составляющие (на начальных этапах это делает преподаватель, а потом – сами учащиеся). Выделенные проблемы можно для наглядности написать на доске. По каждой заслушивается пара конкурирующих спикеров (по две минуты каждый) и их вопросы друг к другу. После каждого мини-раунда на доске фиксируются выводы рядом с формулировкой проблемы. После окончания всех раундов полученные выводы можно обсудить всей группой/ классом.

## **Раздел 4.**

### **Упражнения, анкеты, вспомогательная информация для работы в классе**

#### **Психогимнастические упражнения, предназначенные для психологического настроя**

##### **1. Упражнение «Мы похожи?...»**

В начале урока участники разбиваются на пары и говорят каждому встречающемуся по 2 фразы, начинающиеся со слов:

- **Ты похож на меня тем, что...**
- **Я отличаюсь от тебя тем, что...**

Другой вариант: в парах 4 минуты (каждый ученик говорит 2 минуты) вести разговор на тему «Чем мы похожи»; затем 4 минуты – на тему «Чем мы отличаемся». По окончании проводится обсуждение, обращается внимание на то, что было легко и что трудно делать, какие были открытия. В итоге делается вывод о том, что все мы, в сущности, похожи и в то же время разные, но мы имеем право на эти отличия, и никто не может нас заставить быть другими.

##### **2. Упражнение «Ответственность» (незаконченные предложения)**

Предложения записываются под диктовку; во время паузы участники должны эти предложения закончить; наиболее верна первая реакция; если какое-то предложение не подходит, его можно пропустить; в конце дается немного времени для того, чтобы все завершить.

- **Быть ответственным для меня означает...**
- **Некоторые люди более ответственные, чем другие, - это люди, которые...**
- **Свою ответственность по отношению к другим людям я проявляю через...**
- **Вид ответственности, который, как я чувствую, более тяжел для меня – это...**
- **Ответственного человека я узнаю по...**
- **Чем сильнее моя ответственность, тем больше я...**
- **Я побоялся бы нести ответственность за...**
- **Быть ответственным по отношению к самому себе – это...**
- **Я несу ответственность за...**

Проводится обсуждение в парах и в кругу. Ведущий помогает участникам прояснить их точки зрения и осознать степень своей ответственности за свои чувства, мысли, поступки. При проведении обсуждения можно дать участникам почувствовать достоинства и недостатки двух позиций: «ответственности за других» и «ответственного отношения к другим». Приведенная ниже таблица поможет ведущему сориентироваться в этом вопросе:

<b>Когда я чувствую ответственность за других Я...</b>	<b>Когда я отношусь ответственно Я...</b>
Исправляю Защищаю спасаю контролирую перенимаю их чувства не слушаю	демонстрирую эмпатию подбадриваю делюсь конфликтую слушаю
<b>Я чувствую</b>	<b>Я чувствую</b>
Усталость тревогу страх неуравновешенность	уравновешенность свободу осознанность самоценность
<b>Я беспокоюсь о</b>	<b>Я беспокоюсь</b>
Решении Деталей Ответах	об отношениях человека к о человеке о чувствах с человеком

обстоятельства о том, чтобы не ошибиться исполнении	Я верю, моего присутствия с другим человеком достаточно
<b>Я манипулятор, т.е. использую других</b>	<b>Я помощник/ проводник, т.е. сопровождаю другого</b>
Я думаю, что человек живет в соответствии с моими ожиданиями	Я думаю, что человек сам отвечает за себя и за свои поступки Я могу доверять и принимать людей такими, какие они есть

### 3. Упражнение «Имя и жест»

Цель: знакомство друг с другом, снятие напряжения, сплочение группы.

Инструкция: «Участники садятся в круг так, чтобы хорошо видеть друг друга. Каждый участник представляет предыдущих выступающих и себя, называя их имена и повторяя (демонстрируя) жесты, которыми сопровождалась имена.

Время проведения: 10 минут.

### 4. Упражнение «Что такое агрессивность?» (задание для взрослых)

Инструкция: «Прочитайте перечень видов и свойств агрессивного поведения, сгруппируйте неупорядоченные свойства, добавьте неуказанные, зачеркните неподходящие».

**Агрессия, агрессивность** - это: властолюбие; вред; вредительство; гнев, отвращение и презрение в их единстве; деструктивность; зло; злость; насилие; притеснение; разрушительность; уничтожение.

**Притеснение** - это: властолюбие; запугивание; недоброжелательность; нетерпимость; озлобленность; нарушение прав другого; оппозиционно вызывающее поведение; пренебрежительность

**Жестокость** - это: агрессивность без сочувствия к жертве; безжалостность; безразличие к страданиям других; бессердечность; бесчувственность; жестокосердие; злонамеренность; зверство; зловерность; злорадность; издевательство; истязательство; измывательство; кровожадность; мстительность; мучительство; насильничество; получение удовольствия от страданий других; озверелость; садистичность; тирания; холодная ненависть

**Гневливость** - это: аффективность; безудержность; бесноватость; буйность; возмущение; готовность к возмущению; справедливое возмущение; возмущение без чувства вины; возмущение без чувства страха; возмущение с отвращением; возмущение с презрением; возмущение со стремлением к нападению; вспыльчивость; взрывчатость; взрывчатая злость; запальчивость; злость, подавляющая страх; исступленность; неистовство; необузданность; необузданная разочарованность; ненавистничество; неуравновешенность; ярость.

**Вспыльчивость** - это: гневливость без презрения; гнев без отвращения; взбудораженность; готовность к возмущению; возмущение без стремления нанести вред; раздражительность; эмоциональная неустойчивость.

**Враждебность** - это: высокомерие; грозность; готовность угрожать; готовность к нападению; готовность к нападению с чувством превосходства; злопамятность; мысли о нападении на других; недоброжелательность; ненависть; неприязнь; отвращение; отвращение с готовностью к нападению; подозрительность; поиск врага; презрительность; презрительность с готовностью к нападению; презрение как форма защиты; презрение с чувством превосходства; презрение с чувством дистанции; презрение с чувством вины; стремление нанести вред; циничность

**Мстительность** - это: мысли о мщении; мысли о ненависти; мысли о разрушении; презрительный сарказм; стремление нанести вред; злопамятность; осуждение других

**Ненависть** - это: возмущение; непримиримость; гневливость; гневливая презрительность; неприязнь.

**Вербальная агрессия** - это: грубость; готовность ругаться; злословие; злоязычие; «зубастость»; зубоскальство; похабность; речевое нападение.

**Агрессивность скрытая** - это: злодейство; иезуитство; коварство; подлость; притеснение.

**Оппозиционно-вызывающее поведение** - это: беспардонность; бесстыдство; беззастенчивость; грубость; грубое высокомерие; задиристость; наглость; нахальство; неуважительность; разнузданность; фамильярность; хамство; хулиганство.

**Агрессивность, направленная на себя** - это: гнев, направленный на себя; мазохизм; мученичество; самоедство; самоистязание; самоуничтожение; юродство

**Агрессивность физическая** - это: драчливость; рукоприкладство  
Конфликтность - это: забиячистость; запальчивость; задиристость; запальчивая задиристость; зубоскальство; несносность; неуживчивость; протестность ....

**Агрессивность.** Неупорядоченное: бесчувственность; злобность; злонравие; злопамятность; злостность; мракобесие; мстительность; низость; самоистязание; самоуничтожение, сердитость.

## **5. Упражнение «Мы похожи?...»**

**Инструкция:** В начале урока участники разбиваются на пары и говорят каждому встречающемуся по 2 фразы, начинающиеся со слов:

**«Ты похож на меня тем, что...»**

**«Я отличаюсь от тебя тем, что...»**

**Другой вариант:** в парах 4 минуты (каждый ученик говорит 2 минуты) вести разговор на тему «Чем мы похожи»; затем 4 минуты – на тему «Чем мы отличаемся». По окончании проводится обсуждение, обращается внимание на то, что было легко и что трудно делать, какие были открытия. В итоге делается вывод о том, что все мы, в сущности, похожи и в то же время разные, но мы имеем право на эти отличия, и никто не может нас заставить быть другими.

## **6. Упражнение «Ладонка»**

**Цель:** внимание к личности другого и осознание своих положительных качеств, повышение самооценки.

**Материалы:** листочек и ручка

**Инструкция:** каждый обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишет свое имя, в каждом пальце что-то, что нравится в себе

самом. Затем лист передается соседу справа, он в течение 30 секунд пишет на листе, снаружи ладони, что-то, что нравится в человеке, хозяине ладони. Так через весь круг.

*(Обсуждение)*

## **7. Упражнение «Зеркало»**

**Цель:** межличностное взаимодействие, опыт ведения и ведомости, обратная связь, осознание собственных эмоций.

**Процедура:** в парах один человек повторяет движения другого.

*(Обсуждение)*

## **8. Упражнение «Выражение чувств»**

**Цель:** ознакомление с эмоциями, вербальное и невербальное общение с чувствами, отреагирование негативного опыта.

**Материалы:** заранее заготовленные карточки с названием чувств - радость, огорчение, обида, вдохновение, страх, удовольствие, гнев, стыд, восхищение, благодарность, удивление, злость, отвращение, облегчение, нетерпение, испуг, смущение, печаль.

**Процедура:** участникам раздаются карточки с названиями чувств. С ними необходимо ознакомиться, но не показывать окружающим. Стул (стол) будет постаментом, каждому из участников необходимо будет взобраться на него и изобразить «памятник» тому чувству, которое написано у него на карточке. Задача группы – отгадать, «памятник» какому чувству они видят. «Памятник» «разрушается» только по команде тренера.

Радость	Обида	Страх
Огорчение	Вдохновение	Удовольствие
Гнев	Стыд	Восхищение
Благодарность	Удивление	Злость
Отвращение	Облегчение	Нетерпение
Испуг	Смущение	Печаль

*(Обсуждение)*



## 9. Упражнение «Комната»

**Цель:** осознание чувств других людей, развитие эмпатии

**Материалы:** заранее заготовленные листочки с написанными на них неодушевленными предметами.

**Процедура:** каждый участник вытягивает лист и от лица этого предмета говорит о себе.

Стол	Ковер	Книжный шкаф	Шкаф для одежды
Стул	Шкаф	Торшер	Телевизор
Картина	Ваза	Пуф для ног	Компьютер
Диван	Кровать	Журнальный столик	Шкаф для посуды
Кресло	Стеллаж	Шкаф для белья	Музыкальный центр

*(Обсуждение)*

## Опросник

### «Агрессивность. Ребенок глазами взрослого»

Ф.И. О. ребенка

Возраст

Дата заполнения

Заполнил: родитель, психолог, педагог

Подчеркните, насколько выражены ситуационно-личностные реакции агрессивности у ребенка: 0 - нет проявлений агрессивности, 1- проявления агрессивности наблюдаются иногда, 2 - часто, 3 - почти всегда, 4 - непрерывно. Добавьте те, которые не указаны.

Признаки проявления агрессивности	Как проявляется агрессивность	Как часто наблюдается
<b>Вегетативные признаки</b>	- краснеет (бледнеет) в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
	- облизывает губы в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
<b>Внешние проявления агрессивности</b>	- кусает губы в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
	- сжимает кулаки в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
	- сжимает губы, кулаки, когда обижают	0 1 2 3 4
	- тревожное напряжение разрешается гневом	0 1 2 3 4
<b>Длительность агрессии</b>	- после агрессивной реакции не успокаивается в течение 15 минут	0 1 2 3 4
	- после агрессивной реакции не успокаивается в течение 15 минут	0 1 2 3 4

<b>Чувствительность к помощи</b>	- помощь взрослого не помогает ребенку овладевать собственной агрессией	0	1	2	3	4
	- помощь взрослого не помогает ребенку успокоиться	0	1	2	3	4
	- замечания в словесной форме не тормозят проявления вербальной агрессии	0	1	2	3	4
	- замечания в словесной форме не тормозят проявления физической агрессии	0	1	2	3	4
	- чувство неприязни к другим не корректируется извне	0	1	2	3	4
<b>Особенности отношения к собственной агрессии</b>	- ребенок говорит, что поступил плохо, но все равно продолжает вести себя агрессивно	0	1	2	3	4
	- ребенок не вспоминает собственные агрессивные действия как таковые	0	1	2	3	4
<b>Недостаточность в проявлении гуманных чувств</b>	- стремится делать назло другим	0	1	2	3	4
	- щиплетя на глазах у всех	0	1	2	3	4
	- толкает сверстника на глазах у всех	0	1	2	3	4
<b>Реакция на новизну</b>	- новизна (непривычность обстановки) не тормозит проявления агрессивности	0	1	2	3	4
	- в новой, незнакомой обстановке проявляет агрессивные реакции	0	1	2	3	4
<b>Реакция на ограничение</b>	- при попытке удержать в состоянии гнева яростно сопротивляется	0	1	2	3	4

<b>Реактивность (чувствительность к агрессии других)</b>	- проявляет агрессивные реакции первым	0	1	2	3	4
	- первым отнимает игровой предмет, игрушку у другого ребенка	0	1	2	3	4
	- проявляет агрессивные реакции на агрессивные действия других	0	1	2	3	4
	- толкается, когда обижают	0	1	2	3	4
	- бьет других детей, если ребенка случайно толкнули	0	1	2	3	4
<b>Чувствительность к присутствию других</b>	- ситуация совместной деятельности провоцирует агрессивное поведение у ребенка	0	1	2	3	4
	- присутствие других (детей, взрослых) провоцирует агрессивность у ребенка	0	1	2	3	4
	- щиплется на глазах у всех	0	1	2	3	4
	- толкает сверстника на глазах у всех	0	1	2	3	4
<b>Физическая агрессия, направленная на предмет</b>	- ломает постройку на глазах у всех	0	1	2	3	4
	- ребенок стремится разорвать игровую предметную карточку, книжку	0	1	2	3	4
	- ребенок бросает предмет об стенку	0	1	2	3	4
	- ребенок стремится бросить мяч в другого человека сильнее, чем это требуется по правилам игры	0	1	2	3	4
	- отрывает кукле руки, ноги	0	1	2	3	4

<b>Агрессия, направленная на сверстников</b>	- толкает других детей в состоянии раздражения	0	1	2	3	4
	- проходя, мимоходом ударяет встречных	0	1	2	3	4
	- бьет других детей в состоянии раздражения	0	1	2	3	4
	- ударяет детей и внезапно успокаивается	0	1	2	3	4
	- стремится ткнуть в глаз (пальцем, предметом)	0	1	2	3	4
	- кусает других детей в состоянии раздражения	0	1	2	3	4
<b>Агрессия, направленная на себя</b>	- просит себя стукнуть еще раз	0	1	2	3	4
	- берет на себя вину за других	0	1	2	3	4
	- рвет на себе волосы	0	1	2	3	4
	- щиплет себя в состоянии раздражения	0	1	2	3	4
	- кусает себя в состоянии раздражения	0	1	2	3	4
<b>Агрессия, направленная на взрослого (в раннем и дошкольном возрасте)</b>	- бьет родителей по руке за то, что они не дают разбрасывать игрушки.	0	1	2	3	4
	- бьет чужого взрослого по руке за то, что он не дает разбрасывать игрушки и т.п.	0	1	2	3	4
	- тянет взрослого за волосы только при нарастании утомления или пресыщения	0	1	2	3	4

	- в состоянии пониженного настроения бьет чужого взрослого кулачком	0	1	2	3	4
	- в состоянии пониженного настроения бьет родителя кулачком	0	1	2	3	4
	- царапает взрослого	0	1	2	3	4
	- беспричинное недоброжелательное отношение к члену семьи	0	1	2	3	4
	- больно бьет ногой бабушку	0	1	2	3	4
<b>Вербальная (словесная) агрессия)</b>	- говорит обидные, грубые слова детям	0	1	2	3	4
	- говорит обидные слова взрослым	0	1	2	3	4
	- говорит нецензурные слова детям	0	1	2	3	4
	- говорит нецензурные слова взрослым	0	1	2	3	4
<b>Агрессивность в виде угрозы</b>	- замахивается, но не ударяет другого	0	1	2	3	4
	- пугает другого	0	1	2	3	4
<b>Агрессия направленная на животных</b>	- щиплет кошку	0	1	2	3	4
	- выкручивает хвост кошке	0	1	2	3	4
	- специально наступает на лапы собаке	0	1	2	3	4
	- отрывает крылышки насекомым	0	1	2	3	4

<b>Агрессия разных видов и направленности</b>	- агрессия (физическая, словесная, скрытая, в виде угроз), направленная на все окружающее (предметы, близких людей, животных и пр.)	0 1 2 3 4
<b>Неупорядоченные проявления агрессии</b>	- плюется в состоянии раздражения	0 1 2 3 4

## Раздел 5.

### Схема проведения классного часа на тему «Подростки: мир без агрессии» с использованием видеоматериала

**Цель занятия:** предупреждение возможных отклонений в поведении обучающихся, регуляция эмоциональной сферы

**Задачи занятия:**

1. сформировать у обучающихся необходимые знания по тематике занятия;
2. сформировать у обучающихся умения применять полученные психологические знания для саморазвития;
3. способствовать формированию у обучающихся адекватных реакций в различных жизненных ситуациях;
4. способствовать регуляции эмоциональной сферы у обучающихся;
5. способствовать развитию у обучающихся навыков рефлексии.
6. Приемы и методы работы: упражнения, лекция по тематике занятия, анкетирование, рефлексивная технология.

**Форма проведения занятия:** групповая.

**Необходимое оборудование:** тренинговое пространство, стулья (по количеству участников), столы, ручки, цветные карандаши, писчая бумага, наглядный материал, раздаточный материал.

**Преимущество данного метода:** подача необходимых знаний детям об их правах в ситуациях эмоционального или физического насилия со стороны взрослых или сверстников в том, что непосредственное участие в моделировании ситуаций обеспечивает интерес к теме, живое восприятие и эффективное усвоение материала.

**Время проведения занятия:** 45 минут

**Ход занятия**

Интерактивное общение с аудиторией в формате «вопрос» - «ответ»

Вопрос: Что для вас значит «взаимодействие»?

*(ответы)*

Вопрос: А если это взаимодействие между педагогом и подростком?

*(ответы)*



Вопрос: Всегда ли взаимодействие носит конструктивный характер?

Для выяснения этого вопроса аудитории предлагается посмотреть видеоролик под названием «Разрешите войти».

**Примеры вопросов к обсуждению после просмотра.**

Вопрос: Какие чувства вызывает у вас данное видео?

*(ответы зрителей)*

Вопрос: Как вы думаете: какие последствия ожидают ученика?

Ведущий на доске рисует таблицу и заполняет ее вместе с аудиторией

<b>Ученик</b>	<b>Одноклассники</b>	<b>Учитель</b>

Вопрос: Как могут измениться отношения главного героя со сверстниками?

Вопрос: Какие последствия такого поведения могут быть для учителя?

Вопрос: Данный образ учителя типичен для школы или это скорее – исключение из правил?

*(ответы аудитории)*

Вопрос: Просьба обратить внимание на интонацию учителя и ученика. Что вы чувствовали, когда они говорили?

Вопрос: Какие эмоции, возможно не вербально проявленные, были замечены вами у учителя?

Вопрос: Можно ли назвать данное взаимодействие конструктивным?

*(ответы аудитории)*

Вопрос: Представьте, пожалуйста, что продемонстрированная в видеоролике ситуация – реальный случай из жизни. Что, на ваш взгляд, может произойти в дальнейшем с главным героем? Как отнесутся к нему одноклассники?

## Переход к обсуждению вариантов выхода из ситуации

Вопрос: Как данную ситуацию можно было бы изменить, чтобы сблизить оппозиционные стороны и прийти к взаимопониманию?

Задача психолога состоит в том, чтобы показать - как можно слушать и слышать друг друга. Предлагаю подумать, что может быть положительного в ситуации, показанной в видеоролике?

*(аудитория рассуждает)*

Часто психологу приходится выступать в роли некоего «переводчика», учить других «читать между строк». Не всегда за грубым замечанием учителя стоит желание просто «выпустить пар». Равно как и далеко не всегда за плохим поведением подростка стоит... просто плохое поведение.

Для того, чтобы видеть разные грани одной и той же ситуации, приходится много тренироваться, чувствовать и пробовать на себе. Для того, чтобы использовать эффективные способы взаимодействия, нужно помнить о неких принципах, на которых строятся любые отношения.

К примеру, Карл Роджерс предложил триаду клиент-центрированных отношений, которые применимы и в гуманистической педагогике.

**1. Конгруэнтность (подлинность и честность).** Когда мы честны сами с собой, мы понимаем, что наши неурядицы – это только наши неурядицы, и подросток, пришедший на урок, не виноват в катастрофах вселенского масштаба. Мы все люди и нам всем присущи эмоции. Но в тот момент, когда мы осознаем, что чувствуем, мы уже одерживаем победу. Несомненно, кому-то мы симпатизируем, кого-то отвергаем. Мы имеем право на любые чувства, но также помним и об ответственности за них.

**2. Эмпатия.** Обладать эмпатией – это значит уметь чувствовать и понимать, что чувствует другой человек. Знания внутреннего мира подростка, полученные эмпатически, приводят к пониманию того, на чем основано его поведение, почему он поступает так или иначе. Наша победа над конфликтами и ссорами зачастую зависит от понимающего слушания другого.

**3. Принятие.** Любить и принимать ученика только за какие-то заслуги или отличные оценки, не совсем правильно. Каждый подросток – это отдельный мир, отдельная вселенная. Мы безусловно принимаем подростка или любого другого со всей сердечностью, симпатией, вниманием и уважением. Безусловно и положительно оценивать другого – значит оценивать его позитивно, независимо от того, какие чувства вызывают определенные его поступки. Поступки могут оцениваться по-разному, но принятие, признание человека не зависят от них.

Если во взаимодействии придерживаться определенных правил, то все чувства, которые возникают при общении из вселенского хаоса превратятся в конструктивное взаимодействие и приведут к победе обеих сторон.

### **Темы видеофильмов**

Краткая аннотация видеороликов «Подростки: мир без агрессии»: Задача каждого видеоролика – показать коротко суть конфликта между персонажами, обострить его до кульминации, но ее не раскрывать, оставить финал открытым, чтобы можно было в классе обсудить как должен герой поступить в сложной ситуации, когда его травят и уже достали – выйти из общения или защищаться, дать сдачи и т.д.

### **Основные виды драматургических конфликтов в историях:**

1. «Новенькая» - межличностный конфликт, троечница травит отличницу 2 версии
2. «Плюшка» - конфликты «человек и общество», «человек и среда», одноклассники травят девочку «не такую как все» на почве ее проблем с лишним весом
3. «Шантажист» (рабочее название «Не доставайся же ты никому») - конфликт «мужчина и женщина», парень травит бывшую девушку, не желающую больше встречаться с ним
4. «Провокатор» - конфликты межличностный и «отцы и дети», сын манипулирует одноклассниками и отцом, навязавшим сыну свою волю
5. «Тревожная мама» - конфликт «отцы и дети», гипертревожная мама нарушает границы сына-подростка.
6. «Разрешите войти!» - конфликты межличностный и «ученик - учитель», учитель травит ученика, не оправдавшего его надежды, не желая разбираться в причинах

7. Дополнительный материал: Сценическая постановка «Обменнебом» - основной конфликт – внутренний, подростки рассуждают на волнующие их темы: любовь, предательство, одиночество, радость, добро, ненависть и т.д.

**Важное примечание:**

Сценарии являются исходным материалом для импровизации актеров-подростков, что является важным моментом при создании видеоматериалов в рамках проекта. Важно добиться того, чтобы в процессе импровизации подростки вживались в роль и «проигрывая» историю своего персонажа, интуитивно разрешали собственные внутренние конфликты, поскольку именно в подростковом возрасте формируются привычки и формы общения со сверстниками и значимыми взрослыми (родители и учителя), у подростка в непосредственном контакте с другими людьми определяются собственные границы и границы других людей.

## **Приложение**

### **Информация об образовательно-просветительском проекте «Подростки: мир без агрессии»**

Проект-победитель Конкурса грантов Президента Российской Федерации в направлении «Поддержка проектов в области науки, образования, просвещения»

Инициатор проекта - Центра «Практика» Нины Зверевой

Официальный партнер проекта – ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», кафедра психологии

Сроки реализации – 01.12.17 – 31.10.18 гг.

География проекта – Нижегородская область

Проект предусматривает производство мультимедийных методических материалов для учащихся 5-11 классов и педагогов-психологов общеобразовательных школ в виде цикла из семи учебных видеопрограмм и печатных методических пособий к ним для распространения в общеобразовательных учреждениях Нижегородской области.

#### **Информация о ходе проекта**

Проект «Подростки: мир без агрессии» предусматривал производство мультимедийных методических материалов для учащихся 5-11 классов и педагогов-психологов общеобразовательных школ в виде цикла из семи учебных видеопрограмм и печатных методических пособий к ним для распространения в общеобразовательных учреждениях Нижегородской области. В рамках первого этапа было выбрано 15 школ-участниц проекта, проведено обучение среди педагогов-психологов данных учебных заведений. Вместе с педагогами были определены основные темы историй для видеороликов, что позволило планомерно приступить ко второму этапу. В период с 1 апреля по 30 июня 2018 года рабочей группой проекта реализованы все запланированные мероприятия. Разработан формат цикла методических видеоматериалов, состоящего из 7 оригинальных видеороликов и 1 постановочного спектакля с участием подростков, являющегося неотъемлемой частью общего видеоконтента проекта. В качестве эксперимента при непосредственном участии экспертов проекта был проведен кастинг среди юношей и девушек, проживающих на территории Нижегородской области, в возрасте от 13 до 18 лет, а также взрослых на роли учителей и родителей.

После отбора ребят на роли съемочной группой проекта была проведена видеозапись 7 постановочных видеороликов и спектакля с участием нижегородских школьников и взрослых профессиональных актеров. На основе просмотренного видеоматериала был разработан формат анимированной видеозаставки с оригинальным логотипом проекта для методических материалов, включающего видеоролики и методическое пособие. Надо сказать, что идея вовлечения подростков в предсъёмочный период не была запланирована проектом изначально. Она возникла уже в процессе подготовки к съемкам и стала мощным стимулом для расширения границ проекта «Подростки: мир без агрессии». Именно инициатива и искренняя обратная связь потенциальной аудитории проекта дали понимание того, насколько подростки нуждаются в открытом и честном диалоге на тему агрессии в среде своих сверстников и, конечно же, взрослых. Это был совместный «мозговой штурм», полезный и для ребят, и для авторов проекта. Общение со школьниками помогло найти новые сюжетные повороты, уточнить диалоги, в общем, сделать сценарии роликов более качественными. А юные актеры - участники проекта получили необычный психологический и творческий опыт. Во время съемок ребята «примеряли» на себя разные роли, например, агрессора и жертвы, участвовали в дискуссиях, обсуждениях отснятого материала. В результате видеоконтент получился живым, эмоциональным и, безусловно, более убедительным и значимым для целевой аудитории.

Финальным этапом проекта стало производство учебно-методических материалов в виде 7 видеороликов и изготовление печатного методического сборника, готовых для дальнейшего распространения по школам Нижегородской области.

Прямо в ходе конференции Елена Гурьевна Еделева, зав. кафедрой психологии Нижегородского института развития образования и главный эксперт проекта, провела мастер-класс: показала, как педагогам пользоваться видеороликами. По словам Елены Гурьевны, и для нее самой, и для всех психологов это абсолютно новый опыт. Раньше у них не было такого рабочего инструмента - убедительного по содержанию и современного по форме, - чтобы проводить работу с подростками по профилактике агрессивного поведения.

Ролики были смонтированы так, что каждый из них обрывался на высшей точке развития конфликта, когда страсти героев разгорались не на шутку. Дальше могло случиться что угодно - драка, нервный срыв, слезы, истерика, в общем, беда. Как выйти из ситуации без потерь? Как снять агрессию? Что можно сделать герою (героине), другим участникам конфликта? Аудитория - и взрослые, и дети - не только отвечали на вопросы модератора, но и проигрывали разные варианты выхода из конфликта. Это

был наглядный урок для педагогов, как можно пользоваться видеороликами в своей повседневной практике. Методическое пособие стало существенным дополнением к видео, поскольку содержит не только алгоритм работы с ним на уроках, но и дополнительные упражнения по снятию агрессии у подростков. Эти упражнения выполняются в игровой форме, что существенно облегчает процесс налаживания контакта педагога с аудиторией и дает возможность поднимать острую тему подростковой агрессии увлекательным для аудитории и за счет этого эффективным способом.

Конференция получилась рабочей, полезной для участников. В итоге созданные материалы в ходе проекта были согласованы и одобрены к внедрению в методическую работу педагогов-психологов с учащимися 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях Нижегородской области в формате открытых уроков и классных часов. Всем участникам проекта в торжественной обстановке были вручены сертификаты об участии в совместной работе. Созданные материалы переданы на кафедру психологии в НИРО для использования в плановой работе с педагогами, регулярно проходящими курсы переподготовки и повышения квалификации.

Принципиально важным результатом проекта является то, что после завершения проекта уже в 2018 году на базе НИРО планируется создать курс по подростковой агрессии на основе видео- и печатных материалов с одноименным названием «Подростки: мир без агрессии».

В рамках данного курса педагоги школ Нижегородской области смогут не только знакомиться с созданными в рамках проекта материалами, но и обучаться работе с ними с последующей возможностью применения полученных практических знаний у себя в школах. Кроме того, созданные материалы размещены в открытом доступе на официальном сайте Центра «Практика» Нины Зверевой, где любой педагогический работник сможет сказать их и использовать в своей работе.

Немаловажным является и тот факт, что в рамках третьего этапа авторы проекта по собственной инициативе провели переговоры с представителями государственно-правового департамента Нижегородской области и Комиссии при Губернаторе Нижегородской области по правам человека и содействию развитию институтов гражданского общества и рассмотрению общественных инициатив, целью которых было предложение с помощью созданных в рамках проекта «Подростки: мир без агрессии» материалов обратить внимание на проблему растущей агрессии среди школьников на общественном и государственном уровне. В ходе переговоров было найдено принципиальное взаимопонимание и готовность продвигать идеи и практические результаты, полученные в ходе реализации проекта.

**Методические рекомендации  
по проведению тренинговых занятий и классных часов  
по профилактике агрессивного поведения  
у детей и подростков**

Составители Е.Г. Еделева, Н.О. Юдина  
Подписано в печать 26.09.2018 г. Формат 60х64 1/16  
Бумага офсетная. Печать цифровая. Зак. 585. Тираж 500 экз.

Отпечатано в типографии ННГУ им. Н.И. Лобачевского  
603000, г. Нижний Новгород, ул. Б.Покровская, 37