

**Тренировка замещения  
агрессии  
– ART**

# Тренировка замещения агрессии (ART)

- \* Aggression Replacement Training
- \* это когнитивное поведенческое вмешательство, направленное на детей и подростков и обучающее их справляться со своим агрессивным поведением.

- \* Метод ART был разработан Арнольдом П. Голдштейном и Барри Гликом в 1980-х, в настоящее время получил развитие, направлен не только на коррекцию агрессивного поведения, но и **РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ** детей и подростков. Эта программа учит детей **ДУМАТЬ ПРЕЖДЕ**, чем что-то **СДЕЛАТЬ**.
- \* Программа ART в России реализуется в рамках международного проекта **«Дети и Молодежь Групп Риска в Баренцевом регионе, 2008-2015»**, в четырех регионах Северо-Запада России: Мурманская и Архангельская область, Республика Карелия и Республика Коми.

# Целевая группа:

- \* Программа в основном направлена на детей и молодежь, у которых наблюдается склонность к развитию проблемного поведения (первичная профилактика) и лиц, с уже развитым проблемным поведением (вторичная профилактика дальнейшего негативного развития).

## \* Занятия по АРТ

- Проводят 2 тренера (главный + со тренер)
- Группа детей не более 8 человек, из них 1-2 ребенка с острыми проблемами в поведении
- Дети разных полов
- Для занятий необходимо: мольберт, мультимедиа, маркеры, плакаты, листы белой бумаги
- Цикл состоит из 30 занятий, которые проводятся 3 раза в неделю

# Основная цель программы

- \* Формирование умения у детей и подростков реагировать в различных ситуациях социально-приемлемыми способами, развить социальную компетенцию и сократить количество случаев проявления гнева.

## ART - мультимодульная программа, состоящая из трех компонентов:

- \* Социальные навыки
- \* Регулирование гнева
- \* Моральные рассуждения

## «Почему именно эти три компонента?»

Ответ очень прост - «Гармонию в развитии личности можно получить в том случае, когда происходит развитие эмоций, поведения и мыслей. Развивая социальные навыки, мы формируем ПОВЕДЕНИЕ, работая над регулированием гнева мы работаем над ЭМОЦИЯМИ, работая над моральными рассуждениями – мы развиваем МЫСЛЬ. Стимулом развития всего этого является СИТУАЦИЯ УСПЕХА, которую тренеры создают на занятиях. А ролевые игры, позволяют детям и подросткам увидеть множество альтернативных действий и реакций на различные жизненные ситуации и выбрать социально приемлемые».



## Правила ART

- ◆ Приходить вовремя
- ◆ Активно участвовать
- ◆ Слушать
- ◆ Поднимать руку
- ◆ Выключать  
мобильник




## Внутренняя структура

- ◆ **Дай определение умению**
  - Что значит ...
  - Пройди ступени
- ◆ **Продемонстрируй умение**
- ◆ **Обсуди нужность умения**
  - Почему?
  - В каких ситуациях?
- ◆ **Выбери главного исполнителя и напарника**
- ◆ **Спланируй ролевую игру и раздай задания для наблюдения**
- ◆ **Проведи ролевую игру**
- ◆ **Раунд откликов**
- ◆ **Повтори пункты 4 - 7**
- ◆ **Домашнее задание**



## Внешняя структура

- ◆ **Приветствие**
    - поздороваться
    - **ART** - девиз
    - вспомнить правила
    - представить гостей
  - ◆ **Обзор прошлого занятия**
  - ◆ **Проверка домашнего задания**
- 
- ◆ **ART** - игра
  - ◆ **Обзор занятия, пройденного сегодня**
  - ◆ **Завершение**
    - раунд оценок
    - информация о следующем занятии
    - признание / дипломы
    - **ART** - девиз



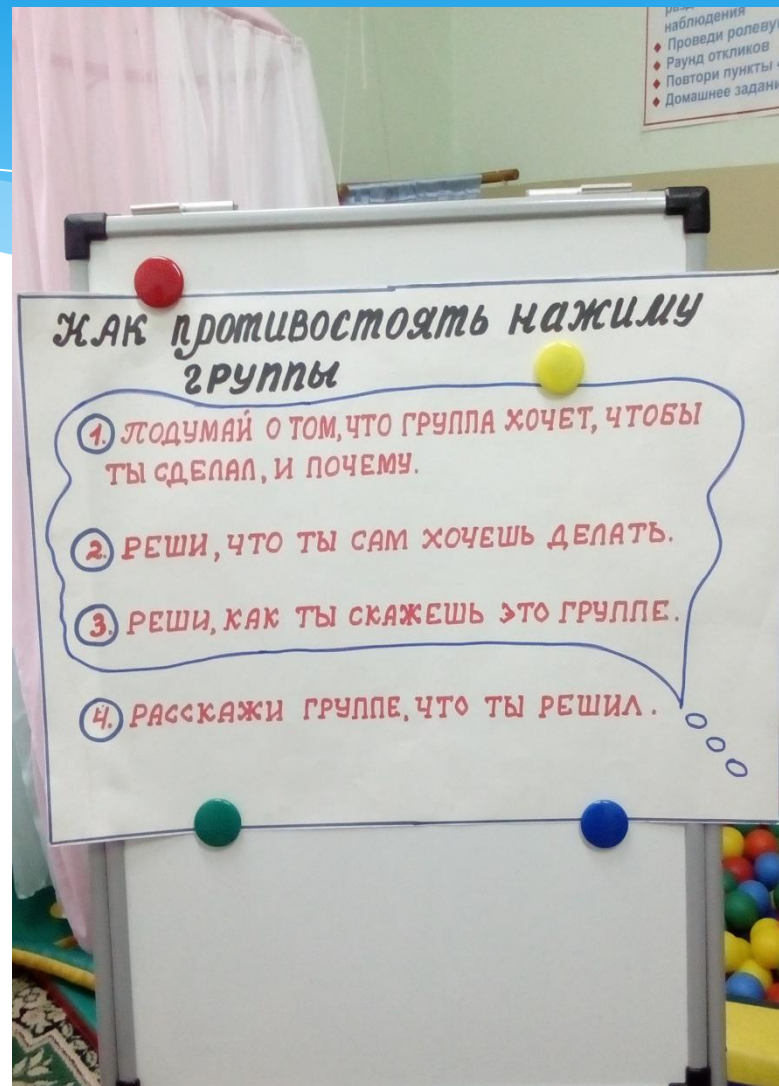
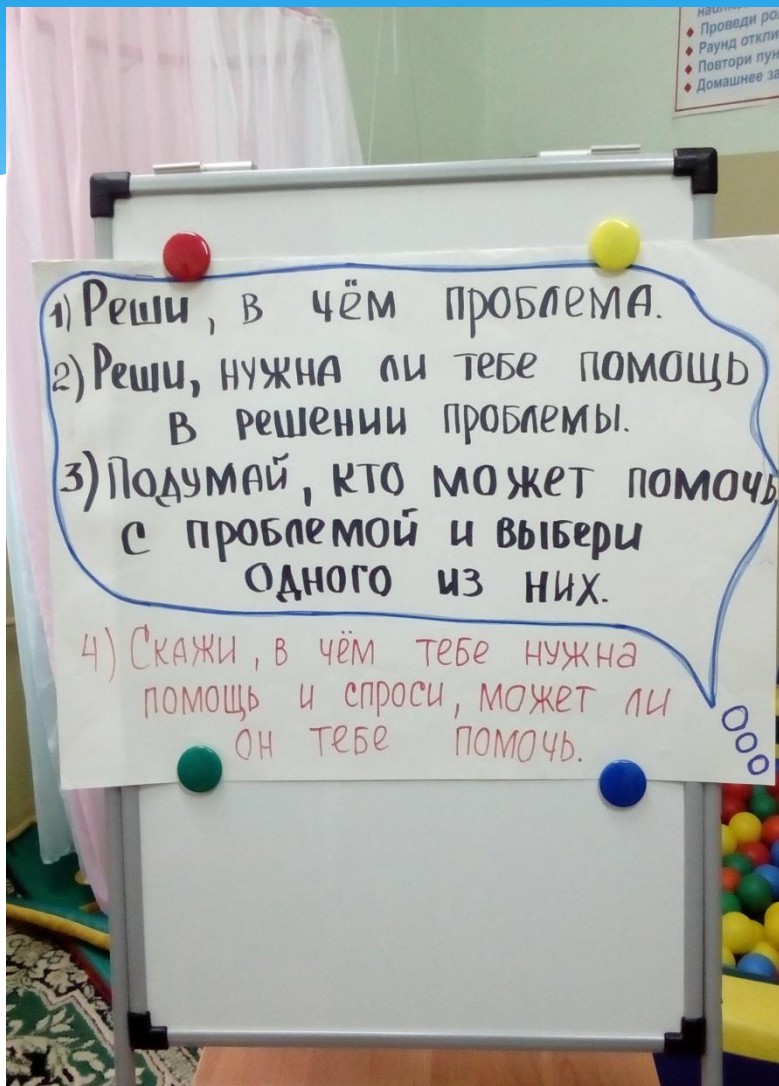
## Дети обучаются наиболее значимым социальными навыкам, таким как:

- \* Как начать разговор;
- \* Как просить помощи;
- \* Как просить извинения;
- \* Как справляться с чужим гневом;
- \* Как подготовиться к сложному разговору;
- \* Как воспринимать обвинение;
- \* Что делать, когда дразнят;
- \* Как убеждать других и отстаивать свою позицию;
- \* Как противостоять нажиму группы (учить говорить: «НЕТ» и не поддаваться давлению);
- \* Как просить прощения, прощать и много других.

## КАК ПРОСИТЬ РАЗРЕШЕНИЯ

1. Реши, что ты хочешь сделать, на что тебе нужно разрешение.
2. Реши, у кого надо просить разрешения.
3. Реши, как ты попросишь разрешения.
4. Выбери правильно время и место.
5. Попроси разрешения.

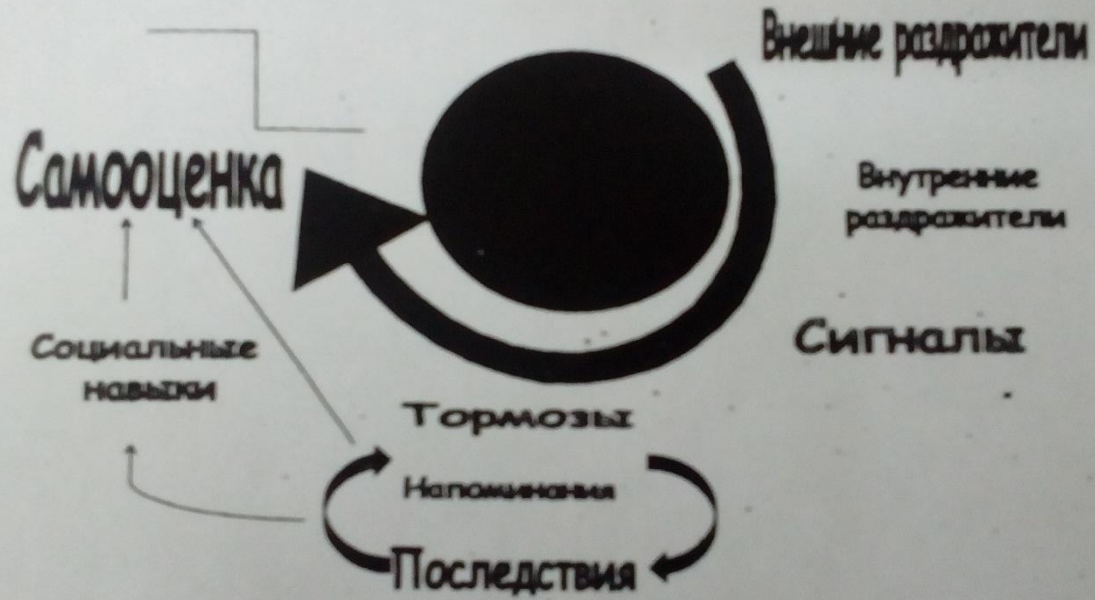
наблюдать  
♦ Проведи ролеву  
♦ Раунд отгиков  
♦ Повтори пункты 4  
♦ Домашнее задание



# На занятиях по регулированию гнева,


- \* дети учатся не только анализировать ситуации, которые вызывают гнев, но и методы его регулирования. Дети четко понимают, что ГНЕВ – это реакция организма, она неизбежна, но мы должны взять над ним верх, чтобы гнев не овладел мыслями и не перерос в агрессию (в действие). Большое внимание уделяется и тому, что же сами дети делают такого, что злит других (например, маму или папу, учительницу, друзей). А также как действовать в стрессовых ситуациях, т.е. уметь справляться не только с гневом, но и страхом, растерянностью, уметь владеть своими эмоциями.






# КРУГ ГНЕВА





## Шкала гнева



- **Обжигающе сердит**  
В этой ситуации расвирепел
- **Кипяще сердит**  
Эта ситуация меня провоцирует
- **Горячий**  
Я довольно сильно раздражен
- **Теплый**  
Эта ситуация меня раздражает
- **Холодный**  
Эта ситуация на меня никак не действует



# Моральные рассуждения –

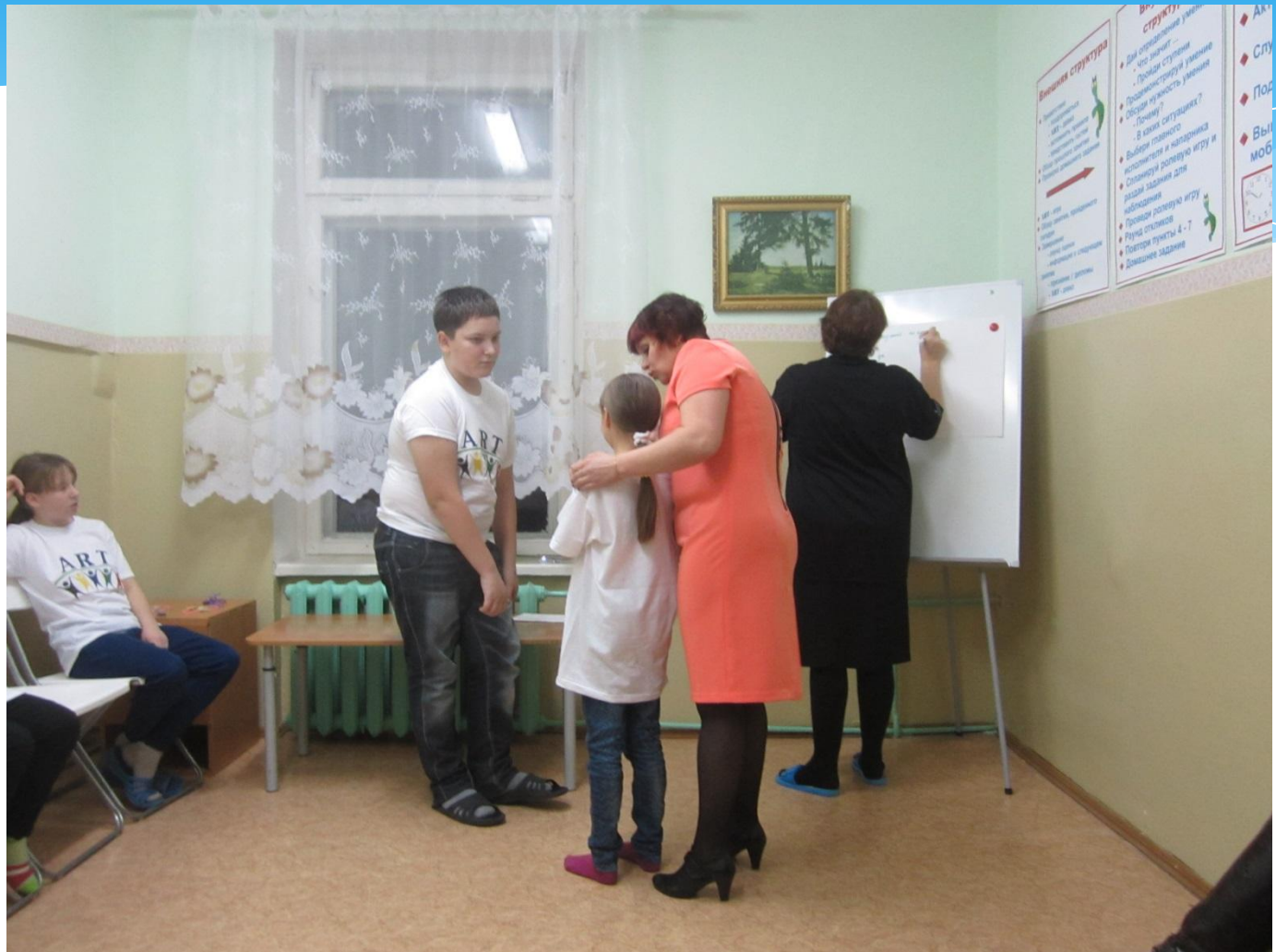
- \* обучают участников рассматривать ситуации с различных сторон и перспектив, предоставляют детям и подросткам возможность взглянуть на ситуацию со стороны других, своих сверстников, получая таким образом более достоверную картину мира и позволяет изменить моральные ценности.

\* Большое внимание уделяется таким качествам личности как забота, отзывчивость, честность, уважение, уверенность в себе, мужество, храбрость, желание помочь, ответственность, самоконтроль и другие, и то как найти компромисс в сложных ситуациях (думать только о себе, ущемляя других или думать о других, ущемляя себя).













**ДИПЛОМ**

Выдан \_\_\_\_\_  
за активную работу в группе АГУ  
ГКУ РР реабилитации  
несовершеннолетних  
Сыктывкар  
2015 года

**СИТ**  
**КОТ**

**ДИПЛОМ**

Выдан Юлиана Асия  
за активную работу в группе АГУ  
ГКУ РР Специализированный Центр для  
реабилитации несовершеннолетних  
Сыктывкар  
2015 года

**ДИПЛОМ**

**ДИПЛОМ**

Выдан \_\_\_\_\_  
за активную работу в группе АГУ  
ГКУ РР Специализированный Центр для  
реабилитации несовершеннолетних  
Сыктывкарского района  
2015 года

**ДИПЛОМ**

Выдан \_\_\_\_\_  
за активную работу в группе АГУ  
ГКУ РР Специализированный Центр для  
реабилитации несовершеннолетних  
Сыктывкарского района  
2015 года



Спасибо за внимание.

