

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П.
Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра специальной психологии

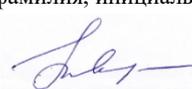
Шатова Алена Сергеевна
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Психологическая коррекция агрессивного поведения у младших школьников с
задержкой психического развития

Направление: 44.03.02 Психолого–педагогическое образование
направленность (профиль) образовательной программы
Психология и педагогика развития ребенка в условиях специального сопровождения

Допускаю к защите:
Заведующий кафедрой
д.м.н., профессор С.Н. Шилов
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

(дата, подпись)

Научный руководитель
к.психол.н., доцент Иванова Н.Г.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)


(дата, подпись)

Обучающийся Шатова А.С.
(фамилия, инициалы)


(дата, подпись)

Красноярск, 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	3
Глава 1. Анализ литературы по проблеме исследования.....	8
1.1 Проблема изучения агрессивного поведения в психологии	8
1.2 Факторы, детерминирующие проявление агрессивных форм поведения в детском возрасте	12
1.3 Современное состояние изучения проблемы агрессии и агрессивного поведения у учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития.....	18
Выводы по первой главе	22
Глава 2. Экспериментальное исследование агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития	24
2.1 Организация, методы и методика исследования	24
2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования	29
Выводы по второй главе	35
Глава 3. Реализация программы психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития	38
3.1 Теоретические основы формирующего эксперимента.....	38
3.2 Содержание программы психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития	40
3.3 Контрольный эксперимент и его анализ	46
Выводы по третьей главе.....	53
Заключение	55
Список литературы	57
Приложение.....	63

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования.

Проблема агрессии и агрессивного поведения является одной из актуальных на современном этапе развития общества. Почти каждый день в СМИ сообщается о проявлениях агрессии. На общем фоне роста агрессии наблюдается всплеск детской агрессивности.

С каждым годом тема детской агрессии приобретает большую актуальность в связи с ростом различных проявлений агрессивности, детской преступности, жестокости в кругу сверстников и семье. Помимо семьи, одним из факторов детской агрессивности рассматривается школа, влияющая на агрессивное поведение детей.

В психологической науке сложилось так, что изучение агрессии и агрессивного поведения рассматривается на выборке подростков и взрослых. Кроме того, все возрастающее внимание к изучению данной проблемы является доказательством того, что необходимо обследовать и младшие возрастные группы. Наличие работ по данной тематике свидетельствует и том, что различные проявления агрессии все же имеют место и в детском возрасте.

Анализ работ множества ученых позволяет определить в клинико – психологической структуре дефекта развития у детей с задержкой психического развития специфическое сочетание резидуально – органических нарушений деятельности мозга и замедление темпа психического развития, что обуславливает наличие серьезных трудностей у детей в освоении учебной деятельности.

Как доказывают И.А. Шаповал (1983), Н.Л. Белопольская (1989) специфическое сочетание первичного и вторичного проявлений дефекта развития вызывает стойкое нарушение равновесия в динамической системе «личность – социальная среда», негативно отражаясь на дальнейшем развитии и социализации личности этих детей.

Возникновение устойчивого синдрома неудачника (Н.Л. Белопольская) приводит в итоге к развитию реактивных состояний, к числу которых принято относить агрессию.

Длительное влияние факторов образовательной дезадаптации создают угрозу деформации личности и ее социализации и закрепление нарушений эмоционально – волевой регуляции поведения.

Проблема исследование: изучение агрессивного поведения учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития имеет большое значение. На сегодняшний день агрессивное поведение у данной категории детей изучено недостаточно, что представляет огромную психолого – педагогическую проблему. Агрессивное поведение является проблемой не только для окружения ребенка, но и для него самого. У ребенка появляются сложности в межличностной коммуникации со сверстниками и взрослыми, в самореализации и социализации. Исходя из этого, можно сказать о том, что данная проблема требует серьезного теоретического осмысления и практических разработок в этой области знаний.

Цель исследования: выявить особенности агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития и провести психокоррекционную работу, направленную на его снижение.

Объект исследования: агрессивное поведение младших школьников с задержкой психического развития.

Предмет исследования: психологическая коррекция агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психологическую литературу по проблеме исследования и определить её современное состояние.

2. Выявить особенности агрессивного поведения у учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

3. Разработать и апробировать программу психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития, проверить ее эффективность.

Гипотеза исследования: младшие школьники с задержкой психического развития имеют повышенный уровень агрессии. Использование разработанной нами программы психологической коррекции агрессивного поведения окажет положительное влияние на его снижение у данной категории испытуемых.

Методологические основы исследования: теории о развитии и формировании агрессивного поведения учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития (М.С. Певзнер (1974), Т.А. Власова (1972), Е.В. Ковалев (1962), О.К. Агавелян (1999), Ю.А. Игнатова (1975), Ю.А. Королева (1985), Л.С. Выготского (1998)).

Методы исследования были определены в соответствии с целью, гипотезой и задачами работы. Теоретический (анализ общей и специальной психолого – педагогической литературы); эмпирический (основу которого составили психодиагностические методы тестирования, наблюдение, беседа и проективные техники); количественный и качественный анализ полученных данных.

Так же в работе были представлены следующие **психодиагностические методики:**

1. Опросник «Шкала агрессивности» А.Г. Долгова.
2. Опросник «Как ты поступишь?» Е.В. Гребенкин.
3. Проективная методика «Кактус» М.А. Панфилова.

База исследования: Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Красноярская школа № 7». Выборку исследования составили дети 4 класса в количестве 24 человек. Возраст испытуемых 10 – 11 лет. Все дети с диагнозом ЗПР (по заключениям ПМПК).

Этапы реализации исследования:

1 этап (сентябрь 2019) – анализ литературы по проблеме изучения агрессивного поведения учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития. Обоснование современного состояния проблемы исследования, определение объекта и предмета исследования, формулировка проблемы.

2 этап (октябрь 2019) – осуществлялся подбор диагностического инструментария. Проведение констатирующего эксперимента с количественным и качественным анализом полученных результатов исследования по выявлению особенностей агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития.

3 этап (ноябрь – январь) – теоретическое обоснование, разработка и реализация программы психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста задержкой психического развития.

4 этап (февраль 2020 г. – март 2020 г.). Сравнительный количественный и качественный анализ полученных результатов исследования. Определение эффективности реализации программы психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста задержкой психического развития.

5 этап (апрель 2020 г. – май 2020 г.). Формулирование выводов. Оформление текста выпускной квалификационной работы.

Теоретическая значимость исследования: заключается в том, что результаты данного исследования позволяют расширить и углубить научные представления о механизмах и особенностях проявления агрессии и агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития, что обогащает теоретические вопросы общей и специальной психологии.

Практическая значимость: полученные результаты исследования могут быть полезны педагогам и психологам при организации

психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы в количестве 71 источника, приложения. Общий объем составляет 95 страниц.

Глава 1. Анализ литературы по проблеме исследования

1.1 Проблема изучения агрессивного поведения в психологии

Агрессивное поведение у детей являются одной из наиболее острых проблем не только для работников сферы образования, но и для общества в целом. Рост детской преступности, увеличение числа детей, проявляющих агрессию в повседневной жизни, выдвигают на первый план задачу изучения психологических условий, вызывающих эти опасные явления. Особенно важным изучение агрессивности является в младшем возрасте, когда эта черта находится в стадии своего становления и когда еще можно предпринять своевременные корректирующие меры. Агрессивное поведение встречается у большого количества детей. Однако, у ряда детей агрессивное поведение становится устойчивой характеристикой личности. В итоге у ребенка возникают сложности с самореализацией, личностным развитием, общением с окружающими людьми.

Дать ясное и точное определение агрессии чрезвычайно сложно, так как в широком обиходе этот термин используется в различных значениях. Так, Х. Хекхаузен (2000) отмечает, что «в обыденном языке слово «агрессия» означает множество разнообразных действий, которые нарушают физическую или психическую целостность другого человека (или группы людей), наносят ему материальный ущерб, препятствуют осуществлению его намерений, противодействуют его интересам или же ведут к его уничтожению. Такого рода антисоциальный оттенок заставляет относить к одной и той же категории столь различные явления, как детская ссора и войны, упрёки и убийство, наказание и бандитское нападение» [66].

Анализ психологической литературы показал, что термин «агрессия» имеет много различных трактовок не только в повседневной речи, но и в научных трудах.

Под агрессией стали понимать враждебное, жестокое поведение по отношению к окружающим людям. Близкими по смыслу словами к термину «агрессия» являются: нападение, захват, переход границ, насилие, враждебность, воинственность [17].

Определение агрессии, предложенное А. Бандурой (1969), описывает агрессию как нарушение социальных норм. Исследователь отмечает, что «полное объяснение агрессии должно включать как само губительное поведение, так и социальные мнения, устанавливающие то, какие из этих губительных действий должны быть обозначены как агрессивные» [4].

Отечественными исследователями предложено несколько различных определений агрессии, однако ни одно из них не является общеупотребительным. В психологическом словаре (1999) используется следующее определение агрессии: «мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический ущерб или ущерб психологическому состоянию [29].

Н.Д. Левитов (1992) утверждает, что «агрессию следует изучать не только как поведение, но и как психическое состояние, выделяя в нём познавательный, эмоциональный и волевой компоненты» [34].

Познавательный компонент заключается в ориентировке, которая требует понимания ситуации, выделения объекта для нападения и идентификации своих «наступательных» средств. Говоря об эмоциональном компоненте, автор выделяет гнев, переживания недоброжелательности, злости, мстительности, а в некоторых случаях – чувство своей силы, уверенности и др. Волевой компонент включает целеустремлённость, настойчивость, решительность, в ряде случаев – инициативность и смелость [34].

Помимо термина «агрессия» в психологической литературе важное место отводится таким понятиям, как «агрессивное поведение» и «агрессивность».

Агрессивное поведение рассматривается как враждебные действия, целью которых является нанесение страдания, ущерба другим людям [1].

Понятия агрессии и агрессивного поведения, таким образом, описывают один и тот же феномен, заключающийся в намеренном причинении вреда другим. С.Л. Соловьёва (2014) отмечает, что «различие между терминами связано, скорее, с акцентом, который ставится либо в плане общефилософской и общепсихологической квалификации событий («агрессия»), либо в плане оценки конкретных действий индивида («агрессивное поведение»)» [57].

Исследователи Л. Берковиц (2003), А.А. Реан (2004) под агрессивностью понимают свойство личности, которое выражается в готовности к агрессивным действиям в отношении другого [8, 47].

П.А. Ковалёв (1996) считает, что «агрессивность является сложной психологической характеристикой личности, включающей в себя: мстительность, нетерпимость, подозрительность, вспыльчивость, обидчивость, неуступчивость, наступательность, бескомпромиссность» [25].

Агрессивное действие – это проявление агрессивности, как ситуативной реакции. Если же агрессивны действия периодически повторяются, то в этом случае следует говорить об агрессивном поведении.

По форме агрессивные действия могут быть самыми разными. Это и детские шалости, и игры, это и подростковые драки, и конфликты. Мотивационно – психологический анализ форм деятельности человека, в том числе и агрессивного, показывает, что они отличны по генезу, но всегда обусловлены той или иной ситуацией, имея с ней сложную мотивационно – причинную связь. Проявляя агрессию, человек, как правило, не просто реагирует на какое-либо обстоятельство среды и ситуации, но оказывается

включенным в сложную предысторию развития событий, что заставляет его оценить намерения других людей и последствия собственных поступков.

В результате анализа литературы, можно сказать, что агрессия – это определённые действия, причиняющие ущерб другому объекту, а агрессивность – это предрасположенность к агрессивному поведению. Различение данных понятий является, необходимым, так как, с одной стороны, не за всякими агрессивными действиями субъекта действительно стоит агрессивность личности; с другой стороны, агрессивность вовсе не всегда проявляется в явно агрессивных действиях.

Агрессивное поведение достаточно подробно рассматривалось в работах Э.Фромма, Р. Бэрона, Д. Ричардсон и др.

Так, например, Э. Фромм предлагал рассматривать две разновидности агрессивного поведения: доброкачественную агрессию и злокачественную агрессию. Э Фромм утверждал, что человек психологически культурен лишь в той степени, в какой он оказывается в состоянии контролировать в себе стихийное начало. Если механизмы контроля ослаблены, то человек склонен к проявлению злокачественной агрессии, синонимами которой можно считать деструктивность и жестокость [63].

С точки зрения Р. Бэрона и Д. Ричардсон, «агрессия, в какой бы форме она не проявлялась, представляет собой поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющему все основания избегать подобного с собой обращения» [10].

Агрессивное поведение, по мнению М. Косевского, отличается от экспрессивных реакций, заключающихся в ненаправленной разрядке эмоционального напряжения. Агрессивное поведение может проявляться в двух формах: гетероагрессии (т.е. агрессии, направленной на другой субъект) и аутоагрессии (т.е. агрессивного поведения, направленного на самого субъекта агрессии) [1].

Другой ученый, Г. Паренс разделяет два вида агрессии: Недеструктивная агрессия – настойчивое невраждебное самозащитное поведение, направленное на достижение цели. Это враждебный механизм, служащий для адаптации в среде, удовлетворения желаний, достижения целей развития познания. Враждебная деструктивность – злобное поведение, неприятие, ненависть и др. Это тоже разновидность самозащиты, которая активизируется в результате сильных неприятных переживаний (боль, стресс) [42].

В результате анализа литературы мы пришли к выводу, что в психологической литературе часто смешивают понятия агрессии и агрессивности. Ввиду того, что проявления агрессии у детей многообразны, многие психологи признают существование различных видов агрессии. Однако, как показал анализ литературы, и в выделении видов агрессии существуют определённые разногласия и различные подходы. Агрессивное поведение становится следствием агрессии и агрессивных действий человека. В целом, они отрицательно сказываются на развитии личности и межличностных отношениях окружающих и требуют своевременной коррекции.

1.2 Факторы, детерминирующие проявление агрессивных форм поведения в детском возрасте

Проявление агрессии отмечается у большинства детей. Практически все дети ссорятся, дерутся, обзываются. «Ведут себя не культурно», по мнению взрослых. Со временем бывает, что агрессивность уходит, уступая место более спокойным формам поведения. Однако есть и такие дети, у кого агрессивность не просто сохраняется, но и нарастает, становясь устойчивым качеством личности. В итоге агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

Уже в дошкольном возрасте складываются определенные внутренние предпосылки, которые способствуют проявлению агрессивности. Дети, склонные к насилию, существенно отличаются от своих миролюбивых сверстников не только внешним поведением, но и психологическими характеристиками.

Одна из значимых проблем в начальной школе – проблема дестрой агрессии.

Исследования факторов, влияющих на формирование такого рода отклонений, по-видимому, завершатся еще не скоро. Вопросы о влиянии на поведение детей фильмов ужасов, сцен насилия в СМИ, компьютерных игр с элементами насилия для многих пока еще не решены.

Обобщая многочисленные данные по этой проблеме можно выделить три основных фактора становления агрессивных форм поведения.

1. Семья, как фактор становления агрессивного поведения

По мере взросления, ребенок все больше приобщается к нормам и ценностям, принятым в обществе, то есть происходит процесс социализации. На основе теории социального научения, социализацию агрессии можно определить, как процесс развития агрессивной готовности личности в ходе приобретения индивидом социального опыта и результат освоения навыков агрессивного поведения.

В семье ребенок проходит первичную социализацию. Семья формирует личность ребенка, определяя для него нравственные нормы и стандарты поведения. Родители используют те методы и средства воспитания, которые помогают внедрить в сознание ребенка определенную систему норм, приобщить его к определенным ценностям. Для достижения этой цели они поощряют или наказывают его, стремятся быть образцом для подражания. На примере взаимоотношений между родителями и другими членами семьи ребенок учится взаимодействовать с окружающим миром, обучается

поведению и формам отношений, которые сохраняются у него в подростковом периоде и в зрелые годы.

Свои первые знания о моделях агрессивного поведения дети приобретают в семье. Именно в семье ребенок проходит свой первый этап вхождения в социально – общественные отношения и именно там он может усвоить первый урок агрессивного поведения.

На социализацию агрессии в семье, по мнению А. Реана (2004), оказывают влияние два основных фактора:

Первый – это образец отношений и поведения родителей. Второй – это характер подкрепления агрессивного поведения со стороны окружающих [47].

Были получены данные, что в семьях агрессивных детей выявлена большая распространенность агрессивных проявлений со стороны взрослых по сравнению с семьями неагрессивных детей. Более того, отношение родителей к поведению ребенка также различно. Если отцы больше утешают девочек, когда те огорчены, чаще их одобряют, чем мальчиков, то матери более снисходительны и терпимы к сыновьям и разрешают им чаще проявлять агрессию в отношении родителей и других детей, чем девочкам.

В частности, была установлена связь между родительским наказанием и агрессией у детей. Также было обнаружено, что у мальчиков, чьи родители использовали суровые методы воспитания, был высокий уровень агрессии. Они более агрессивны во взаимодействии со взрослыми и сверстниками вне дома, хотя в окружении родителей или других членов семьи мало проявляли прямую форму агрессивности по отношению к родителю.

Если же рассматривать особенности родительских наказаний, то установлено, что отцы предпочитают физические наказания, а матери – не прямые или более психологические воздействия и на сыновей, и на дочерей.

В целом же данные множества исследований свидетельствуют, что физическим наказаниям родители чаще подвергают мальчиков, нежели

девочек. Более сильные и частые наказания вызывают у мальчиков большее сопротивление [9].

2. Влияние школы на проявление агрессии у детей младшего школьного возраста.

Школьная дисциплина всегда была связана с отношениями воспитанников к требованиям школы и к педагогам.

Грубое обращение педагогов с ребенком, жестокость по отношению к нему, повышает вероятность того, что ребенок и сам станет грубым и жестоким. Родители и учителя, которые, желая контролировать и дисциплинировать своих детей, практикуют физическую силу, создают опасную ситуацию. Ребенок учится тому, что физическое наказание (к примеру, избиение) – это способ, при помощи которого можно заставить другого делать то, что ты хочешь.

Чувство враждебности, которое испытывает ребенок по отношению к авторитетному педагогу амбивалентно: оно конфликтно и создает проблемы в развитии самостоятельности. Деструктивным способом взаимодействия ребенка со своей враждебностью является склонность к подавлению агрессивных, враждебных импульсов, что влияет на формирование нарушений психосоциальных отношений и на возникновение психосоматических расстройств, ведущих к дезадаптации личности ребенка. На соматическом уровне происходит включение механизма аутоагрессии. Враждебное чувство против людей, к которым ребенок испытывает привязанность, вызывает внутренний конфликт.

Ребенок бессознательно открывает для себя существование разных стилей общения. Исходя из своих собственных волевых возможностей и определенной социальной смелости, он бессознательно пробует эти стили на себе. Во многих случаях ребенок сталкивается с проблемой разрешения ситуации фрустрированного общения.

Агрессивное поведение связано и с положением ребенка в кругу своих сверстников. Отвержение ребенка другими детьми и низкий социальный статус в группе сверстников также провоцирует его к применению агрессивных форм поведения. Например, это можно наблюдать в школе, когда агрессия служит фактором налаживания отношения со сверстниками, повышения статуса в группе и собственного престижа [26].

Рассматривая эмоциональную сферу младшего школьника, следует отметить, что свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются; мимика других воспринимается часто неверно, так же как и истолкование выражения чувств, окружающими, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников; исключения составляют базовые эмоции страха, и радости, в отношении которых у детей этого возраста уже имеются четкие представления, которые они могут выразить вербально [54].

Общение детей в школе не только не компенсирует недостатки семейного общения, но чаще всего усугубляет положение. Основным видом компенсаторной деятельности для младших школьников является сублимация и фантазия. Л.С. Выготский (1998) считает, что необходимо тактично сдерживать задатки агрессии, помогая ребенку находить адекватный для него выход заряда энергии (спорт, творчество, общении) [13].

Фантазии еще одна форма компенсаторной деятельности младшего школьника. По З. Фрейду (1933), желания, вытесненные в бессознательное, символически являются сознанию, они не вспоминаются как результат переживания и не узнаются заново, однако может быть скомбинированы с пережитым опытом [62].

Положительная эмоциональная среда способствует развитию у ребенка самостоятельности, уверенности в собственных силах, общему психологическому развитию. Проявляя внимание к потребностям ребенка, не допуская случаев чрезмерного разочарования, значимые взрослые в значительной мере снижают враждебность ребенка. Ребенок учится

справляться с чувством враждебности, воспринимать моральные установки и требования взрослых, у него формируются качества разумной уступчивости перед значимыми взрослыми, а также стремление к самоутверждению.

3. Роль средств массовой информации в агрессивном поведении детей.

Говоря о средствах массовой информации, прежде всего, речь идет о кино и телевидении. По данным А. Гутгенбюль (2000), ежедневный просмотр передач, которые содержат сцены насилия, на 38 – 40% повышает вероятность агрессивного поведения ребенка во взаимодействии с другими детьми. [18].

В.И. Гарбузов (1977), Д.Н. Исаев (1977), А.И. Захаров (1977) [2, 15] убеждены в следующем:

- дети часто в игре или жизненных ситуациях подражают насилию, увиденному на экране;
- дети склонны отождествлять себя с отдельными жертвами или агрессорами и переносить эти роли в реальные ситуации;
- дети могут в результате увиденного счесть насилие приемлемой моделью поведения и способом решения своих проблем.

Спорным вопросом, по мнению авторов М. В. Алфимовой (1990) и В. И. Трубникова (1991), является наличие прямой причинно – следственной связи между просмотренной ребенком видеопродукции, насыщенной сценами насилия, и действительными актами ауто и гетероагрессий. «Бессознательное у ребенка является такой же значимой детерминантой поведения, как и взрослого. Если бессознательное подавляется, а его содержание не может быть осознанно, то либо течением времени сознание частично переполняется производными образованиями этих бессознательных элементов, либо их придется поместить под столь пристальный принудительный контроль, что при этом может серьезно пострадать и сама личность [30].

Если все же появится возможность этот неосознанный материал пропускать в определенных рамках в область сознания и перераспределять его в фантазиях, то опасность причинить вред самому себе или окружающим

уменьшается. Тогда некоторая часть душевных сил ребенка может быть отдана служению позитивным целям» [3].

Согласно данным исследований, показ сцен насилия по телевидению приводит к повышенной «зараженности» агрессией. Однако, строго говоря, данные исследований говорят всего лишь о повышении возбудимости и склонности к участию в военных играх. Становятся ли дети в своей повседневной жизни более агрессивными и неуправляемыми – остается недоказанным.

Таким образом, детскую агрессивность можно рассматривать и под другим углом зрения, обозначая ее связь с выше перечисленными причинами, а именно тяжелая обстановка в семье, стиль воспитания и преподавания в школе, отношения со сверстниками и учителями, средства массовой информации.

1.3 Современное состояние изучения проблемы агрессии и агрессивного поведения у учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития

По мнению специальных психологов, социальных педагогов и др. особое внимание в аспекте изучаемой проблемы, необходимо сосредоточить на поведенческих девиациях детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Психолого – педагогические исследования свидетельствуют о том, что дети с задержкой психического развития немного иначе воспринимают социальный мир и функционируют в нем, чем их нормально развивающиеся сверстники. А именно: неадекватно, некритично, аффективно, эгоистично и часто инфантильно. Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что проблема девиантного поведения детей с задержкой психического развития приобретает особую актуальность в настоящее время.

Исследователи, которые занимаются изучением детей с задержкой психического развития, указывают на высокий риск возникновения у этих детей различных форм девиантного поведения [35].

Дети с задержкой психического развития уже около пяти десятилетий комплексно и углубленно изучаются специалистами разных областей знания: психиатрами, медиками, педагогами, психологами. На сегодняшний день изучение особенностей детей с задержкой психического развития в основном ограничивалось исследованиями их эмоционально – волевой, познавательной сфер. Личностные и поведенческие особенности описаны недостаточно.

Под задержкой психического развития подразумеваются синдромы временного отставания развития психики в целом или отдельных ее функций (сенсорных, моторных, эмоционально – волевых, речевых).

В этиологии задержки психического развития важную роль играют наследственные факторы, хронические соматические заболевания, конституциональные особенности, социально – средовые и психологические детерминанты, а также органическая недостаточность нервной системы [14].

Согласно исследованиям Ю.А. Королевой, большинство школьников рассматриваемой категории, которые обучаются в классах коррекционно-развивающего обучения или в классах нормально развивающихся сверстников общеобразовательных учреждений, сталкиваются с рядом проблем как учебного, так и личностного характера, испытывая при этом трудности в процессе общения и взаимодействия [28].

Е.В. Соколова также подчеркивает, что дети с задержкой психического развития выделяются среди неуспевающих учеников массовых школ тем, что характеризуются «специфическими» трудностями при обучении и овладении школьными навыками, и стереотипностью, «своеобразием» поведения и взаимодействия с окружающими [56].

Ю. А. Королева (1983) утверждает, что младшие школьники с ЗПР не способны полностью осознавать, анализировать ситуации взаимодействия,

понимать особенности своего поведения и поведения других людей. В сложных ситуациях взаимодействия у детей можно пронаблюдать такие эмоционально-поведенческие тенденции, как агрессивность, грубость, конфликтность, драчливость, эмоциональная несдержанность [28].

Согласно результатам исследования Ю. А. Игнатовой (1975) социально – эмоционального развития детей с задержкой психического развития, было установлено, что у таких детей проявляется в 2 раза чаще, чем у нормально развивающихся сверстников, конфликтность, агрессивность. Это связано с их личностной незрелостью, недостаточной ролью эмоционально-волевой регуляции поведения [19].

Более того, психологические исследования Р. Д. Триггер свидетельствуют о наличии у детей с задержкой психического развития ограниченных тенденций в поведении (желание конфликтовать, оскорблять, драться, грубить, сквернословить и т. д.), которые проявляются в четыре раза чаще, чем у нормально развивающихся учеников [58].

Как показывает анализ научной психолого-педагогической литературы, дети с задержкой психического развития внушаемы, легко поддаются общему настроению, нередко попадают под негативное влияние старших школьников, нарушающих дисциплину. Чувство стыда и раскаяния у таких детей кратковременны и неглубоки. Эти дети очень эгоистичны, обидчивы и вспыльчивы. Часто без веских оснований могут оскорбить, нагрубить, обидеть. Им также свойственна склонность к лживости, конфликтности, мстительности и т.д.

Им также свойственны такие проявления поведения: склонность к лживости, конфликтности, мстительности, бродяжничеству, воровству.

Проявление форм девиантного поведения, к примеру лживости, определено как внутренними детерминантами – особенностями психического развития, возрастом, личностными свойствами, так и внешними – социальной

ситуацией развития, конкретизируемой нравственной позицией родителей и педагогов.

Агрессивное поведение, как форма девиантного поведения младших школьников с задержкой психического развития, считает И. К. Йокубаускайте, детерминировано не только их психофизиологической незрелостью, выражающейся в сниженных регулятивных и адаптивных способностях, но и повышенной чувствительностью к характеру отношений, складывающихся в деятельности, утратой уверенности и выраженной потребности в возможности достижения успехов в деятельности, что проявляется в устойчивости сформировавшихся нарушений поведения [22].

В формировании нарушений поведения определяющее значение имеет воздействие либо социально – психологических и педагогических факторов, в первую очередь неблагоприятных условий воспитания, либо биологических, например особенностей психической деятельности.

Не всегда правильным является парциальное рассмотрение биологических и социальных факторов в аспекте формирования отклоняющегося поведения, так как эти факторы, как правило, взаимосвязаны и взаимодополняют друг друга, т. е. представляют собой совокупность причин, обуславливающих личностное развитие ребенка и результат его социализации в целом.

Как подчеркивает Е. Е. Чернухина, дети с задержкой психического развития периодически или постоянно испытывают такие состояния, как страх, тревога, агрессия, обида, фрустрация, напряженность, которые вызваны сменой социальных условий, отсутствием признания со стороны взрослых и сверстников, неправильным семейным воспитанием, ошибками в педагогическом общении [69], что соответственно детерминирует у них формирование девиантного поведения.

Кроме того, так как дети с задержкой психического развития постоянно испытывают трудности в средовой адаптации, которые лишают их

эмоционального комфорта и психического равновесия, они более, чем нормально развивающиеся дети, нуждаются в снятии напряжения, педагогической помощи, в установлении эмоционального контакта с близкими людьми.

В результате анализа литературы нами выявлены следующие особенности агрессивного поведения детей с задержкой психического развития: так, детям с задержкой психического развития свойственны вспыльчивость, обидчивость, мстительность, нетерпимость к мнению других, подозрительность, неуступчивость вины и наступательность в поведении. Проявление агрессии у детей с задержкой психического развития чаще всего связано со стремлением доказать другим детям свое преимущество.

Выводы по первой главе

Изучив литературу по проблеме исследования мы пришли к выводу, что проблема агрессивного поведения для младших школьников с задержкой психического развития особенно актуальна.

Изучением агрессивного поведения учащихся с задержкой психического развития занимались многие педагоги и психологи на протяжении многих десятилетий, а именно Т.А. Власова, Е.В. Ковалев, О.К. Агавелян, Ю.А. Игнатова, Ю.А. Королев, Л.С. Выготский. Можно сказать, что изучение особенностей детей с задержкой психического развития ограничивается исследованием когнитивной и эмоционально-волевой сферы. Личностные и поведенческие характеристики описываются в психологической литературе недостаточно.

Таким образом, проблема агрессии учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития на сегодняшний день нуждается в более глубоком изучении. Агрессия детей является проблемой не только для

окружающих его людей, но и для него самого, что создает трудности в жизнедеятельности.

При анализе понятия агрессии мы установили, что на сегодняшний момент отсутствует единое понимание термина «агрессия». Дать точное и ясное определение достаточно сложно, так как каждый ученый описывает агрессию с точки зрения своего проблемного поля.

В настоящее время нет единой теории о возникновении агрессии учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития. Можно выявить множество факторов её появления и развития. Ими могут быть: тяжелая обстановка в семье, стиль воспитания и преподавания в школе, отношения со сверстниками и учителями, средства массовой информации.

Ввиду того, что проявления агрессии у детей многообразны, многие психологи признают существование различных видов агрессии. Однако, как показал анализ литературы, и в выделении видов агрессии существуют определённые разногласия и различные подходы.

При анализе литературы мы установили, что существует различные варианты проявления детской агрессии: физическая, вербальная, косвенная агрессия и негативизм.

У детей с задержкой психического развития агрессивного поведения чаще всего проявляется в их вспыльчивости, нетерпимости к мнению окружающих людей, неуступчивости и наступательности в поведении.

Глава 2. Экспериментальное исследование агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития

2.1 Организация, методы и методика исследования

Изучив теоретический аспект выбранной темы, мы перешли к эмпирической части исследования.

Базой для проведения исследования явилось Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Красноярская школа № 7». Для обследования были взяты дети 4 класса в возрасте 10 – 11 лет. Дети имели диагноз ЗПР (по заключениям ПМПК). В эксперименте приняли участие 24 ребенка. Для проведения исследования дети были разделены на контрольную и экспериментальную группу. В каждую группу входило 12 человек.

Работа по выявлению агрессивности у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития проводилась в несколько этапов:

1 этап – подготовительный. На подготовительном этапе нами были отобраны методики для обследования. Методики отбирались по нескольким критериям: возраст и вид дизонтогенеза.

2 этап – диагностический. На данном этапе было проведено обследование детей из контрольной и экспериментальной группы с целью выявления у детей агрессивного поведения. Был определен уровень агрессивности детей, способы и формы выражения агрессии, а также направленность и интенсивность выраженности агрессивности.

3 этап – практический. На практическом этапе нами была разработана и апробирована программа психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

4 этап – заключительный. На данном этапе проводилась повторная диагностика контрольной и экспериментальной группы с целью проверки эффективности разработанной программы. Был проведен анализ результатов повторной диагностики детей. Далее происходило обобщение и систематизация полученных результатов исследования, формулирование выводов, подтверждение поставленной гипотезы.

Принцип исследования заключался в выявлении агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития. Исходя из этого принципа, был использован эмпирический метод тестирования двух видов: опросник «Шкала агрессивности» А.Г. Долговой, опросник «Как ты поступишь?» Е.В. Гребенкина, проективная методика «Кактус» М. Панфилова. Так же применялся метод качественного и количественного анализа полученных данных.

Данные методики помогут выявить у детей наличие агрессивных реакций и определить эмоциональное состояние ребенка.

Существует определенный набор методик, которые позволяют выявить специфику агрессивных проявлений, факторы, способствующие этому, характеристики данного поведения.

На сегодняшний день имеется множество психодиагностических средств: беседа, тестирование и анкетирование. Если рассматривать эмпирические методы диагностики, то можно выделить следующие методы: опросники, проективные и рисуночные тесты, наблюдение.

О таком свойстве как агрессивность можно судить лишь опосредованно – по степени его проявления или признания индивидуумом, через измерение его с помощью специальной шкалы либо другого психологического инструмента, предназначенного для определения различных степеней агрессивности. В использовании личностных опросников исследователь предлагает респонденту ответить на вопросы о наличии у кого-нибудь склонности к агрессивному поведению или оценить уровень враждебности.

Главным преимуществом опросников является высокий уровень формализации, что позволяет проводить быструю диагностику с количественным результатом. Кроме того опросники имеют большое ограничение: они обладают слабой устойчивостью к тенденции испытуемого давать желательные ответы.

Так, для выявления уровня агрессивности у младших школьников с ЗПР, нами была выбрана методика «Шкала агрессивности» А.Г. Долговой.

Методика «Шкала агрессивности» А.Г. Долговой (2009) [53].

Цель данной методики – определение степени агрессивности для получения информации о частоте проявления прямых форм физической агрессии (толчки, удары, пинки) и вербальной агрессии (оскорбление, подстрекательство, угрозы), а также гнева (легкость возникновения и продолжительность вспышек гнева в течение дня).

Диагностический материал: бланк с вопросами, ручка. (Приложение 3).

Инструкция: Ответьте, пожалуйста, как часто вы совершали перечисленные ниже действия в отношении одноклассников или других учащихся вашей школы. Свои ответы обведите кружочком.

Агрессия может физически или психологически травмировать учащихся. Для того, чтобы избежать временных искажений, учеников просят давать ответы, рассматривая свое поведение за последние 7 дней. Респонденты ранжируют свои ответы на вопросе по шкале от «0» до «6» раз и более. Полученные баллы суммируются, общий индекс агрессии располагается в пределах от 0 до 6. Исходя из этого делается вывод о частоте проявления у детей физической или вербальной агрессии.

«Как ты поступишь?» Е.В. Гребенкина (2008) [31].

Данная методика является проективной и относится к классу адаптивных. Целью данной методики является выявления у детей наиболее частых форм выражения агрессии, отрицательных эмоций и способов реагирования в конфликтных ситуациях. Методика позволяет выявить какие

формы агрессии дети используют для того, чтобы выйти из сложной для них ситуации: физическая или вербальная форма агрессии или конструктивная форма выражения своих эмоций.

Диагностический материал: бланк с вопросами, ручка. (Приложение 4).

Инструкция: «Твоя реакция, если ...».

С помощью методики нам удалось продиагностировать психологические особенности поведения детей в различных фрустрационных ситуациях, а именно, когда ребенок находится в состоянии разочарования, незащищенности, испытывает чувство безысходности.

Ребенку предлагается бланк с незаконченными предложениями. Задача ребенка – завершить имеющееся начало предложения, выбрать способ действия в поставленной ситуации.

Таким образом, полученные результаты помогут узнать, как дети поступают в сложных для себя ситуациях, в ситуации фрустрации, и какие формы агрессии они при этом используют.

Проективная методика «Кактус» М. А. Панфиловой (2002г.) [41]

Данная методика используется с целью выявления эмоционального состояния ребенка, поиск наличия агрессивности: ее направленность и интенсивность.

Для проведения обследования понадобился чистый лист размеров А4, простой карандаш.

Ребенку давалась инструкция: «Нарисуй кактус таким, каким ты его себе представляешь». Вопросы и дополнительные пояснения не допускаются. По завершению рисунка, с ребенком проводилась беседа, где задавались следующие вопросы:

- Кактус домашний или дикий?
- Он сильно колется? Его можно потрогать?
- Кактусу нравится, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют?

– Кактус растет один или с каким-то растением? Если растет с соседом, то что это за растение?

– Когда кактус подрастет, то как он изменится?

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам: расположение, пространство, размер рисунка, нажим, характеристика линий. Кроме того, учитываются специфические показатели, которые характерны именно для данной методики:

– характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, примитивный, детально прорисованный);

– характеристика манеры рисования (прорисованный, схематичный);

– характеристика иголок (размер, расположение, количество).

В рисунке могут отражаться следующие качества ребенка:

– агрессия;

– импульсивность;

– эгоцентризм, стремление к лидерству;

– демонстративность, открытость;

– неуверенность в себе;

– скрытность, осторожность;

– оптимизм;

– тревожность;

– женственность;

– экстравертированность;

– интровертированность;

– стремление к домашней защите;

– отсутствие стремления к домашней защите.

Таким образом, с помощью выбранных методик, нами было проведено исследование и получен результат по контрольной и экспериментальной

группе. Так же данные методики нам могли выявить наличие агрессивных реакций и определить эмоциональное детей.

2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования

Нами было проведено эмпирическое исследование с целью изучения агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

Целью констатирующего эксперимента выявление особенностей агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития.

В эксперименте выделялись следующие задачи:

1. Изучить и определить методы исследования.
2. Сформировать контрольную и экспериментальную группу.
3. Провести констатирующий эксперимент.
4. Выявить уровень агрессии детей контрольной и экспериментальной группы.
5. Проанализировать и оформить результаты исследования.

Результаты исследования по методике «Шкала агрессивности» А.Г. Долговой представлены в гистограмме 1.



Рисунок 1. Гистограмма 1. Результаты исследования контрольной группы по методике «Шкала агрессивности», констатирующий этап эксперимента

В результате исследования контрольной группы испытуемых мы получили следующие данные: 25% (3 человек) используют физическую и вербальную агрессию до 1 раза. От 2-х до 3-х раз агрессию используют 25% детей (3 человек). От 4-х до 5-ти раз агрессию используют 42% детей (5 человек). Более 6-ти раз – 8% детей (1 человек).

Данная методика позволила нам измерить степень агрессии и получить информацию о частоте прямых форм физической агрессии и вербальной агрессии. Результаты исследования контрольной группы показали, что чуть меньше половины испытуемых (42% детей) в своем поведении достаточно часто используют агрессивные действия.

Результаты исследования экспериментальной группы показали, что 17% (2 человека) используют физическую и вербальную агрессию до 1 раза. От 2-х до 3-х раз агрессию используют 25% детей (3 человека). От 4-х до 5-ти раз агрессию используют 50% детей (6 человек). Более 6-ти раз – 8% детей (1 человек).

Выявленные результаты представлены в гистограмме 2.



Рисунок 2. Гистограмма 2. Результаты исследования экспериментальной группы по методике «Шкала агрессивности», констатирующий этап эксперимента

Результаты исследования экспериментальной группы показали, что больше половины испытуемых (58%) довольно часто использует агрессию и агрессивные формы поведения, что свидетельствует о высоком уровне агрессии у детей данной группы.

Из результатов исследования можно сделать вывод о том, что у детей из контрольной и экспериментальной групп выявлен высокий уровень агрессивности. В своем поведении дети достаточно часто используют физическую (пинки, толкания и так далее) и вербальную (обзывательства, крик, сквернословие и так далее) форму агрессии.

В результате проведения методики «Как ты поступишь» Е.В. Гребенкиной были получены следующие данные: по данным, представленным в гистограмме 3, можно сделать вывод о том, что 50% детей (6 человек) из контрольной группы используют физическую форму агрессии (пинки, удары и так далее). Вербальная форма агрессии была выявлена у 17% детей (2 человека). Конструктивный способ выражения агрессии используют 33% детей (4 человека). Выявленные результаты представлены в гистограмме 3.



Рисунок 3. Гистограмма 3. Результаты исследования контрольной группы по методике «Как ты поступишь?», констатирующий этап эксперимента

Из гистограммы 3 видно, что у 50% детей контрольной группы физическая агрессия преобладает над вербальной. Агрессия детей проявляется в физических действиях, которые могут быть направлены против какого – либо лица (дерутся, пинуются, толкаются), или наносят вред окружающим предметам (ломают, швыряют и так далее).

Что касается экспериментальной группы, то 58% детей (7 человек) используют физическую форму агрессии. Вербальную форму агрессии (угрозы, оскорбления и так далее) используют 25% детей (3 человека). 17% детей (2 человека) используют конструктивный способ выражения своей агрессии. Выявленные результаты представлены в гистограмме 4.



Рисунок 4. Гистограмма 4. Результаты исследования экспериментальной группы по методике «Как ты поступишь?», констатирующий этап эксперимента

Таким образом, у детей экспериментальной группы также, как и у детей контрольной группы преобладает физическая агрессия в поведении. Больше половины детей в ответах указали, что в обозначенной ситуации в своих

действиях будут использовать физическую агрессию по отношению к участнику действия.

Исходя из результатов проведенной методики, можно сделать вывод о том, что чаще всего дети используют физическую форму агрессии для выхода из сложной для них ситуации.

Результаты по методике «Кактус» М.А. Панфиловой получились следующие: высокий уровень агрессии у детей из контрольной группы выявился у детей 42% (5 человек). Средний уровень агрессии присущ 25% детей (3 человека). Низкий уровень удалось выявить у 33% детей (4 человека).

Выявленные результаты представлены в гистограмме 5.

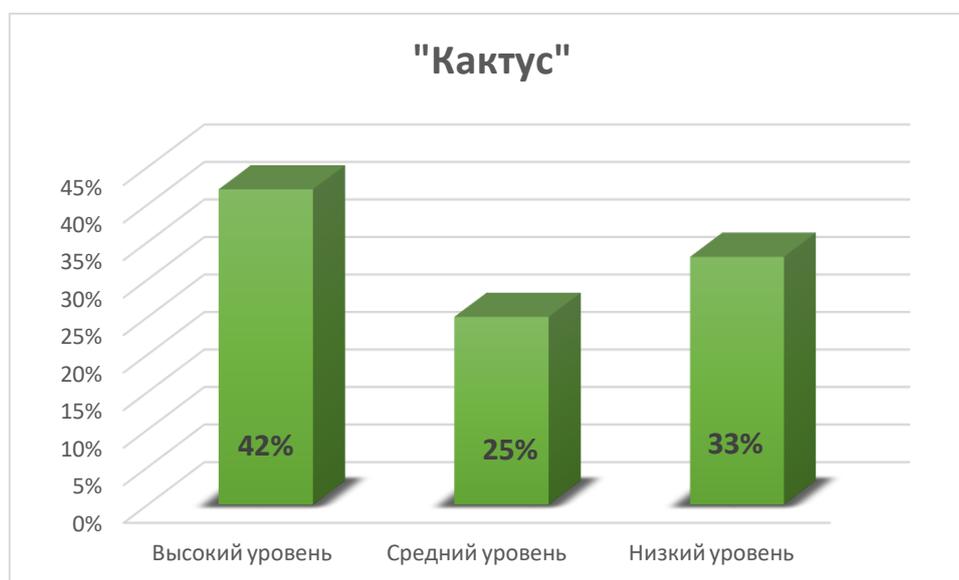


Рисунок 5. Гистограмма 5. Результаты исследования контрольной группы по методике «Кактус», констатирующий этап эксперимента

Как видим из гистограммы 5, в основном в своих рисунках детей преобладает высокий уровень агрессии, так 42% детей изобразили длинные и толстые иголки на кактусе, «шипы», свидетельствующие об агрессивном поведении детей к окружающим.

У 25% детей имели место «мягкие черты» при рисунке колючек кактуса, однако при этом, при ответах на вопрос «Можно ли его трогать?», дети отвечали, что трогать нельзя, он колется, им можно уколаться и т.д.

33% детей изобразили «дружелюбный» кактус: на рисунке отсутствовали иголки и колючки. В некоторых случаях кактус был расположен в цветочном горшке.

Таким образом у детей контрольной группы преобладает высокий уровень агрессии.

В экспериментальной группе результаты исследования представлены следующим образом: у детей из экспериментальной группы высокий уровень агрессии выявился у 50% детей (6 человек). У 33% детей (4 человека) был выявлен средний уровень агрессии. Низкий уровень агрессии присущ 17% детей (2 человека).

Выявленные результаты представлены в гистограмме 6.



Рисунок 6. Гистограмма 6. Результаты исследования экспериментальной группы по методике «Кактус», констатирующий этап эксперимента

Из гистограммы 6 видно, что у 50% детей выявлен высокий уровень агрессии. Таким образом, большинство детей изобразили враждебно – агрессивный кактус. Об этом свидетельствует наличие большого

количества иголок на кактусе, их острота, длина и близкое расположение друг к другу.

У 33% детей выявлен средний уровень агрессии. В рисунках таких детей можно было увидеть умеренное количество иголок, наличие непрорисованных иголок в рисунке, большое место занимает ствол растения или другие элементы рисунка.

Низкий уровень агрессии был выявлен у 17% испытуемых. О низком уровне свидетельствовали рисунки, в которых дети изобразили кактус без колючек.

Исходя из полученных результатов исследования мы пришли к выводу, что как в контрольной, так и в экспериментальной группах у детей преобладает высокий уровень агрессии. Так, дети чаще всего используют физическую форму агрессии, причем, в большей степени агрессия проявляется по отношению к сверстникам. Агрессия и агрессивное поведение негативно сказываются на развитии личности детей, а также влияют на характер их межличностных отношений. В связи с этим, высокий уровень агрессии и агрессивные формы поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития требуют своевременной психологической коррекции.

Выводы по второй главе

С целью изучения агрессивного поведения учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития был представлен следующий диагностический инструментарий:

- Шкала агрессивности А.Г. Долговой [50]
- Диагностическая методика «Как ты поступишь» Е.В. Гребенкина [29]
- Методика «Кактус» М. А. Панфилова [39]

Результаты исследования по методике «Шкала агрессивности» А.Г. Долговой представлены следующим образом:

Так в результате методики «Шкала агрессивности А.Г. Долговой» мы выявили, что в контрольной группе 50% детей в своем поведении достаточно часто используют агрессивные действия, в экспериментальной количество детей с высоким уровнем агрессии значительно больше и составляет уже 58%. Такие дети часто используют агрессию и агрессивные формы поведения при взаимодействии с оружающими людьми, что негативным образом сказывается на характере их взаимоотношений со сверстниками и со взрослыми.

В результате методики «Как ты поступишь» Е.В. Гребенкиной мы выявили, что у детей контрольной и экспериментальной групп доминирует физическая агрессия, что свидетельствует о том, что дети в своем поведении прибегают к «крайним мерам» в решении конфликтных ситуаций. Самой распространенной формой поведения в данном случае выступает проявление агрессии и агрессивных действий к сверстнику в виде драк, пинков. Имеет место нанесение вреда окружающим предметам. Такие дети в ярости могут ломать, крушить все на своем пути и т.д.

Результаты по методике «Кактус» М.А. Панфиловой свидетельствуют о высоком уровне агрессии детей двух групп. Так, высокий уровень агрессии у детей из контрольной группы был выявлен у 42% детей, в экспериментальной группе у 50% детей. Дети при изображении кактуса рисовали длинные и толстые иголки на кактусе, «шипы», свидетельствующие об агрессивном поведении детей к окружающим. При ответах на вопрос «Можно ли его трогать?», дети отвечали, что трогать нельзя, он колется, им можно уколоться и т.д.

В результате проведенного исследования мы пришли к выводу, что как в контрольной, так и в экспериментальной группах у детей преобладает высокий уровень агрессии. Чаще всего дети используют физическую форму агрессии, причем, в большей степени агрессия проявляется по отношению к сверстникам.

Высокий уровень агрессии и агрессивные формы поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития требуют своевременной психологической коррекции, поскольку они негативно влияют на развитие личности ребенка.

Таким образом, для снижения агрессивности у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития нами была разработана программа психологической коррекции агрессивного поведения, представленная в следующем параграфе нашей выпускной квалификационной работы.

Глава 3. Реализация программы психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития

3.1 Теоретические основы формирующего эксперимента

Цель формирующего эксперимента – апробация программы психологической коррекции агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

Формирующий эксперимент проводился с детьми экспериментальной группы, т.к. эта группа имела более высокие показатели агрессии, указывающие на ярко выраженное агрессивное поведение детей данной группы, что требовало своевременной психокоррекционной помощи, направленной на снижение агрессивных форм поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Психологическая коррекция – это направленное и психологическое воздействие на определенные структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования личности. А.А. Осипова определяет психокоррекцию как систему мероприятий, которые направлены на исправление недостатков психологии и поведения человека с помощью специальных средств воздействия. Целью психологической коррекции является устранение недостатков в развитии личности [50].

Можно выделить следующие принципы, которые необходимо учитывать в процессе психологической коррекции. Так, в исследовании применялось несколько принципов психологической коррекции. Один из которых – принцип единства диагностики и коррекции. Данный принцип отражает целостность процесса оказания психологической помощи как

своеобразного вида практической деятельности. Этот принцип является основополагающим всех коррекционной работы, так как эффективность коррекционной работы на 90% зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующей диагностической работы.

Так же, в исследовании был использован деятельностный принцип коррекции. Данный принцип определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, выбор средств и способов достижения цели, тактику проведения коррекционной работы, пути и способы реализации поставленных целей.

Основным методом, который был использован в психокоррекционной программе является метод игротерапии. Игровая терапия - метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры. Игровая терапия представляет собой взаимодействие взрослого с ребенком на собственных условиях последнего, когда ему предоставляется возможность свободного самовыражения с одновременным принятием его чувств взрослыми.

Характерная особенность игры - ее *двуплановость*, присущая также драматическому искусству, элементы которого сохраняются в любой коллективной игре:

1. Играющий выполняет реальную деятельность, осуществление которой требует действий, связанных с решением вполне конкретных, часто нестандартных задач.

2. Ряд моментов этой деятельности носит условный характер, что позволяет отвлечься от реальной ситуации с ее ответственностью и многочисленными привходящими обстоятельствами.

Двуплановость игры обуславливает ее развивающий эффект. Психокоррекционный эффект игровых занятий у детей достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта между детьми и взрослыми. Игра корригирует подавляемые негативные эмоции, страхи,

неуверенность в себе, расширяет способности детей к общению, увеличивает диапазон доступных ребенку действий с предметами.

Таким образом, игра в психокоррекции рассматривается как символическая деятельность, в которой ребенок, будучи свободен от давления и запретов со стороны социального окружения с помощью игрушек, игровых действий с ними и ролей, выражает в особой символической форме бессознательные импульсы и влечения.

3.2 Содержание программы психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития

В результате изучения методической литературы по проблеме исследования и результатам констатирующего эксперимента, нами была составлена «Программа психологической коррекции агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития».

Пояснительная записка

Актуальность: На сегодняшний день проблема детской агрессивности является одной из наиболее актуальных проблем в детской психологии. Детская агрессия является проблемой не только для окружающих, но и для самого ребенка. У агрессивного ребенка появляются проблемы в коммуникации со сверстниками и взрослыми, проблем в школьном обучении. Данная психокоррекционная программа позволит снизить уровень агрессии младших школьников с задержкой психического развития. Программа имеет циклический характер: занятия с одинаковой целью повторяются. Такой способ используется для закрепления детьми полученных знаний.

Цель: психологическая коррекция агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

Задачи:

1. Обучение безопасным способам выражения агрессии.
2. Гармонизация эмоционального состояния.
3. Осознание ценности и уникальности внутреннего мира своих чувств и эмоций.

4. Снятие мышечного напряжения.
5. Научение приемам саморегуляции.

Данная программа разработана для детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития, имеющих повышенный или высокий уровень агрессивности.

Условия и формы организации реализации программы:

Данная программа рассчитана на 20 занятий, продолжительностью 40 минут. Периодичность проведения занятий – два раза в неделю. Срок проведения программы – 2.5 месяца. Форма проведения занятий – групповая.

Методы и техники:

В программе были использованы игровые техники, дыхательные техники и метод арт-терапии. Использование перечисленных техник и методов позволит снизить уровень агрессии младших школьников с ЗПР.

Направления работы с агрессивными детьми:

1. Работа с гневом. Обучение ребенка приемлемым способам выражения своего гнева в состоянии фрустрации.
2. Обучение ребенка навыкам распознавания и контроля, умение владеть собой, своими эмоциями, в ситуации, которая может вызвать появление агрессии.
3. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию и т.д.
4. Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
5. Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе.

Структура занятия:

1. Ритуал приветствия – позволяет задать положительный настрой занятия, понять в каком настроении находятся дети.

2. Основная часть занятия – в основной части используются упражнения исходя из поставленной цели занятия.

3. Рефлексия – после каждого занятия в группе проводится рефлексия. Детям предоставляется возможность рассказать о том, что понравилось или не понравилось на занятии, с какими эмоциями они покидают пройденное занятие. Рефлексия дает возможность понять насколько эффективно прошло занятие.

В таблице 1 представлено тематическое планирование программы психологической коррекции агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

Таблица 1

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ

№ занятия	Цель занятия	Содержание	Время занятия
1	Знакомство с детьми; установление доброжелательной атмосферы в группе	Упражнение «Рассказ о себе» Упражнение «Какой я» Упражнение «Как я представляю себя»	40 минут
2	Раскрытие групповых отношений	Упражнение «Царевна Несмеяна» Упражнение «Жучок» Упражнение «Посочувствуй другому»	40 минут
3	Знакомство с положительными эмоциями. Обучение ребенка навыкам распознавания и контроля, умение владеть собой, своими эмоциями	Упражнение «Сюжетные картинки с изображением эмоции» Упражнение «Покажи положительную эмоцию» Упражнение «Представь эмоцию»	40 минут

4	Знакомство с отрицательными эмоциями. Работа с гневом.	Упражнение «Сюжетные картинки с изображением эмоции» Упражнение «Покажи отрицательную эмоцию» Упражнение «Представь эмоцию»	40 минут
5	Развитие коммуникативных навыков и положительных моделей поведения. Обучение ребенка навыкам распознавания и контроля, умение владеть собой, своими эмоциями	Упражнение «Как ты себя чувствуешь?» Упражнение «Цветик – семицветик» Упражнение «Я и мой сосед» Упражнение «Дожди»	40 минут
6	Гармонизация эмоционального состояния. Обучение ребенка навыкам распознавания и контроля, умение владеть собой, своими эмоциями	Упражнение «Агрессивная скульптура» Упражнение «Я рисую свой гнев» Упражнение «Ассоциации»	40 минут
7	Снятие эмоционального и мышечного напряжения с помощью дыхательных гимнастик	Упражнение «Замедленное движение» Упражнение «Задуй свечу» Упражнение «Ленивая кошечка» Упражнение «Озорные щечки» Упражнение «Рот на замочек» Упражнение «Злюка успокоилась»	40 минут
8	Научение детей безопасным способам выражения агрессии	Упражнение «Обзывалки» Упражнение «Лепим из пластилина» Упражнение «Волшебный шарик» Упражнение «Дождик»	40 минут

		Упражнение «Доброе животное»	
9	Осознание ценности и уникальности внутреннего мира своих чувств и эмоций	Упражнение «Маленький принц» Упражнение «Самоанализ» Упражнение «Рисунок моего настроения» Упражнение «Ладшки»	40 минут
10	Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе	Упражнение «Ласковое имя» Упражнение «Дождик» Упражнение «Комплименты» Упражнение «Похвалилки»	40 минут
11	Снятие эмоционального и мышечного напряжения	Упражнение «Лимон» Упражнение «Мыльные пузыри» Упражнение «Тучки» Упражнение «Дождик»	40 минут
12	Развитие эмпатии, способности сочувствовать и понимать эмоции и чувства другого человека	Упражнение «Драка» Упражнение «Угадай эмоцию» Упражнение «В центре круга» Упражнение «Доброе животное»	40 минут
13	Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе. Обучение ребенка навыкам распознавания и контроля, умение владеть собой, своими эмоциями	Упражнение «Что мне нравится в тебе?» Упражнение «Что я умею делать хорошего?» Упражнение «Я победитель!» Упражнение «Мой подарок для тебя!»	40 минут
14	Снятие эмоционального и мышечного напряжения с помощью дыхательных гимнастик	Упражнение «Летний денек» Упражнение «Воздушный шарик» Упражнение «Рисуем стихотворение» Упражнение «Вверх по радуге» Упражнение «Семь свечей»	40 минут

15	Научение детей безопасным способам выражения агрессии	Упражнение «Рубка дров» Упражнение «Коробочки» Упражнение «Ругаемся овощами» Упражнение «Мусорное ведро»	40 минут
16	Развитие положительного отношения к окружающим. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию	Упражнение «Тренируем эмоции» Упражнение «В центре круга» Упражнение «Передай эмоцию» Упражнение «Мой подарок для тебя!»	40 минут
17	Снятие эмоционального и мышечного напряжения	Упражнение «Котик» Упражнение «Бабочка и ветерок» Упражнение «Шарик» Упражнение «Подарок под елкой» Упражнение «Шалтай – Болтай»	40 минут
18	Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе	Упражнение «Передай клубочек» Упражнение «Я могу» Упражнение «Зеркало» Упражнение «Позови ласково» Упражнение «Похвалилки»	40 минут
19	Гармонизация эмоционального состояния	Упражнение «Передай эмоцию» Упражнение «Злюка успокоилась» Упражнение «Волшебные рисунки» Упражнение «Дожди»	40 минут
20	Завершающее занятие; подведение итогов занятий	Упражнение «Самоанализ» Упражнение «Итоговый рисунок» Упражнение «Скажи доброе пожелание»	40 минут

Ожидаемые результаты:

1. Обучение безопасным способам выражения агрессии.
2. Гармонизация эмоционального состояния.
3. Осознание ценности и уникальности внутреннего мира своих чувств и эмоций.
4. Снятие мышечного напряжения.
5. Научение приемам саморегуляции.
6. Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе.

3.3 Контрольный эксперимент и его анализ

Цель контрольного этапа исследования – определение эффективности программы психологической коррекции агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

Для проверки эффективности проведенной психокоррекционной работы нами было проведено повторное психодиагностическое исследование. На этапе контрольного этапа эксперимента нами использовались те же методики, которые применялось на первом этапе работы. Полученные результаты были проанализированы и даны нами в сравнении с целью определения эффективности программы.

Так, в результате контрольного этапа эксперимента нами получены следующие результаты:

Результаты исследования по методике «Шкала агрессивности» А. Г. Долговой контрольной группы представлены следующим образом:

Как видно из гистограммы 7, 25% (3 человека) используют физическую и вербальную агрессию до 1 раза. На констатирующем этапе эксперимента данный показатель выглядел аналогичным образом и составлял также 25% (3 человека). От 2-х до 3-х раз агрессию используют 25% детей (3 человека). Данный показатель на контрольном этапе эксперимента так же не изменился.

При этом мы видим, что у детей контрольной группы на контрольном этапе эксперимента показатель изменился от 4-х до 5-ти раз агрессию используют 33% детей (4 человека). Более 6-ти раз – 17% детей (2 человека), а было 8% (1 человек).

Выявленные результаты представлены в гистограмме 7.



Рисунок 7. Гистограмма 7. Результаты исследования контрольной группы по методике «Шкала агрессивности», контрольный этап эксперимента

Таким образом, уровень агрессии у детей контрольной группы незначительно возрос на контрольном этапе эксперимента.

Результаты экспериментальной группы по методике «Шкала агрессивности» А. Г. Долговой представлены в гистограмме 8.



Рисунок 8. Гистограмма 8. Результаты исследования экспериментальной группы по методике «Шкала агрессивности», контрольный этап эксперимент

Как видим на гистограмме 8, увеличилось детей с 17% (2 человека) до 25% (3 ребенка), что используют физическую и вербальную агрессию до 1 раза. От 2-х до 3-х раз агрессию используют уже 42% детей (4 человека). Данный показатель на констатирующем этапе эксперимента составлял 25% (3 человека). При этом мы видим, что у детей экспериментальной группы на контрольном этапе эксперимента показатель изменился от 4-х до 5-ти раз агрессию стали использовать уже 33% детей (4 человека), а не 50% (6 детей). Более 6-ти раз – не выявлена, а был 8% (1 человек).

Данные результаты свидетельствуют о том, что уровень агрессии детей экспериментальной группы стал значительно ниже. В своем поведении дети стали реже использовать агрессивные действия, что свидетельствует о снижении уровня агрессии.

Результаты исследования по методике «Как ты поступишь?» Е.В. Гребенкина контрольной группы представлены в гистограмме 9.



Рисунок 9. Гистограмма 9. Результаты исследования контрольной группы эксперимента по методике «Как ты поступишь?», контрольный этап эксперимента

Как видно на гистограмме 9, в контрольной группе физическую агрессию в своем поведении стали использовать 42% детей (5 человек). Данные результаты свидетельствуют нам о снижении уровня физической агрессии за счет увеличения вербальной. На констатирующем этапе эксперимента процент ответов, носящих агрессивный характер, и именно физическая агрессия, составлял 50% (6 человек).

Показатель «Вербальная агрессия» повысился и составил 25% (3 человека). До повторной диагностики данный показатель составлял 17% (2 человека).

Показатель «Конструктивный способ» остался неизменен. Все так же только 33% детей (4 человека) в своих действиях прибегают к конструктивному способу разрешения конфликтной ситуации.

Результаты методики «Как ты поступишь?» Е.В. Гребенкина в экспериментальной группе представлены в гистограмме 10.



Рисунок 10. Гистограмма 10. Результаты исследования экспериментальной группы по методике «Как ты поступишь?», контрольный этап эксперимента

Как мы видим из гистограммы 10, показатель «физическая агрессия» снизился, что составляет 42%. Таким образом, количество детей,

прибегающих к физической агрессии сократилось, т.к. на констатирующем этапе эксперимента физическая агрессия была выявлена у 58% испытуемых.

Показатель «Вербальная агрессия» остался аналогичен результатам констатирующего этапа эксперимента и выявлен у 25%. Соответственно, 25% испытуемых все также решают проблемные спорные ситуации посредством использования вербальных форм агрессии (крик, обзывания и др.)

По показателю «Конструктивный способ» мы видим положительную динамику. Так данный показатель на констатирующем этапе эксперимента был 17%, а на контрольном этапе эксперимента стал 33%, что свидетельствует о том, что количество детей, прибегающих к конструктивным способом решения конфликтных ситуаций увеличилось.

Как видим из данной гистограммы, увеличилось количество детей, прибегающих к конструктивным способам разрешения конфликта, уровень физической агрессии – снизился, что свидетельствует о том, что уровень агрессии у детей экспериментальной группы значительно снизился, дети стали в меньшей степени проявлять агрессивное поведение по отношению к окружающим.

Результаты методики «Кактус» М.А. Панфиловой в контрольной группе представлены следующим образом:



Рисунок 11. Гистограмма 11. Результаты исследования контрольной группы по методике «Кактус», контрольный этап эксперимента

Как видим из гистограммы 11, у испытуемых контрольной группы незначительно повысился показатель, характеризующий высокий уровень агрессии. Он присущ 50% детей (6 человек) в группе. На констатирующем этапе эксперимента низкий уровень был выявлен у 42% детей (5 человека). рисунки детей с высоким уровнем агрессии отличались множеством острых близкорасположенных колючек и иголок, сильным нажатием карандаша. Также им свойственна демонстративность и стремление к лидерству.

Средний уровень не изменился и присущ 25% детей (3 человека). Для детей со средней выраженностью агрессии также характерна импульсивность, стремление к домашней защите.

Низкий уровень снизился за счет увеличения высокого уровня и составляет 25% (3 ребенка).

Результаты свидетельствуют о том, что уровень агрессии в контрольной группе на контрольном этапе эксперимента незначительно повысился.

В экспериментальной группе по методике «Кактус» М.А. Панфиловой получились результаты, представленные в гистограмме 12.



Рисунок 12. Гистограмма 12. Результаты исследования экспериментальной группы по методике «Кактус», контрольный этап эксперимента

Как видим из гистограммы 12, до проведения психокоррекционной работы высокий уровень агрессии был выявлен у 50% детей (6 человек). После проведения повторного исследования стал 33% детей (4 человека). Таким образом, мы видим, что количество детей с высоким уровнем агрессии сократилось.

Средний уровень агрессии присущ 42% детей (5 человек). На констатирующем этапе исследования средний уровень был выявлен у 33% детей (4 человека). Таким образом, количество детей со средним уровнем агрессии также увеличилось.

Низкий уровень характерен для 25% детей (3 человека). До проведения психокоррекционной работы был выявлен у 17% детей (2 человека).

Полученные результаты свидетельствуют о снижении у детей экспериментальной группы агрессии за счет увеличения количества детей с низким уровнем агрессии и снижением высокого уровня.

В результате проведенного исследования мы установили, что в контрольной группе значительных изменений по результатам мы не зафиксировали, за исключением количества детей с высоким уровнем агрессии.

В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика в снижении уровня агрессии за счет увеличения количества детей с низким уровнем агрессии и снижением высокого уровня.

Исходя из результатов повторного исследования, можно сделать вывод о том, что разработанная нами программа психологической коррекции агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития эффективна. Поставленные цели и задачи были достигнуты.

Выводы по третьей главе

В третьей главе выпускной квалификационной работы нами была разработана и апробирована программа психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Программа была рассчитана на 2,5 месяца и включала в себя 20 тематических занятий. Занятия проходили в виде игровых упражнений, т.к. для детей с задержкой психического развития игровые упражнения – самый оптимальный вариант психокоррекционной работы, в силу особенностей дефекта детей с задержкой психического развития и имеющихся нарушений.

Программа включает в себя следующие направления работы:

- работа с гневом, научение ребенка адекватным способам выражения своей агрессии;
- обучение ребенка навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой и собственными эмоциями;
- развитие эмпатии, сочувствия, развитие хороших отношений в коллективе;
- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе.

В результате использования игровых упражнений мы преследовали следующие задачи:

- Обучение безопасным способам выражения агрессии.
- Гармонизация эмоционального состояния.
- Осознание ценности и уникальности внутреннего мира своих чувств и эмоций.

- Снятие мышечного напряжения.
- Научение приемам саморегуляции.

После формирующего этапа эксперимента, заключающегося в апробации программы, нами был проведен контрольный этап эксперимента.

По результатам контрольного этапа эксперимента мы установили, что в контрольной группе у детей значительных изменений в показателях нами не было зафиксировано. У детей все так же преобладает высокий уровень агрессии, в частности – физическая агрессия.

В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика в увеличении количества детей, использующих при разрешении конструктивные способы выхода из конфликтной ситуации. Результаты диагностики показали, что уровень агрессии детей стал значительно ниже. В своем поведении дети стали реже использовать агрессивные реакции (пинки, толкания, крики, обзывательства и др.).

Таким образом, в экспериментальной группе мы видим, что дети стали контролировать агрессию, нежелательные формы поведения стали наблюдаться реже, отмечается расширение продуктивных поведенческих реакций.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что разработанная нами программа психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития оказалась эффективной.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе теоретического анализа отечественной и зарубежной литературы, мы пришли к выводу о том, что проблема агрессии и агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития, в силу особенностей их эмоционально-волевой сферы, актуальна. Кроме этого до сих пор проблема для детей с задержкой психического развития не достаточно изучена и нуждается в более глубоком изучении, особенно в нахождении методов и приемов психологической коррекции агрессивного поведения.

Для решения этой проблемы нами были проанализированы научные труды различных авторов, описывающих понятия агрессии и агрессивного поведения. Рассмотрены компоненты агрессии: поведенческий, аффективный, когнитивный и мотивационный, а также теоретические подходы к исследованию данных понятий.

Авторы сходятся во мнении, что агрессия и агрессивное поведение негативным образом влияют на развития личности, построение коммуникации с окружающими и др.

Анализ психологической литературы позволил сделать вывод, что младшие школьники с задержкой психического развития чаще всего прибегают к физической и вербальной агрессии. В поведении таких детей наблюдается вспыльчивость, нетерпимость к мнению окружающих людей, неуступчивость и наступательность в поведении.

В результате констатирующего этапа эксперимента нам удалось выяснить, что как в контрольной, так и в экспериментальной группах у детей преобладает высокий уровень агрессии. Чаще всего дети используют

физическую форму агрессии, причем, в большей степени агрессия проявляется по отношению к сверстникам.

Для снижения агрессивности у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития нами была разработана программа психологической коррекции агрессивного поведения.

Программа включает в себя следующие направления работы: работа с гневом, научение ребенка адекватным способам выражения своей агрессии; обучение ребенка навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой и собственными эмоциями; развитие эмпатии, сочувствия, развитие хороших отношений в коллективе; снятие эмоционального и мышечного напряжения; развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе.

В результате контрольного этапа эксперимента мы установили, что в контрольной группе у детей значительных изменений в показателях нами не было зафиксировано. У детей все так же преобладает высокий уровень агрессии.

В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика в увеличении количества детей, использующих при разрешении конструктивные способы выхода из конфликтной ситуации. Данные показатели свидетельствуют о том, что уровень агрессии детей стал значительно ниже. В своем поведении дети стали реже использовать агрессивные реакции. В результате проведенного исследования мы видим, что дети стали контролировать агрессию и нежелательные формы поведения стали наблюдаться реже в поведении детей экспериментальной группы.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что разработанная нами программа психологической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития оказалась эффективной. Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод о том,

что поставленная гипотеза подтвердилась. Поставленные задачи были выполнены в полной мере.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Агрессия у детей и подростков: учеб. пособие / под ред. Н.М. Платоновой. –СПб., 2004.
2. Азаев В. А., Буслаева Е. Н. Агрессия как психологический феномен и педагогическая проблема инклюзивного образования // European research. - № 9. – 2015. – с. 1 – 4.
3. Алворд М., Бэйкер П. Как работать с агрессивными детьми. - М.: Катарсис, 1997. - 280 с.
4. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. – СПб., 2009
5. Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с задержкой психического развития: Учеб. пособие. – М., 2001
6. Бенилова С.Ю. Коррекция эмоционально – поведенческих расстройств у детей с нарушениями развития / С.Ю. Бенилова Воспитание и обучение детей с нарушениями развития.-2012.-№ 1. 72с.
7. Борякова Н.Ю. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание детей с ЗПР. - Ярославль, 2017г.
8. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. СПб. – 2004
9. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонения.- М.: Педагогика,1990. -140 с.
10. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. - СПб., 1997.
11. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. - М.: Осъ-89, 2002.
12. Винник, М.О. Задержка психического развития у детей: методологические принципы и технологии диагностической и коррекционной работы/ М.О.Винник – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007 – 154с.

13. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 5: Основы дефектологии / под ред. Т. А. Власовой. М. : Академия, 2013 – 334 с..
14. Ганзен, В. А. Систематизация психических состояний. // Психология состояний: хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров / под. ред. А. О. Прохорова. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2015. – С. 60-64.
15. Гаспарова Е. Агрессивные дети // Дошкольное воспитание. – 1998.- № 8. С. 99.
16. Гребенникова О.В. Игры-релаксации в коррекционной работе с детьми 5-6 лет, проявляющими агрессию и вспыльчивость / / Психолог в детском саду. - 2004.
17. Жмуров Д.В. Словарь терминов агрессии и насилия / Д.В.Жмуров LAP Academic Publishing 2012 – 288с.
18. Змановская, Е.В. Девиантология / Змановская, Е.В. психология отклоняющегося поведения, 2010 82с.
19. Игнатова Ю. А. Социально-эмоциональное развитие детей с задержкой психического развития // Сб. работ молодых ученых МГПУ / сост. Н. М. Чалов. М. : МГПУ, 2001. Вып. 7.
20. Ильин, Е. П. Дифференциальная психофизиология. – СПб. и др.: Питер, 2017. – 454 с.
21. Ильин Е.П. Психология агрессивного поведения спб Питер 2014 173с.
22. Йокубаускайте И. К. Психологические особенности агрессивного поведения детей 7—9 лет с задержкой психического развития : автореф. Дис. ... канд. Психол. Наук : 19.00.10 / Нижегород. Гос. Пед. Ун-т. Нижний Новгород, 2006
23. Как найти друзей и быть хорошим другом / И.Е. Чеснова; худож. М. Кудрявцева. — Москва: Издательство АСТ, 2017. — 63 [1] с.: илл. — (Каждый ребенок желает знать...).

24. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению/характер, коммуникабельность / популярное пособие для родителей и педагогов.- Ярославль: Академия развития, 1997. -240 с.
25. Ковалёв П.А. Возрастно-половые особенности отражения в сознании структуры собственной агрессивности и агрессивного поведения. – СПб., 1996. – 188 с.
26. Копчёнова Е.Е. Детская агрессивность как качество личности. – М., 2010. – 234 с.
27. Корниенко А.С. Детская агрессия. Простые способы коррекции нежелательного поведения ребенка Екатеринбург: Рама Паблишинг 2012 190с.
28. Королева Ю. А. Психологическое сопровождение младших школьников с задержкой психического развития в условиях интеграции // Психология и педагогика : методика и проблемы практического применения : сб. материалов XV междунар. Науч.-практ. Конф. / под общ. Ред. С. С. Чернова. Новосибирск : Изд-во НГТУ, 2010.
29. Краткий психологический словарь / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. Москва: Академия, 2017. 432 с. с. 337
30. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей.- Ярославль: Академия развития, 1996. - 208 с.
31. Кухранова И. Коррекционно-психологические упражнения и игры для детей с агрессивным поведением // Воспитание школьников.- 2002.- №10.- с.31
32. Лебедева Л.Д., Арттерапия детской агрессивности // Начальная школа. -2001.- №2.- с. 26-28
33. Лебединский, Л. Л. Нарушения психического развития в детском возрасте / В. В. Лебединский. – М.,2003.
34. Левитов Н.Д. Психическое состояние агрессии / Н.Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1992. - № 6. – С. 168-173

35. Левченко И. Ю. Киселева Н.Ю. Психологическое изучение детей с нарушениями в развитии М: Книголюб 2015 152с.
36. Леонтьев, А. Н. Потребности, мотивы и эмоции: конспект лекций / А. Н. Леонтьев. – М.: Изд-во МГУ, 2016. – 40 с
37. Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло»). - М., 1994.
38. Мастюкова Е.М. Московина А.Г. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии М 2004
39. Матвеева Е.А. Агрессивность в младшем школьном возрасте и пути ее коррекции//Научный электронный журнал «Меридиан». – 2017. - №4. – С.179-182
40. Никифорова Л.А. Вкус и запах радости. Цикл занятий по развитию эмоциональной сферы. — М.: Национальный книжный центр 2015. — 72 с.
41. Панфилова МА. Игротерапия общения М: Гном-Пресс. 2002.
42. Паренс Г. Агрессия наших детей. М., 1997.
43. Пошивалов В. П. Новые направления в изучении агрессивного поведения // Журн. высшей нервной деятельности им. И. П. Павлова. - 2015, Т. 37. - Вып. 4.
44. Практическая психология в тестах, или как научиться понимать себя и других.- М.: Аст - пресс, 1997. - 376 с.
45. Рабочая книга школьного психолога /под ред. И.В. Дубровиной.- М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 376 с.
46. Ракитина В.В. Особенности коррекции агрессивных проявлений у младших школьников с ЗПР// Научный альманах. - №3-2(29). – 2017. – С.373-376
47. Реан А. А. Агрессия и агрессивность личности. – СПб., 2003. – 224 с.
48. Романова Е.С., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. М., 1992.

49. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. – СПб. и др.: Питер, 2016. – 712 с
50. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. - СПб.: Питер Ком, 1998.
51. Румянцева Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии. // Вопросы психологии. – 2001. - № 1.– С. 81-87.
52. Румянцева Н.М. Агрессия и контроль.//Вопросы психологии. – 1992.-№ 5,6.-С.35-40.
53. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы.- М.: Новая школа, 1995. -144 с.
54. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции.- М.:Новая школа, 1996.- с.163
55. Смирнова Е.О. Психологические особенности и варианты детской агрессивности / Е.О. Смирнова, Г.Р. Хузеева // Вопросы психологии. - 2002. - № 1.
56. Соколова Е.В. Психология детей с задержкой психического развития М: Сфера, 2009 – 320 с.
57. Соловьёва С.Л. Агрессивное поведение и агрессивность как свойство личности. // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 2014. – № 3. – С. 13–19.
58. Сосновикова Ю. Е. Психические состояния человека, их классификация.// Психология состояний: хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров / под. ред. А. О. Прохорова. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2015. – С. 79-88
59. Трунова Н.М. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста.- М.: Новая школа, 1986.- с.132
60. Ульенкова, У.В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии./ Ульенкова, У.В. – М.: Академия.- 2012. – 400с.

61. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. - М.: Генезис, 2004.
62. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции . – М., 2011. – 425 с.
63. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. - М.: Республика, 1994.
64. Фурманов А.Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция. М., Генезис, 2009
65. Фурманов И.А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция. - СПб.: Речь, 2007.
66. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Т. 1. – М., 2000. – 255 с.
67. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. - М.: Генезис, 2005.
68. Чернобровкина С.В. Фрустрация: Понятие и диагностика: Учеб.-метод. пособие: Для студентов специальности 020400 «Психология» / Сост. Л.И. Дементий. – Омск: Изд-во ОмГУ, 2004. – 68 с.
69. Чернухина Е. Е. Педагогические условия коррекции неблагоприятных эмоциональных состояний учащихся младших классов : автореф. Дис. ... канд. Пед. Наук : 13.00.03 ; 13.00.01 / Моск. Гос. Открытый пед. Ун-т. М., 2002.
70. Шамарина Е. В., Чернухина Е. Е. Особенности познавательной деятельности и эмоциональной сферы младших школьников с ЗПР : учеб.-метод. Пособие. М. : Книголюб, 2006.
71. Шиманская, Шиманский: Монсики. Что такое эмоции и как с ними дружить. Важная книга для занятий с детьми, - Москва: Издательство «Э», 2017, - 128с.

Приложение 1**Таблица 1.**

Контрольная группа детей, принявших участие в исследовании (4 Б класс).

№	Учащийся	Класс	Возраст	Вид дизонтогенеза
1	Егор Ш.	4 Б	10	ЗПР
2	Егор Г.	4 Б	10	ЗПР
3	Богдан Д.	4 Б	10	ЗПР
4	Костя У.	4 Б	10	ЗПР
5	Женя М.	4 Б	10	ЗПР
6	Самира М.	4 Б	10	ЗПР
7	Алисия Р.	4 Б	10	ЗПР
8	Маша Ф.	4 Б	11	ЗПР
9	Соня А.	4 Б	11	ЗПР
10	Стас К.	4 Б	10	ЗПР
11	Валя П.	4 Б	11	ЗПР
12	Коля В.	4 Б	11	ЗПР

**Экспериментальная группа детей, принявших участие в
исследовании (4 В класс).**

№	Учащийся	Класс	Возраст	Вид дизонтогенеза
1	Рустам Е.	4 В	11	ЗПР
2	Полина Г.	4 В	11	ЗПР
3	Никита А.	4 В	11	ЗПР
4	Рома М.	4 В	10	ЗПР
5	Данил Г.	4 В	11	ЗПР
6	Катя А.	4 В	10	ЗПР
7	Саша К.	4 В	10	ЗПР
8	Ира О.	4 В	10	ЗПР
9	Артем Н.	4 В	11	ЗПР
10	Рома Л.	4 В	10	ЗПР
11	Настя Г.	4 В	11	ЗПР
12	Лера Д.	4 В	10	ЗПР

Приложение 3

№	Утверждение	0 раз	1 раз	2 раза	3 раза	4 раза	5 раз	6 и более раз
1	Я дразнил других учеников, чтобы рассердить их	0	1	2	3	4	5	6
2	Я бывал сердитым большую часть дня	0	1	2	3	4	5	6
3	Я давал сдачи ученикам, которые пытались ударить меня первыми	0	1	2	3	4	5	6
4	Я говорил о других учениках такое, что мои слова вызывали смех у окружающих	0	1	2	3	4	5	6
5	Я подбивал других учеников к драке	0	1	2	3	4	5	6
6	Я сильно толкал других учеников	0	1	2	3	4	5	6
7	Я легко сердился на кого-то из одноклассников	0	1	2	3	4	5	6
8	Я затевал драку, потому что был сердит	0	1	2	3	4	5	6
9	Я бил кулаком или пинал ногой кого-то	0	1	2	3	4	5	6
10	Я обзывал других учеников	0	1	2	3	4	5	6
11	Я угрожал кому-то	0	1	2	3	4	5	6

Приложение 4

1. Во время перемены или уроков группа ребят играет в футбол и отказывается тебя принимать в свой круг _____

2. Ты пришел в школу с новой прической и был осмеян одноклассниками и учителями _____

3. Одноклассник толкает тебя, когда ты стоишь в очередь в столовую

4. Твой друг пытается вовлечь тебя в шуточный «бойцовский поединок», даже когда ты совсем не в настроении играть _____

5. Кто-либо из знакомых оскорбляет членов твоей семьи _____

6. Старшеклассник просит одолжить тебе небольшую сумму денег _____

7. Кто-то выхватил из твоих рук булочку или шоколадку _____

8. Ты желаешь присоединиться к разговору, а тебе дают понять, что не хотят с тобой общаться

9. Ради шутки кто-то ставит тебе подножку или убирает стул, на который ты садишься _____

10. На уроке во время твоего ответа кто-либо шепчется за спиной _____

11. Ты была осмеяна всем классом из-за нелепой ошибки при ответе на вопрос учителя _____

12. Кто-то резко закрывает перед тобой дверь _____

Конспекты занятий

Занятие 1.

Цель: установление доброжелательной атмосферы в группе

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (какой-то предмет). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Рассказ о себе»

Задание: задача ребенка рассказать о себе по следующему плану:

- Как меня зовут.
- Что я люблю делать.
- Больше всего на свете мне нравится.

Упражнение «Какой я».

Задание: Нужно предложить ребенку дописать предложение «Я.....».

На вопросы ребенка отвечать отвлеченно, не конкретизируя информацию, давая возможность ребенку полностью выразить себя.

Обговорить с ребенком, почему он написал о себе именно это? Возможно, он хотел бы еще что-то написать о себе?

Упражнение «Как я представляю себя»

Упражнение позволяет понять, как видит себя ребенок.

Задание: группе детей дается белый лист и цветные карандаши. Задача детей нарисовать себя.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить детей рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 2.

Цель: раскрытие групповых отношений.

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Царевна Несмеяна»

Задание: с помощью считалки выбирается «Царевна Несмеяна». Чтобы Несмеяна улыбнулась, надо сказать ей добрые слова о том, какая она хорошая, отзывчивая, веселая. Дети по очереди говорят «царевне» о ее хороших качествах, поступках.

Упражнение «Жучок»

Задание: дети встают в шеренгу за водящим. Водящий стоит спиной к группе, выставив из-под мышек свою руку с раскрытой ладонью. Водящей должен узнать, кто из детей дотронулся до его руки, и водит до тех пор, пока не угадает правильно. Водящего выбирают с помощью считалки.

Упражнение «Посочувствуй другому»

Задание: упражнения выполняются в парах. Педагог задает разнообразные ситуации.

- Девочка упала, поранила руку, ей больно (один ребенок с помощью мимики, позы показывает боль, другой пытается найти ласковые слова, жесты, оказывает помощь).
- Два друга давно не виделись. Они мечтают о встрече (дается задание показать, как встретятся два друга после долгой разлуки).
- Малыш потерялся, плачет (нужно показать, как поступит старший ребенок, как поможет малышу).
- Девочку обидели. Ее пожалела подружка (завязала бант, дала игрушку, обняла, как еще можно утешить девочку?).

- Девочки подобрали котенка, пожалели его, напоили молоком.

Упражнение «Передай клубочек»

Задание: Дети садятся по кругу и передают друг другу клубочек. Тот, кто передает клубочек, говорит комплименты тому ребенку, которому попадает клубочек. Передача клубочка по кругу и самопредставление того, у кого окажется клубок.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 3.

Цель: Знакомство с положительными эмоциями

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Сюжетные картинки с изображением эмоции»

Задание: Детям предлагается рассмотреть карточку с изображением положительной эмоции и определить, в каком эмоциональном состоянии находится человек, изображенный на данной карточке. Следует обсудить с детьми возникшие варианты.

Затем попросите детей придумать историю, которая произошла с этим человеком, позволяющую понять причины данного эмоционального состояния, отображенного на карточке.

Далее можно обсудить с детьми, испытывали ли они сами подобные чувства, и если да, то при каких обстоятельствах.

Упражнение «Покажи положительную эмоцию»

Задание: Детям раздаются карточки с названиями чувств. Они знакомятся с ними, но не показывают окружающим. Ведущий просит детей вспомнить ситуацию, в которой они испытывали подобное чувство (в соответствии с карточкой).

Затем каждый ребенок должен пластически изобразить чувство, написанное на его карточке, в виде «памятника» или небольшой пантомимы (некоторым детям проще изобразить чувство через рисунок). Задача остальных детей - отгадать, «памятник» какому чувству они видят.

Упражнение «Представь эмоцию»

Задание: Детям предлагается какая-либо определенная эмоция. Далее следует задать следующие вопросы:

- если бы мы могли видеть данное чувство, то какое бы оно было (цвет, форма, чтобы оно напоминало);
- если бы мы могли его потрогать, то какое бы оно было на ощупь;
- если бы мы могли его попробовать, то какое бы оно было на вкус;
- если бы мы могли его услышать, то какой звук оно имеет, как оно звучит;
- если бы оно имело запах, то какой был бы запах.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 4.

Цель: Знакомство с отрицательными эмоциями

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Сюжетные картинки с изображением эмоции»

Задание: Детям предлагается рассмотреть карточку с изображением отрицательной эмоции и определить, в каком эмоциональном состоянии находится человек, изображенный на данной карточке. Следует обсудить с детьми возникшие варианты.

Затем попросите детей придумать историю, которая произошла с этим человеком (ребенком), позволяющую понять причины данного эмоционального состояния, отображенного на карточке.

Далее можно обсудить с детьми, испытывали ли они сами подобные чувства, и если да, то при каких обстоятельствах.

Упражнение «Покажи отрицательную эмоцию»

Задание: Детям раздаются карточки с названиями чувств. Они знакомятся с ними, но не показывают окружающим. Ведущий просит детей вспомнить ситуацию, в которой они испытывали подобное чувство (в соответствии с карточкой).

Затем каждый ребенок должен пластически изобразить чувство, написанное на его карточке, в виде «памятника» или небольшой пантомимы (некоторым детям проще изобразить чувство через рисунок). Задача остальных детей - отгадать, «памятник» какому чувству они видят.

Упражнение «Представь эмоцию»

Задание: Детям предлагается какая-либо определенная эмоция. Далее следует задать следующие вопросы:

- если бы мы могли видеть данное чувство, то какое бы оно было (цвет, форма, чтобы оно напоминало);
- если бы мы могли его потрогать, то какое бы оно было на ощупь;
- если бы мы могли его попробовать, то какое бы оно было на вкус;
- если бы мы могли его услышать, то какой звук оно имеет, как оно звучит;

- если бы оно имело запах, то какой был бы запах.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 5.

Цель: Развитие коммуникативных навыков и положительных моделей поведения

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Как ты себя чувствуешь?»

Задание: Каждый ребенок внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, какое у него настроение, рассказывает об этом. Ребенок, состояние которого описывается, слушает и затем соглашается со сказанным или не соглашается, дополняет. Упражнение выполняется по кругу.

Упражнение «Цветик – семицветик»

Задание: «Если бы ты был волшебником и мог творить чудеса, то что бы ты подарил сейчас всем нам вместе?» Или: «Если бы у нас был цветик – семицветик, какое бы желание ты загадал?» Каждый ребенок загадывает одно желание, оторвав от общего цветка один лепесток.

Лети, лети, лепесток, через запад на восток,
Через север, через юг, возвращайся, сделав круг,
Лишь коснешься ты земли, быть по–моему вели.
Вели, чтобы...

Упражнение «Я и мой сосед»

Задание: Дети распределяются в пары, лицом друг к другу. Педагог произносит слова, дети их повторяют, сопровождая движениями: «Мои ручки хороши — у соседа лучше, мои плечи хороши — у соседа лучше, мои щеки хороши — у соседа лучше, мои, да и сам я весь хорош - но сосед мой лучше (обнимаются)».

Упражнение «Дожди»

Задание: дети встают в круг и, двигаясь друг за другом, по заданию педагога изображают дождь. Он может быть веселым, с солнышком, страшным ливнем с грозой, грустным, бесконечно морозящим и т.п.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 6.

Цель: Гармонизация эмоционального состояния

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Агрессивная скульптура»

Задание: Психолог предлагает ребенку слепить агрессивную скульптуру. По окончании ребенком работы, психолог приступает к обсуждению:

- Что это такое? Расскажи об этой скульптуре.
- Что ты ощущал, когда создавал ее?
- Как бы ты назвал эту скульптуру?
- Что в сделанной тобой скульптуре тебе не нравится?

- Хочешь больше не думать об этом? Тогда сомни ее и вылепи то, что принесет тебе хорошее настроение.

Упражнение «Я рисую свой гнев»

Задание: Психолог предлагает нарисовать детям на листочке то, как они видят свой гнев.

По окончании зарисовки, психолог начинает обсуждение:

- Что ты изобразил?
- Какие чувства ты испытывал, во время изображения своего гнева?
- Изменилось ли что-то в твоём состоянии после окончания работы? Если да, то что?
- Есть ли у тебя желание сделать что-то с рисунком? Если да, то что?

Упражнение «Ассоциации».

Задание: В данном упражнении используются карточки с различными картинками. Психолог предлагает разложить карточки по 2-м кучкам: «агрессия» и «улыбка». Когда ребенок закончил, психолог начинает обсуждение:

- Что ты ощущал, выкладывая кучку «агрессия»?
- Что ты испытал, увидев слово «улыбка»?
- Какая эмоция больше относится к тебе?
- А теперь посмотри на карточки, которые ты разложил. Что ты можешь сказать о своем выборе?

3. Заключительный этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 7.

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения с помощью дыхательных гимнастик

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть

Упражнение «Замедленное движение»

Задание: Дети садятся ближе к краю стула, опираются о спинку, руки свободно кладут на колени, ноги слегка расставляют, закрывают глаза и спокойно сидят некоторое время, слушая медленную, негромкую музыку:

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая – очень легкая, простая.

Замедляется движение, исчезает напряжение.

И становится понятно – расслабление приятно!

Упражнение «Задуй свечу»

Задание: Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дую на свечу, при этом длительно произносить звук “у”.

Упражнение «Ленивая кошечка»

Задание: Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук “а”.

Упражнение «Озорные щечки»

Задание: Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук “а”.

Упражнение «Рот на замочке»

Задание: Поджать губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрывать рот на “замочек”, сильно-сильно сжав губы. Затем расслабить их:

У меня есть свой секрет, не скажу его вам, нет (поджать губы).

Ох как сложно удержаться, ничего не рассказав (4–5 с).

Губы все же я расслаблю, а секрет себе оставлю.

Упражнение «Злюка успокоилась»

Задание: Напрячь челюсть, растягивая губы и обнажая зубы. Рычать что есть сил. Затем сделать несколько глубоких вдохов, потянуться, улыбнуться и, широко открыв рот, зевнуть:

А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь.

Челюсть сильно я сжимаю и рычаньем всех пугаю (рычать).

Чтобы злоба улетела и расслабилось все тело,

Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться,

Может, даже и зевнуть (широко открыв рот, зевнуть).

3. Заключительный этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 8.

Цель: Научить детей безопасным способам выражения агрессии

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Обзывалки»

Задание: “Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необходимыми словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов,

грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: “А ты, ..., морковка!” Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: “А ты, солнышко!”

Упражнение «Лепим из пластилина»

Задание: Каждому ребенку дается белый лист и кусок пластилина. Ребенку необходимо вдавить и размазать пластилин по листу, тем самым выражая свой гнев.

Упражнение «Волшебный шарик»

Задание: Мы представим, что воздушный шарик находится у нас в животе, и мы его должны надуть. Положите руку на живот. Шарик сейчас без воздуха. Наша задача его наполнить. Надуваем живот, будто он большой воздушный шарик. Почувствуйте рукой, как он растет. А теперь сделаем выдох и сдуваем животик. Отлично! Давайте повторим еще раз.

Упражнение «Дождик»

Задание: Ребята наша игра подошла к концу давайте поблагодарим друг друга за работу: приготовили ладошки, пошёл мелкий дождь (бъём пальцем правой руки по левой ладошке), дождик стал усиливать (двумя пальцами), дождик стал ещё сильнее (тремя пальцами), пошёл крупный дождь (четырьмя пальцами) и пошёл ливень (всей ладошкой).

3. Заключительный этап.

Упражнение «Доброе животное»

Задание: Дети встают в круг и берутся за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. А теперь подышим вместе. Вдох – все делают шаг вперед. Выдох – шаг назад. Наше животное дышит очень ровно и спокойно. А теперь изобразим и послушаем, как бьется его большое сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д.

Ритуал прощания. Обсуждение пройденного материала.

Занятие 9.

Цель: Осознание ценности и уникальности внутреннего мира своих чувств и эмоций

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Маленький принц»

Задание: Психолог предлагает детям представить себя в роли маленького принца. У маленького принца есть своя планета, которая выглядит именно так, как захочет сам принц. Психолог предлагает детям изобразить такую планету на листе бумаги.

По завершении рисунка, психолог начинает обсуждение:

- Как ты назвал созданную планету?
- Кто сможет посещать твою планету и как часто?
- Кого ты хочешь пригласить на свою планету? Для чего?
- Кто обитает на этой планете постоянно?
- Есть те, кого ты всегда рад видеть на своей планете?
- Существуют ли те, кого бы ты никогда и ни за что не пустил

на свою планету? Почему?

Упражнение «Самоанализ».

Задание: Психолог предлагает детям разделить лист бумаги на 2 половины: одна половина предназначается для положительных, а другая для отрицательных качеств. После чего необходимо предложить определить свои положительные и отрицательные качества и разделить их на 2 столбика.

По окончании записи личных качеств, необходимо обсудить с ребенком:

- Какие отрицательные качества ты выписал?
- Хочешь ли ты от них избавиться? Что для этого нужно делать?

- Какие положительные качества ты выписал?
- Что должен делать человек, чтобы положительных качеств становилось все больше и больше?

Упражнение «Рисунок моего настроения»

Задание: «Закройте глаза. Каждый из вас испытывает особое настроение. То есть особый набор эмоций. Попробуйте представить свое настроение в виде образа. Попробуйте мысленно подобрать цвет или несколько цветов своего настроения. На что оно похоже? На что не похоже вовсе? Имеет оно запах? Издает ли ваше настроение какие-либо звуки? Теперь откройте глаза, возьмите листы бумаги и изобразите свое настроение». Выставка рисунков.

Упражнение «Ладонка»

Задание: Детям предлагаются листы бумаги и карандаши. Задача ребенка приложив свою ладонку, обвести ее карандашом. В центре написать свое имя. Выбрать любой пальчик и написать на нем самое лучшее качество.

По окончании рисования, необходимо обсудить написанные детьми качества.

3. Заключительный этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 10.

Цель: Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Ласковое имя»

Задание: Каждому ребенку предлагается назвать ласково соседа, сидящего справа, который непременно должен поблагодарить говорящего, сказав "Спасибо".

Упражнение «Дождик»

Задание: «Ребята, вы любите играть под теплым летним дождем? Пока мы с вами разговаривали, пошел ласковый дождик. Но дождик оказался не простым, а волшебным – клеевым. Он склеил всех нас в одну цепочку (дети выстраиваются друг за другом, держа за плечи впереди стоящего) и теперь предлагает нам погулять».

Дети, держась друг за друга, передвигаются по комнате, преодолевая различные препятствия: обогнуть «широкое озеро», пробраться через «дремучий лес», прятаться от диких животных и др. Главное условие – дети не должны отцепляться друг от друга.

«Ну вот, дождик закончился, и мы снова можем спокойно двигаться»

Упражнение «Комплименты»

Задание: Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, ребенок говорит: «Мне нравится в тебе...». Принимающий комплимент кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу. После упражнения обсудить с детьми, что они чувствовали, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты.

Упражнение «Похвалилки»

Задание: Дети сидят в кругу. Каждый ребенок вспоминает какое-либо одобряемое окружающими действие или поступок. Причем формулировка обязательно начинается словами "Однажды я..." Например: "Однажды я помог товарищу в детском саду" или "Однажды я быстро выполнил задание" и т.д.

В заключение можно провести беседу о том, что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того чтобы это заметить, необходимо внимательно, заботливо и доброжелательно относиться к окружающим.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 11.

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Лимон»

Задание: сядьте удобно: руки свободно положите на колени ладонями вверх, плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте себе, что в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно его сжимать до тех пор, пока не почувствуете, что «выжали» весь сок. Расслабьтесь. Затем необходимо проделать тоже самое с левой рукой. Затем – одновременно двумя руками. Расслабьтесь. Сделайте глубокий вдох и выдох.

Упражнение «Мыльные пузыри»

Задание: педагог имитирует выдувание мыльных пузырей, а дети изображают полет этих пузырей. Дети свободно двигаются. После команды «Лопнули!» дети садятся на стулья.

Упражнение «Тучки»

Задание: Из бархатной бумаги синего цвета вырезать тучи. Под музыку П. И. Чайковского «времена года» наклеить тучи на лист бумаги. Детям необходимо нарисовать дождь пальчиковыми красками синего и голубого цвета.

Упражнение «Дождик»

Задание: Ребята наша игра подошла к концу давайте поблагодарим друг друга за работу: приготовили ладошки, пошёл мелкий дождь (бъём пальцем

правой руки по левой ладонке), дождик стал усиливать (двумя пальцами), дождик стал ещё сильнее (тремя пальцами), пошёл крупный дождь (четырьмя пальцами) и пошёл ливень (всей ладонкой).

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 12.

Цель: Развитие эмпатии, способности сочувствовать и понимать эмоции и чувства другого человека

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Драка»

Задание: «Вы поссорились, вот-вот начнется драка. Пальцы сожмите в кулачки. Глубоко вдохните, сожмите челюсти, затаите дыхание, надуйте щеки. А может, не стоит драться?.. Выдохните и расслабьтесь. Ура! Обнимите друг друга: сначала правого, потом левого соседа».

Упражнение «Угадай эмоцию»

Задание: каждому ребенку дается карточка, на которой написано название определенной эмоции или чувства. Задача каждого ребенка поочередно показать эмоцию или чувство, которое ему попало. Остальные участники должны отгадать эту эмоцию или чувство. Примерный перечень состояний и чувств для этого упражнения: радость, печаль, удивление, гнев, нетерпение, страх, беспокойство и т. п.

Упражнение «В центре круга»

Задание: дети сидят в кругу на коврик или на стульях. В центре ребенок, который выбирается педагогом или детьми, можно по считалке. Задача детей

– говорить ребенку, который находится в центре, приятные слова: «Ты мне нравишься»; «Ты вежливая и добрая»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Упражнение «Доброе животное»

Задание: Дети встают в круг и берутся за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. А теперь подышим вместе. Вдох – все делают шаг вперед. Выдох – шаг назад. Наше животное дышит очень ровно и спокойно. А теперь изобразим и послушаем, как бьется его большое сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 13.

Цель: Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Что мне нравится в тебе?»

Задание: Проводят в парах или в круге. О каждом из участников группа (по очереди) высказывается: «Мне нравится в тебе, (имя ребенка), ... » В парах участники называют качества друг друга, которые им нравятся (несколько характеристик).

Упражнение «Что я умею делать хорошего?»

Задание: Каждого из участников просят рассказать о том, что он умеет делать хорошего. При затруднениях группа дополняет ответ участника.

Упражнение «Я победитель!»

Задание: Детям дается все необходимое для рисования и предлагается нарисовать себя в роли победителя.

Упражнение «Мой подарок для тебя!»

Задание: Ведущий распределяет детей на пары и говорит: «Возьмите за руки партнера. Подумайте, что бы вы подарили друг другу. Почему именно этот подарок? Нарисуйте свой подарок и подарите».

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 14.

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения с помощью дыхательных гимнастик

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Летний денек»

Задание: Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы и закрывая глаза. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки:

Я на солнышке лежу,

Но на солнце не гляжу.

Глазки закрываем, глазки отдыхают.

Солнце гладит наши лица,

Пусть нам сон хороший снится.

Вдруг мы слышим: бом-бом-бом!

Прогуляться вышел гром.

Гремит гром, как барабан.

Упражнение «Воздушный шарик»

Задание: Примите удобную позу, закройте глаза, дышите глубоко и ровно. Представьте себе, что в животе у вас воздушный шарик. Вы вдыхаете медленно, глубоко-глубоко, и чувствуете, как он надувается... Вот он стал большим и легким. Когда вы почувствуете, что не можете больше его надуть, задержите дыхание, не спеша сосчитайте про себя до пяти, после чего медленно и спокойно выдыхайте. Шарик сдувается... А потом - надувается вновь... Сделайте так пять-шесть раз, потом медленно откройте глаза и спокойно посидите 1-2 минуты.

Упражнение «Рисуем стихотворение»

Педагог предлагает детям инсценировать стихотворение. Он читает и повторяет, дети инсценируют.

Есть во дворе у нас мальчик Иван.
Он – ужасный хулиган!
Дразнит кошек и собак,
Не уймется он никак.
Ваня дерется со всеми подряд,
Встрече с ним никто не рад,
Скоро останется Ваня один,
Мы с ним дружить совсем не хотим.

Упражнение «Вверх по радуге»

Задание: Встаньте, закройте глаза, сделайте глубокий вдох и представьте себе, что с этим вдохом вы взбираетесь вверх по радуге, и, выдыхая, съезжаете с нее как с горки. Вдох должен быть максимально полным и плавным, так же, как и выдох. Между выдохом и следующим вдохом должна быть небольшая пауза. Повторите 3 раза.

Упражнение «Семь свечей»

Задание: Сядьте удобно, закройте глаза, расслабьтесь. Вам спокойно, удобно и комфортно... Вы дышите глубоко и ровно... Представьте себе, что на расстоянии примерно метра от вас стоят семь горящих свечей... Сделайте медленный, максимально глубокий вдох. А теперь вообразите, что вам нужно задуть одну из этих свечей. Как можно сильнее подуйте в ее направлении, полностью выдохнув воздух. Пламя начинает дрожать, свеча гаснет... Вы вновь делаете медленный глубокий вдох, а потом задуете следующую свечу. И так все семь...

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 15.

Цель: Научить детей безопасным способам выражения агрессии

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Рубка дров»

Задание: “Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: “Ха!”

Упражнение «Коробочки»

Задание: Карточные коробки распределяются поровну между участниками. Дети по очереди выходят в круг и ставят коробки друг на друга, при этом, говоря вслух о том, что их раздражает или злит больше всего. Когда все коробки сложены в виде башни, ведущий просит детей подумать о том, что их сейчас злит, просит сделать разгневанное лицо и разбить построенную башню. Игру на этом можно закончить и повторить еще несколько раз.

Упражнение «Ругаемся овощами»

Задание: детям предлагается поругаться, но не плохими словами, а овощами: «Ты - огурец», «А ты - морковка», «Ты - редиска», «А ты - репа» и т. д. Можно использовать названия фруктов.

Упражнение «Мусорное ведро»

Задание: Детям выдаются пиктограммы с выражением злости, гнева, раздражения. Ведущий предлагает детям избавиться от этих отрицательных эмоций, как от мусора, который засоряет людей. Дети рвут пиктограммы на мелкие кусочки, выражая свое неудовольствие чем-либо и выбрасывая кусочки бумаги в ведро.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 16.

Цель: Развитие положительного отношения к окружающим

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Тренируем эмоции»

Задание: Попросите

ребенка: **нахмуриться**

- как осенняя туча;
- как рассерженный человек;
- как злая волшебница;

улыбнуться

- как кот на солнце;
- как само солнце;
- как Буратино;
- как хитрая лиса;
- как радостный человек;
- как будто он увидел чудо;

позлиться

- как ребенок, у которого отняли мороженное;
- как два барана на мосту;
- как человек, которого ударили;

испугаться

- как ребенок, потерявшийся в лесу;
- как заяц, увидевший волка;
- как котенок, на которого лает собака;

устать

- как папа после работы;
- как человек, поднявший большой груз;
- как муравей, притащивший большую муху;

отдохнуть

- как турист, снявший тяжелый рюкзак;
- как ребенок, который много потрудился, но помог маме;
- как уставший воин после победы.

Упражнение «В центре круга»

Задание: Дети сидят в кругу на коврике или на стульях. В центре ребенок, который выбирается воспитателем или детьми, можно по считалке. Задача детей – говорить ребенку, который находится в центре, приятные слова: «Ты мне нравишься»; «Ты вежливая и добрая»; «Я люблю с тобой играть» и т.д.

Примечание: это игровое упражнение рекомендуется проводить в течение длительного периода, чтобы у каждого ребенка была возможность побывать в центре круга.

Упражнение «Передай эмоцию»

Задание: Детям предлагают по очереди передавать любую эмоцию, не повторяя друг друга с помощью жестов, мимики, пантомимы. Остальные должны догадаться, какую эмоцию им передали.

Упражнение «Мой подарок для тебя!»

Задание: Ведущий распределяет детей на пары и говорит: «Возьмите за руки партнера. Подумайте, что бы вы подарили друг другу. Почему именно этот подарок? Нарисуйте свой подарок и подарите».

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 17.

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Котик»

Задание: Дети находятся на ковре. Под спокойную музыку дети придумывают сказку про котика, который:

Нежится на солнышке,

Потягивается,

Умывается,

Царапает лапками с коготками коврик.

Используется спокойная музыка.

Упражнение «Бабочка и ветерок»

Задание: Дети разбиваются на пары. Один выступает в роли бабочки, другой — в роли ветерка. «Ветерок» протягивает «бабочке» руки ладонками вверх. «Бабочка» слегка касается ладошек кончиками пальцев и закрывает глаза. Под музыку начинается импровизированный танец рук, в котором «ветерок» управляет руками — «крылышками» «бабочки». В процессе танца партнёры меняются ролями («бабочка» открывает глаза и поворачивает свои руки ладонками вверх).

Упражнение «Шарик»

Задание: Положить руку на живот. Надуть живот как будто это воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Сделать спокойный вдох животом так, чтобы рукой почувствовать небольшое напряжение мышц. Плечи поднимать нельзя. Вдох-выдох. Мышцы живота расслабились, стали мягкими. Теперь легко сделать новый вдох. Воздух сам легко входит внутрь. Выдох свободный, ненапряжённый.

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем /вдох/

Шарик лопнул, выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем.

Упражнение «Подарок под елкой»

Задание: "Представьте себе, что скоро Новогодний праздник. Вы целый год мечтали о замечательном подарке. Вот вы подходите к елке, крепко-крепко замуриваете глаза и делаете глубокий вдох. Затаите дыхание. Что же лежит под елкой? Теперь выдохните и откройте глаза. О, чудо! Долгожданная игрушка перед вами! Вы рады? Улыбнитесь".

Упражнение «Шалтай-Болтай»

Задание: "Давайте поставим еще один маленький спектакль. Он называется "Шалтай-Болтай".

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне. (С. Маршак)

Сначала будем поворачивать туловище вправо-влево, руки при этом свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова "свалился во сне" — резко наклоняем корпус тела вниз".

3. Заключительный этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 18.

Цель: Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Передай клубочек»

Задание: Дети садятся по кругу и передают друг другу клубочек. Тот, кто передает клубочек, говорит комплименты тому ребенку, которому попадает клубочек. Передача клубочка по кругу и самопредставление того, у кого окажется клубок»

Упражнение «Я могу»

Задание: Взрослый предлагает детям сесть в круг и, поочередно продолжая фразу «Я могу...», говорить о себе что-то хорошее. Если ребенок затрудняется с ответом, остальные дети должны прийти на помощь и подсказать продолжение фразы.

Упражнение «Зеркало»

Задание: Выбирается ведущий. Он становится в центре, дети обступают его полукругом. Ведущий может показывать любые движения, играющие должны повторить их. Если ребенок ошибается, он выбывает. Победивший ребенок становится ведущим.

Упражнение «Позови ласково»

Задание: Педагог предлагает ребятам по очереди позвать кого-нибудь из круга, но ласково, так, как могла бы позвать его мама, при этом необходимо передать волшебный клубок (веселый мяч).

Упражнение «Похвалилки»

Задание: Дети сидят в кругу. Каждый ребенок вспоминает какое-либо одобряемое окружающими действие или поступок. Причем формулировка обязательно начинается словами "Однажды я..." Например: "Однажды я помог товарищу в детском саду" или "Однажды я быстро выполнил задание" и т.д.

В заключение можно провести беседу о том, что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того чтобы это заметить, необходимо внимательно, заботливо и доброжелательно относиться к окружающим.

3. Заключительный этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 19.

Цель: Гармонизация эмоционального состояния

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Передай эмоцию»

Задание: Детям предлагают по очереди передавать любую эмоцию, не повторяя друг друга с помощью жестов, мимики, пантомимы. Остальные должны догадаться, какую эмоцию им передали.

Упражнение «Злюка успокоилась»

Задание: Напрячь челюсть, растягивая губы и обнажая зубы. Рычать что есть сил. Затем сделать несколько глубоких вдохов, потянуться, улыбнуться и, широко открыв рот, зевнуть:

А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь.

Челюсть сильно я сжимаю и рычаньем всех пугаю (*рычать*).

Чтобы злоба улетела и расслабилось все тело,

Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться,

Может, даже и зевнуть (*широко открыв рот, зевнуть*).

Упражнение «Волшебные рисунки»

Задание: Педагог предлагает детям брызнуть краской на лист бумаги так, чтобы получились кляксы (количество клякс не ограничено). Цвет ребята выбирают самостоятельно, без подсказки взрослого. Затем дети складывают лист пополам, ладошками прижимают две половинки листа. Потом открывают и смотрят, что получилось. Если дети затрудняются, ведущий помогает

ребятам фантазировать: это может быть праздничный салют, сказочные цветы, волшебный замок, царство дракона.

Упражнение «Дожди»

Задание: развитие выразительности движений, пластики, воображения.

Описание игры: дети встают в круг и, двигаясь друг за другом, по заданию воспитателя изображают дождь. Он может быть веселым, с солнышком, страшным ливнем с грозой, грустным, бесконечно морозящим и т.п.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.

Занятие 20.

Цель: Завершающее занятие; подведение итогов занятий

1. Организационный момент.

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на (цветок). Я так считаю, потому что...»

2. Основная часть.

Упражнение «Самоанализ»

Чистый лист бумаги делится пополам. Слева – место для положительных качеств. Справа – для отрицательных. Предложить ребенку выявить свои сильные и слабые стороны. Попросить больше сосредоточиться на достоинствах, недостатки описывать легче. Обсудить ситуацию «Я был – я стал».

Упражнение «Итоговый рисунок»

Задание: ребенку предлагается чистый лист бумаги. Необходимо нарисовать себя в ситуации: «Я сейчас». Изображение прокомментировать.

Упражнение «Скажи доброе пожелание»

Задание: Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания, ведущий начинает первый, задавая правильный настрой.

3. Завершающий этап.

Ритуал завершения занятия. Попросить рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что оказалось самым важным.