**Педагогические средства профилактики агрессивного поведения младших подростков**

В настоящее время проблема проявления агрессии школьном возрасте актуальна, так как мы сталкиваемся с ней каждый день на улице, в школе.

Возросла агрессивность всего общества, это связано с экономическим кризисом, сложными политическими трудностями, с нарушением преемственности между поколениями, с падением образовательного и культурного уровня значительной части подрастающего поколения и вызывающими у подростков чувство безнадежности и раздражения. Поэтому, усилилось демонстративное и вызывающее по отношению к взрослым, поведение. В крайних формах стали проявляться жестокость, и агрессивность. Мы являемся свидетелями изменения всей социальной структуры общества, интенсивных процессов расслоения населения по имущественному признаку, по отношению к различным формам собственности. На почве социальных противоречий возникают межгрупповые и межличностные конфликты. Дети практически каждый день становятся, так или иначе, жертвами агрессивных проявлений или наблюдателями конфликтного общения, этому существует множество объяснений. Первое, конечно, это когда члены семьи мало общаются друг с другом, дома многие родители предпочитают проводить время за компьютером или телевизором. У многих родителей хватает своих личных трудностей и проблем, а также личных вредных привычек и зависимостей. Нельзя также не вспомнить и об ухудшении физического и психического здоровья детей. Эти и многие другие факторы способствуют увеличению числа младших подростков с различными нарушениями поведения.

Сложность проблемы состоит в том, что трудно бывает ответить на вопрос: является ли агрессивность подростков признаком психического заболевания или просто дефект воспитания.

Еще одна сложность проблемы в том, что она стоит на стыке многих наук: психиатрии, психологии, социологии, педагогики, философии, юриспруденции и каждая рассматривает эту проблему в своей терминологии и в своем понимании. Однако, в любом случае, агрессивность имеет непосредственную связь с личностью, указывает на любые отклонения в ее формировании и затрудняет социальную адаптацию взрослеющего человека.

По профилактике агрессивного поведения младших подростков, его преодолению работали многие западные и отечественные психологи и педагоги, такие как, А.Басс, Л.Берковиц, Р. Бэрон и Д.Ричардсон, Ю.В. Василькова, Л.Д. Зильман, И.Э. Кондракова, Т.Г. Румянцева.

В переводе с латинского языка «агрессия» означает «нападение», «приступ». Данный феномен связывают с негативными эмоциями (гневом), мотивами (стремлением навредить), установками (расовыми предубеждениями) и деструктивными действиями. Но важно помнить и о том, что агрессивность в определенных пределах необходима любому человеку. Агрессивность может служить способом самозащиты, отстаивания своих прав, удовлетворения желаний и достижения цели. Выраженная в приемлемой форме агрессивность играет важную роль в способности ребенка адаптироваться к обстановке, познавать новое, добиваться успеха. В то же время агрессивность в форме враждебности и ненависти способна нанести вред, сформировать нежелательные черты характера — либо задиры, хулигана, либо труса, не способного постоять за себя. И то, и другое негативно сказывается на чувствах ребенка, а в крайних случаях может привести к деструктивному поведению даже в отношении людей, которых ребенок любит. Часто причиной подростковой агрессивности является семья.

«Агрессивное поведение» иногда определяется как "агрессия", а иногда - как "агрессивность". Нередко "агрессия" и "агрессивность" рассматриваются как синонимы. Однако, как считает Т.Г.Румянцева, необходимо разграничивать "агрессию" как специфическую форму поведения и "агрессивность" как психическое свойство личности: "Агрессия - это процесс, имеющий специфическую функцию и организацию; агрессивность - это некая структура, являющаяся компонентом более сложной структуры психических свойств человека" [18].

Первые попытки объяснения причин возникновения и развития агрессивности детей были предприняты в рамках психоаналитического подхода. А.Фрейд**,** занимавшаяся детским психоанализом, рассматривает агрессию как один из механизмов защиты инстанции «Я». Она считает, что агрессия в детском возрасте есть проявление тревоги и страха.

А. Адлер причину подростковой агрессии выводил из того, что «на протяжении всего своего развития ребёнку присуще чувство неполноценности». Ребёнок переживает очень длительный период зависимости, когда он совершенно беспомощен и, чтобы выжить, должен опираться на родителей. Незрелость ребёнка, его неуверенность в себе и несамостоятельность приводят к болезненному переживанию своего подчинённого положения по отношению к более сильным людям в семейном окружении. Это рождает чувство неполноценности, обозначая начало длительной борьбы за достижение превосходства над окружением, а также стремление к совершенству и безупречности. Агрессия, таким образом, является способом достижения цели превосходства, инструментом преодоления чувства ущербности [9].

А. Бандура, как теоретик социального научения, придает особое значение наблюдению в усвоении ребенком агрессивных реакций. А. Бандура считает, что дети усваивают агрессивную манеру поведения, наблюдая за действиями взрослых и отмечая последствия этих действий поведения. Этим объясняется, что в семьях с агрессивным поведением родителей растут дети, склонные к силовому решению своих проблем дети [1].

Р. Бэрон, Д. Ричардсон, разделяя теорию социального научения А. Бандуры, в качестве основных источников агрессивного поведения младших школьников выделяют семью, сверстников и масс-медиа. Влияние сверстников, по мнению авторов, связано прежде всего, с тем, что научение агрессивному поведению происходит в основном через игры [4].

А. Басс предложил определять агрессию как любое поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим. Ученый настаивал на необходимости различать враждебность и агрессивность.

Л. Берковиц рассматривает агрессию как негативную установку к другому человеку или группе людей, настаивал на том, что для квалификации тех или иных действий как агрессивных обязательным условием является намерение нанесения обиды или оскорбления [3].

Д. Зильман ограничивает употребление термина агрессия только попыткой нанесения другим телесных или физических повреждений.

Т. Г. Румянцева рассматривает агрессию как неотъемлемую динамическую характеристику активности и адаптивности человека [18].

С ней соглашается и Ю.В. Василькова, отмечая, что одной из важнейших характеристик действий и поступков, определяющих устанавливаемые взаимоотношения между людьми, а также эффективность индивидуального личностного развития, является агрессивность[5].

Оклендер подчеркивал, что обучение культурным формам выражения гнева является профилактической мерой и способом работы с агрессивным поведением [15].

Т.Г. Румянцева рассматривает агрессивность как форму социального поведения, так как человеческое агрессивное поведение осуществляется в контексте социального взаимодействия. Отсутствие агрессивности становится причиной пассивности, ведомости и т.д. С другой стороны, чрезмерное развитие и проявление агрессивности начинает определять весь облик личности, приводя к сознательно опасным и неодобряемым формам поведения [18, 1].

А.А. Реан понимает под агрессивностью такое свойство личности, которое выражается в готовности к агрессии.

Долгова А.Л. отмечала, что детям с агрессивным поведением, при всем различии их личностных характеристик и особенностей поведения, свойственны некоторые общие черты. К ним относятся бедность, примитивность ценностных ориентаций, отсутствие увлечений, узость и неустойчивость интересов. Эти дети, как правило, имеют повышенную внушаемость, склонность к подражанию. Им присуща эмоциональная грубость, озлобленность в отношении, как сверстников, так и окружающих взрослых, неадекватная, неустойчивая самооценка (либо максимально положительная, либо максимально отрицательная), повышенная тревожность, страх перед широкими социальными контактами, эгоцентризм, неумение находить выход из трудных ситуаций, преобладание защитных механизмов над другими, регулирующими поведение. Вместе с тем среди агрессивных встречаются дети хорошо интеллектуально и социально развитые. У них агрессивность выступает средством поднятия престижа, демонстрации своей самостоятельности, взрослости [6].

В.Клайн считает, что в агрессивности есть определенные здоровые черты, которые просто необходимы для активной жизни. Это - настойчивость, инициатива, упорство в достижении цели, преодоление препятствий. Эти качества присущи лидерам.

Р.С.Хоманс считает, что агрессию может вызвать ситуация, связанная со стремлением к справедливости [7].

Реан А.А., Бютнер К. и другие рассматривают некоторые случаи агрессивного проявления как адаптивное свойство, связанное с избавлением от фрустрации и тревоги. Состояние фрустрации - это психическое состояние, характеризующееся наличием стимулированной потребности, не нашедшей своего удовлетворения [7, 15].

Таким образом, агрессию можно рассматривать как биологически целесообразную форму поведения, которая способствует выживанию и адаптации. С другой стороны, агрессия расценивается как зло, как поведение, противоречащее позитивной сущности людей.

Исаев Д.Д и И.И. Журавлев в работе «Типологические модели поведения детей с различными формами девиантного поведения» к числу разнообразных, взаимосвязанных факторов, обуславливающих проявление отклоняющего поведения, относят следующие факторы:

Индивидуальный фактор, действующий на уровне психобиологических предпосылок асоциального поведения, который затрудняет социальную адаптацию индивида.

Психолого-педагогический фактор, проявляющийся в дефектах школьного и семейного воспитания.

Социально-психологический фактор, раскрывающийся неблагоприятные особенности взаимодействия несовершеннолетнего со своим ближайшим окружением в семье, на улице, в учебно-образовательном учреждении.

Личностный фактор, который, прежде всего, проявляется в активно- избирательном отношении индивида к предпочитаемой среде общения, к нормам и ценностям своего окружения, к педагогическим воздействиям семьи, школы, общественности, а также в личных ценностных ориентациях и личной способности к саморегулированию своего поведения.

Социальный фактор, определяющийся социальными и социально-экономическими условиями существования общества.

Помимо факторов детской агрессивности существуют причины, которые вызывают у подростка стойкое проявление данных реакцией.

Д. Хорсанд рассматривает причины подростковой агрессивности:

 1. Семейные причины.

* Неприятие детей родителями.
* Безразличие или враждебность со стороны родителей.
* Разрушение эмоциональных связей в семье.
* Неуважение к личности ребенка.
* Чрезмерный контроль или полное отсутствие его.
* Жестокий характер матери или отца.
* Запрет на физическую активность.
* Чрезмерное внимание

2. Личные причины

* Подсознательное ожидание опасности.
* Неуверенность в собственной безопасности.
* Личный отрицательный опыт.
* Эмоциональная нестабильность.
* Недовольство собой.
* Повышенная раздражительность.

3. Ситуативные причины.

* Плохое самочувствие, переутомление.
* Влияние продуктов питания.

4. Индивидуально-психологические причины.

* Тип темперамента
* Акцентуации характера
* Тип нервной системы

5. Социально-биологические причины, которые могут быть обусловлены биологическими, половыми, психологическими и социальными причинами. Нередко агрессивные реакции подростков бывают обусловлены установками, предрассудками и системой ценностей значимых для них взрослых.

6. Психологические причины.

* Недостаточное развитие интеллектуальной сферы и коммуникативных навыков;
* Сниженный уровень самоконтроля;
* Низкая самооценка;
* Нарушенные отношения со сверстниками.

Таким образом, агрессивность в подростковом возрасте имеет определённую причину, которую важно понять и принять. Паника или попустительское отношение не являются союзниками в воспитании. Кроме того, ребёнок развивается и потому не следует спешить с выводами «агрессивный», «злой». Важнее воспитывать, а не переживать по поводу того, что ребёнок не соответствует каким-то стандартам.

Понимание агрессии ребенка по-своему специфично и исходит из чувства неудовлетворенности по поводу невозможности реализации элементарных потребностей (в пище, свободе движений и т. д.). С возрастом происходит смена форм агрессии: частота простого физического нападения уменьшается за счет роста более "социализированных" форм таких, как оскорбление или соперничество. О. И. Шляхтина показала, что агрессивность подростка определяется его статусом в группе. Наиболее высокий уровень агрессии наблюдается у лидеров и отверженных. Лидеры с помощью агрессивных действий укрепляют свое первенство, а отверженные группой проявляют неудовлетворенность своим положением. Изменение характера референтной группы или ценностей и норм в прошлой группе создавало условия, побуждающие к изменению нравственных оценок. Если оценивать влияние полового (гендерного) фактора, то подростки - мальчики демонстрируют более высокий уровень прямой и физической агрессии, а подростки - девочки — косвенной и вербальной. Наиболее значимыми показателями риска агрессии у подростков мужского пола общей популяции были микросоциальные факторы: увлечения, связанные с насилием и жестокостью, общение с ранее судимыми лицами, употребление психоактивных веществ, родительская агрессия. При этом защитным фактором, тормозящим развитие агрессивного поведенческого стереотипа, являются такие личностные характеристики, как застенчивость, нерешительность, повышенная тревожность. У девочек преобладают биологические факторы риска.

Переход к периоду младшего подросткового возраста сопровождается резкой ломкой психики, получивший название “подросткового кризиса”, когда учебная деятельность перестает оказывать то влияние на развитие, которое она имела в предыдущий период, а ведущей деятельностью становится общение со сверстниками (по Д. Б. Эльконину – интимно-личное общение), психологическое отдаление от взрослых, с частыми конфликтами.

К. Д. Ушинский в работе “Человек как предмет воспитания” указывал, что педагог, стремящийся воспитывать человека должен, прежде всего, узнать его во всех отношениях. “Изучайте законы тех психических явлений, которыми вы хотите управлять, и поступайте, соображаясь с этими и теми обстоятельствами, в которых вы хотите их приложить”.

Ученый А.П. Караковский называет следующие возрастные особенности младшего подростка:

1. потребность в достойном положении в коллективе сверстников, в семье;
2. повышенная утомляемость;
3. стремление обзавестись верным другом;
4. стремление избежать изоляции, как в классе, так и в малом коллективе;
5. повышенный интерес к вопросу о “соотношении сил” в классе;
6. стремление отмежеваться от всего подчеркнуто детского;
7. отсутствие авторитета возраста;
8. отвращение к необоснованным запретам;
9. восприимчивость к промахам учителей;
10. переоценка своих возможностей, реализация которых предполагается в отдаленном будущем;
11. отсутствие адаптации к неудачам;
12. отсутствие адаптации к положению “худшего”;
13. тенденция предаваться мечтаниям;
14. боязнь осквернения мечты;
15. ярко выраженная эмоциональность;
16. требовательность к соответствию слова делу;
17. повышенный интерес к спорту;
18. увлечение коллекционированием, увлечение музыкой и киноискусством.

Следует добавить, что младшие подростки драчливы, проявляют элементы жестокости и агрессивности, могут попасть под чужое влияние, попасть в уличные преступные группировки, то есть подвержены внушаемости и ведомости. В этом возрасте проявляются элементы деструктивного поведения (тяга к курению, воровству, обмануть и т.д.). Младшие подростки порой не дисциплинированны, энергичны, тревожны, очень активны, особенно проявляют активность при выполнении классных, общественных поручений, при уборке кабинета, школьной территории и т.д. (что говорит о высокой физиологической энергии), правда эта активность может уступить место утомляемости. Желание сохранить тайны и секреты у них соседствует с неумением хранить эти тайны и секреты от окружающих, младшие подростки часто ябедничают друг на друга, начинают давать друг другу “прозвища”, которые сохраняются вплоть до окончания школы. У многих младших подростков наблюдается завышенная самооценка своих возможностей (“я все могу сделать сам”), эгоистическое самоутверждение, при котором ребенок радуется, если у одноклассника неприятности, если одноклассник оказался униженным или менее успешным чем он. Младшие подростки очень ранимы и обидчивы. Очень любят бравировать вещами, предметами, нарядами, которые есть только у них, но отсутствуют у остальных товарищей. Сейчас мы наблюдаем, как среди младших подростков идет разделение в классах на детей обеспеченных родителей и на детей из малообеспеченных семей (это особенно ярко проявляется в городах), на первое место ставится богатство, а не знания. Весьма активно в младшем подростковом возрасте идет формирование “малых групп”.

Нельзя не упомянуть и вопрос о взаимоотношениях между младшими подростками и учителями. Положение учителя само по себе не гарантирует уважительного отношения со стороны младших подростков, и наставник должен обладать определенными качествами и вести себя определенным образом, чтобы заслужить такое к себе уважение. От того, как учитель, сможет проявить себя при работе с младшими подростками, зависит их отношение к нему в процессе дальнейшего обучения в школе. Строгость нужна, но ее следует сочетать с настойчивостью, вежливостью и занимательностью изложения нового материала.

“Активность младшего подростка не та, что у младших школьников. Его привлекает теперь не столько сам процесс деятельности, сколько цель и ее результат. Он становится мечтателем, романтиком. Он углублен в свои переживания, интересы. Он, то энергичен, деятелен, весел, то вдруг вял, пассивен, мрачен” – пишет кандидат педагогических наук В. Лапик. “Попытка выяснить причины того или иного поступка подростка, требования взрослых сказать, что угнетает, успеха не имеет. Настойчивые расспросы вызывают бурное, нервное состояние, слезы, а иногда и грубость. И как много нужно иметь такта для того, чтобы понять это новое для ребенка состояние, чтобы сдерживать себя, избегать резких приказов, упреков, порицаний” (В. Лапик).

Из всего сказанного можно сделать следующие выводы, что подростковый возраст самый трудный для учителей и родителей, самый критический для самих подростков. Переход к периоду младшего подросткового возраста сопровождается резкой ломкой психики, получивший название “подросткового кризиса”. “Это самый мятущийся, самый критический, самый неуравновешенный возраст”,- писала Н.К. Крупская.

Анализ работ отечественных исследователей, занятых проблемой детской агрессивности показывает, что усилия современных ученых направлены на детальное изучение одного из аспектов проблемы подростковой агрессивности, тогда как другие составляющие проблемы остаются недостаточно разработанными. Т.П. Смирнова, Г.Э. Бреслав делают акцент на психологической коррекции агрессивного поведения, выделяя лишь диагностические критерии. С. Л. Колосова рассматривает особенности, истоки и генезис детской агрессивности, Н. М. Платонова анализирует возможности использования различных форм и методов диагностической, коррекционной, профилактической работы с агрессивными детьми и подростками, ориентируясь в большей степени на подростковый возраст.

Использование системного подхода позволяет подойти к проблеме агрессивности подростков в единстве трех взаимосвязанных аспектов:

1. понятийного (понятие агрессивность, уровни ее проявления);
2. диагностического (комплекс методик, направленных, на определение уровня агрессивности подростков);
3. коррекционного – развивающего (система игр, упражнений, направленных на снижение агрессивности подростков).

Для предупреждения агрессивных поведенческих реакций различного происхождения существует достаточно широкий спектр возможностей.

I. Работа младшими подростками, склонных к агрессии.

Профилактика агрессивного поведения младших подростков предполагает следующий алгоритм действий:

1. Распознавание вида агрессии поскольку каждый вид агрессии требует собственного подхода.

2. Профилактика естественной агрессии подростков:

а) контроль за соматическим состоянием подростка – при нарушении состоянии, воспитательное воздействие на него неэффективно.

 б) тактика эмоциональной поддержки воспитательного процесса;

в) разъяснительная практика.

3. Профилактика вынужденной агрессии младших подростков – направлена, в первую очередь, на устранение причин вынужденной агрессии.

4. Профилактика агрессии детей с неадекватным поведением:

а)выявление причины неадекватного состояния подростков (внешние, внутренние:

- внешние причины: резкое изменение социальных условий, смена коллектива, негативная обстановка в семье и.т.д.;

 - внутренние причины: особенности психики, особенности личности подростка.

II. Работа с ближайшим окружением агрессивного младшего подростка:

1. Конструктивное воздействие учителя на агрессивные реакции младших подростков.

Психологическое управление уровнем агрессивности подростка является достаточно сложной задачей учителя. Установлено, что лобовые дисциплинарные атаки, как правило, дают лишь временный и внешний эффект. Но и тактика молчаливого игнорирования воспринимается как уступка, поощряющая агрессора, чувствующего свою безнаказанность. Сам учитель должен понимать, что агрессивность обостряется из-за чувства повышенной тревоги и неуверенности в позитивном отношении окружающих. Немедленное включение агрессивного подростка в такую деятельность, в которой он может получить заслуженную похвалу от учителя и одноклассников, дает гораздо более благоприятный эффект, чем любая отрицательная санкция. Но и это кратковременная мера. В особенно интенсивном агрессивном состоянии ребенка учителя могут использовать следующие приемы:

1) предложить переадресовать агрессию на неодушевленный предмет или действие. (Скомкать и разорвать в клочья бумагу, рисунок со своим гневом/обидчиком; топать ногами; громко кричать, используя «трубу» из ватмана; бить боксерскую грушу, манекен и т.д.);

2) переключить внимание на какое-либо задание («помоги мне, пожалуйста, снять с полки..., ты ведь выше меня»);

3) попросить вспомнить что-то приятное, мысленно оказаться в приятном месте; сказать себе добрые слова; найти в случившемся положительные стороны.

Главный принцип, которым должен руководствоваться педагог, - сотрудничество и принятие ребенка в целом; концентрация на оказании помощи в разрешении его проблем и преодолении конфликтных ситуаций.

III. Оптимизация эмоциональных отношений агрессивного младшего подростка со сверстниками.

Исследования современных ученых показали, что агрессивные подростки практически не отличаются от своих миролюбивых сверстников по уровню развития интеллекта, произвольности или игровой деятельности. Главной отличительной чертой агрессивных подростков является их отношение к сверстнику. Другой ребенок выступает для них как противник, как конкурент, как препятствие, которое нужно устранить. Агрессивный ребенок имеет предвзятое мнение о том, что поступками окружающих руководит враждебность, они приписывают другим враждебные намерения и пренебрежение к себе. Такое приписывание враждебности проявляется в чувстве своей недооцененности со стороны сверстников, в приписывании агрессивных намерений при решении конфликтных ситуаций, в ожидании нападения или подвоха со стороны партнера.

Как правило, сверстники почти всегда отвергают агрессивных детей, объясняя это тем, что он «постоянно дерется», «что-то ломает, «не умеет дружить», «с ним невозможно играть». Психолог Я. А. Павлова рекомендует педагогам, психологами по возможности включать агрессивных подростков в совместные игры с неагрессивными. При этом психолог, учитель должны находиться рядом и в случае возникновения конфликта помочь ребятам разрешить его прямо на месте. С этой целью полезно провести групповое обсуждение события, которое привело к обострению отношений. Следующим шагом может стать совместное принятие решения о том, как наилучшим образом выйти из создавшегося положения.

Выслушивая сверстников, агрессивные подростки будут расширять свой поведенческий репертуар. Видя в процессе игры, как другие мальчики и девочки избегают конфликтов, как они реагируют на то, что кто-то другой, а не они, побеждает в игре, как отвечают на обидные слова или шутки сверстников, агрессивные дети понимают, что совсем не обязательно прибегать к физической силе, если хочешь чего-то добиться.

IV. Работа с родителями агрессивного младшего подростка.

Очень часто родители агрессивного младшего подростка, испытывающие к нему неприязнь, обращаются за психологической помощью не для того, чтобы помочь ребенку, а для того, чтобы попробовать его успокоить.

При работе с родителями важно избегать негативного воздействия на их самооценку, нужно стремиться ее стабилизировать, а также необходимо выяснить отношение родителей к ребенку до рождения и в первые месяцы его появления. Если ребенок был изначально нежелателен, то возможно выяснение причин отвержения ребенка изменит отношение к нему родителей. Если же ребенок был желанным, а отношение к нему родители изменили, когда он уже стал агрессивным и непослушным, то нужно помочь родителям понять, что таким поведение отвечает на их собственные действия.

Перед началом работы родителям необходимо сделать несколько шагов:

* Изменить негативную установку по отношению к подростку на позитивную.
* Изменить стиль взаимодействия с детьми.
* Расширить поведенческий репертуар родителей в отношении детей.

Между тем, опыт работы показывает, что родители агрессивного младшего подростка иногда отказываются идти на контакт, признавать наличие повышенной агрессии в поведении собственных детей, что достаточно часто сопровождается стремлением обвинить других, снять, переложить с себя ответственность.

В педагогике «профилактика» – это мероприятия, направленные на: предотвращение физических, психологических, социально-культурных обстоятельств у человека.  Сохранение, поддержание, защиту нормального уровня жизнедеятельности ребенка; содействие ребенку в достижении социально-значимых целей.

Средство — это философская категория, которая в диалектике действительности рассматривается как предмет или действие, соотносимое с той целью, которую предполагается достичь с их помощью, используя или применяя соответствующие предметы или выполняя соответствующие действия.

Педагогические средства — это средства педагогического развития и формирования личности, ее образования, обучения и воспитания. Эти процессы могут осуществляться самыми разнообразными способами в зависимости от используемых средств, от условий, при которых осуществляется та или иная деятельность, от той или иной конкретной среды, в которой она осуществляется. Эффективность процессов обучения и воспитания прежде всего зависит от организации деятельности учащихся. Поэтому педагог стремится самыми разнообразными приемами активизировать эту деятельность, и потому наряду с понятием «приемы» употребляются и понятие «методы».

Метод – (гр.metodas – путь исследования, теория, учения) - способ достижения какой-либо цели, решения конкретной задачи; совокупность приемов или операций практического или теоретического освоения познания действительности.

Анализируя труды Запорожца А.В.  и Марковой Т.А. можно выделить следующие методы к осуществлению профилактики:

1. Метод, основанный на распространении информации. Самый распространенный в профилактике. Недостатки: предоставленная информация носит частичный характер, основана на запугивании, не дает представления о результате. (Метод не эффективен).

2. Метод, основанный на эмоциональном обучении. Все дети, склонные к правонарушениям, имеют недостатки развития чувственной сферы и проявляют отклонения в поведении. В данном подходе применяют тренинг эмоционального обучения, арт-педагогические и арт-терапевтические методы, приемы, направленные на снижение стрессовой ситуации.

3. Метод, основанный на влиянии социальных факторов, в умении противостоять негативной среде, в умении сказать «нет».

4. Метод, основанный на формировании жизненных навыков, на получении социальных навыков, которые не были привиты подросткам – получение нового опыта во взаимодействии с людьми.

5. Метод, основанный на развитии альтернативной деятельности по устранению девиантного поведения (программы, где характерны авантюризм, склонность к риску, туристические программы, система дополнительного образования).

6. Метод, основанный на укреплении здоровья: санитарно-гигиенические мероприятия, борьба с курением, дни здоровья.

Наиболее эффективные наш взгляд являются:

1. Обучение детей приемам саморегуляции, самообладания.

М. Мак-Кей, А. Роджерс и Ю. Мак-КейМэтью рекомендуют несколько интересных приемов обретения самоконтроля. Например, в карман одежды можно положить нарисованный от руки дорожный знак "Стоп". Как только агрессивного ребенка начнут одолевать незваные мысли и желания, он может достать из кармана картинку и мысленно или шепотом произнести: "Стоп". Для того чтобы данный прием начал работать, необходима многодневная тренировка.

Для того чтобы приучить ребенка в момент "неприятной ситуации" не стискивать челюсти (что характерно для многих агрессивных подростков), а расслаблять мышцы лица, можно использовать релаксационные упражнения Интересные и эффективные упражнения можно найти в книге К. Фопеля "Как научить детей сотрудничать" [20].

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест, и уводят от решения проблемы.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с подростком обратной связи. Для этого используются следующие приемы:

* констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");
* констатирующий вопрос ("ты злишься?");
* раскрытие мотивов агрессивного поведения ("Ты хочешь меня обидеть?", "Ты хочешь продемонстрировать силу?");
* обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению ("Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит");
* апелляция к правилам ("Мы же с тобой договаривались!").

Давая обратную связь агрессивному поведению подростка, взрослый человек должен проявить, по меньшей мере, три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость.

3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение подростка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

4. Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с подростковой агрессией - уменьшить напряжение ситуации.

5. Обсуждение проступка.

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоятся. В то же время, обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, и только затем обсуждать в группе или семье (и то не всегда). Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но, прежде всего, для самого агрессора.

6. Сохранение положительной репутации младшего подростка.

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

* публично минимизировать вину подростка ("Ты неважно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
* не требовать полного подчинения, позволить подростку выполнить ваше требование по-своему;
* предложить подростку компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении (то есть на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

7. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитания "контролируемой агрессии" у младшего подростка - демонстрация моделей неагрессивного поведения. Взрослым нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

* нерефлексивное слушание, дающее возможность собеседнику высказаться. Выдержать паузу, дающую возможность ребенку успокоиться;
* внушение спокойствия невербальными средствами;
* прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
* использование юмора;
* признание чувств ребенка.

 Подростки довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие - искренность взрослого, соответствие его невербальных реакций словам.

В настоящее время наиболее распространенными эмпирическими методами диагностики агрессивности младших подростков являются проективные (в основном рисуночные) методики и наблюдение. По мнению многих исследователей, в диагностике агрессии наиболее эффективны именно проективные методы. Именно их принято рассматривать в качестве специального инструмента клинико-экспериментального исследования тех особенностей личности, которые в меньшей степени доступны непосредственному наблюдению, и не выявляются с помощью опроса.

**1. Опросник Басса-Дарки**.

А. Басе разделил понятия агрессии и враждебность и определил последнюю как: "...реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки людей и событий". Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басе и А. Дарки выделили следующие виды реакций:

1. Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.

2. Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

3. Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

6. Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

7. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

8. Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает "да" или"нет".

**2. Проективная графическая методика «Кактус»** .

Тест используется для исследования эмоционально-личностной сферы ребенка, достаточно прост в использовании, особенно в условиях массовой диагностики. Школьникам предлагается на листе бумаги нарисовать кактус таким, каким они его себе представляют.

1. **Методика «Рисунок несуществующего животного» (РНЖ**)

Поскольку методика РНЖ является проективной, то главную роль играет умение ребенка фантазировать и отразить созданный образ в виде графического изображения или рисунка. Вторая особенность РНЖ состоит в том, что изображенный ребенком графический материал имеет не только тесную связь с эмоциями, играющими определенную роль в формировании образов фантазии, но и с реальными личностными и социальными проблемами ребенка. И, наконец, третье – это метафоричность изображения, которая в процессе интерпретации рисунка, переносится на личность ребенка и описывается уже в психологических категориях, исходя из того, что хотя процесс проекции и протекает без достаточного контроля сознания, он все же отражает сознательные установки подростка.

1. **Анкеты для родителей.**

Цель**:** способствовать созданию благоприятной атмосферы в семье.

Задачи**:**

* обсудить с родителями причины агрессивности и ее влияние на отношение подростка с окружающими;
* помочь родителям в преодолении агрессии у детей.

Для эффективной работы по профилактики агрессии младших подростков необходимо осмыслить содержание и сущность следующих понятий.

Агрессивность можно рассматривать как форму социального поведения, так как человеческое агрессивное поведение осуществляется в контексте социального взаимодействия. Отсутствие агрессивности становится причиной пассивности, ведомости и т.д. С другой стороны, чрезмерное развитие и проявление агрессивности начинает определять весь облик личности, приводя к сознательно опасным и неодобряемым формам поведения.

При работе с агрессивным ребенком педагогу важно с уважением относиться к его внутренним проблемам. Агрессивным детям необходимо положительное внимание со стороны взрослого к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми самостоятельно они не в состоянии справиться. За агрессивным поведением, как правило, прячется боль, разочарование, отверженность.

В целях проведения успешной работы можно выделить следующие принципы, на которых строится взаимодействие педагога с ребенком в ходе совместной работы:

* контакт с ребенком
* уважительное отношение к личности ребенка
* положительное внимание к внутреннему миру ребенка
* безоценочное восприятие личности ребенка, принятие его в целом
* сотрудничество с ребенком
* оказание конструктивной помощи

Принципы общения с агрессивными детьми для педагогов и родителей:

1)   Необходимо учиться распознаванию собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с агрессивными детьми, а также приемам регуляции психического равновесия.

2)   Учиться навыкам «ненасильственного» общения, «активному» слушанию, в процессе общения необходимо исключать оценочные высказывания

3)   Выработать единые требования и правила воспитания в семье, а если возникают затруднения, то обратиться за помощью к педагогам и специалистам школы.

4)   Отказаться от наказаний как основного метода воспитания, переход к методам убеждения и поощрения.

5)   Позаботиться о включении ребенка в работу различных (по интересам) секций, кружков, студий.

Для успешной профилактики агрессивного поведения младших подростков педагог:

* должен учитывать возрастные особенности подростков
* изучить литературу следующих авторов: Я. А. Павловой, С. Л. Колосовой, Н. М. Платоновой, И.Э. Кондраковой.
* следует использовать такие методы и приемы как: саморегуляция, самообладание, акцентирование внимание на поступках, контролирование собственных эмоций, снижение напряжение ситуации, обсуждение поступка, сохранение положительной репутации подростка, демонстрация неагрессивного поведения.
* следует проводить не только работу с детьми по профилактике агрессивности, но с родителями.