

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 психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ГРЕБ ЮЛИЯ ВАЛЕРЬЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ИГРОВЫХ ЗАНЯТИЙ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Обучающийся
Греб Ю.В.

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ АГРЕССИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	7
1.1. Проблема агрессии в психологии.....	7
1.2. Агрессия детей младшего школьного возраста.....	15
1.3. Психологические и психофизиологические особенности детей младшего школьного возраста	21
Выводы по главе 1	24
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ АГРЕССИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	26
2.1. Описание эмпирической выборки и методик исследования.....	26
2.2. Результаты диагностики агрессии детей младшего школьного возраста.....	29
2.3. Комплекс игровых занятий, направленный на снижение уровня агрессии детей младшего школьного возраста.....	35
Выводы по главе 2	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	47
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	49
ПРИЛОЖЕНИЯ	53

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время детская агрессия и родственные ей формы поведения являются актуальными проблемами исследования, несмотря на то, что тема агрессии общезначима уже на протяжении многих десятилетий.

Проблема – агрессия как феномен – сравнительно молода. Но не смотря на этот факт, множество психологов (А. Бандура, Л. Берковиц, Р. Бэрон, П.А. Ковалев, К.С. Лебединская, Н.Д. Левитов, М.М. Райская, Л.М. Семенюк, И.А. Фурманов, О.И. Шляхтина и др.) исследователей, раскрывали и раскрывают новые аспекты данного явления. Те данные, которые имеются в науке, уже не могут в полной мере обеспечивать соответствующие прикладные направления, что и объясняет острую необходимость дублирования исследований социального характера.

Актуальность темы, несомненна, ведь согласно результатам последних научных исследований, на сегодняшний день проявления детской агрессии являются одной из наиболее распространенных форм нарушения поведения, с которыми все чаще встречаются взрослые – родители, учителя, психологи. Несомненно, на эту ситуацию повлияла самоизоляция, вызванная пандемией коронавирусной инфекции. Доктор психологических наук Т.А. Шамилевич и руководитель лаборатории психологии детского и подросткового возраста Е.Г. Дозорцева, рассказывая о последствиях пандемии, подчеркивают, что несмотря на то, что проблема детской агрессии возникла уже очень давно, самоизоляция послужила катализатором дополнительного напряжения и дезорганизации, которые, в свою очередь, сказались на поведении школьников.

Особое внимание следует обратить на такую возрастную группу как младшие школьники. Период взросления, младший школьный возраст, сам по себе не являясь болезнью, может спровоцировать возникновение глубоких психологических проблем. При этом кризис может перейти грань,

отделяющую его от болезненного состояния, которое требует помощи специалистов – психологов и психиатров.

Современный ребенок существует в мире очень сложном по своей структуре, содержанию и тенденциям социализации. Личность ребенка формируется не самостоятельно, а опосредовано. Дети получают опыт агрессии из семьи, из взаимоотношений со сверстниками, а также из средств массовой информации и компьютерных игр. Механизм идентификации играет свою роль, и дети стараются подражать поведению знаменитостей и любимых героев. Чаще всего именно это провоцирует их агрессивное поведение, которое и воспринимается окружающим социумом как неадекватное. Часто данная проблема решается взрослыми – родителями и учителями, с помощью такого педагогического воздействия как наказание или выговор, после чего ребенок на некоторое время становится сдержаннее, и его поведение удовлетворяет требования взрослых. Но такие педагогические воздействия лишь усиливают реакцию, которая копится внутри ребенка и ни в коей мере не способствует перевоспитанию и стойкому изменению поведения к лучшему.

Современные тенденции модернизации системы образования диктуют новые требования, в соответствии с которыми особое значение приобретает проблема охраны не только физического, но и психологического здоровья детей младшего школьного возраста, формирования их благополучного эмоционального состояния.

Для того чтобы предупредить развитие агрессии и остановить ее переход в девиантное поведение необходимо своевременно выявить агрессивное поведение младших школьников и грамотно организовать работу по его нивелированию.

Одним из эффективных методов коррекции, используемый с детьми младшего школьного возраста, является игротерапия. Результативность метода объясняется проявлением интереса младших школьников к игре. Несмотря на то, что ведущий вид деятельности в младшем школьном

возрасте – учебная, школьники переживают адаптацию и переход от одной ведущей деятельности к другой, конечно, при преобладании первой. Игра многофункциональна, с ее помощью можно обучать, развивать, воспитывать, диагностировать и корректировать. В процессе игровых занятий младший школьник может эмоционально и двигательно самовыражаться, реагировать на страхи, фантазии, приобретать опыт преодоления трудностей.

Вопрос влияния игры на снижение агрессии детей младшего школьного возраста, использование ее функционала психологами в коррекционно-развивающей работе недостаточно раскрыт в настоящее время.

Цель исследования: изучить возможности коррекции агрессии детей младшего школьного возраста посредством игровых занятий.

Для достижения цели исследования необходимо решить ряд **задач:**

1. Рассмотреть проблему агрессии в психологической литературе, агрессию детей младшего школьного возраста.
2. Изучить агрессию детей младшего школьного возраста.
3. Определить психологические и психофизические особенности детей младшего школьного возраста.
4. Выявить уровень агрессии детей младшего школьного возраста.
5. Разработать и апробировать игровые занятия, направленные на коррекцию агрессии детей младшего школьного возраста.
6. Проверить эффективность разработанных игровых занятий, направленных на коррекцию агрессии детей младшего школьного возраста.

Объект исследования: агрессия детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования: коррекция агрессии детей младшего школьного возраста посредством игровых занятий.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что разработанные игровые занятия, направленные на развитие чувства доверия, эмпатии, самоконтроля, саморегуляции, коммуникативных умений будут способствовать коррекции агрессии детей младшего школьного возраста.

Методы и методики исследования:

- **теоретические:** анализ, сравнение, обобщение психолого-педагогической литературы;

- **эмпирические:** анкетирование, опрос (опросник «Тест агрессивности» (Опросник Л.Г. Почебут); анкета для педагогов «Определение уровня агрессивности ребенка» Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко).

- методы количественной и качественной обработки данных.

Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № XX города Красноярск. В эмпирическом исследовании принимало участие 20 детей младшего школьного возраста. Возраст испытуемых 8–9 лет.

Практическая значимость исследования: разработанные игровые занятия по коррекции агрессии детей младшего школьного возраста могут быть использованы в практике педагогами-психологами в школе.

Структура и объем выпускной квалификационной работы: работа состоит из введения, 2 глав, поле которых идут выводы, заключения, списка использованных источников, включающего 45 источников, приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ АГРЕССИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Проблема агрессии в психологии

Проблема агрессии является одной из важнейших на современном этапе развития общества. Тема агрессии и агрессивного поведения в психологической литературе характеризуется сложностью и неоднозначностью, несмотря на то, что множество психологов-исследователей проводили анализ данного феномена, в психологии на данный момент не сформулировано единого определения агрессии и агрессивного поведения, а также определения границ их сущности и проявлений.

Слово «агрессия» произошло от латинского *agressio*, что обозначает «нападение», «приступ» [8].

Толковый словарь С.И. Ожегова предлагает следующее определение понятия агрессия: «Открытая неприязнь, вызывающая враждебность» [31].

В национальной психологической энциклопедии дается следующее определение данного термина: «Агрессия – совокупность поведенческих реакций, имеющих отрицательную эмоциональную окраску по отношению к партнеру, сопровождающуюся грубостью, порицанием, с целью подчинения своей воле».

Р. Бэрн и Д. Ричардсон дают следующее определение: «агрессия – это в любом случае поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющего все основания избегать подобного обращения с собой» [10]. Данное комплексное определение подразумевает выполнение сразу нескольких положений:

1. преднамеренность и целенаправленность причинения вреда жертве;
2. в качестве агрессии рассматривается такое поведение, которое подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам;

3. жертвы должны обладать мотивом избегания подобного воздействия на них.

А.Г. Басс (1961 г) рассматривает агрессию, как поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим [32].

Согласно определению, предложенному Э. Фроммом, «агрессия – это причинение ущерба не только человеку или животному, но и вообще всякому неживому объекту» [43].

В.Л. Зельман в 1979 году, сужает значение термина агрессия попыткой нанесения другим телесных или физических повреждений [10].

Основатель психоанализа З. Фрейд впервые сформулировал свое понимание агрессии в работе «По ту сторону принципа удовольствия», в которой он рассматривал агрессию как соединение Эроса (либидо, созидającego начала) и Танатоса (мортидо, деструктивного начала), с преобладанием последнего, т.е. как интеграцию сексуального инстинкта и инстинкта смерти при доминировании последнего. З. Фрейд полагал, что агрессия в человеке это — проявление и доказательство биологического инстинкта смерти. Он был убежден, что Танатос противодействует Эросу, и его целью является возвращение к неорганическому состоянию. Исходя из этого возникает вопрос каким образом, тогда, человек живет достаточно долго, имея врожденный инстинкт смерти. Фрейд считал, что есть механизм нейтрализации внутренней агрессии, который является главной функцией Эго [22].

Несмотря на различия в трактовке понятия агрессии разных авторов, идея причинения ущерба другому живому организму, не желающему такого обращения, присутствует почти в каждом определении.

Исходя из этого, на сегодняшний день мы пользуемся следующим определением: Агрессия – это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения. Данная трактовка подразумевает под собой, что агрессию необходимо рассматривать как модель поведения, а не

как эмоцию, установку или мотив. Такое объяснение несет за собой огромную путаницу. Ведь чаще всего понятие агрессия ассоциируется с отрицательными эмоциями, - такими как злость, ненависть; с мотивами, - такими как стремление унижить, или навредить; и даже с негативными установками, - такими как расовые или этнические предрассудки. И все-таки, все эти факторы, играющие важную роль в поведении, результатом которого становится причинение ущерба, не является необходимым условием для таких действий. То есть злость не будет необходимым условием для нападения на других лиц. Агрессия может развиваться как в состоянии полного хладнокровия, так и сильного эмоционального возбуждения. Также не обязательным условием является ненависть или даже антипатия агрессора к своей «жертве». Многие причиняют вред тем, кому относятся скорее положительно, чем отрицательно [26].

Однако нельзя интегрировать понятия «агрессия» и «агрессивность», так как они подразумевают совершенно разные категории психики.

И. Фурманов разводит понятия «агрессия» и «агрессивность», отмечая, что агрессивность – это готовность человека к реализации агрессивной модели поведения. Агрессия, по мнению автора, представляет собой модель поведения, обеспечивающая адаптацию человека, один из способов удовлетворения актуальных потребностей в кризисной ситуации развития и жизнедеятельности [42].

П. А. Ковалев, понимает под агрессивностью действия человека, обусловленные его агрессивностью, как психологическим свойством личности [2].

Р.С. Немов рассматривает агрессивность, как враждебность – поведение человека в отношении других людей, которое отличается стремлением причинить им неприятности, нанести вред [30].

Теперь необходимо дифференцировать такие понятия, как «агрессивное поведение», «агрессивное действие» и «агрессивность», так как в данные понятия также вкладывают один и тот же смысл. Агрессивное

действие – это проявление агрессивности, как ситуативной реакции. Но если агрессивные действия происходят периодически, то в таком случае речь идет об агрессивном поведении. Агрессивное поведение чаще всего трактуется как мотивированные внешние действия, нарушающие нормы и правила сосуществования, наносящие вред, причиняющие боль и страдания людям. Но в работе с агрессивным поведением нельзя не учитывать и другие факторы проявления агрессии. Эмоциональный компонент агрессивного состояния – это чувства, и прежде всего гнев. Но это не говорит о том, что агрессия всегда несет за собой гнев, а также не всегда гнев приводит к агрессии. Эмоциональные переживания ненависти, злости, мстительности также часто ведут агрессивные действия, но они далеко не всегда приводят к агрессии [19; 30].

Сама же агрессивность подразумевает склонность к причинению другим лицам физического или морального вреда. В той или иной мере встречается у каждого ребенка младшего школьного возраста по причине недостаточной произвольности поведения и несформированности моральных норм. В условиях неконструктивного воспитания данная особенность личности может укрепиться и перейти в устойчивую черту поведения.

Несмотря на все вышесказанное, хочется обратить внимание на то, что каждая личность должна обладать определенным уровнем агрессивности, ведь агрессия является неотъемлемой характеристикой защиты и адаптивности человека. Мелани Клайн подчеркивает, что в агрессивности присутствуют и некоторые позитивные черты, которые необходимы для активной жизни. Это настойчивость, инициатива, упорство в достижении цели, преодоление препятствий [29]. Таким образом, агрессивность выступает способом самозащиты, отстаивания своих прав, удовлетворения потребностей и достижения цели.

Но вопрос, какое состояние или акт поведения можно считать агрессией, остается открытым. Т.Р. Румянцев придерживается нормативного подхода, которому на сегодня отдается больше всего предпочтений.

Согласно этому подходу, в определении поведения как агрессивного главная роль отводится понятию нормы. Нормы подразумевают под собой специальный механизм контроля за обозначением тех или других действий. В соответствии с этой точкой зрения, поведение будет являться агрессивным, при выполнении обязательных условий:

1. Когда происходят губительные для жертвы последствия;
2. Когда нарушены нормы поведения [22].

На сегодняшний день существует не мало теоретических обоснований появления агрессии, ее природы, факторов и условий, которые так или иначе оказывают влияние на ее проявления. Но все они могут быть распределены на следующие четыре категории. Агрессия относится к:

1. потребностям, которые провоцируются внешними стимулами;
2. врожденным задаткам и побуждениям;
3. когнитивным и эмоциональным процессам;
4. актуальным социальным условиям в совокупности с предшествующим опытом.

Рассмотрим основные теоретические подходы.

- 1) Теория Влечения (психоаналитический подход).

Основоположником теории является З. Фрейд. Он утверждал, что агрессивное поведение является инстинктивным, а значит неизбежным. С рождения человек наделен двумя основополагающими инстинктами: сексуальный (либидо) и инстинкт влечения к смерти (танатос). Внутренняя энергия либидо направлена на закрепление, сохранение и воспроизведение жизни, а энергия танатоса наоборот на ее разрушение и прекращение. Зигмунд полагал, что человеческое поведение можно рассматривать в качестве продукта специфического взаимодействия этих двух инстинктов, между которыми постоянно держится напряжение. Из-за конфликта между двумя мощными инстинктами, другие механизмы вынуждены целенаправленно вытеснять энергию танатоса наружу, в направлении от «Я». Если же энергия смерти не выводится наружу, то это становится причиной

разрушения самого индивидуума. А значит, инстинкт смерти (танатос) косвенно способствует выведению агрессии во внешний мир на других.

2) Экологический подход.

Данный подход реализовал себя благодаря исследованиям К. Лоренца, который придерживался эволюционного подхода к агрессии, что по своей сути было очень близко к позиции З. Фрейда.

К. Лоренц считал, что природой возникновения агрессии является врожденный инстинкт борьбы за выживание. Согласно этой точки зрения, агрессивная энергия вырабатывается в организме спонтанно, непрерывно, постоянно аккумулируясь со временем. Именно поэтому, раскрытие агрессивных действий является совместной функцией:

1. Количества аккумулированной агрессивной энергии;
2. Наличие стимулов, которые помогают разрядить агрессию.
- 3) Фрустрационная теория (гомеостатическая модель) [38].

Данная теория разработана Д. Доллардом, и она противоположна двум предыдущим. Если в двух вышеописанных теориях агрессивное поведение представлялось как эволюционный процесс, то данная теория рассматривает поведение как ситуативное качество. Теория может быть описана двумя вытекающими друг из друга положениями: 1. фрустрация всегда является причиной возникновения агрессии в какой-либо форме; 2. агрессия всегда является результатом фрустрации.

Возникновение агрессии возможно при соблюдении следующих факторов:

1. Степени ожидаемого субъектом удовлетворения от будущего достижения цели;
2. Силы препятствия на пути достижения цели;
3. Количества последовательных фрустраций.

Согласно данным факторам, чем больше субъект будет ожидать удовольствия, тем сильнее будет препятствие и чем больше реакций блокируется, тем сильнее будет всплеск, подталкивающий к агрессивному

поведению. Если же фрустрация регулярно повторяется, то ее сила растет и это может стать источником возникновения агрессивной реакции большей силы [36].

В процессе исследования выяснилось, что далеко не всегда агрессия является реакцией на фрустрацию. Д. Доллард пришел к выводу, что такое поведение невозможно в тот же момент фрустрации, в первую очередь из-за угрозы наказания. В данной ситуации происходит «смещение», результатом которого является направление агрессивных действий на другого человека, который ассоциируется с наименьшим наказанием.

4) Теория социального научения (бихевиоральная модель).

Автором данной теории является Бандура. Он утверждает, что агрессия является опытом, приобретенным в процессе социализации. То есть это усвоенное поведение в процессе социализации с помощью наблюдения соответствующего образа действий и социального подкрепления.

Таблица 1

Теория социального научения А. Бандуры

	Воздействия	Примеры
Агрессия, приобретаемая посредством	биологические факторы	гормоны, нервная система
	научения	непосредственный опыт, наблюдение
Агрессия провоцируется	воздействие шаблонов	возбуждение, внимание
	неприемлемое обращение	нападки, фрустрация
	побудительный мотив	деньги, восхищение
	инструкция	приказы

	Воздействия	Примеры
	эксцентричные убеждения	параноидальные убеждения
Агрессия регулируется	внешние поощрения и наказания	неприятные последствия, материальное вознаграждение
	викарное подкрепление (опосредовано)	наблюдение за тем, как поощряют или наказывают других
	механизм саморегуляции	гордость, вина

С точки зрения А. Бандуры, исследование и анализ агрессивного поведения невозможно проводить без учета трех моментов:

1. факторов, провоцирующих их появление;
2. способов усвоения таких действий;
3. условий, при которых они закрепляются.

На данный момент теория социального научения является наиболее востребованной и эффективной в прогнозировании агрессивного поведения, особенно при наличии сведений об агрессоре и ситуации социального развития.

Проанализировав основные теоретические подходы, объясняющие природу агрессии, можно выделить следующие положения:

1. причиной появления агрессии являются биологические и социальные факторы;
2. агрессивность может выступать не только как противоправное действие, но и нормальной реакцией субъекта в борьбе за выживание;

3. агрессивные действия возможно подавить и перенаправить в социально одобряемые рамки с помощью положительного подкрепления неагрессивного поведения, изменив условия, содействующие проявлению агрессии.

Можно подвести итог, проблемой агрессии занимались многие авторы отечественной и зарубежной психологии. Существуют разные точки зрения трактовки понятия «агрессия». Одни рассматривают ее как биологически обоснованную и целенаправленную форму поведения субъекта, способствующую выживанию и адаптации. А другие характеризуют как нечто отрицательное, как поведение, которое не соответствует нормам морали общества.

1.2. Агрессия детей младшего школьного возраста

Анализ широкого спектра литературы по теме предоставляет несколько типов классификации агрессии. Наиболее известной является общая схема, содержащая два вида агрессивного поведения:

1. конструктивная агрессия – открытые проявления агрессивных побуждений, реализуемые в социально приемлемой форме, при возможности саморегуляции и коррекции поведения;
2. деструктивная агрессия – прямое проявление агрессивности, связанное с нарушением морально-этических норм, содержащее элементы девиантного поведения с недостаточным учетом требований и сниженным эмоциональным самоконтролем [10; 35].

Э. Фромм выделяет пять видов агрессии:

1. доброкачественная – способствующую поддержанию жизни;
2. злокачественная – реакция на угрозу интересам индивида;
3. инструментальная – представляет собой жесткость и деструктивность и бывает спонтанной и связанной со структурой личности;

4. псевдоагрессия (непреднамеренная, игровая, самоутверждение) – действие, в результате которого может быть нанесен ущерб, но которым не предшествовали злые намерения;

5. оборонительная (нападение, бегство, сопротивление, конформизм) – появляется в момент опасности и носит оборонительный характер [43].

А.В. Будыкин, А.С. Жигачев, предлагают другую типологию агрессии:

1. мотивационная агрессия, или агрессия как самооценочность;
2. инструментальная агрессия как средство для достижения определенных целей (и та и другая могут проявляться как под контролем сознания, так и неосознанно сопряжены с эмоциональными переживаниями: гнев, враждебность).

Чаще всего в литературе выделяют следующие виды агрессии.

Физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица.

Косвенная агрессия – это и агрессия, которая окольными путями направлена на другое лицо (сплетни, заговоры), и которая ни на кого не направлена: взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топанье ногами, битье кулаками по столу и т.д.

Склонность к раздражению – готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.

Негативизм – оппозиционная мера поведения, обычно направленная против авторитета; может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

Подозрительность – недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред;

Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятья, ругань);

Обида – зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания [9; 44].

Анализируя разные типы и формы агрессии, можно сделать вывод, что нельзя рассматривать агрессию однозначно только отрицательно. Так как в некоторых ситуациях (агрессия как самоутверждение) агрессивные действия могут рассматриваться как энергично наступательные, и, в таком случае, оцениваться положительно. Все формы агрессии так или иначе присутствует у каждого. К вышеперечисленным типологиям мы будем обращаться, описывая признаки, проявления и причины агрессии в младшем школьном возрасте.

Анализ литературы говорит о дефиците работ, посвященным особенностям агрессии в младшем школьном возрасте. В работе Н.А. Дубинко затронут аспект влияния познавательных процессов на проявление агрессии в данном возрасте. Автор подчеркивает, что агрессивное поведение младших школьников может быть последствием недоразвития социально-когнитивных навыков, т.е. отличия в показателях агрессии у детей данного возраста могут быть обоснованы особенностями расшифровки и интерпретации ребенком социальных признаков [14; 15]. Личностные свойства, которые формируются еще на ранних этапах становления личности, в большинстве своем определяются детско-родительскими отношениями [28].

Существуют условия, которые способствуют закреплению агрессии и преобразованию ее в личностную.

Е.И. Рогов выделяет четыре таких условия:

1. Постоянное агрессивное поведение родителей, которым подражает ребенок;
2. Проявление «небезусловной» любви к ребенку, формирование у него ощущения опасности, враждебности окружающего мира;
3. Продолжительные и частые фрустрации, источником которых являются родители или семейные обстоятельства;

4. Унижения, оскорбления ребенка со стороны родителей [35].

Исследуя проблему детской агрессии, важно с разных сторон рассмотреть причины данного феномена, так как нередко все многообразие проявлений агрессивности детей объясняют либо личностными качествами, либо взаимоотношениями в семье, что не позволяет качественно и эффективно разработать план мероприятий современной профилактики и коррекции [45].

Первым, кто попытался объяснить причины возникновения детской агрессивности в рамках психоаналитического подхода была А. Фрейд. Она занималась детским психоанализом, и рассматривала агрессию как механизм защиты внутреннего «Я». Согласно с этой точкой зрения, агрессия является результатом тревоги и страха, которые испытывает «Я» по поводу прошедших и будущих событий. То есть агрессия возникает при угрозе для «Я» ребенка. Так или иначе это защита, которой прибегает ребенок, чтобы справиться с испытываемой тревогой [41].

Точка зрения о том, что основной причиной детской агрессивности является страх, поддерживается многими психоаналитиками. К. Бютнер выводит две наиболее частые причины детской агрессии: «Во-первых, это боязнь быть травмированным, обиженным, подвергнуться нападению. Во-вторых, это уже пережитая обида, или душевная травма, или же само нападение» [12; 35].

Исследуя причины, способствующие формированию агрессии в детском возрасте, многие исследователи (Б. Крэйхи, Н.М. Платонова, Р. Бэрн и др.) придерживаются точки зрения о том, что дети получают знания о моделях агрессивного поведения из трех основных источников.

Первый источник – это семья, один из немногих факторов, которому удается не только демонстрировать модель агрессивного поведения, но и обеспечивать его подкрепление. В семье можно встретить прямое или сексуальное насилие, безразличие, ненависть со стороны родителей, негативная оценка, оскорбления, подавление личности ребенка, чрезмерный

контроль или наоборот его отсутствие, недостаток или избыток внимания со стороны родителей, а также агрессивное отношение супругов друг к другу [23].

В литературе о насилии в семье можно найти целый цикл насилия»; его суть заключается в том, что дети, которые были свидетелями, как их родители «практиковали» физическое насилие по отношению друг к другу, склонны так же поступать с другими в похожих ситуациях [10, с. 108]. Усваивая такие модели поведения, они приобретают убежденность в их результативности, сначала только на вербальном уровне. После этого происходит практическое применение моделей агрессивного поведения, закрепление его в навыках, привычках, стереотипах. Умения и навыки агрессивной реакции познаются и закрепляются в личном опыте ответного насилия, так же отрабатываются и приемы агрессивного взаимодействия [18].

В целом, в семье агрессивное поведение формируется с помощью трех механизмов: подражание и идентификация с агрессором; защитная реакция; протестная реакция [20].

Второй источник – это взаимодействие детей со сверстниками. Здесь стоит осветить два момента. Во-первых, дети сталкиваются и применяют агрессию в конфликтных ситуациях, когда что-то не поделили или же, когда защищают себя и свое пространство. Во-вторых, дети узнают и преимущества агрессивного поведения во время игр [10]. Довольно часто встречается такая модель поведения с проявлением агрессии, особенно в дошкольном и младшем школьном возрасте, как игры-потасовки. Данный вопрос очень спорный, ведь даже если такие игры и предусматривают удары, борьбу, преследования друг друга, и даже оскорбления, они являются добровольным актом и приносят удовольствия. Также, в них почти отсутствуют желание и стремление нанести друг другу вред [37; 42].

Третий источник – СМИ. Дети усваивают агрессивные реакции не только на реальных примерах (поведение родителей и сверстников), но и на символических, которые предлагает масс-медиа. Данная проблема является

одной из важнейших на сегодняшний день. Тема влияния СМИ на детскую психику тщательно изучается многими психологами, так как имеет огромную социальную значимость, особенно в настоящее время, когда телевизионные программы в открытом доступе показывают насильственные преступления, фильмы и сериалы часто содержат сцены насилия и издевательств. Безусловно, это не происходит с детьми сразу после того как они посмотрели тот или иной фильм и передачу, но они запоминают такие модели поведения и интерпретируют агрессию как эффективный способ решения проблем. Вследствие этого, ребенок в проблемной ситуации в семье или школе будет использовать имеющуюся у него модель поведения. Именно поэтому, несмотря на то, что насилие, распространяемое с помощью СМИ, непосредственно не провоцирует агрессию, но оно формирует модель агрессивного поведения, с помощью которой агрессия становится способом взаимодействия с людьми и разрешения конфликтов [39].

На вероятность возникновения агрессии у детей младшего школьного возраста влияет множество факторов и условий, которые связаны непосредственно с самой личностью ребенка и с внешней средой [13; 25].

Так, психологи (Р. Бэрн, Б. Кэйхи, Н.М. Платонова, Д. Хорсанд др.) представляют следующие факторы, предопределяющие последующую агрессию человека:

1. социальные факторы (фрустрация, вербальное и физическое нападение, характеристики жертвы, подстрекательство со стороны окружающих, установки, предрассудки и система ценностей значимых для детей);
2. внешние факторы (жара, теснота, грязный воздух, шум);
3. ситуационные факторы (переутомление, плохое самочувствие, влияние продуктов питания);
4. индивидуальные или личные факторы (неуверенность в собственной безопасности, отрицательный опыт, эмоциональная нестабильность, низкая самооценка, повышенная раздражительность, чувство вины);

5. биологические факторы (содержание гормонов, сходство генов, реактивность симпатической нервной системы, родовая травма, психические заболевания, травмы и органические поражения мозга, характер и особенности темперамента) [3].

В современной литературе особое значение придается связи между личностными (индивидуальными) составляющими и агрессивным поведением, потому как чертами характера в определенной мере определяется та роль, которую ребенок в последствии на себя принимает: агрессор или жертва [4; 10; 23].

Итак, агрессия в младшем школьном возрасте – феномен многогранный, скрывающий за внешней стороной схожих проявлений, ряд различных причин, факторов, механизмов и мотивационных установок.

1.3. Психологические и психофизиологические особенности детей младшего школьного возраста

Младшее школьное детство – это период (7–11 лет), когда происходит процесс дальнейшего развития индивидуально-психологических особенностей и формирования основных социально-нравственных качеств личности. Для этой стадии характерны: 1) преобладающая роль семьи в удовлетворении материальных, коммуникативных, эмоциональных потребностей ребенка; 2) возрастание способности ребенка противостоять отрицательным влияниям среды при сохранении главных защитных функций за семьей и школой; 3) доминирующая роль школы в формировании и развитии социально-познавательных интересов [5].

В данный возрастной период происходит дальнейшее физическое и психофизиологическое развитие ребенка, которое обеспечивает возможность систематического обучения в школе. Прежде всего совершенствуется работа процессов головного мозга и нервной системы. По данным физиологов, к 7 годам кора больших полушарий является уже в значительной степени зрелой. Однако наиболее важные, сложные отделы головного мозга, отвечающие за

программирование, регуляцию и контроль сложных форм психической деятельности, у детей этого возраста еще не завершают своего формирования (развитие лобных отделов мозга заканчивается лишь к 12 годам), вследствие чего регулирующее и тормозящее влияние коры на подкорковые структуры оказывается недостаточным. Такое несовершенство регулирующей функции коры проявляется в свойственных детям данного возраста особенностях поведения, организации деятельности и эмоциональной сферы: младшие школьники легко отвлекаются, не способны к длительному сосредоточению, возбудимы и эмоциональны [16; 17].

На период начальной школы приходится второй физиологический криз, который проходит в возрасте семи лет (в организме ребенка происходит резкий эндокринный сдвиг, сопровождаемый бурным ростом тела, увеличением внутренних органов, вегетативной перестройкой). Это говорит о том, что кардинальное изменение в системе социальных отношений и деятельности ребенка совпадает с периодом перестройки всех функций и систем организма, требующий интенсивного напряжения и мобилизации его резервов [16; 21].

В.П. Петрунук подчеркивает, что несмотря на отмечаемые в данный возрастной период определенные затруднения, сопровождающие физиологическую перестройку (повышенная утомляемость, нервно-психическая ранимость ребенка), физиологический криз не столько отягощает, сколько, наоборот, способствует более успешной адаптации ребенка к новым условиям. Это объясняется тем, что происходящие физиологические изменения отвечают повышенным требованиям новой ситуации. Более того, для детей, отстающих в общем развитии по причинам педагогической запущенности, этот кризис является последним периодом, когда еще можно догнать сверстников [33].

Следует обратить внимание на тот факт, что на протяжении младшего школьного возраста происходят кардинальные изменения и в психическом развитии ребенка: качественно перестраивается познавательная сфера,

формируется личность, определяется сложная система отношений со сверстниками и взрослыми [7].

Школьное детство, по мнению Г.С. Абрамовой, – это новая ступень в формировании индивидуальности ребенка. Содержание ее кратко можно представить следующим образом: обучиться соотносить общие и частные, родовые и видовые свойства предметов, явлений, отношений людей, научиться организовывать свое поведение в соответствии с существующими нормами и правилами. В младшем школьном возрасте дети с огромным интересом и желанием насыщаются новыми знаниями, умениями и навыками. В данный возрастной период школьники чаще всего направлены на внешний мир. События, детали производят на них огромное впечатление. В учебном процессе в любой удобный момент учащиеся пытаются исследовать и изучать то, что их заинтересовало, стараются взять незнакомый предмет в руки, фиксируют внимание на его деталях [1; 6].

Выводы по главе 1

Таким образом, проанализировав психолого-педагогическую литературу было выявлено:

- в настоящее время существует множество трактовок понятий «агрессия», «агрессивность», «агрессивное поведение», предложенных разными зарубежными и отечественными психологами. Но, несмотря на это, единого понимания феномена агрессии не существует. В психологической литературе можно встретить множество классификаций, одни из которых имеют очень много схожих моментов, а другие противоречат друг другу. Такая ситуация наблюдается как в отечественной психологической теории, так и в зарубежной. Несмотря на значительные разногласия относительно трактовки понятия агрессия, на сегодняшний день большинство психологов и теоретиков пользуется следующим определением: агрессия- это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому существу, не желающему подобного обращения;

- анализ литературы показал, что детская агрессия имеет различные проявления, основными из которых являются: раздражительность, негативизм, подозрительность, обидчивость, упрямство, обесценивание взрослых;

- были проанализированы основные теоретические подходы к пониманию агрессивного поведения: теория влечения (психоаналитический подход), экологический подход, фрустрационная теория (гомеостатический подход), теория социального научения;

- младший школьный возраст является периодом сильнейшего физического и психофизического развития ребенка, которое проходит в процессе второго физиологического кризиса. Также на всем протяжении младшего школьного детства появляются серьезные изменения и в психическом развитии ребенка: кардинально преобразовывается познавательная сфера, формируются социально-нравственные качества

личности, оформляется сложная система взаимоотношений со сверстниками и взрослыми;

- эмоциогенными условиями для младших школьников являются не только игровая деятельность и коммуникация со сверстниками, но и достижения в учебе и оценка этих успехов взрослыми (учитель, родители), и одноклассниками, что чаще всего и провоцирует неадекватную реакцию детей.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ АГРЕССИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1. Описание эмпирической выборки и методик исследования

Данное исследование своей конечной целью ставит изучение возможности коррекции агрессии детей младшего школьного возраста посредством игровых занятий.

При формировании эмпирической выборки придерживались следующих критериев:

1. Содержательный критерий (критерий операционной валидности). Операционная валидность заключается в определении соответствия экспериментального метода проверяемой гипотезе. Подбор экспериментальной группы определяется предметом и гипотезой исследования.

2. Критерий эквивалентности испытуемых (критерий внутренней валидности). Результаты, которые получены при исследовании экспериментальной выборки, должны распространяться на каждого ее члена.

3. Критерий репрезентативности (критерий внешней валидности). Группа лиц, принимающих участие в эксперименте, предоставляет всю часть популяции, по отношению к которой мы можем использовать данные, приобретенные в эксперименте.

Для достижения цели исследования необходимо было провести эмпирическое исследование. В эмпирическом исследовании принимало участие 20 детей младшего школьного возраста. Возраст испытуемых 8–9 лет.

Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № XX города Красноярска.

Для исследования уровня агрессии у детей младшего школьного возраста были подобраны и использованы следующие методики:

- Анкета для педагогов «Определение уровня агрессивности ребенка»
Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко.

- Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут);

Анкета для педагогов «Определение уровня агрессивности ребенка»
Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко состоит из 20 критериев (Приложение А).
Данная анкета предназначена для определения уровня агрессивности у детей младшего школьного возраста путем опроса учителей и сопоставления их ответов. Педагогу предлагалось сопоставить каждое определение с ребенком. Положительный ответ на каждое утверждение оценивается в 1 балл, после чего подсчитывается итоговая сумма баллов, на основании чего делается вывод об уровне агрессивности ребенка.

Интерпретация полученных результатов:

От 1 до 5 баллов – минимальный уровень агрессии. На самом деле подавленная агрессия – такой же повод для беспокойств, как и агрессивность. Не проявляющий никаких признаков агрессии ребенок – не сможет настаивать на своем, высказывать свою точку зрения и постоять за себя. В таком случае предпочтительным будет обращение к психологу.

От 6 до 10 баллов – средняя агрессивность. Средняя степень агрессии нормальный показатель для всех детей.

От 11 до 15 баллов – повышенный уровень агрессии. Повышенный уровень агрессии у детей, тоже распространенный случай и зачастую связан с эмоциональным расстройством ребенка. В таком случае, необходимо уделять больше времени ребенку, прислушиваться к его просьбам. В наказаниях быть последовательными и не унижать личность малыша. Научить возможным способам подавления гнева. Развивать способность к сочувствию.

От 16 до 20 баллов – высокий уровень агрессивности. Определив высокую агрессивность ребенка, скорее всего это и без теста будет заметно, необходимо обратиться за психологической помощью к специалисту [24].

Для подтверждения результатов проведенной диагностики агрессивности, мы используем опросник Л.Г. Почебут «Тест агрессивности», основной целью которого является выявление форм проявлений и уровня агрессивности и адаптированности.

Данный опросник позволяет выявить паттерны поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления в социуме. Детям младшего школьного возраста предлагалось однозначно («да» или «нет») оценить 40 приведенных утверждений (Приложение Б).

Данная методика предполагает 5 шкал форм проявления агрессивного поведения:

- Вербальная агрессия (ВА) – человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.

- Физическая агрессия (ФА) – человек выражает свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.

- Предметная агрессия (ПА) – человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.

- Эмоциональная агрессия (ЭА) – у человека возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.

- Самоагрессия (СА) – человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде.

Вначале суммируются баллы по каждой из пяти шкал:

- сумма баллов выше 5: означает высокую степень агрессивности и низкую степень адаптивности по шкале.

- сумма баллов от 3 до 4: говорит о средней степени агрессии и адаптированности.

- сумма баллов от 0 до 2: констатирует низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированности по данному типу поведения.

Затем суммируются баллы по всем шкалам:

- сумма, превышающая 25 баллов: говорит о высокой степени агрессивности человека, его низких адаптационных возможностях.

- сумма баллов от 11 до 24: свойственна среднему уровню агрессивности и адаптированности.

- сумма баллов от 0 до 10: констатирует низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированного поведения [34].

Таким образом, в данном параграфе была подобрана эмпирическая выборка и методы и методики исследования агрессии детей младшего школьного возраста. Данные методики являются апробированными, надежными и распространенными.

Анализ полученных результатов исследования приведен в следующем параграфе.

2.2. Результаты диагностики агрессии детей младшего школьного возраста

По итогам диагностики агрессии детей младшего школьного возраста были получены результаты, которые представлены в следующих рисунках 1–7 и таблицах 2–4 (в Приложении В).

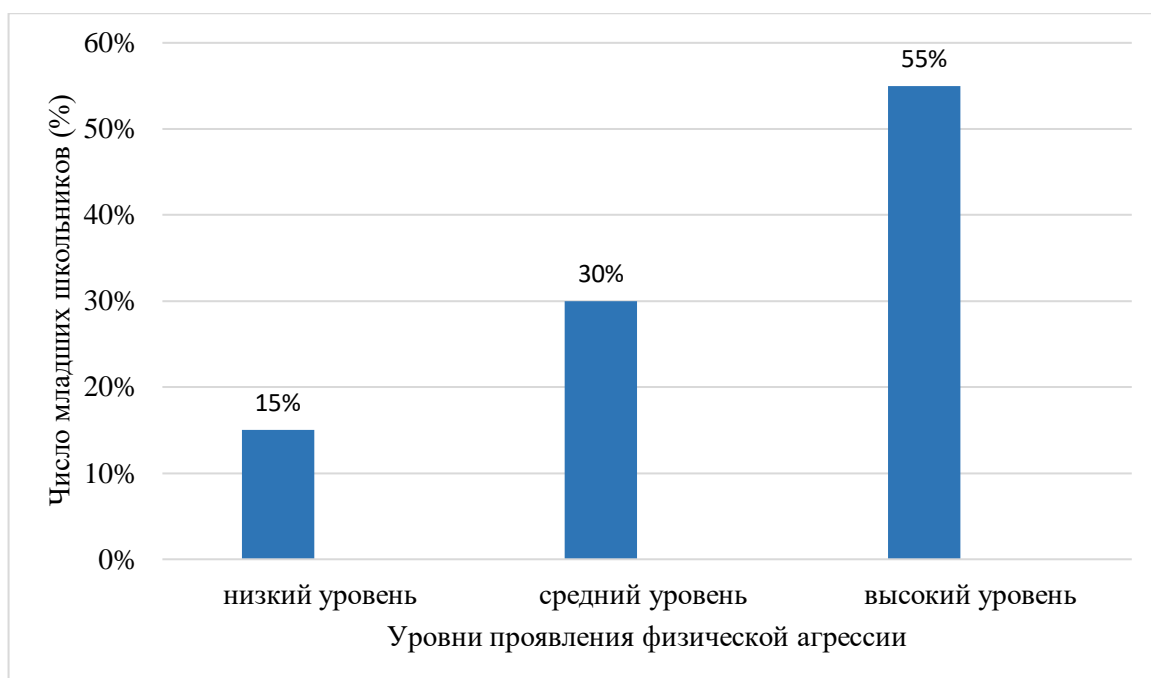


Рисунок 1. Уровень проявления физической агрессии детей младшего школьного возраста (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

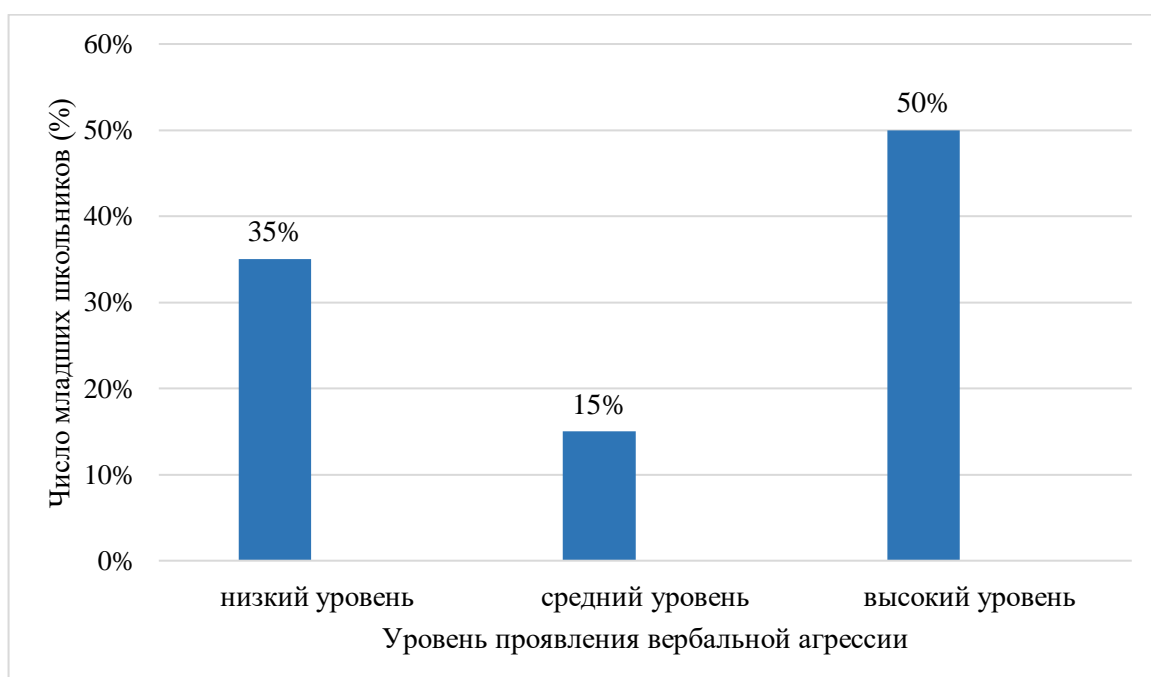


Рисунок 2. Уровень проявления вербальной агрессии детей младшего школьного возраста (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

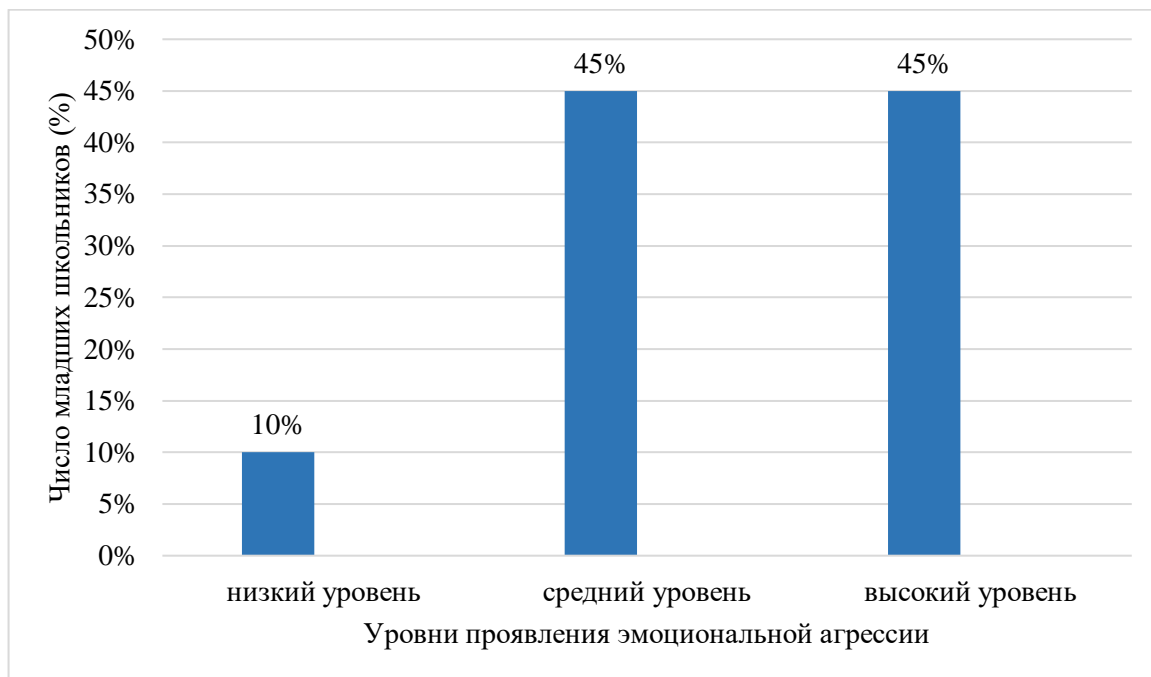


Рисунок 3. Уровень проявления эмоциональной агрессии детей младшего школьного возраста (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

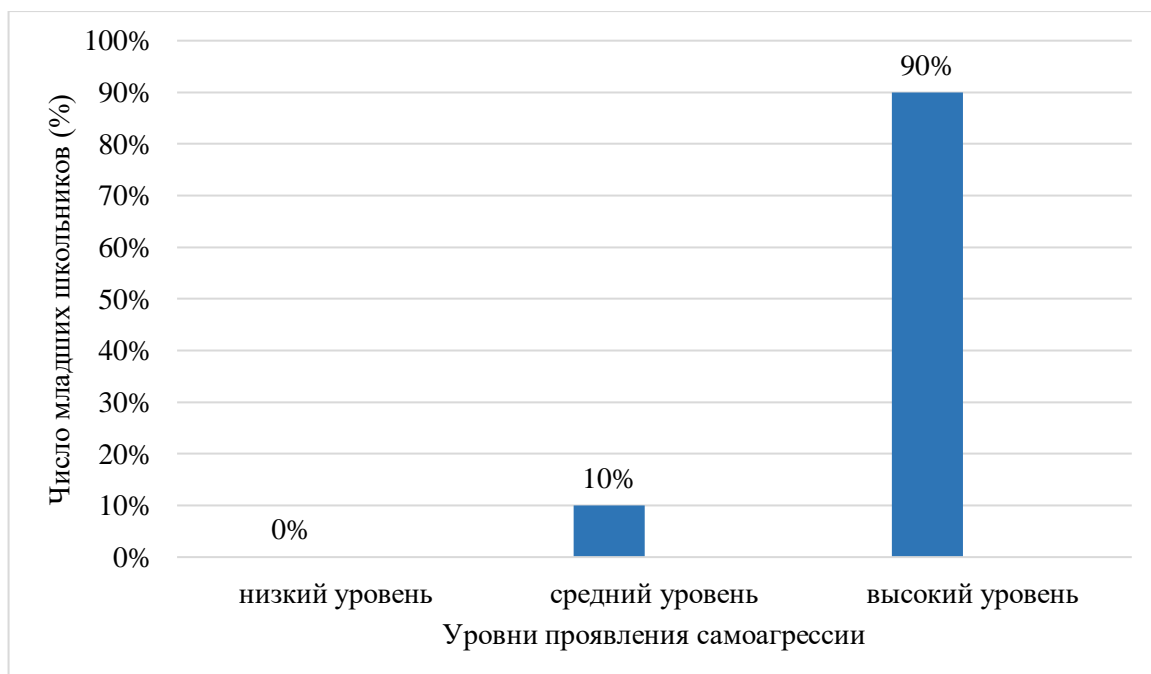


Рисунок 4. Уровень проявления самоагрессии агрессии детей младшего школьного возраста (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

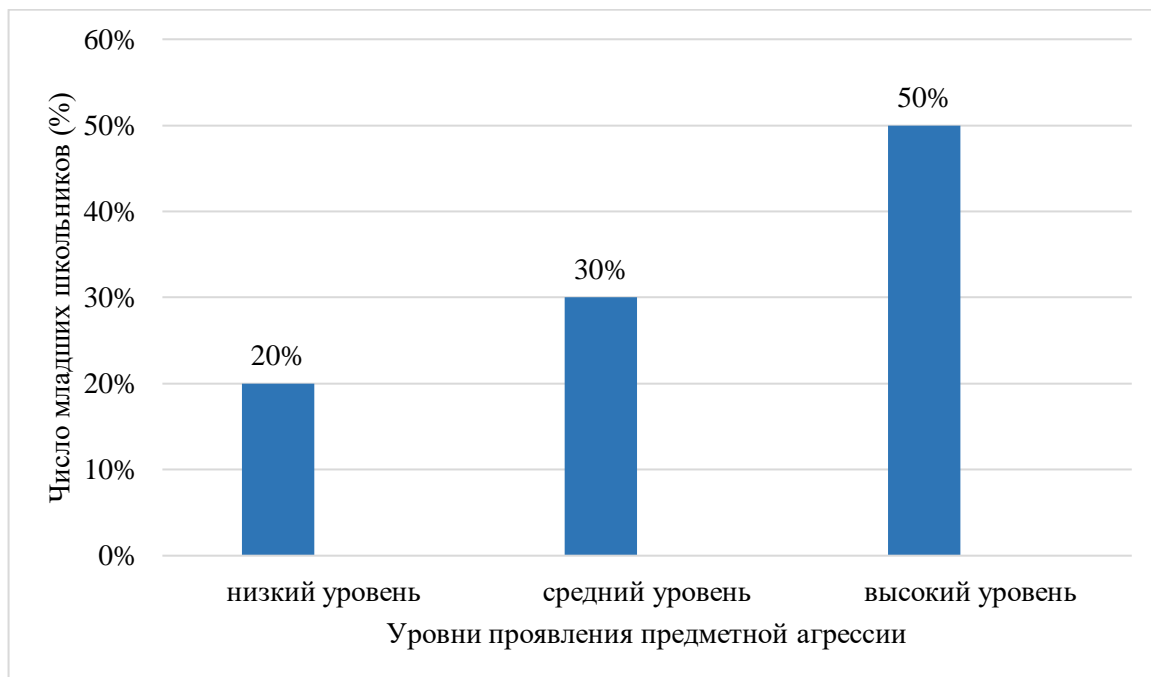


Рисунок 5. Уровень проявления предметной агрессии детей младшего школьного возраста до формирующего этапа и после него (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

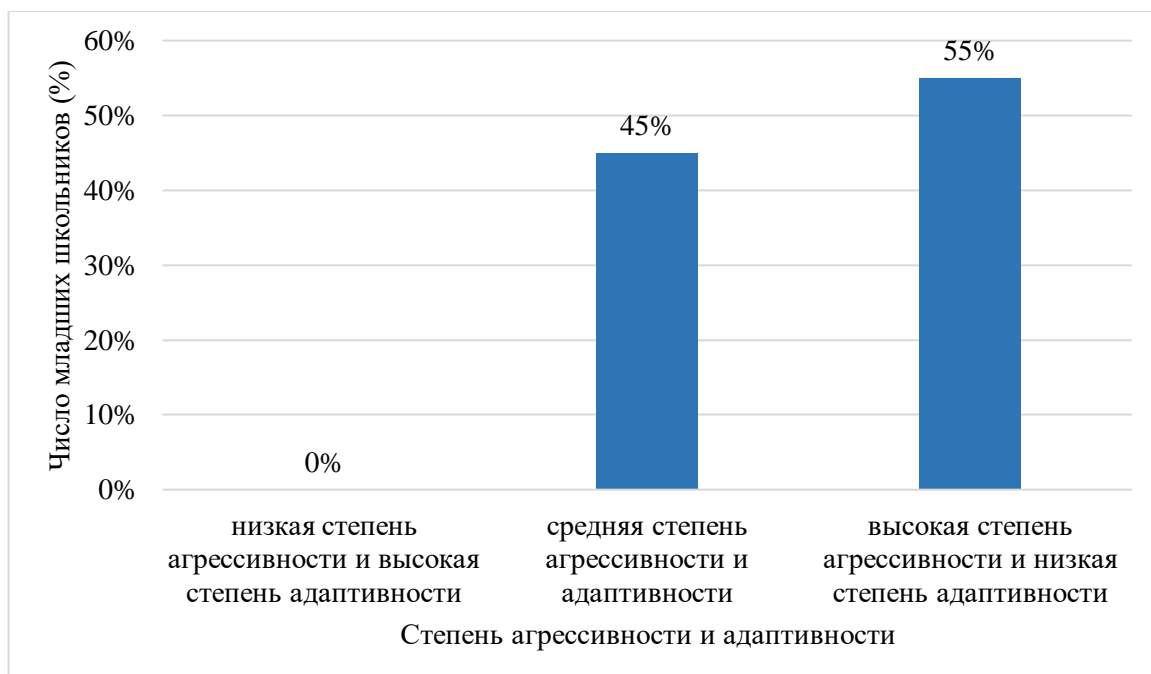


Рисунок 6. Степень проявления агрессивности и адаптивности детей младшего школьного возраста (по опроснику «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

На рисунке 6 видно, что высокая степень агрессивности и низкая степень адаптивности характерна для 55% обучающихся (11 чел.). Так обучающиеся характеризуются демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другим, неприспособленностью к окружающим условиям, неудовлетворенностью собой и своей жизнью. Средняя степень агрессивности и адаптивности выявлена у 45% (9 чел.), данные обучающиеся способны менять роли и способы поведения, что приводит к более продуктивному взаимодействию с социумом. Они приспособлены к окружающей среде, что проявляется через социальный статус и самоощущение, удовлетворенность собой и своей жизнью. Низкая степень агрессивности и высокая степень адаптивности у обучающихся не выявлена.

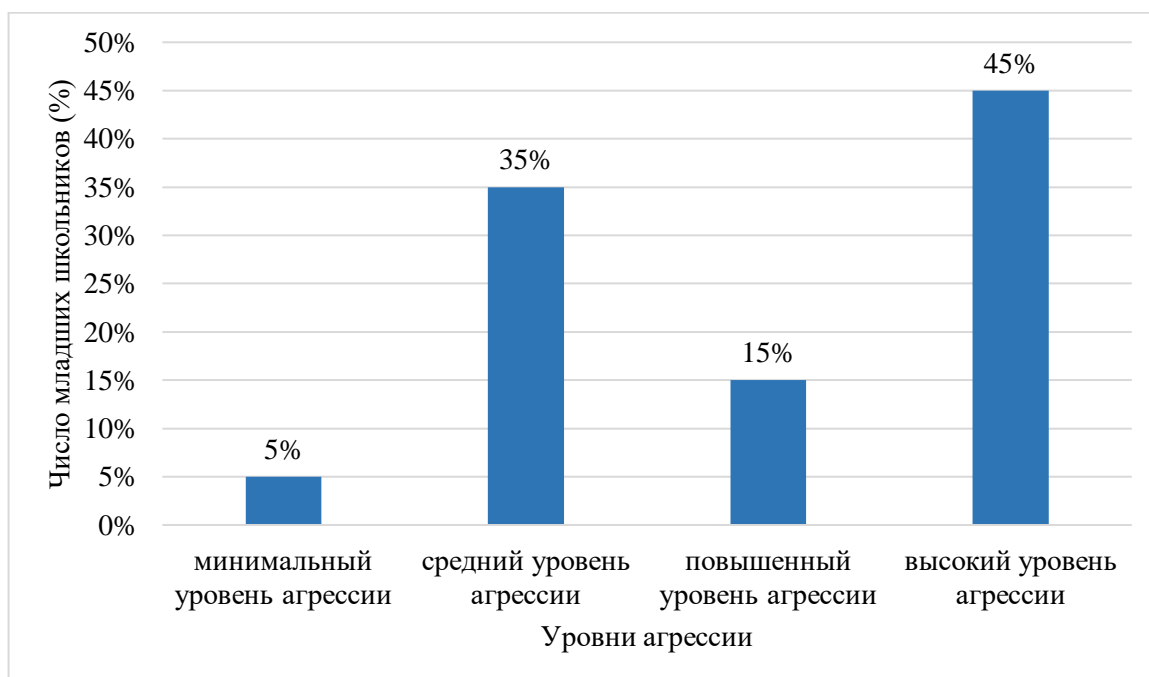


Рисунок 7. Уровень агрессии детей младшего школьного возраста путем опроса учителя (по анкете «Определение уровня агрессивности ребенка»

Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко)

В ходе анкетирования педагогов было выявлено, что у 5% детей (1 чел.) выявлен минимальный уровень агрессии, так младший школьник не

может настаивать на своем, высказывать свою точку зрения и постоять за себя. У 35% детей (7 чел.) выявлена средняя агрессия, данные дети легко адаптируются к новой обстановке, адекватно относятся к ситуации неудачи, а проявления агрессии служит способом самозащиты, отстаивания своих прав. У 15% детей (3 чел.) выявлен повышенный уровень агрессии, такая ситуация зачастую связана с эмоциональным расстройством ребенка. Такие дети не умеют и не знают каким способом подавлять гнев. И у 45% детей (9 чел.) младшего школьного возраста выявлен высокий уровень агрессии, таким детям свойственно демонстративность, игнорирование норм и правил поведения, малая рассудительность и сдержанность, плохой самоконтроль.

Результаты проведенных нами методик указывают на то, что больше 50% детей имеют высокий уровень агрессии. Причинами такого поведения детей может быть семейное неблагополучие, когда родители сами агрессивны обращаются к ребенку или же другим членам семьи. Ребенок копирует паттерны поведения взрослых, подражают им. Также в такой ситуации ребенок привыкает к ощущению опасности и в отношении с другими ведет себя агрессивно. Другой весомой причиной проявления агрессии является влияние сверстников. Агрессия в этом случае выступает как самоутверждение, либо наоборот реакция на плохое отношение к себе со стороны одноклассников. И в наше время не стоит недооценивать влияние СМИ. Ценности, идеалы для подражания, образцы поведения, которые транслируются на экранах телевизоров, в интернете больше всего влияют на детский ум и чаще всего пропагандируют мысль о том, что быть сильным, значит быть крутым и успешным, таким, кого все любят и уважают, даже если при этом ты используешь физическое насилие.

Полученные результаты говорят о необходимости коррекции агрессии детей младшего школьного возраста.

2.3. Комплекс игровых занятий, направленный на снижение уровня агрессии детей младшего школьного возраста

Результаты диагностики свидетельствуют о том, что 55% обучающихся имеет высокие показатели агрессии, а также в целом все имеют хотя бы один высокий показатель по одной или нескольким шкалам форм проявления агрессии. Исходя из результатов диагностики возникает необходимость проведения мероприятий по коррекции агрессии младших школьников.

Для коррекции агрессии детей младшего школьного возраста был разработан комплекс игровых занятий. Игровые занятия проводились с младшими школьниками в период с 8 февраля 2021 по 7 апреля 2021 года. Подробнее ознакомиться с комплексом игровых занятий, направленным на снижение уровня агрессии детей младшего школьного возраста можно в Приложении Г.

Цель занятий: снижение агрессии детей младшего школьного возраста.

Задачи:

1. Расслабление и снятие эмоционального напряжения.
2. Формирование навыков приемлемого выражения гнева (работа с гневом);
3. Формирование навыков распознавания и контроля агрессии, умений владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева;
4. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию;

Количество участников: 20 человек.

Возраст участников: 8–9 лет.

Продолжительность занятия: 45 мин.

Структура занятия:

1. Знакомство;
2. Разминка;

3. Основная часть;
4. Рефлексия.
5. Ритуал прощания.

Таблица 5

План проведения коррекционно-развивающих занятий для детей младшего школьного возраста, направленных на снижение агрессии

№	Тема занятия	Содержание	Сроки
1	Занятие 1. «Расслабление»	Цель: снятие напряжение; формирование навыков приемлемого выражения вербальной агрессии. План: 1. Упражнение «Приветствие»; 2. Упражнение «Драка»; 3. Упражнение «Обзывалки»; 4. Упражнение «Насос и мяч»; 5. Ритуал прощания.	10.02.21. - 11.02.21.
2.	Занятие 2. «Без негативных эмоций»	Цель: снятие негативных эмоций; снятие невербальной агрессии; формирование эффективных способов общения. План: 1. Упражнение «Здравствуйте»; 2. Упражнение «Два барана»; 3. Упражнение «Тух-тиби-дух»; 4. Упражнение «Попроси игрушку»; 5. Ритуал прощания.	17.02.21. - 18.02.21.
3.	Занятие 3. «Мир эмоций»	Цель: формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме; развитие чувства эмпатии, формирование умения распознавать чужие эмоции. План: 1. Упражнение «Пожелание на день»; 2. Упражнение «Стаканчик для криков»; 3. Упражнение «Голкалки»; 4. Упражнение «Глаза в глаза»; 5. Ритуал прощания.	24.02.21. - 25.02.21.
4.	Занятие 4. «Поддержка»	Цель: сплочение детского коллектива, формирование умений понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать. План: 1. Упражнение «Приветствие»; 2. Упражнение «Доброе животное»; 3. Упражнение «Камушек в ботинке»; 4. Ритуал прощания.	03.03.21. - 04.03.21.

№	Тема занятия	Содержание	Сроки
5	Занятие 5. «Доверие»	Цель: формирование у обучающихся доверительного чувства к окружающим; развитие коммуникативных навыков сотрудничества в парах. План: 1. Упражнение «Здравствуйте»; 2. Упражнение «Зайчики»; 3. Упражнение «Прогулка с компасом»; 4. Упражнение «Головомяч»; 5. Ритуал прощания.	10.03.21. - 11.03.21.
6.	Занятие 6. «Маленький гнев»	Цель: формирование навыков приемлемого выражения гнева, обид, поддержание психологического климата в группе. План: 1. Упражнение «Обнимашки»; 2. Упражнение «Спусти пар»; 3. Упражнение «Маленькое приведение»; 4. Упражнение «Водопад»; 5. Ритуал прощания.	17.03.21. - 18.03.21.
7.	Занятие 7. «Многоликость чувств».	Цель: формирования навыков определения и осознания своих и чужих чувств, настроения, формирование самоконтроля. План: 1. Упражнение «Комплимент»; 2. Упражнение «Довольный-сердитый»; 3. Упражнение «Многоликость чувств»; 4. Ритуал прощания.	24.03.21. - 25.03.21.
8.	Занятие 8. «Эмпатия»	Цель: формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию. План: 1. Упражнение «Обнимашки»; 2. Упражнение «Походи в моих ботинках»; 3. Упражнение «Поддержка»; 4. Ритуал прощания.	31.03.21. - 01.04.21.
9.	Контрольная диагностика агрессивного поведения.	Методика: - (Опросник Басса-Дарки, адаптированный Г. А. Цукерман); - (Анкета для педагогов «Определение уровня агрессивности ребенка» Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М.).	07.04.21.

Для подтверждения эффективности разработанных игровых занятий, направленных на коррекцию агрессии детей младшего школьного возраста, была проведена повторная диагностика, в которой применялись те же методики, что и в первичной диагностике, а именно: опросник «Тест агрессивности» (Опросник Л.Г. Почебут); анкета для педагогов «Определение уровня агрессивности ребенка» (Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко).

В ходе повторной диагностики агрессии детей младшего дошкольного возраста были получены результаты, которые представлены в следующих рисунках 8–14 и таблицах 6–8 (в приложении В).

Данные результаты используем для сравнения уровня агрессии детей младшего школьного возраста до коррекционной работы и после нее.

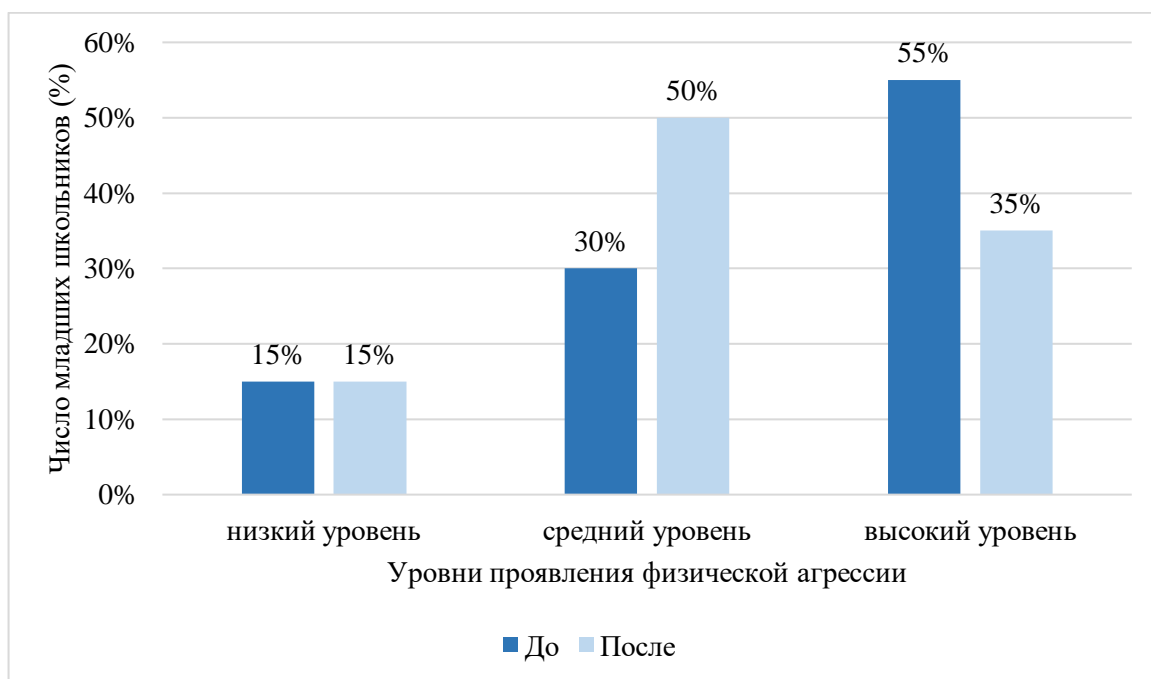


Рисунок 8. Уровень проявления физической агрессии детей младшего школьного возраста до формирующего этапа и после него (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

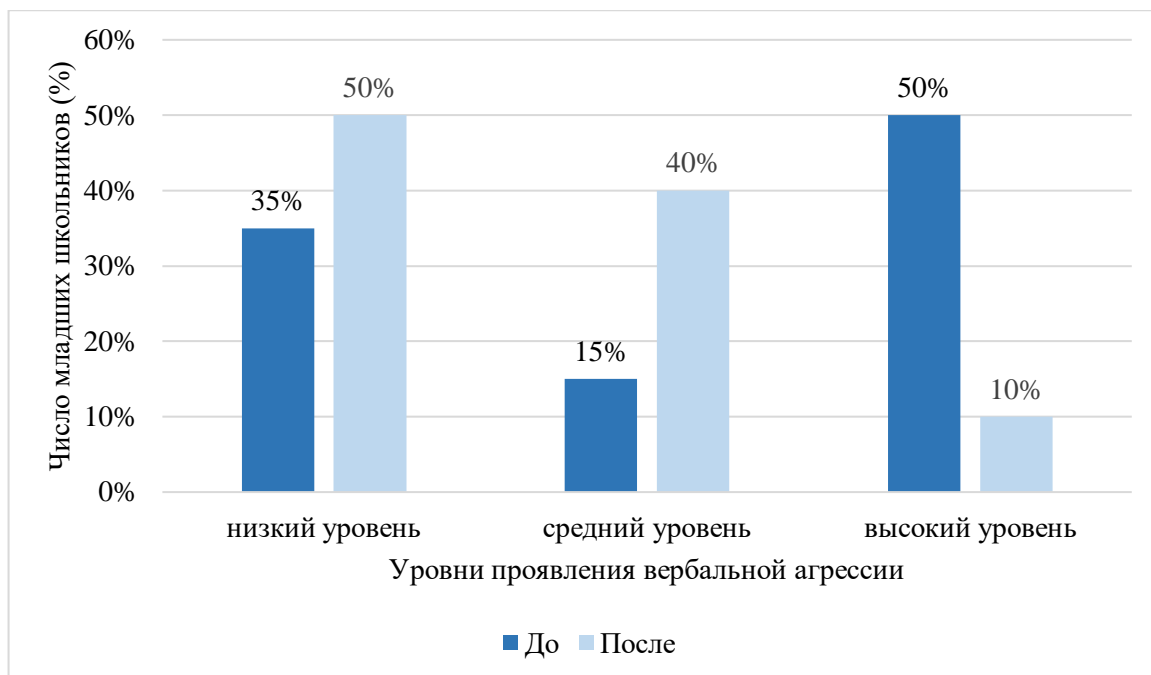


Рисунок 9. Уровень проявления вербальной агрессии детей младшего школьного возраста до формирующего этапа и после него (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

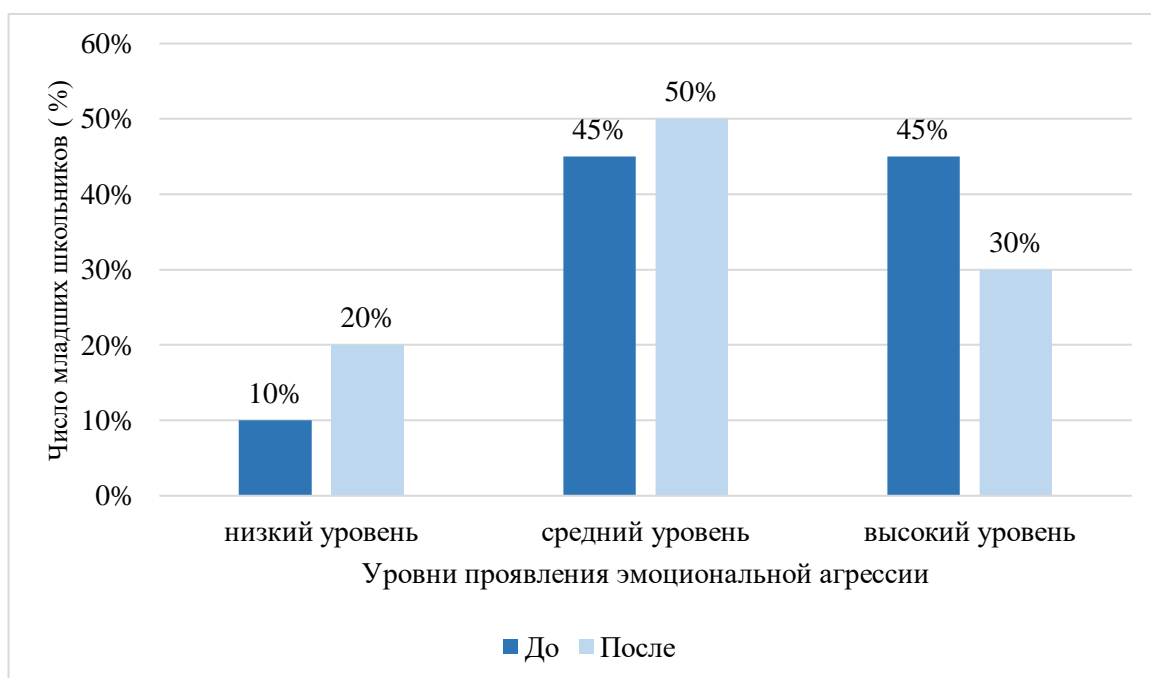


Рисунок 10. Уровень проявления эмоциональной агрессии детей младшего школьного возраста до формирующего этапа и после него (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

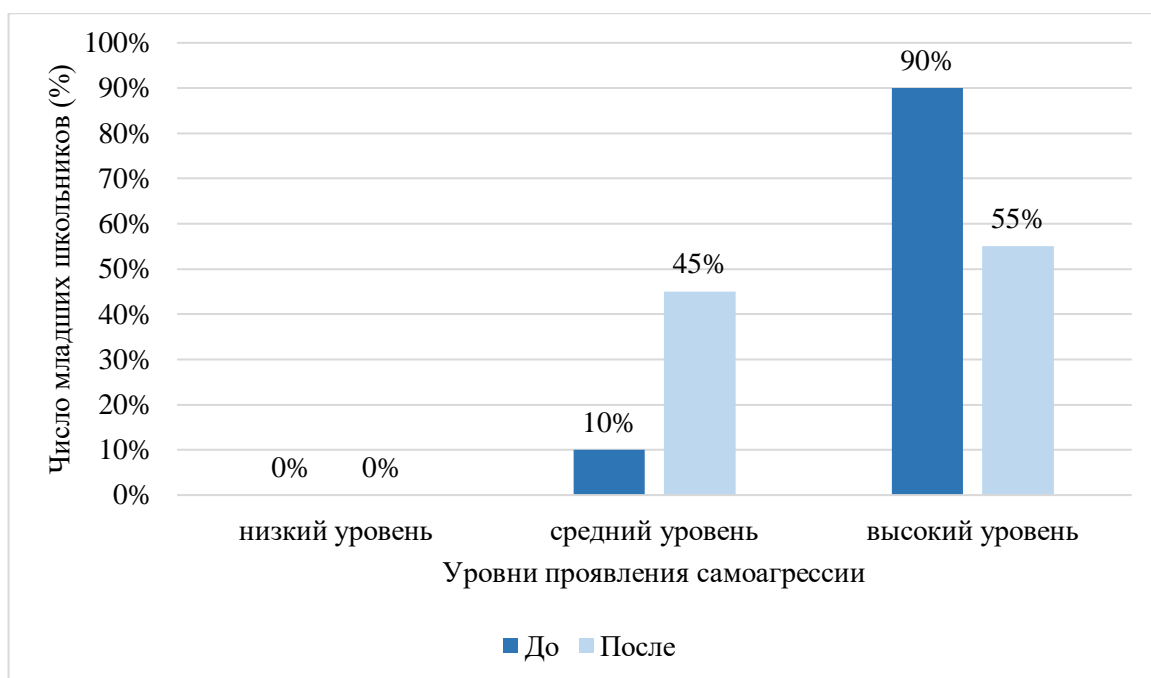


Рисунок 11. Уровень проявления самоагрессии агрессии детей младшего школьного возраста до формирующего этапа и после него (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

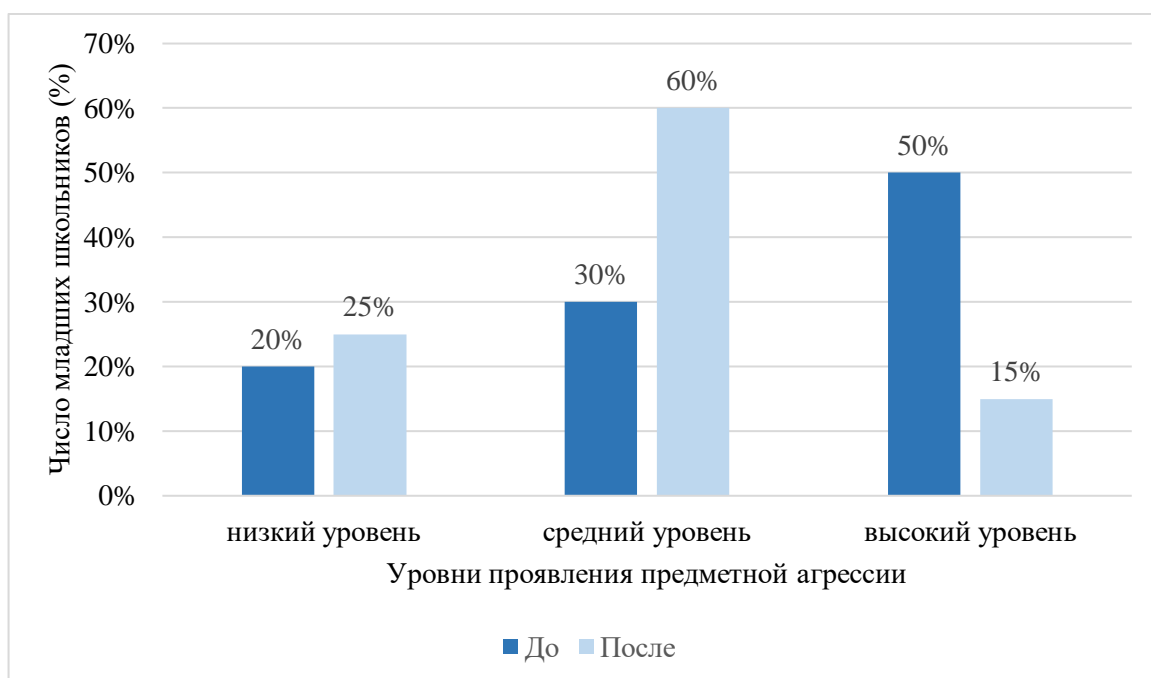


Рисунок 12. Уровень проявления предметной агрессии детей младшего школьного возраста до формирующего этапа и после него (по результатам опросника «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

Анализ данных, представленных в рисунках 8–12 свидетельствует о значительной динамике снижения агрессии по следующим шкалам проявления агрессии: вербальной, предметной агрессии и самоагрессии.

После реализации комплекса игровых занятий показатель высокого уровня вербальной агрессии снизился на 40% и на контрольном этапе составляет 10%. Следовательно, после проведения коррекции младшие школьники стали меньше выражать свое агрессивное отношение к другим людям, используя словесные оскорбления.

Следует отметить снижение показателя высокого уровня самоагрессии с 90% до 55% (на 35%). Младшие школьники меньше стали проявлять агрессию по отношению к себе; изменился механизм психологической защиты.

Статистически значимое снижение показателя высокого уровня предметной агрессии (показатель снизился на 35%). Следовательно, младшие школьники в меньшей степени стали срывать свою агрессию на окружающие их предметы.

Также не значимо снизились показатели высокого уровня по шкалам: «физическая агрессия» – на 20% и «эмоциональная агрессия» – на 15%.

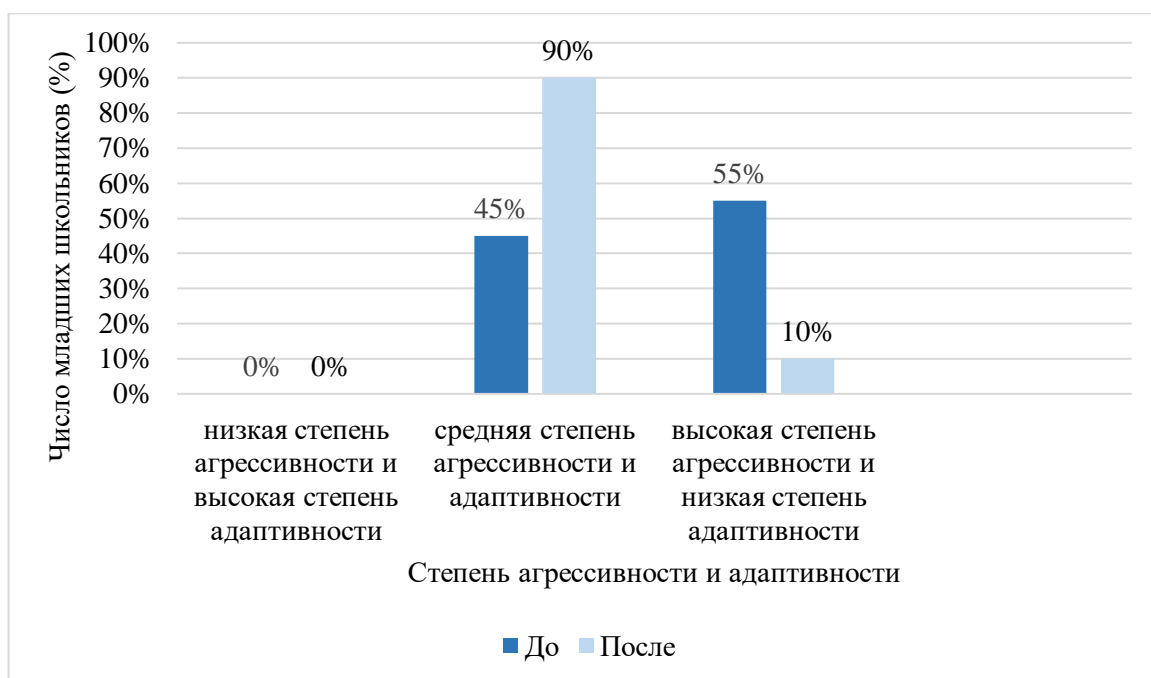


Рисунок 13. Степень проявления агрессивности и адаптивности детей младшего школьного возраста до формирующего этапа и после него (по опроснику «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут)

Из рисунка 13 видно, что на 45% снизился показатель высокой степени агрессивности и низкой степени адаптивности младших школьников и на контрольном этапе исследования составляет 10%.

Преобладающее большинство младших школьников (90% младших школьников) после проведения игровых занятий имеют среднюю степень агрессивности и адаптивности.

Проведенный сравнительный анализ степени агрессивности и адаптивности младших школьников на констатирующем и контрольном этапах исследования свидетельствует о снижении агрессивности после реализации комплекса игровых занятий.

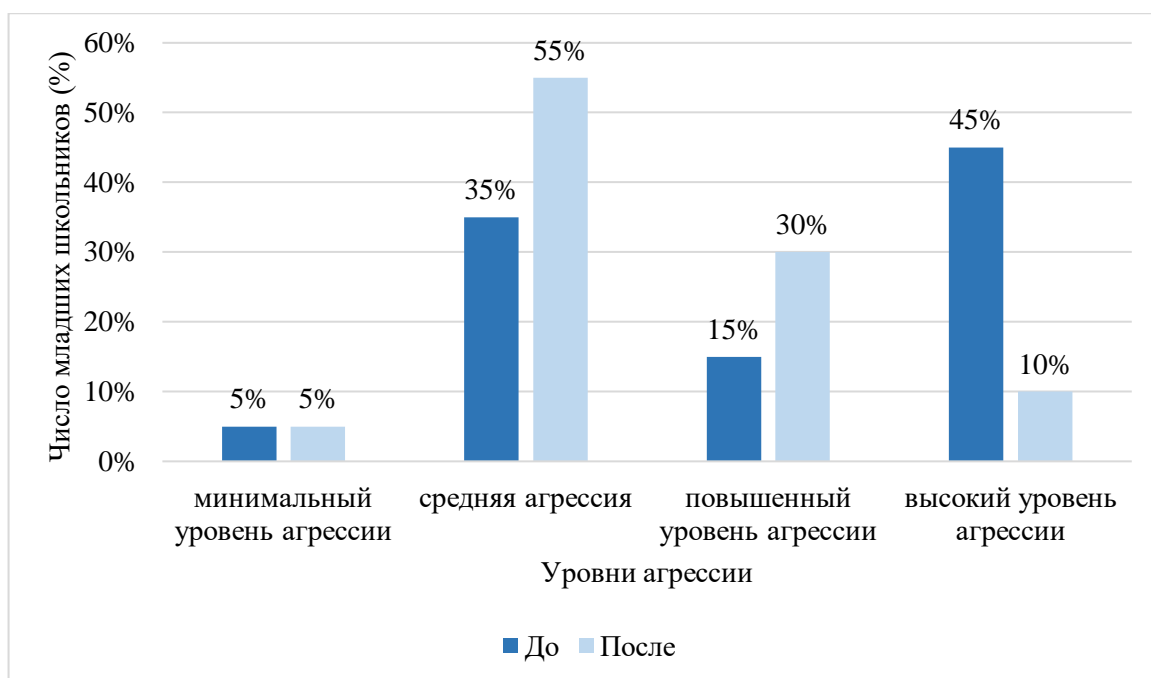


Рисунок 14. Уровень агрессии детей младшего школьного возраста путем опроса учителя до формирующего этапа и после него (по анкете «Определение уровня агрессивности ребенка» Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко)

На рисунке 14 видно, что на контрольном этапе исследования больше половины младших школьников (55% младших школьников) имеют средний уровень агрессии. На 35% снизился показатель высокого уровня агрессии младших школьников и на контрольном этапе исследования составляет 10%.

Исходя из сравнительного анализа результатов исследования, можно говорить о снижении агрессии детей младшего школьного возраста после проведения игровых занятий.

В результате опытно-экспериментальной работы была выявлена положительная динамика снижения агрессии детей младшего школьного возраста. Значительно снизилась доля проявления вербальной, предметной агрессии, самоагрессии в поведении детей младшего школьного возраста. Обучающиеся приобрели навыки проявления агрессии социально-приемлемыми способами, научились распознавать и контролировать

агрессию, стали более способны к эмпатии, доверию, сочувствию и сопереживанию.

Выводы по главе 2

1. Результаты проведенной диагностики указывают на то, что больше половины детей младшего школьного возраста имеют высокий уровень агрессии. Это явно свидетельствует о том, что дети не умеют выражать агрессию социально-приемлемыми способами. Причинами такого поведения детей может быть семейное неблагополучие, влияние сверстников, влияние СМИ. Полученные результаты говорят о необходимости проведения работы по коррекции агрессии детей младшего школьного возраста.

2. Учитывая, что элементы игротерапии являются мощным средством профилактики и коррекции агрессивного поведения детей, мы использовали данный метод при разработке коррекционно-развивающей программы.

3. По результатам контрольного этапа эксперимента можно сделать следующие выводы:

- Преобладающее большинство младших школьников (90% младших школьников) после проведения игровых занятий имеют среднюю степень агрессивности и адаптивности. Проведенный сравнительный анализ степени агрессивности и адаптивности младших школьников на констатирующем и контрольном этапах исследования свидетельствует о снижении агрессивности после проведения коррекции;

- По методике «Тест агрессивности» (Л.Г. Почебут) произошло значительное снижение агрессивных проявлений по факторам: «вербальная агрессия», «предметная агрессия», «самоагрессия»;

- По результатам анкетирования «Определение уровня агрессивности ребенка» Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко выявлено, что на контрольном этапе исследования снизился показатель высокого уровня агрессии младших школьников на 35%, а также больше половины младших школьников (55% младших школьников) имеют средний уровень агрессии. Следовательно, можно говорить о снижении агрессии детей младшего школьного возраста после проведения игровых занятий.

Таким образом, можно сказать, что реализация комплекса игровых занятий позволила снизить уровень агрессии младших школьников. Кроме того, значительно снизилась доля проявления вербальной, предметной агрессии, самоагрессии в поведении детей младшего дошкольного возраста. Дети приобрели навыки проявления агрессии социально-приемлемыми способами.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, в нашей работе мы провели теоретический анализ литературы по теме, который позволил сделать вывод о том, что в настоящее время нет единого понимания феномена «агрессия». В психологической литературе можно встретить множество классификаций, одни из которых имеют очень много схожих моментов, а другие противоречат друг другу. Несмотря на значительные разногласия относительно трактовки понятия агрессия, на сегодняшний день большинство психологов и теоретиков пользуется следующим определением: агрессия - это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому существу, не желающему подобного обращения.

Анализ литературы показал, что детская агрессия имеет различные проявления, основными из которых являются: раздражительность, негативизм, подозрительность, обидчивость, упрямство, обесценивание взрослых.

Также, в работе мы изучили и проанализировали основные теоретические подходы к пониманию агрессивного поведения: теория влечения (психоаналитический подход), экологический подход, фрустрационная теория (гомеостатический подход), теория социального научения.

Изучив литературу по возрастной психологии, мы определили, что младший школьный возраст является периодом сильнейшего физического и психофизического развития ребенка, которое проходит в процессе второго физиологического кризиса. Также на всем протяжении младшего школьного детства появляются серьезные изменения и в психическом развитии ребенка: кардинально преобразовывается познавательная сфера, формируются социально-нравственные качества личности, оформляется сложная система взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

Нами было проведено исследование агрессивности детей младшего школьного возраста, с помощью методик: Анкета для педагогов «Критерии агрессивности» Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко, «Тест агрессивности» Л.Г. Почебут.

Результаты проведенной диагностики указывают на то, что больше половины детей младшего школьного возраста имеют высокий уровень агрессии. Это явно свидетельствует о том, что дети не умеют выражать агрессию социально-приемлемыми способами. Причинами такого поведения детей может быть семейное неблагополучие, влияние сверстников, влияние СМИ. Полученные результаты говорят о необходимости проведения работы по коррекции агрессии детей младшего школьного возраста.

Для снижения агрессии детей младшего школьного возраста был разработан комплекс игровых занятий, направленный на коррекцию агрессии детей младшего школьного возраста.

После реализации комплекса игровых занятий, направленных на коррекцию агрессии детей младшего школьного возраста, мы проверили эффективность разработанных занятий. В результате опытно-экспериментальной работы была выявлена положительная динамика снижения агрессии детей младшего школьного возраста.

Таким образом, результаты проведенной работы обозначают действенность и эффективность разработанного комплекса игровых занятий. Гипотеза исследования нашла свое подтверждение, а именно: игровые занятия способствуют коррекции агрессии детей младшего школьного возраста.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. вузов / Г. С.Абрамова. М.: Академический проект: Алма Матер, 2005. 702 с.
2. Агеева И.А. Коррекционные техники в школе. СПб.: Речь, 2004. 184 с.
3. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации к школе // Школа и психологическое здоровье учащихся / Под ред. С.М. Громбаха. М.: Медицина, 1988. С. 47–48.
4. Амбалова С.А., Бекоева М.И. К вопросу о психологических особенностях учебной деятельности и агрессивном поведении младших школьников // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2016. Т.5. № 2 (15). С. 183–185.
5. Астапов В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Прикладная психология. 1999. № 1. С. 41–47.
6. Батурина Г.И. Эмоции и чувства как специфическая форма отражения действительности: Ученые записки Ивановского пед. ин-та Иваново: Изд-во пед. ин-та, 1973. 245 с.
7. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. СПб., 2008. 288 с.
8. Берковитц Л. Агрессия: Причины, последствия, контроль. М.: Владос, 2001. 512 с.
9. Будыкин А.В., Жигачев А.С. Агрессия: особенности проявления и копинг-стратегии в подростковом возрасте // Психология и право. 2013. №4. С. 11–21.
10. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб.: Питер, 2001. 352 с.
11. Василюк Ф.Е. Анализ преодоления критических ситуаций: Психология переживания. М.: ЮНИТИ, 1984. 37 с.
12. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Под ред. В.В. Давыдова. М.: Педагогика, 1991. 476 с.

13. Гуткина Н.И. Несколько случаев из практики школьного психолога. М.: Знание, 1991. С.19–22.
14. Дубинко Н.А. Влияние когнитивных процессов на проявление агрессивности в детском возрасте // Вопросы психологии. 2000. №1. С. 345–347.
15. Дубинко, Н.А. К проблеме условий и движущих факторов агрессии // Социально-пед. работа. 1997. № 4. С. 260–263.
16. Дубровина И.В., Прихожан А.М., Зацепин В.В. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия: учеб. пособие для студ. вузов. М.: Академия, 2001. 368 с.
17. Дунаевская Э.Б., Хандожко А.Н. Особенности эмоциональный состояний у младших школьников: Изучение взаимосвязи тревожности и агрессивного поведения // Тенденции развития науки и образования. 2020. № 62(19). С. 44–48.
18. Дышлева А.Ю. Агрессия как форма противоправного сексуального поведения // Международный медицинский журнал. 2002. Т. 8. № 4. С. 334–335.
19. Ениколопов С.Н. Понятие агрессии в современной психологии // Прикладная психология. 2001. № 1. С. 46–48.
20. Изард К. Эмоции человека: Пер. с англ. / Под ред. Л.Я. Гозмана и М.С. Егоровой. М.: Изд-во МГУ, 1980. 315 с.
21. Ковалева А.В. Физиологические предикторы умственной работоспособности детей младшего школьного возраста // Школа здоровья. 1998. 450 с.
22. Коган Л.Н. Человек и его судьба. М.: Мысль, 1988. 283 с.
23. Крэйхи Б. Социальная психология агрессии. СПб., 2003. 333 с.
24. Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М. Практическая Психология для Воспитателя. Киев, 1992. 349 с.
25. Левина И.Л. Школьная адаптация, и ее нарушения. 2002. 142 с.

26. Лоренц К. Агрессия: Так называемое «зло». М.: Прогресс, 1994. 272 с.
27. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб.: «Речь», 2006. 176 с.
28. Матвеева Л.А. Развитие свойств субъекта учебной деятельности в младшем школьном возрасте. СПб.: Питер, 1991. 66 с.
29. Можгинский Ю.Б. Агрессия подростков: Эмоциональный и кризисный механизм. СПб., 2006. 127 с.
30. Немов Р.С. Психология: Экспериментальная педагогическая психология и психодиагностика. М., 2000. 688 с.
31. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка / Под ред. Л. И. Скворцова. М.: Оникс, 2009. 1375 с.
32. Палагина А.О. Формы проявления агрессии по классификации А. Басса в русской классической литературе // Образование и воспитание. 2017. № 4 (9). С. 1–4.
33. Петрунек В.П., Таран Л.Н. Младший школьник. М.: Знание, 1981. 96 с.
34. Платонов Ю.П. Основы этнической психологии: учеб. пособие. СПб.: Речь, 2003. С. 383–385.
35. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности. СПб., 1996. 39 с.
36. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения детей и условия его коррекции. М., 1996. 96 с.
37. Тарасова С.Ю. Психологические аспекты буллинга: Взаимосвязь школьной тревожности и агрессивности // Общество. Среда. Развитие. 2018. № 1. С. 77-81.
38. Тархова Л. Как уберечь ребенка от тюрьмы и панели. М., 1997. 253 с.
39. Фомиченко А.С. Причины проявления агрессии в детском возрасте // Культурно-историческая психология. 2010. №2. С. 83–86.

40. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. М.: Генезис, 1998. 160 с.
41. Фрейд А. Теория и практика детского психоанализа. М., 1999. 384 с.
42. Фурманов И.А. Психология детей с нарушениями поведения. М.: ВЛАДОС, 2010. 270 с.
43. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М., 2016. 618 с.
44. Якобсон П.М. Изучение чувств у детей и подростков. М.: АПН РСФСР, 1961. 213 с.
45. Salimi N., Karimi-Shahanjarini A., Rezapur-Shahkolai F., Hamzeh B., Roshanaei G. Aggression and its predictors among elementary students // Journal of injury & violence research. 2019. №11(2). P. 159–170.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Определение уровня агрессивности ребенка Г.П. Лаврентьева,
Т.М. Титаренко.

Процедура проведения:

Педагогу предлагается сопоставить каждое определение с ребенком. Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл. Подсчитывается итоговая сумма баллов, на основании чего делается вывод об уровне агрессивности ребенка.

1. Временами кажется, что в него вселился злой дух.
2. Он не может промолчать, когда чем-то недоволен.
3. Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.
4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.
5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что-то разбивает, потрошит.
6. Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.
7. Он не прочь подразнить животных.
8. Переспорить его трудно.
9. Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает.
10. Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.
11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все наоборот.
12. Часто не по возрасту ворчлив.
13. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.
14. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.
15. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виноватых.
16. Легко ссорится, вступает в драку.

17. Стараются общаться с младшими и физически более слабыми.
18. У него нередко приступы мрачной раздражительности.
19. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.
20. Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.

Интерпретация:

От 1 до 5 баллов – минимальный уровень агрессии. На самом деле подавленная агрессия – такой же повод для беспокойств, как и агрессивность. Не проявляющий никаких признаков агрессии ребенок – не сможет настаивать на своем, высказывать свою точку зрения и постоять за себя. В таком случае предпочтительным будет обращение к психологу.

От 6 до 10 баллов – средняя агрессивность. Средняя степень агрессии нормальный показатель для всех детей.

От 11 до 15 баллов – повышенный уровень агрессии. Повышенный уровень агрессии у детей, тоже распространенный случай и зачастую связан с эмоциональным расстройством ребенка. В таком случае, необходимо уделять больше времени ребенку, прислушиваться к его просьбам. В наказаниях быть последовательными и не унижать личность малыша. Научить возможным способам подавления гнева. Развивать способность к сочувствию.

От 16 до 20 баллов – высокий уровень агрессивности. Определив высокую агрессивность ребенка, скорее всего это и без теста будет заметно, необходимо обратиться за психологической помощью к специалисту.

Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут)

Шкалы: вербальная агрессия, физическая агрессия, предметная агрессия, эмоциональная агрессия, самоагрессия.

Назначение теста: Диагностика агрессивного поведения.

Описание теста:

В этнопсихологических исследованиях особое место занимает проблема изучения агрессивного поведения. Определение уровня агрессивности может помочь в профилактике межэтнических конфликтов и стабилизации социальной и экономической ситуации в стране. Агрессивное поведение – это специфическая форма действий человека, характеризующаяся демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другому либо группе лиц, которым субъект стремится причинить ущерб.

Агрессивное поведение целесообразно рассматривать как противоположное поведению адаптивному.

Адаптивное поведение предполагает взаимодействие человека с другими людьми, согласование интересов, требований и ожиданий его участников. Психологи А. Басс и А. Дарки разработали тест, оценивающий уровень агрессивного поведения человека.

Инструкция к тесту

«Предполагаемый опросник выявляет ваш обычный стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления в социальной среде. Вам необходимо однозначно («да» или «нет») оценить 40 приведенных ниже утверждений».

Обработка и интерпретация результатов теста

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

Вербальная агрессия (ВА) – человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.

Физическая агрессия (ФА) – человек выражает свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.

Предметная агрессия (ПА) – человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.

Эмоциональная агрессия (ЭА) – у человека возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.

Самоагрессия (СА) – человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде.

Тест

1. Во время спора я часто повышаю голос.
2. Если меня кто-то раздражает, я могу сказать ему все, что о нем думаю.
3. Если мне необходимо будет прибегнуть к физической силе для защиты своих прав, я, не раздумывая, сделаю это.
4. Когда я встречаю неприятного мне человека, я могу позволить себе незаметно ущипнуть или толкнуть его.
5. Увлечшись спором с другим человеком, я могу стукнуть кулаком по столу, чтобы привлечь к себе внимание или доказать свою правоту.
6. Я постоянно чувствую, что другие не уважают мои права.
7. Вспоминая прошлое, порой мне бывает обидно за себя.
8. Хотя я и не подаю вида, иногда меня гложет зависть.
9. Если я не одобряю поведение своих знакомых, то я прямо говорю им об этом.
10. В сильном гневе я употребляю крепкие выражения, сквернословлю.

11. Если кто-нибудь поднимет на меня руку, я постараюсь ударить его первым.
12. Я бываю настолько взбешен, что швыряю разные предметы.
13. У меня часто возникает потребность переставить в квартире мебель или полностью сменить ее.
14. В общении с людьми я часто чувствую себя «пороховой бочкой», которая постоянно готова взорваться.
15. Порой у меня появляется желание зло пошутить над другим человеком.
16. Когда я сердит, то обычно мрачнею.
17. В разговоре с человеком я стараюсь его внимательно выслушать, не перебивая.
18. В молодости у меня часто «чесались кулаки» и я всегда был готов пустить их в ход.
19. Если я знаю, что человек намеренно меня толкнул, то дело может дойти до драки.
20. Творческий беспорядок на моем рабочем столе позволяет мне эффективно работать.
21. Я помню, что бывал настолько сердитым, что хватал все, что попадало под руку, и ломал.
22. Иногда люди раздражают меня только одним своим присутствием.
23. Я часто удивляюсь, какие скрытые причины заставляют другого человека делать мне что-нибудь хорошее.
24. Если мне нанесут обиду, у меня пропадет желание разговаривать с кем бы то ни было.
25. Иногда я намеренно говорю гадости о человеке, которого не люблю.
26. Когда я взбешен, я кричу самое злобное ругательство.
27. В детстве я избегал драться.
28. Я знаю, по какой причине и когда можно кого-нибудь ударить.
29. Когда я взбешен, то могу хлопнуть дверью.
30. Мне кажется, что окружающие люди меня не любят.

31. Я постоянно делюсь с другими своими чувствами и переживаниями.
32. Очень часто своими словами и действиями я сам себе приношу вред.
33. Когда люди орут на меня, я отвечаю тем же.
34. Если кто-нибудь ударит меня первым, я в ответ ударю его.
35. Меня раздражает, когда предметы лежат не на своем месте.
36. Если мне не удастся починить сломавшийся или порвавшийся предмет, то я в гневе ломаю или рву его окончательно.
37. Другие люди мне всегда кажутся преуспевающими.
38. Когда я думаю об очень неприятном мне человеке, я могу прийти в возбуждение от желания причинить ему зло.
39. Иногда мне кажется, что судьба сыграла со мной злую шутку.
40. Если кто-нибудь обращается со мной не так, как следует, я очень расстраиваюсь по этому поводу.

Обработка и интерпретация результатов теста

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

Вербальная агрессия (ВА) – человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.

Физическая агрессия (ФА) – человек выражает свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.

Предметная агрессия (ПА) – человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.

Эмоциональная агрессия (ЭА) – у человека возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.

Самоагрессия (СА) – человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде.

Математическая обработка. Вначале суммируются баллы по каждой из пяти шкал.

Если сумма баллов выше 5, это означает высокую степень агрессивности и низкую степень адаптивности по шкале.

Сумма баллов от 3 до 4 соответствует средней степени агрессии и адаптированности. Сумма баллов от 0 до 2 означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированности по данному типу поведения. Затем суммируются баллы по всем шкалам.

Если сумма превышает 25 баллов, это означает высокую степень агрессивности человека, его низкие адаптационные возможности.

Сумма баллов от 11 до 24 соответствует среднему уровню агрессивности и адаптированности.

Сумма баллов от 0 до 10 означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированного поведения.

В результате проведенных исследований валидность теста проверена на 483 испытуемых. Внутришкальные коэффициенты корреляции превышают 0,35 и значимы на 5%-ном уровне.

Результаты диагностики по опроснику «Тест агрессивности» (Л.Г. Почебут) детей младшего школьного возраста представлены в таблице 2.

Таблица 2

Показатели проявления форм агрессивного поведения (тест агрессивности Л.Г. Почебут)

Респондент, пол	Вербальная агрессия		Физическая агрессия		Предметная агрессия		Эмоциональная агрессия		Самоагрессия	
	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень
А.Э. д	1	низ.	2	низ.	4	ср.	2	низ.	6	выс.
К. Р. д	2	низ.	4	ср.	2	низ.	5	выс.	5	выс.
К.Н. д	2	низ.	4	ср.	1	низ.	4	ср.	6	выс.
С. Б. д	1	низ.	3	ср.	2	низ.	3	ср.	5	выс.
Б.М. м	7	выс.	7	выс.	6	выс.	4	ср.	8	выс.
Д.А. д	1	низ.	6	выс.	4	ср.	3	ср.	5	выс.
Г.А. д	2	низ.	1	низ.	3	ср.	3	ср.	6	выс.
Ш.Д. д	5	выс.	4	ср.	7	выс.	3	ср.	6	выс.
А.Г. м	5	выс.	6	выс.	6	выс.	4	ср.	6	выс.
Г.А. м	6	выс.	7	выс.	6	выс.	7	выс.	5	выс.
В.Д. д	6	выс.	4	ср.	5	выс.	4	ср.	8	выс.
А.Г. м	7	выс.	7	выс.	7	выс.	6	выс.	6	выс.
Я.Я. д	5	выс.	6	выс.	6	выс.	6	выс.	7	выс.
М.Х. д	2	низ.	1	низ.	6	выс.	5	выс.	6	выс.
К.М. м	6	выс.	5	выс.	5	выс.	5	выс.	6	выс.
Г.Е. м	3	ср.	3	ср.	6	выс.	3	ср.	4	ср.

Окончание таблицы 2

Респондент, пол	Вербальная агрессия		Физическая агрессия		Предметная агрессия		Эмоциональная агрессия		Самоагрессия	
	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень	Баллы	Уровень
С.А. м	3	ср.	5	выс.	0	низ.	0	низ.	4	ср.
К.М. м	5	выс.	5	выс.	4	ср.	6	выс.	5	выс.
Ф.М. м	5	выс.	7	выс.	4	ср.	6	выс.	5	выс.

Результаты диагностики агрессивности и адаптивности детей младшего школьного возраста представлены в таблице 3.

Таблица 3

Тест агрессивности (Л.Г. Почебут)

№	Респондент, пол	Баллы	Уровень
1	А.Э. д	15	средний
2	К. Р. д	18	средний
3	К.Н. д	17	средний
4	С.Б. д	14	средний
5	Б.М. м	32	высокий
6	Д.А. д	19	средний
7	Г.А. д	15	средний
8	Ш.Д. д	25	высокий
9	А.Г. м	27	высокий
10	Г.А. м	31	высокий
11	В.Д. д	27	высокий
12	А.Г. м	33	высокий
13	Я.Я. д	30	высокий
14	М.Х. д	20	средний
15	К.М. м	27	высокий
16	Г.Е. м	19	средний
17	С.А. м	12	средний
18	К.М. м	25	высокий
19	Ф.М. м	27	высокий
20	Ш.С. м	26	высокий

Результаты анкеты для педагогов «Критерии агрессивности»
Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко представлены в таблице 4.

Таблица 4

Анкета «Определение уровня агрессивности ребенка» (Г.П. Лаврентьева,
Т.М. Титаренко)

№	Респондент, пол	Баллы	Уровень
1	А.Э. д	7	средний ур. агрессии
2	К. Р. д	8	средний ур. агрессии
3	К.Н. д	6	средний ур. агрессии
4	С. Б. д	5	минимальный ур. агрессии
5	Б.М. м	16	высокий ур. агрессии
6	Д.А. д	9	средний ур. агрессии
7	Г.А. д	7	средний ур. агрессии
8	Ш.Д. д	15	повышенный ур. агрессии
9	А.Г. м	17	высокий ур. агрессии
10	Г.А. м	19	высокий ур. агрессии
11	В.Д. д	16	высокий ур. агрессии
12	А.Г. м	19	высокий ур. агрессии
13	Я.Я. д	16	высокий ур. агрессии
14	М.Х. д	11	повышенный ур. агрессии
15	К.М. м	16	высокий ур. агрессии
16	Г.Е. м	8	средний ур. агрессии
17	С.А. м	6	средний ур. агрессии
18	К.М. м	15	повышенный ур. агрессии
19	Ф.М. м	18	высокий ур. агрессии
20	Ш.С. м	16	высокий ур. агрессии

Повторная диагностика

В таблице 4 представлены результаты диагностики по опроснику «Тест агрессивности» (Л.Г. Почебут) детей младшего школьного возраста.

Таблица 6

Показатели проявления форм агрессивного поведения (тест
агрессивности Л.Г. Почебут)

Рес- пон- дент, пол	Вербальная агрессия		Физическая агрессия		Предметная агрессия		Эмоциональная агрессия		Самоагрессия	
	Баллы	Уро- вень	Баллы	Уро- вень	Баллы	Уро- вень	Баллы	Уро- вень	Баллы	Уро- вень
А.Э. д	1	низ.	1	низ.	4	ср.	3	ср.	5	выс.
К. Р. д	0	низ.	5	выс.	2	низ.	2	низ.	5	выс.
К.Н. д	1	низ.	4	ср.	2	низ.	4	ср.	4	ср.
С. Б. д	2	низ.	3	ср.	2	низ.	2	низ.	5	выс.
Б.М. м	6	выс.	6	выс.	6	выс.	6	выс.	5	выс.
Д.А. д	2	низ.	3	ср.	5	выс.	4	ср.	5	выс.
Г.А. д	2	низ.	2	низ.	3	ср.	2	низ.	4	ср.
Ш.Д. д	3	ср.	3	ср.	4	ср.	3	ср.	5	выс.
А.Г. м	2	низ.	3	ср.	4	ср.	6	выс.	5	выс.
Г.А. м	3	ср.	5	выс.	4	ср.	5	выс.	5	выс.
В.Д. д	3	ср.	3	ср.	4	ср.	4	ср.	4	ср.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
А.Г. м	5	выс.	5	выс.	5	выс.	7	выс.	5	выс.
Я.Я. д	4	ср.	5	выс.	4	ср.	5	выс.	6	выс.
М.Х. д	1	низ.	2	низ.	3	ср.	3	ср.	3	ср.
К.М. м	4	ср.	5	выс.	4	ср.	4	ср.	5	выс.
Г.Е. м	2	низ.	4	ср.	2	низ.	3	ср.	5	выс.
С.А. м	2	низ.	4	ср.	1	низ.	1	низ.	3	ср.
К.М. м	4	ср.	5	выс.	4	ср.	5	выс.	3	ср.

Рес- пон- дент, пол	Вербальная агрессия		Физическая агрессия		Предметная агрессия		Эмоциональная агрессия		Самоагрессия	
	Баллы	Уро- вень	Баллы	Уро- вень	Баллы	Уро- вень	Баллы	Уро- вень	Баллы	Уро- вень
Ф.М. м	4	ср.	5	выс.	3	ср.	4	ср.	4	ср.
Ш.С. м	4	ср.	4	ср.	3	ср.	4	ср.	5	выс.

Результаты диагностики агрессивности и адаптивности детей младшего школьного возраста представлены в таблице 7.

Таблица 7

Тест агрессивности (Л.Г. Почебут)

№	Респондент, пол	Баллы	Уровень
1	А.Э. д	14	средний
2	К. Р. д	14	средний
3	К.Н. д	15	средний
4	С.Б. д	14	средний
5	Б.М. м	28	высокий
6	Д.А. д	18	средний
7	Г.А. д	12	средний
8	Ш.Д. д	19	средний
9	А.Г. м	18	средний
10	Г.А. м	22	средний
11	В.Д. д	20	средний
12	А.Г. м	27	высокий
13	Я.Я. д	24	средний
14	М.Х. д	12	средний
15	К.М. м	22	средний
16	Г.Е. м	16	средний
17	С.А. м	11	средний
18	К.М. м	21	средний
19	Ф.М. м	20	средний
20	Ш.С. м	20	средний

Результаты анкеты для педагогов «Критерии агрессивности» Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко представлены в таблице 8.

Анкета «Определение уровня агрессивности ребенка» (Г.П. Лаврентьева,
Т.М. Титаренко)

№	Респондент, пол	Баллы	Уровень
1	А.Э. д	7	средний ур. агрессии
2	К. Р. д	7	средний ур. агрессии
3	К.Н. д	6	средний ур. агрессии
4	С. Б. д	4	минимальный ур. агрессии
5	Б.М. м	12	повышенный ур. агрессии
6	Д.А. д	9	средний ур. агрессии
7	Г.А. д	7	средний ур. агрессии
8	Ш.Д. д	10	средний ур. агрессии
9	А.Г. м	15	повышенный ур. агрессии
10	Г.А. м	16	высокий ур. агрессии
11	В.Д. д	11	повышенный ур. агрессии
12	А.Г. м	16	высокий ур. агрессии
13	Я.Я. д	12	повышенный ур. агрессии
14	М.Х. д	9	средний ур. агрессии
15	К.М. м	14	повышенный ур. агрессии
16	Г.Е. м	6	средний ур. агрессии
17	С.А. м	6	средний ур. агрессии
18	К.М. м	10	средний ур. агрессии
19	Ф.М. м	15	повышенный ур. агрессии
20	Ш.С. м	10	средний ур. агрессии

Комплекс игровых занятий

Цель занятий: снижение агрессии детей младшего школьного возраста.

Задачи:

1. Расслабление и снятие эмоционального напряжения.
2. Формирование навыков приемлемого выражения гнева (работа с гневом);
3. Формирование навыков распознавания и контроля, умений владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева;
4. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию;

Количество участников: 20 человек.

Возраст участников: 8–9 лет.

Продолжительность занятия: 45 мин.

Структура занятия:

1. Знакомство;
2. Разогрев;
3. Основная часть;
4. Завершение.

Игровое занятие 1.

«Приветствие»

Цель: разминка, взаимное приветствие, отработка невербальной коммуникации.

Время: 5-6 минут.

Ход упражнения: участники становятся в круг.

Инструкция: «Сегодняшний день мы начнем с того, что поздороваемся друг с другом и сделаем это так: будем подходить друг к другу и здороваться. При этом каждый из вас использует свой способ приветствия, который должен быть невербальным (жесты, прикосновения, танец и др.). Со

следующим человеком надо поздороваться тем способом, который использовал, здороваясь с вами, ваш предыдущий партнер. Если в какой-либо из пар „встретятся" два одинаковых приветствия, то следующих своих партнеров эти два человека должны приветствовать новым способом».

Вопросы для обсуждения: «Как вы себя чувствуете?», «Какое из приветствий вам особенно запомнилось (понравилось) и почему?».

«Драка»

Цель: расслабление мышцы нижней части лица и кистей рук.

Время: 5-6 минут.

Ход упражнения: участники становятся в круг.

Инструкция: «Ребята, представьте, что вы поссорились с другом и вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко сожмите челюсти, пальцы рук зафиксируйте в кулачек, сильно вдавите пальцы в ладони. Задержите дыхание на несколько секунд и задумайтесь: а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади!».

Вопросы для обсуждения: «Как вы себя чувствуете?», «Осталась ли у вас злость после того как проделали упражнение?».

«Обзывалки»

Цель: снятие вербальной агрессии, формирование навыков приемлемого выражения вербальной агрессии.

Время: 15 минут.

Ход упражнения: участники становятся в круг.

Инструкция: «Ребята, сейчас мы будем передавать мяч по кругу и называть при этом друг друга разными необидными и словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, героев, мебели и др.). Каждое обращение должно начинаться со слов: "А ты... (например) книжка!" Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга мы не будем. Когда мы пройдем один круг, и мячик побывает у каждого из вас, мы продолжим

передавать мяч, но будем говорить своему соседу что-нибудь приятное, например: "А ты... солнышко!"».

Примечание: Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

Вопросы для обсуждения: «Как вы себя чувствуете?», «Трудно ли было говорить соседу обзывалки?», «Легче говорить человеку, что-то приятное или обзывалки?»

«Насос и мяч»

Цель: расслабление мышц всего тела, развитие умений работать в паре.

Время: 10 минут.

Ход упражнения: участники разбиваются на пары.

Инструкция: «Ребята, сейчас один из вас будет — большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком "с". С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук "с", он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго "с" выпрямилось туловище, после третьего — у мяча поднимается голова, после четвертого — надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса и из мяча с силой выходит воздух со звуком "ш". Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение». Затем поменяйтесь ролями».

Вопросы для обсуждения: «Как вы себя чувствуете?», «В какой роли «мячика» и «насоса» вам больше понравилось быть?».

«Аплодисменты»

Цель: поднятие настроения, получение невербальной обратной связи друг от друга.

Время: 1 минута.

Ход упражнения: участники встают в круг.

Инструкция: «Наше занятие подошло к концу. Вы большие молодцы, хорошо поработали сегодня. Теперь поблагодарим друг друга и громко похлопаем!».

Игровое занятие 2.

«Здравствуйте»

Цель: разминка, взаимное приветствие.

Время: 5-6 минут.

Ход упражнения: участники образуют полукруг.

Инструкция: «Сейчас каждый по очереди будет выходить в центр, поворачиваться лицом к группе и здороваться со всеми любым способом, не повторяя использованные ранее. Мы же вместе будем повторять каждое предложенное приветствие».

Вопросы для обсуждения: «Как вы себя чувствуете?», «Какое из приветствий вам особенно запомнилось (понравилось) и почему?».

«Два барана»

Цель: снятие невербальной агрессии, эмоционального и мышечного напряжения; создание условий для ребенка для выражения агрессии «легальным образом».

Время: 5-6 минут.

Ход упражнения: психолог разбивает обучающихся по парам.

Инструкция: «Ребята, сейчас вы встаете друг на против друга, широко расставив ноги, склонив вперед туловище и упираетесь ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издавать звуки «Бе-е-е» Итак, рано-рано два барана повстречались на мосту, начали!».

Примечание: Необходимо соблюдать «технику безопасности», внимательно следить, чтобы никто не ударился.

Вопросы для обсуждения: «Как вы себя чувствуете?», «Сложно ли было противостоять друг другу?».

«Тух-Тиб-Дух»

Цель: снятие негативных эмоций, восстановление сил, поднятие настроения.

Время: 10 минут.

Ход упражнения:

Инструкция: «Я сообщу вам по секрету особое слово. Это слово помогает избавиться от плохого настроения, обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: "Тух-тиби-дух". После продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это особенное слово. Очень важно говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами».

Примечание: В этой игре заложен комичный парадокс. Хотя ребята должны произносить слово «Тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

Вопросы для обсуждения: «Как вы себя чувствуете?», «Помогло ли вам особенное слово поднять настроение?».

«Попроси игрушку»

Цель: формирование эффективных способов общения.

Время: 15 минут.

Ход упражнения: психолог разбивает обучающихся по парам, один из участников пары (участник 1) берет в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет.

Инструкция: «Участнику 1: ты будешь держать в руках игрушку, которая очень дорога тебе, но она нужна и твоему другу. Он будет у тебя ее просить, а ты постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если ты действительно захочешь этого. Участнику 2: Подбери нужные слова и постарайся попросить игрушку так, чтобы друг поделился с тобой.». Затем участники 1 и 2 меняются.

Примечание: Можно использовать второй вариант данного упражнения. Оно выполняется аналогично предыдущему, но с использованием только невербальных средств общения (мимики, жестов, дистанции и т. д.).

Вопросы для обсуждения: «Что вы чувствуете?», «В какой роли было находиться сложнее?». Все те эффективные приемы, которые вы показали сейчас можно и нужно использовать в жизни, когда вам что-то нужно попросить игрушку, карандаш, помощь и др.

«Аплодисменты»

Цель: поднятие настроения, получение невербальной обратной связи друг от друга.

Время: 1 минута.

Ход упражнения: участники встают в круг.

Инструкция: «Наше занятие подошло к концу. Вы большие молодцы, хорошо поработали сегодня. Теперь поблагодарим друг друга и громко похлопаем!».

Игровое занятие 3.

«Пожелания на день».

Цель: разминка, взаимное приветствие, поднятие настроения.

Время: 8-10 минут.

Ход упражнения: все участники садятся в круг.

Инструкция: «Давайте начнем сегодняшний день с того, что выскажем друг другу пожелания на день, и сделаем это так. Первый участник встанет, подойдет к любому, поздоровается с ним, и выскажет ему пожелание на

сегодняшний день. Тот, к кому подошел первый участник, в свою очередь, подойдет к следующему и так далее до тех пор, пока каждый из нас не получит пожелание на день».

Вопросы для обсуждения: «Что вы чувствуете?», «Приятно ли было вам получать пожелания на день?».

«Стаканчик для криков».

Цель: формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме, снижение эмоционального напряжения.

Время: 5-8 минут.

Оборудование: стаканчики.

Ход упражнения: все участники садятся в круг.

Инструкция: «Ребята, вспомните ситуацию, когда вы испытывали возмущение, злость, недовольство, попробуйте почувствовать эти эмоции. Я дам вам стаканчики и вы попытаетесь выпустить всю вашу злость с помощью крика в этот стаканчик. Вы можете кричать и визжать в него очень сильно пока не почувствуете спокойствие. Когда вы отпустите стаканчики, то будите разговаривать с окружающими спокойным голосом, после чего обсудим упражнение».

Вопросы для обсуждения: «Что вы чувствовали, когда кричали в стаканчик?», «Что вы чувствуете сейчас?». Этот стаканчик вы можете забрать с собой, и если вас что-то разозлит, вы можете повторить это упражнение, чтобы справиться с плохими эмоциями, но только не на уроке!

«Толкалки».

Цель: формирование навыков самоконтроля своих движений.

Время: 10 минут.

Ход упражнения: участники делятся на пары.

Инструкция: «Ребята, встаньте на расстояние вытянутой руки друг от друга. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями о ладони своего партнера. По моему сигналу начните толкать своего напарника, стараясь сдвинуть его с места. Если он сдвинет вас с места, вернитесь в

исходное положение. Отставьте одну ногу назад, и вы почувствуете себя более устойчиво. Тот, кто устанет, может сказать: «Стоп».

Примечание: Время от времени можно вводить новые варианты игры: толкаться, скрестив руки; толкать партнера только левой рукой; толкаться спиной к спине. Необходимо соблюдать «технику безопасности», внимательно следить, чтобы никто не ударился и не упал.

Вопросы для обсуждения: «Что вы чувствуете?», «Сложно ли было удержаться на месте?», «Сейчас, вы чувствуете расслабление в теле?».

«Глаза в глаза».

Цель: формирование невербальных коммуникативных навыков общения, развитие чувства эмпатии, формирование умения распознавать чужие эмоции.

Время: 10 минут.

Ход упражнения: психолог делит обучающихся по парам.

Инструкция: «Ребята, возьмитесь за руки со своим партнером. Смотрите друг другу только в глаза и, чувствуя руки, попробуйте молча передавать (показать) разные состояния: «мне грустно», «мне весело, давай играть», «я злой», «не хочу ни с кем разговаривать», «мне больно» и т. д.».

Вопросы для обсуждения: «Какие состояния передавались лучше?», «Какие состояние было отгадать легче, а какие сложнее?».

«Аплодисменты»

Цель: поднятие настроения, получение невербальной обратной связи друг от друга.

Время: 1 минута.

Ход упражнения: участники встают в круг.

Инструкция: «Наше занятие подошло к концу. Вы большие молодцы, хорошо поработали сегодня. Теперь поблагодарим друг друга и громко похлопаем!».

Игровое занятие 4.

«Приветствие»

Цель: разминка, взаимное приветствие, отработка невербальной коммуникации.

Время: 5-6 минут.

Ход упражнения: участники становятся в круг.

Инструкция: «Сегодняшний день мы начнем с того, что поздороваемся друг с другом и сделаем это так: будем подходить друг к другу и здороваться. При этом каждый из вас использует свой способ приветствия, который должен быть невербальным (жесты, прикосновения, танец и др.). Со следующим человеком надо поздороваться тем способом, который использовал, здороваясь с вами, ваш предыдущий партнер. Если в какой-либо из пар встретятся два одинаковых приветствия, то следующих своих партнеров эти два человека должны приветствовать новым способом».

Вопросы для обсуждения: «Как вы себя чувствуете?», «Какое из приветствий вам особенно запомнилось (понравилось) и почему?».

«Доброе животное»

Цель: сплочение детского коллектива, формирование умений понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Время: 6-8 минут.

Ход упражнения: участники становятся в круг.

Инструкция: «Ребята, пожалуйста, возьмитесь за руки. Давайте представим, что мы — одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох — делаем шаг вперед, на выдох — шаг назад. А теперь на вдох делаем два шага вперед, на выдох — два шага назад. Вдох — два шага вперед. Выдох — два шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т. д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

Вопросы для обсуждения: «Как вы себя чувствуете?», «Как вы считаете, у нас получилось стать одним целым?».

«Камушек в ботинке»

Цель: снижение эмоционального напряжения, формирование у обучающегося умения вербализовать свое состояние и сообщать о нем окружающим.

Время: 20 - 25 минут.

Ход упражнения: участники садятся в круг.

Инструкция: **I этап** (подготовительный). Психолог спрашивает: «Ребята, случалось ли, что вам в ботинок попадал камушек?» Обычно дети очень активно отвечают на вопрос, так как практически каждый ребенок 9-11 лет имеет подобный жизненный опыт. По кругу все делятся своими впечатлениями о том, как это происходило. Как правило, ответы сводятся к следующему: «Сначала камушек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть его, найти удобное положение для ноги, но постепенно нарастает боль и неудобство, может даже появиться ранка или мозоль. И тогда, даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок и вытряхивать камушек». Далее воспитатель спрашивает детей: «Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а, придя домой, просто снимали ботинки?» Ребята отвечают, что и такое уже бывало у многих. Тогда в освободившейся от ботинка ноге боль стихала, происшествие забывалось. Но наутро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Так маленькая проблема становится большой неприятностью.

II этап. Психолог говорит обучающимся: «Когда мы сердимся, чем-то взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас снова появится дискомфорт и может появиться мозоль. Поэтому всем людям — и взрослым, и детям — полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят. Давайте договоримся: если кто-то из вас скажет: «У меня камушек в ботинке», мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом. Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то

неудовольствия, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете, скажите нам, например: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег ломает мои постройки из кубиков». Расскажите, что вам еще не нравится. Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: «У меня нет камушка в ботинке».

Дети по кругу рассказывают, что же мешает им в данный момент, описывают свои ощущения. Отдельные «камушки», о которых дети будут говорить, полезно обсудить в кругу. В этом случае каждый участник игры предлагает сверстнику, попавшему в затруднительную ситуацию, способ, при помощи которого можно избавиться от «камушка».

Вопросы для обсуждения: «Трудно ли было рассказать о своих трудностях и переживаниях группе?», «Какое у вас сейчас настроение и почему?».

«Аплодисменты»

Цель: поднятие настроения, получение невербальной обратной связи друг от друга.

Время: 1 минута.

Ход упражнения: участники встают в круг.

Инструкция: «Наше занятие подошло к концу. Вы большие молодцы, хорошо поработали сегодня. Теперь поблагодарим друг друга и громко похлопаем!».

Литература:

1. Лютова Е. К., Моница Г. Б. Шпаргалка для родителей: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. СПб.: Издательство «Речь», 2007. 136 с.

2. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. Т. 3. М.: Генезис, 1998. 160 с.