

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4»**

Рассмотрено и согласовано
методическим объединением
Руководитель МО
_____ (Л.А. Репина)

Протокол № __1__
от «_29_» __08__ 2016 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МАОУ СОШ № 4

_____ (А.В. Плеханова)
Приказ № __125/1__
от «_1_» __09__ 2016 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционно-развивающих занятий**

**«Я в этом мире: снижение уровня агрессии в
подростковом возрасте»**

для 5 класса адаптированного обучения

Программу составила:
педагог-психолог МАОУ СОШ № 4
Посысаева О.С.

**Тамбов
2016**

**Программа коррекционно-развивающих занятий
«Я в этом мире: снижение уровня агрессии в подростковом возрасте»
для 5 класса адаптированного обучения**

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Актуальность программы

Проблема воспитания подростков с агрессивным поведением является одной из центральных психолого-педагогических проблем. Агрессивность – свойство личности, целенаправленное разрушительное поведение, заключающееся в наличии деструктивных тенденций, с целью нанесения вреда тому или иному лицу. Это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения (Р. Бэрн, Д. Ричардсон).

Разноуровневые социально-экономические условия жизни людей, крушение прежнего мировоззрения и несформированность нового, отсутствие должных знаний и умений жить в этих условиях приводят наше общество к серьезным трудностям и внутренним конфликтам. Особенно нелегко подрастающему поколению. Неизмеримое количество внутренних и внешних факторов воздействуют на подрастающего ребенка. Далеко не все подростки могут контролировать свои поступки. Столкновение ребенка с миром других детей, а также миром взрослых и самыми разнообразными явлениями жизни далеко не всегда происходит у него безболезненно. Часто при этом у него происходит ломка многих представлений, установок, изменение желаний и привычек, недоверие к другим.

У подростка формируются внутренние взгляды, враждебные по отношению к другим. Он считает агрессивное поведение приемлемым, он не имеет в своем поведенческом "арсенале" другого, положительного опыта. Программа коррекции агрессивного поведения подростков предназначена для расширения базовых социальных умений детей с агрессивным поведением.

Статистика свидетельствует о росте отклоняющегося поведения среди лиц различных социальных и демографических групп. Особенно трудно в этот период оказалось подросткам. Тревожным симптомом является рост числа несовершеннолетних с девиантным поведением, проявляющихся в асоциальных действиях (алкоголизм, наркомания, нарушение общественного порядка, хулиганство, вандализм и др.). Усилилось демонстративное и вызывающее по отношению к взрослым, поведение. В крайних формах стали проявляться жестокость и агрессивность. Рост агрессивных тенденций в подростковой среде отражает одну из острейших социальных проблем нашего общества, где за последние годы резко

возросла молодёжная преступность, особенно преступность подростков.

2. Цели и задачи программы

- Снижение уровня агрессивности путем обучения навыкам адаптивного поведения;
- Обучение подростков приемам общения, стимулирование развития их коммуникативной культуры;
- Формирование умения конструктивно действовать в конфликтных ситуациях;
- Формирование мотивации самовоспитания и саморазвития;

Реализуя вышеперечисленные цели программа также решает следующие **задачи**: воспитать и развить в детях **конкретные жизненно необходимые навыки и умения**:

- Осознавать неконструктивность агрессивного поведения;
- Понимать переживания, состояния и интересы других людей;
- Грамотно проявлять свои эмоции и сдерживать агрессивные реакции;
- Сформировать навыки конструктивного разрешения межличностных конфликтов;
- Эффективно взаимодействовать, общаться;
- Справляться со стрессом;
- Делать выбор и принимать решения.

II. СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

1. Программы (авторы), положенные в основу настоящей программы:

- Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н. Агрессивное поведение. Коррекция поведения. – М., 2006 г.
- «Психологическое сопровождение подростков. Система работы, диагностика, тренинги», СПб.: Речь, 2009

2. Контингент: учащиеся среднего звена школы, обучающиеся в классах адаптированного обучения.

3. Сроки реализации (длительность, количество часов, периодичность занятий): программа рассчитана на 1 год с периодичностью занятий 1 раз в неделю (всего 35 часов).

4. Формы реализации:

- Групповые и индивидуальные занятия.

5. Методы и приемы:

- Дискуссия, обсуждение;
- Работа в парах;
- Рисунок;
- Психологическая игра;
- Работа в малых группах;
- Визуализация;
- Интерактивные игры.

III. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Эффективность реализуемой программы осуществляется на основе диагностики уровня агрессивности, проводимой 2 раза в год (в начале и конце учебного года) с помощью тестовой методики Басса-Дарки, а также наблюдения за учащимися на занятиях.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
коррекционно-развивающих занятий по программе
«Я в этом мире: снижение уровня агрессии в подростковом возрасте»
для 5 класса адаптированного обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
ЭТАП 1. ОРИЕНТИРОВОЧНЫЙ		
1	Знакомство	1
2	Установление контакта в группе	1
3	Вхождение в проблему	1
4	Понимание проблемы. Эмоции и чувства	1
5	Осознание своих эмоций и эмоций других людей	1
6	Понимание проблемы. Неуверенность	1
7	Понимание проблемы. Агрессивность	1
ЭТАП 2. РЕКОНСТРУКТИВНЫЙ		
8	Работа с проблематикой. Развитие положительного отношения к себе	1
9	Работа с самооценкой	1
10	Изучение себя и своих особенностей	1
11	Изучение себя: моя индивидуальность	1
12	Мотивы агрессивного поведения	1
13	Изучение собственного «Я»	1
14	Развитие эмоциональной саморегуляции	1
15	Обучение навыкам управления агрессией	1
16	Обучение навыкам отреагирования чувств	1
17	Выражение отношения к агрессивному поведению	1
18	Коррекция агрессивности. Обучение расслаблению	1
19	Тренинг мышечного расслабления	1
20	Способы разрядки агрессии	1
21	Отреагирование отрицательных эмоций	1
22	Отработка конструктивных форм поведения	1
23	Коррекция агрессивного поведения	1
24	Конфликты. Актуализация опыта переживания конфликтов	1
25	Конфликты детей и родителей	1
26	Отработка навыков контроля над поведением. Повышение ответственности	1
27	Контроль над поведением и эмоциями	1
28	Отработка навыков контроля	1
29	Обучение навыкам конструктивного общения	1
30	Эффективные приемы общения	1
31	Успех в общении	1
32	Эмпатия в общении	1

ЭТАП 3. ЗАКРЕПЛЯЮЩИЙ

33	Закрепление конструктивных способов поведения	1
34	Закрепление конструктивных способов поведения	1
35	Подведение итогов	1
Всего: 35 часов		

V. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Тема занятия	Цель занятия	Содержание занятия		
			Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
ЭТАП 1. ОРИЕНТИРОВОЧНЫЙ					
1	Знакомство	<ul style="list-style-type: none"> • Знакомство участников группы друг с другом и ведущим, • установление правил поведения в группе; • снятие эмоционального напряжения, • создание рабочей атмосферы. 	<ul style="list-style-type: none"> • Представление участников занятий друг другу, определение правил работы группы. • Разминка: упражнения на знакомство, синхронизацию. 	Упражнения, направленные на снятие эмоционального и телесного напряжения, повышение эмоционального тонуса и самооценки участников: <ul style="list-style-type: none"> • «Шаг вперед все, кто...» • «Мое личное место» 	Обсуждение итогов занятия. Ритуал прощания.
2	Установление контакта в группе	<ul style="list-style-type: none"> • Продолжение знакомства и синхронизация группы; • исследование агрессивности у членов группы; • установление контактов между участниками; • снятие эмоционального и телесного напряжения; • развитие навыков совместной игры. 	<ul style="list-style-type: none"> • Обсуждение впечатления от предыдущего занятия. • Разминка: упражнения на знакомство, синхронизацию, доверие. 	<ul style="list-style-type: none"> • Диагностика агрессивности. • Упражнения на осознание себя и своего поведения, обсуждение различных ситуаций: («Жучок», «Сиамские близнецы», «Волшебные шарик»)» 	Обсуждение итогов занятия. Ритуал прощания.
3	Вхождение в проблему	<ul style="list-style-type: none"> • Сбор информации по проблеме агрессивности, осознание подростком наличия проблемы. 	<ul style="list-style-type: none"> • Обсуждение результатов диагностики. 	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа в группе с целью определения уровня понимания проблемы. • Упражнения «Незаконченные предложения», «Сочинение историй с помощью карт», «Ассоциации». 	Обсуждение итогов занятия. Релаксационное упражнение. Ритуал прощания.

4	Понимание проблемы. Эмоции и чувства	<ul style="list-style-type: none"> • Раскрыть внутренний мир подростка, его богатство; • Развить у подростка способность понимать свои эмоции и чувства; • Дать определение эмоций и чувств; • Помочь подростку осознать проблему агрессивности. 	Разминка: упражнение на движение, взаимодействие	<ul style="list-style-type: none"> • Информационный блок «Эмоции и чувства». • Упражнения «Мои эмоции», «Зеркала эмоций», «Мой мир чувств» (арт-упражнение). 	Обсуждение итогов занятия. Релаксационное упражнение с элементами визуализации. Ритуал прощания.
5	Осознание своих эмоций и эмоций других людей	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение своего эмоционального состояния; • Развитие умения понимать эмоции других людей. 	Упражнение-разминка «А я сегодня...»	<ul style="list-style-type: none"> • Визуализация «Мое эмоциональное состояние». • Игры «Эмоциональное состояние», «Эмоции». 	Обсуждение итогов занятия. Упражнение «Забей радиостанцию».
6	Понимание проблемы. Неуверенность	<ul style="list-style-type: none"> • Дать определение чувства неуверенности; • Развить у подростка умения бороться с чувством неуверенности. 	Упражнение-разминка «Как хорошо, что сегодня ты...»	<ul style="list-style-type: none"> • Информационный блок «Неуверенность». • Игра «Я король». • Упражнение «Автопилот». 	Рефлексия. Ритуал прощания «Я желаю тебе...»
7	Понимание проблемы. Агрессивность	<ul style="list-style-type: none"> • Продолжить процесс осознания проблемы агрессивности; • Разграничить диапазон выражения отрицательных эмоций; • Начать обучать контролю над эмоциями. 	Разминка: упражнение на сплочение команды.	<ul style="list-style-type: none"> • Информационный блок «Агрессивность». • Арт-упражнение «Агрессивность». • Упражнение «Шкала гнева». • Символодрама «Цветок». 	Обсуждение итогов занятия. Ритуал прощания.

ЭТАП 2. РЕКОНСТРУКТИВНЫЙ

8	Работа с проблематикой. Развитие положительного отношения к себе	<ul style="list-style-type: none"> • Продолжить понимание природы агрессивного поведения; • Скорректировать в сторону позитива отношение подростка к себе; • Помочь подростку осознать и проявить отрицательные эмоции. 	Разминка: упражнения на формирование хорошего настроения в группе.	Упражнения: «Раскрашивание фигурок», «Вулкан», «Солнышко».	Обсуждение итогов занятия. Медитативная техника. Ритуал прощания.
9	Работа с самооценкой	<ul style="list-style-type: none"> • Повышение активности и самооценки детей; • принятие ими своих негативных качеств. 	<ul style="list-style-type: none"> • Обсуждение впечатлений от предыдущего занятия. • Разминка: упражнения на доверие, взаимодействие и движение («Выражение доверия», «Голкалки») 	Разыгрывание конфликтных ситуаций с обсуждением агрессивных проявлений участников.	Релаксационные упражнения («Переменное дыхание»). Ритуал прощания.
10	Изучение себя и своих особенностей	<ul style="list-style-type: none"> • Осознание особенностей своего характера; • Формирование позитивного отношения к себе; • Развитие умения жить в социуме. 	Упражнение «Здравствуй!», «Ласковое имя».	Упражнение «Приятно сказать», «Я – нужен»	Обсуждение итогов занятия. Релаксационная техника. Ритуал прощания.
11	Изучение себя: моя индивидуальность	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение собственной индивидуальности; • Развитие умения принимать себя и других. 	Приветствие «Я очень рад, что...»	<ul style="list-style-type: none"> • Визуализация «Я». • Притча «Бабочка». 	Обсуждение итогов занятия. Ритуал прощания «Я желаю тебе...».

12	Мотивы агрессивного поведения	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение мотивов своего агрессивного поведения; • изучение мотивов агрессивного поведения других людей. 	Разминка: упражнения на доверие, взаимодействие и движение («Приветствие», «Связь»).	Групповая дискуссия с анализом поведения людей в различных конфликтных ситуациях. Упражнения «Шла Саша по шоссе», «Мир глазами агрессивного ребенка».	Релаксационное упражнение (дыхательное релаксационное упражнение «Переменно-ноздревое дыхание». Визуализация «Горы». Ритуал прощания.
13	Изучение собственного «Я»	<ul style="list-style-type: none"> • Продолжение изучения собственной индивидуальности. 	Приветствие «Я так же, как вы...»	<ul style="list-style-type: none"> • Информационный блок «Дерево «Я». • Обсуждение полученной информации. • Арт-упражнение «Дерево Я» 	Рефлексия. Ритуал прощания «Я желаю тебе...»
14	Развитие эмоциональной саморегуляции	<ul style="list-style-type: none"> • Продолжить процесс осознания проблемы; • Обучить подростка управлять своими эмоциями; • Способствовать развитию эмоциональной саморегуляции 	Упражнение-разминка «Вот мои эмоции»	Упражнения «Три зеркала», «Щит гнева», «расслабляющие мячики».	Обсуждение итогов занятия. Расслабляющая техника. Ритуал прощания.
15	Обучение навыкам управления агрессией	Способствовать формированию навыков конструктивного поведения.	Упражнение-разминка «Как хорошо, что...»	<ul style="list-style-type: none"> • Упражнение «Сочинение историй по принципу сказкотерапии». • Обсуждение ситуаций агрессии. 	Обсуждение итогов занятия. Расслабляющая техника с элементами визуализации. Ритуал прощания.
16	Обучение навыкам отреагирования чувств	<ul style="list-style-type: none"> • Взаимодействие; • отреагирование чувств; • осознание неконструктивных способов выражения агрессии. 	Разминка: упражнения на синхронизацию, доверие и взаимодействие.	<ul style="list-style-type: none"> • Упражнение на осознание своей агрессивности и неконструктивности поведения (психодраматическая реконструкция недавних реальных конфликтов) – «Рецепт: как 	Обсуждение итогов занятия. Ритуал прощания. «Расслабление в позе морской звезды».

				<p>сделать ребенка агрессивным»</p> <ul style="list-style-type: none"> Мышечная релаксация для подростков с использованием глубокого дыхания и визуальных образов. 	
17	Выражение отношения к агрессивному поведению	<ul style="list-style-type: none"> Осознание агрессивного поведения и выражение своего отношения к нему; обучение методам релаксации. 	<ul style="list-style-type: none"> Промежуточное тестирование. Разминка: упражнения на доверие, взаимодействие и движение. 	<ul style="list-style-type: none"> Ролевая игра с целью выявления агрессивного поведения; обучение методам релаксации («Прогулка на теплоходе»). 	<p>Заключительное обсуждение с оценкой результатов занятия.</p> <p>Ритуал прощания.</p>
18	Коррекция агрессивности. Обучение расслаблению	<ul style="list-style-type: none"> Проработка проблем агрессивного поведения; Обучение первичным навыкам расслабления; Расширение образа “Я” подростка; Научение конструктивным формам поведения. 	<ul style="list-style-type: none"> Разминка. 	<ul style="list-style-type: none"> Информационный блок. Арт-упражнение «Спокойствие – Агрессивность» Упражнение «Язык телодвижений». Обучение навыкам расслабления «Боровик», «Гневная гигиена» 	<p>Применение новых техник, обсуждение их.</p> <p>Ритуал прощания.</p>
19	Тренинг мышечного расслабления	<ul style="list-style-type: none"> обучение техникам расслабления; снятие мышечного и общего напряжения; формирование позитивного отношения к себе и другим; снижение уровня тревожности и формирование спокойствия. 	Обсуждение предыдущего занятия.	<ul style="list-style-type: none"> Информационный блок по теме проблемы. Релаксационная техника с элементами визуализации «Сад души моей». 	<p>Рефлексия.</p> <p>Ритуал прощания.</p>
20	Способы разрядки агрессии	<ul style="list-style-type: none"> Обучение подростков способам разрядки агрессивного состояния. 	Приветствие «Поздороваемся, как ...»	<ul style="list-style-type: none"> Информационный блок «Способы разрядки». Упражнения «Апельсин», «Сдвинь тяжелый камень», «Судно, на котором я плыву». 	<p>Обсуждение полученных образов.</p> <p>Ритуал прощания.</p>

21	Отреагирование отрицательных эмоций	<ul style="list-style-type: none"> • Отреагирование накопившихся отрицательных эмоций; • Нарботка навыков конструктивного поведения через ролевую игру; • Обсуждение конструктивных способов разрядки гнева и агрессии. 	Разминка: упражнение на движение, взаимодействие («Где мне сесть?»).	<ul style="list-style-type: none"> • Упражнения на отреагирование эмоций, формирование эмпатических реакций у подростка («Хочу сказать приятное другому человеку», «Обзывалки»); • ролевая игра с провоцированием гнева и агрессии. 	Заключительное обсуждение. Релаксационные упражнения. Ритуал прощания «Спасибо».
22	Отработка конструктивных форм поведения	<ul style="list-style-type: none"> • Отработка конструктивных форм поведения; • Дальнейшее обучение методам саморегуляции. 	Разминка: упражнения на движение, взаимодействие и реакцию.	<ul style="list-style-type: none"> • Упражнения, направленные на обучение подростка приемлемым способам выражения гнева и на отреагирование негативной ситуации в целом («Письма гнева», «Пластическое изображение гнева, отреагирование гнева через движения»); • упражнения на развитие у подростков позитивной самооценки, реконструкцию положительного «Я-образа» («Реконструкция позитивного образа через детские воспоминания»). 	<ul style="list-style-type: none"> • Заключительное обсуждение с оценкой результата тренировки. • Обучение новым упражнениям релаксации и проверка усвоения прежних (визуализация «Летний дождь»); • Ритуал прощания.
23	Коррекция агрессивного поведения	<ul style="list-style-type: none"> • Увеличить количество методов, повышающих контроль над эмоциями; • Научить подростка управлять своим агрессивным поведением. 	Приветствие «Привет, я сегодня...»	<ul style="list-style-type: none"> • Информационный блок. • Арт-упражнение «Я – спокойный, я – злой». • Мозговой штурм «Способы справиться с агрессией». • Навыки расслабления. 	<ul style="list-style-type: none"> • Обсуждение итогов занятия. • Ритуал прощания.
34	Конфликты. Актуализация	<ul style="list-style-type: none"> • Знакомство с понятием конфликта; 	Ритуал «Приветствие».	<ul style="list-style-type: none"> • Информационный блок «Конфликты». 	<ul style="list-style-type: none"> • Обсуждение итогов занятия.

	опыта переживания конфликтов	<ul style="list-style-type: none"> Обсуждение конфликтных ситуаций из личного опыта. 		<ul style="list-style-type: none"> Разбор ситуаций конфликта и возможные способы его решения. Составление памятки «Родителю от ребенка». 	<ul style="list-style-type: none"> Ритуал прощания «Спасибо за...»
25	Конфликты детей и родителей	<ul style="list-style-type: none"> Обучение бесконфликтным способам взаимоотношения в семье. Формирование позитивного отношения к родителям. 	Приветствие «Дипломаты».	<ul style="list-style-type: none"> Разбор заданных ситуаций. Пресс-конференция «Конфликты в семье». 	<ul style="list-style-type: none"> Подведение итогов занятий. Ритуал прощания.
26	Отработка навыков контроля над поведением. Повышение ответственности	<ul style="list-style-type: none"> Формирование контроля над поведением; Развитие ответственности за свои действия; Интеграция образа «Я». 	Приветствие «В кругу».	<ul style="list-style-type: none"> Информационный блок. Упражнение «Мой внутренний мир». Арт-упражнение «Ответственность: права и обязанности». 	<ul style="list-style-type: none"> Подведение итогов занятия. Релаксационная техника. Ритуал прощания.
27	Контроль над поведением и эмоциями	<ul style="list-style-type: none"> Усиление работы над поведением; Снижение агрессивных тенденций личности. 	Приветствие «Все мы...».	<ul style="list-style-type: none"> Информационный блок». Арт-упражнение «Мое понимание контроля эмоций». Методика «Незаконченные предложения». Беседа о роли уважения в жизни человека». 	Релаксационная техника с элементами визуализации. Ритуал прощания.
28	Отработка навыков контроля	<ul style="list-style-type: none"> Продолжить коррекцию агрессивного поведения подростков; Сформировать устойчивый образ «Я», структурировать интегративные процессы личности. 	Приветствие «Пожатия руки».	<ul style="list-style-type: none"> Упражнение «Отработка навыков контроля». Упражнение «Пирог». 	Подведение итогов занятия. Визуализация. Ритуал прощания «До встречи!»
29	Обучение навыкам конструктивного	<ul style="list-style-type: none"> Обучение навыкам конструктивного 	Ритуал приветствия «Давайте поздороваемся».	<ul style="list-style-type: none"> Информационный блок «Общение». 	Рефлексия, обсуждение

	общения	общения. • Знакомство со способами бесконфликтного взаимодействия.		<ul style="list-style-type: none"> • Упражнение «Контакты». • Тест «Какой я в общении?». 	результатов теста. Ритуал прощания.
30	Эффективные приемы общения	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение навыкам и приемам эффективного общения. • Формирование понятия о правильном общении. 	Приветствие «Здороваемся, как...».	<ul style="list-style-type: none"> • Обсуждение основных правил в общении. • Упражнение «Попроси предмет». 	Обсуждение. Ритуал прощания «Спасибо, что».
31	Успех в общении	<ul style="list-style-type: none"> • Знакомство с понятием успеха в общении; • Овладение навыками успешного общения; • Формирование уважения в общении. 	Приветствие «Прогноз».	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа «Что такое успех в общении?». • Игра «Зеркало». • Информационный блок «Правила успеха». 	Ритуал прощания «Рукопожатия»
32	Эмпатия в общении	<ul style="list-style-type: none"> • Знакомство с понятием эмпатии. • Формирование эмпатийного отношения в группе. 	Приветствие «Сегодня ты...».	<ul style="list-style-type: none"> • Информационный блок «Что такое эмпатия и зачем она нужна». • Игра «Воображение». • Упражнение «Посочувствуй мне». 	Обсуждение итогов занятия. Релаксационная техника с элементами визуализации. Ритуал прощания.

ЭТАП 3. ЗАКРЕПЛЯЮЩИЙ

33	Закрепление конструктивных способов поведения	Закрепление конструктивных способов поведения.	Разминка: упражнения на взаимодействие, осознание собственного эмоционального мира, а также чувств других людей.	<ul style="list-style-type: none"> • тренинг поведения в ситуациях, провоцирующих появление агрессии в среде сверстников; • ролевые игры на формирование умений сдерживать свои эмоции, на отработку конструктивных форм поведения; • упражнения на обучение приемлемым способам выражения гнева, на отреагирование негативной 	<ul style="list-style-type: none"> • Заключительное обсуждение с оценкой результата тренировки. • Релаксационные упражнения («Расслабление в позе морской звезды», визуализация «Подъем на
----	---	--	--	---	--

				<p>ситуации в целом («Эффективное взаимодействие»);</p> <ul style="list-style-type: none"> • функциональная тренировка конструктивного поведения в ситуации конфликта («Галерея негативных портретов»), 	<p>гору»).</p>
34	Закрепление конструктивных способов поведения	Закрепление конструктивных способов поведения.	Разминка: игры на движение и реакцию.	<ul style="list-style-type: none"> • Тренинг поведения в ситуациях возможных будущих конфликтов в семье и школе. • Упражнения на эмпатию, на развитие позитивной самооценки, на формирование осознания собственного эмоционального мира, а также чувств других людей. 	<ul style="list-style-type: none"> • Заключительное обсуждение с оценкой результата тренировки. • Релаксационные упражнения. • Ритуал прощания.
35	Подведение итогов	Завершение работы группы.	Разминка: игры на движение и реакцию.	Заключительное тестирование.	<ul style="list-style-type: none"> • Итоговое обсуждение достижений всего цикла. • Пожелания.

VI. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу года обучающиеся должны уметь:

- признавать собственные ошибки, переживать чувство неловкости, вины за свое агрессивное поведение;
- сочувствовать другим, своим сверстникам, взрослым и живому миру;
- выплескивать гнев в приемлемой форме, а не физической агрессией;
- переключаться с агрессивного состояния на более спокойное;
- анализировать процесс и результаты познавательной деятельности;
- осознавать через слово особенности, причины и последствия своего агрессивного поведения;
- контролировать себя, находить ошибки в работе и самостоятельно их исправлять;
- работать самостоятельно в парах, в группах.

Настоящая программа позволяет:

- снизить уровень агрессивности учащихся;
- снизить уровень личностной тревожности учащихся;
- повысить уровень эмпатии учащихся;
- повысить контроль ученика над своими эмоциями;

VII. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей - М., 2003 г.
2. Дубровина И.В. - Психокоррекционная и развивающая работа с детьми – М., 1999 г.
3. Вачков И. Как работать с агрессией. – М., 2001 г.
4. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. - М., 1996 г.
5. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. - М., 1999 г.
6. Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н. Агрессивное поведение. Коррекция поведения. – М., 2006 г.
7. Практическая психология в тестах - М., 2005 г.
8. «Психологическое сопровождение подростков. Система работы, диагностика, тренинги», СПб.: Речь, 2009
9. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога (1-2 часть), - М., 2004 г.
10. Рыскова Н.А. Поведенческие расстройства у детей. – М., 2004 г.
11. Славина Л.С. Дети с аффективным поведением. – М., 1997 г.
12. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. – М., 1996 г.