**Четыре шага снижения агрессии у подростка.**

**Первый шаг**.

Гармонизация эмоциональной сферы подростка (организация различных мероприятий, где подросток получит положительный опыт). Например, такие мероприятия, как: «Фабрика звезд», «Минута славы», «День звезды», «Доска знакомства», «Выставка достижений». А также организация психологических игр, которые способствуют отреагированию отрицательных эмоций.

**Второй шаг**. Реабилитация «Я» подростка. Организация различных игр, клубов, обсуждений.

**Третий шаг**. Переориентация поведения. В основном, на этом этапе начинают работу в тренинговых группах по снятию агрессии.

В рамках тренинга хорошо использовать театральные игры, эмоциональные этюды, игры-путешествия, игры с куклами, игры с глиной (соленым тестом или пластилином) и т.д.

Тренинги по снятию агрессии должны решать следующие задачи:

* Создать атмосферу взаимного признания, безопасности и поддержки;
* Условия уникальности, таким образом, стимулируя толерантность;
* Формирование и развитие навыков уверенного поведения;
* Помочь найти свою позицию в общении на основе анализа агрессивных установок в отношении людей.

**Четвертый шаг**. Работа с родителями: решение эмоциональных, личностных проблем, потом переориентация родительского поведения.