



**Профилактика агрессивного поведения
у студентов на «тропе доверия» (тренингах команд образования)
базируется на обучении управлению эмоциями,
развитию эмпатии и в безопасном выражении гнева**

Основные методы включают предварительный инструктаж, использование техник арт-терапии для снятия напряжения (например, рисунки или лепка) и обучение навыкам конструктивного общения.

Ключевые меры профилактики:

Осознание эмоций: Обучение студентов выявлению причин гнева и анализу мыслей в конфликтных ситуациях.

Конструктивное выражение: Замещение физической агрессии безопасными действиями: моделирование, работа с глиной, вербализация чувств.

Обучение коммуникации: Техники твердого отказа, использование юмора, способность спокойно покинуть конфликтную зону.

Развитие эмпатии: Взаимодействие в парах (например, с более спокойным партнером) для снижения уровня агрессии.

Контроль среды: Обеспечение безопасности, наличие инструкторов и готовность дежурных к разрешению конфликтов.

Цель: научить студентов не подавлять агрессию, а контролировать ее, отстаивая свои интересы социально приемлемыми способами.