

*Исаева Петимат Увайсовна*

студентка

*Эхаева Раиса Могдановна*

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Чеченский государственный университет»

г. Грозный, Чеченская Республика

## **ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА ПО СНИЖЕНИЮ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ**

*Аннотация:* в статье рассматривается агрессивное поведение детей подросткового возраста. Авторами выявляются причины проявления агрессивности подростка. В работе раскрываются особенности коррекции агрессивного поведения подростков, развитие адекватной оценочной деятельности, формирование и развитие навыков самоконтроля, саморегуляции; способности прогнозировать последствия своего поведения, развитие конструктивных поведенческих навыков, формирование терпимости к другим.

*Ключевые слова:* агрессия, самоконтроль, навыки, развитие, способности.

Агрессивное поведение детей подросткового возраста является актуальной в современных условиях жизни, так как причиной является их специфические психологические особенности. Агрессивное поведение оказывает негативное влияние на психологическое состояние подростков, их взаимоотношения с социумом, а также на их ближайшее окружение – семью, педагогов, сверстников.

Прежде чем перейти к обсуждению вопроса о возможности предупреждения или установления контроля над агрессией, необходимо уточнить, что конкретно мы понимаем под агрессивным поведением. Агрессия – это любая форма поведения, направленная на причинение ущерба или причинения вреда объектам нападения (одушевленным или неодушевленным). Независимо от формы проявления – словесная брань или непосредственное физическое, или косвенное влияние – она выступает как деструктивное поведение, наносит людям физические повреждения или психологический дискомфорт.

Известно, что любое нарушение, отклонение от установленной нормы лучше предупредить, чем корректировать. Своевременная ранняя профилактика агрессивных проявлений дает возможность в значительной степени снизить количество агрессивных проявлений у детей и подростков.

Аналитический обзор исследований явлений агрессии показывает, что большинство исследований по этой тематике сосредоточено на выявлении причин агрессивного поведения, а не на поиск средств ее предупреждения.

Психолого-педагогическая коррекция комплексно влияет на подростка, помогает изменить его повадки в поведении и в жизненном видении, это помогает формировать отношения ученика и учителя с более конструктивной точки зрения [8, с. 47].

Психологи выделяют 3 направления коррекционной работы с агрессивными подростками.

1. Индивидуальная работа.
2. Групповая работа.
3. Поведенческая и семейная коррекция.

Принципы индивидуальной работы.

Сначала нужно выяснить причины проявления агрессивности подростка, для дальнейшей работы согласовать это с родителями ребенка, чтобы обеспечить ему поддержку с их стороны. В зависимости от возраста и возможностей ребенка выбирается техника работы [2, с. 68].

Алгоритм психолого-педагогической коррекции помогает установить контакт с подростком, налаживается доверие к учителю (нужно провести 40 минут для разговора о любимых занятиях, киноактерах и т. д.). нужно успокоить подростка и закрепить состояние доброкачественной агрессии.

На следующем этапе формируются ограничения для внутреннего контроля. В процессе общения подросток усваивает ценности и нормы, которые взрослый обнаруживает, как свои личные [10].

На данном этапе взрослый устанавливаются запреты:

- не нужно навязывания своей оценки и мнения;

- не нужно обвинять подростка в плохих результатах коррекции;
- не нужно концентрировать внимание на психофизиологических и психологических особенностях ребенка.

Перед тем как научить подростка избавляться от агрессии, нужно, чтобы он оценил свои поступки, для этого проводится беседа наедине с ребенком, занимающая времени – до 60 мин. Если указанные границы во времени превышаются, то это может привести к потере интереса, рассеиванию внимания, и ребенок может сорвать процесс беседы.

Целесообразная коррекция агрессивного поведения включает в себя следующие этапы:

- 1) осмысливание не конструктивности проявления агрессивных чувств;
- 2) направление агрессии в конструктивном направлении и нивелирование эмоционального напряжения;
- 3) формирование навыков взаимодействия в предполагаемых конфликтных ситуациях.

В процессе интервью необходимо описать случаи агрессивного поведения, причины, реакцию взрослых в данной ситуации. Ученик должен конкретизировать факты проявления личной агрессивности. В ходе интервью полезно обсудить следующие вопросы:

- 1) когда, в какой ситуации это происходило;
- 2) как выглядело проявление агрессии;
- 3) какие чувства испытал при этом;
- 4) как вели себя при этом другие люди – взрослые и сверстники.

На данном этапе рекомендуется не комментировать ответы ученика. Иногда подросток затрудняется ответить на эти вопросы, поэтому для того, чтобы он дал адекватную оценку своим поступкам предлагаются такие методы для лучшей визуализации:

- 1) закрыв глаза, проиграть в голове ситуацию, в которой была обнаружена агрессия;

2) метод незаконченных историй. Психолог рассказывает историю, а подросток должен придумать ее окончание. История содержит в себе конфликтную ситуацию, в ней нет одного решения ситуации, поэтому реакция и окончание истории может быть различной;

3) после 5–6 занятий у подростка формируется понимание своих неправильных поступков и возникает желание исправить ситуацию.

Подростку во время обсуждения нужно объяснить, какие существуют способы управления своей агрессией и гневом. Научить его правильно подавать свое эмоциональное состояние родителям, сверстникам, учителям.

Подростков можно научить проявлять свои негативные эмоции в форме адекватного «Я-высказывания». В одной фразе следует выразить: событие, из-за которого разгорелся конфликт, описать ситуацию, которая привела к возникновению проблемы; свою реакцию на события, объяснить, что ребенок может дать волю своим отрицательным чувствам, но проявить их в приемлемой форме; показать возможно лучший результат, оптимальный выход из данной ситуации.

Когда чувство ярости и гнева возвращаются, стоит сделать расслабляющие упражнения:

- сосчитать до 10;
- дышать глубоко и размеренно;
- если есть возможность, сделать несколько шагов по помещению;
- разорвать ненужную бумагу;
- снять напряжение с помощью выполнения каких-то полезных занятий: уборка дома, стирка одежды, работа во дворе или занятия спортом.

Если ребенок возвращается из школы напряженным, родителям рекомендуется предложить погулять ему на свежем воздухе, поиграть в футбол. Агрессия переходит в физическую нагрузку, игра вызывает у подростка положительные эмоции. Таким образом, психологическая коррекция агрессии включает в себя огромный спектр методов [4]:

- коррекция с помощью игры;
- коррекция с помощью перехода в корректирующее окружение;

– коррекция с помощью творческого самовыражения (лепка, танцы, занятия в театральной студии и т. д.);

– коррекция агрессии через направление ее в социально одобряемую деятельность, например в спорт (ребят со стойким агрессивным поведением необходимо приобщать к видам спорта, которые требуют проявить сотрудничество, например футбол или баскетбол, те виды спорта, которые могут нанести физические травмы – нежелательны);

– коррекция агрессии через проведение тренингов, направленных на формирование навыков конструктивного взаимодействия с социумом;

– коррекция агрессивности с помощью поведенческих методов.

Работа с родителями, дети которых проявляют агрессию, должна включать их информирование о причинах и факторах, провоцирующих агрессивную реакцию детей. Кроме просветительской функции, психолог должен помочь родителям формировать положительное отношение к ребенку, умение его поддерживать.

Из изложенного следует, что комплексная программа психологической профилактики и коррекции агрессивного поведения подростков имеет целью следующие задачи: развитие адекватной оценочной деятельности, формирование и развитие навыков самоконтроля, саморегуляции, способности прогнозировать последствия своего поведения, развитие конструктивных поведенческих навыков, формирование терпимости к другим.

Таким образом, работа по профилактике и коррекции агрессивных проявлений подростков должна осуществляться комплексно и систематично; включать в себя элементы приемов и упражнений разных направлений психолого-коррекционной работы, а также не быть эпизодической. Только при условии координации совместных усилий подростков, родителей и педагогов можно достичь реальных результатов по предотвращению агрессивных проявлений.

### *Список литературы*

1. Алемаскин М.А. Психологическая характеристика личности подростка-нарушителя // Вопросы изучения детей с отклонениями в поведении. – МЛ, 1968. – С. 87–99.
2. Бэррон Р. Агрессия / Р. Бэррон, Д. Ричардсон. – СПб., 1997. – 336 с.
3. Кэмпбелл Р. Как справиться с гневом ребенка. – СПб., 1997. – 200 с.
4. Линденфилд Г. Как: справиться с гневом: позитивная стратегия управления сильными эмоциями. – М., 1997. – 288 с.
5. Маковская И. Агрессивность: проявления, причины, предупреждение // Семья и школа. – 1983. – №9. – С. 36–37.
6. Мойер К. Хирургия агрессивности // Диалоги продолжаются: Полемические статьи о возможных последствиях развития современной науки. – М., 1989. – С. 115–122.
7. Парене Г. Агрессия наших детей. – М., 1997. – 60 с.
8. Рыбалка В.В. Методологические вопросы научной психологии (опыт лично-ориентированной систематизации категориально-понятийного аппарата): учеб. пособ. – М.: НикаЦентр, 2003. – 204 с.
9. Румянцева Т Г. Агрессия и контроль // Вопросы психологии. – 1992. – №5–6. – С. 35–40.
10. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. – М., 1996. – 96 с.
11. Уилсон Р.А. Психология эволюции. – К., 1998. – С. 62–86.
12. Childhood aggression and unconventionality: Impact on later academic achievement, drug use and workforce involvement / S. Brook Indith, D. Newcomb Michael // J. Genet. Psychol. – 1995. – №4. – P. 393–410.