

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.
Астафьева»

(КГПУ им. В. П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий

Кафедра специальной психологии

Шатова Алена Сергеевна

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ
АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С
ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

Направление подготовки: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

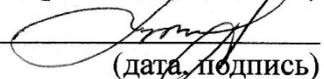
Психолого-педагогическая коррекция нарушения развития детей

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

и.о. заведующего кафедрой

канд. пед. наук, доцент Е.А. Черенева

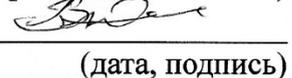
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

_____ 
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

канд. психол. наук, доцент Н.Ю.Верхотурова

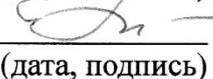
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

_____ 
(дата, подпись)

Научный руководитель

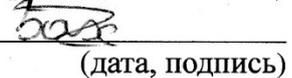
канд. психол. наук, доцент Н.Г. Иванова

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

_____ 
(дата, подпись)

Обучающийся А.С. Шатова

(фамилия, инициалы)

_____ 
(дата, подпись)

Красноярск, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
Глава 1. Анализ литературы по проблеме исследования.....	10
1.1 Изучение агрессии и агрессивного поведения в специальной психолого-педагогической литературе	10
1.2 Психолого-педагогическая характеристика эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.....	17
1.3 Становление агрессивного поведения в детском возрасте	22
Выводы по первой главе	28
Глава 2. Эмпирическое исследование агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития	30
2.1 Организация, методы и методика исследования	30
2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования.....	34
Выводы по второй главе	42
Глава 3. Реализация программы профилактики агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития..	45
3.1 Теоретические основы формирующего эксперимента.....	45
3.2 Содержание программы психологической коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития	47
3.3 Контрольный эксперимент и его анализ	55
Выводы по третьей главе	63
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	65
БИБЛИОГРАФИЯ.....	68
Приложение	76

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Изучая актуальную отечественную и зарубежную литературу всё чаще упоминаются термины «детская агрессия», «агрессивность» и так далее. Исходя из этого возникает вывод о том, что проблема детской агрессии является едва ли не самой популярной проблемой в мировой психологии.

Проявление агрессии среди детей в образовательных учреждениях современного общества представляет собой новый вызов для российской школы, правоохранительной системы и системы социальной поддержки в Российской Федерации. За последнее десятилетие во всем мире наблюдается рост насильственных действий, совершенных несовершеннолетними, которые связаны с особой жестокостью. Такие общественно опасные проявления, обычно ассоциирующиеся с понятиями агрессии и агрессивности, вызывают серьезную озабоченность. Актуальность и значимость этой проблемы определяется также тем фактом, что в практике учителей и психологов образовательных учреждений агрессивное поведение школьников является одной из наиболее распространенных и серьезных проблем, которая имеет многочисленные и разнообразные проявления: враждебность к одноклассникам, конфронтация с родителями, участие в неформальных группах и т.д.

Проблема агрессии широко распространены и влияет на межличностные отношения, межгрупповые взаимодействия и общество в целом. Поэтому важно лучше понять человеческую агрессию путем проведения более глубоких исследований.

Термин «агрессия» произошел от латинского «*agressio*», что означает «насилие», «нападение».

Особенно актуален вопрос детской агрессии младших школьников с задержкой психического развития (далее ЗПР). Для младшего школьника с

ЗПР могут быть свойственны следующие негативные проявления: враждебность, злость, резкие реакции на мелкие замечания, физическая агрессия и так далее. В любой форме агрессия представляет собой опасность не только для окружающих, но и для самого ребенка. Педагогу, родителю и школьнику необходимо знать больше об особенностях проявления детской агрессии. Также необходимо понимать истинную причину происхождения агрессии у ребенка.

Вопросом детской агрессии младших школьников с ЗПР занимаются множество отечественных и зарубежных психологов и педагогов (М.С. Певзнер, Л.С. Выготский, И.П. Подласый, А. Бандура, З. Фрейд и другие). На текущий момент имеется достаточное количество теоретических и практических работ, доказывающих рост и развитие детской агрессивности младших школьников с ЗПР.

Многочисленные исследования и наблюдения ученых говорят о том, что агрессивность, сложившаяся еще в детстве, остается устойчивой чертой и во взрослом возрасте, и сохраняется на протяжении всей жизни.

Исходя из вышесказанного можно сделать вывод, что проблема профилактики детской агрессии младших школьников с ЗПР остается актуальной и по текущий день.

Проблема исследования: вопрос изучения проблемы агрессивного поведения младших школьников с ЗПР является достаточно острым на текущий момент. Агрессивное поведение у данной категории детей изучено недостаточно, что является большой психолого-педагогической проблемой. Агрессивное поведение является общей проблемой и для педагогов, и для родителей и для самого ребенка. На фоне роста агрессивности у ребенка появляются межличностные проблемы, сложности коммуникации между сверстниками и взрослыми. Исходя из этого, можно сказать о том, что данная проблема требует серьезного теоретического осмысления и практических разработок в этой области знаний.

Цель исследования: опытно-экспериментальным путем проверить эффективность психологической программы профилактики агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

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

Предмет исследования: психологическая программа профилактики агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

Задачи исследования:

1. Провести анализ современной литературы отечественных и зарубежных психологов по проблеме исследования.
2. Выявить особенности агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.
3. Разработать и апробировать программу психологической профилактики агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития, проверить ее эффективность.

Гипотеза исследования: младшие школьники с задержкой психического развития имеют повышенный уровень агрессии. Использование разработанной нами программы профилактики агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития позволит предупредить негативные формы поведения.

Методологические основы исследования: теоретические работы о становлении и формах проявления детской агрессии младших школьников с ЗПР (Т.А. Власова, Ю.А. Королева, Л.С. Выготский, И.А. Фурманов, Е.П. Ильин, Т.Г. Румянцева, Е.О. Смирнова, Л. Берковиц, Т.А. Воскресенская, М.С. Певзнер).

Методы исследования были определены в соответствии с целью, гипотезой и задачами работы. Теоретический (анализ общей и специальной

психолого-педагогической литературы); эмпирический (основу которого составили психодиагностические методы тестирования, наблюдение, беседа и проективные техники); количественный и качественный анализ полученных данных.

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

1. Опросник «Узнай себя» И.П. Подласый [48].
2. Опросник «Как ты поступишь?» Е.В. Гребенкин [51].
3. Проективная методика «Кактус» М.А. Панфилова [46].

База исследования: Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Красноярская школа № 7». Выборку исследования составили дети 4 класса в количестве 18 человек.

При комплектовании выборки испытуемых нами были учтены следующие критерии:

- Схожесть показателей возраста. Возраст испытуемых 10 – 11 лет.
- Схожесть клинической картины нарушения. Все дети с диагнозом «задержка психического развития» (по заключениям ПМПК).

Этапы реализации исследования: исследование проходило в несколько этапов.

Первый этап (сентябрь 2021 года). На данном этапе был осуществлен анализ научной литературы по проблеме исследования отечественных и зарубежных психологов. Обоснование текущего состояния проблемы исследования. Определение цели, гипотеза исследования, выбор методов диагностики и профилактики.

Второй этап (октябрь – ноябрь 2021 года). Подбор диагностического инструментария. Проведение констатирующего эксперимента в контрольной и экспериментальной группе. Качественный и количественный анализ испытуемых по выявлению уровня агрессивности и особенностей агрессивного поведения младших школьников с ЗПР.

Третий этап (декабрь 2021 года – март 2022 года). Разработка и апробация программы профилактики агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с ЗПР.

Четвертый этап (апрель – май 2022 года). Сравнительный количественный и качественный анализ полученных результатов исследования. Определение эффективности реализации программы профилактики агрессивного поведения детей младшего школьного возраста задержкой психического развития.

Пятый этап (июнь – сентябрь 2022 года). Формулирование выводов по проделанной работе. Оформление текста магистерской работы.

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

Практическая значимость: разработанная нами программа психологической профилактики агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития позволяет предупредить агрессию и агрессивное поведение у детей данной категории испытуемых. Программа профилактики поможет педагогам и психологам в работе с детьми группы риска.

Полученные результаты и их новизна: данные результатов исследования констатирующего эксперимента свидетельствуют нам о том, что дети младшего школьного с задержкой психического развития имеют повышенный уровень агрессивности. Разработанная нами программа позволяет провести профилактику агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития, что позволяет предупредить

появление негативных форм поведения у данной категории детей, о чем свидетельствуют результаты апробации программы.

Сведения об апробации результатов исследования: работа апробирована на:

1. А.С. Шатова. Изучение факторов, детерминирующих проявление агрессивных форм поведения в младшем школьном возрасте. Психология особых состояний: от теории к практике: материалы IV Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов и аспирантов. Красноярск, 15 апреля 2021 г. [Электронный ресурс] /отв. ред. Н.А. Лисова; ред. кол. Электрон. дан. / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2021. Стр. 62–64.
2. А.С. Шатова. Изучение особенностей агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития. Психология и современный мир. Вып. 14. Субъект жизнедеятельности в современном обществе [Электронный ресурс]. Материалы Всерос. науч. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых (Архангельск, 22 апреля 2021 г.) / Сев. (Аркт.) федер. ун-т им. М. В. Ломоносова; [сост. и отв. ред. Е. В. Казакова]. Электронные текстовые данные. Архангельск: САФУ, 2021. Стр. 63–66.
3. А.С. Шатова. Исследование агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития. Психология особых состояний: от теории к практике: материалы V Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов и аспирантов. Красноярск, 25 апреля 2022 г. [Электронный ресурс] / отв. ред. Н.А. Лисова; ред. кол. Электрон. дан. / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2022. Стр. 59–62.
4. Шатова А.С. Эмпирическое исследование агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития: сборник трудов конференции. / А.С. Шатова, Н.Г. Иванова // Социокультурные и психологические проблемы современной семьи: актуальные вопросы

сопровождения и поддержки : материалы VIII Междунар. науч.-практ. конф. (Тула, 15 нояб. 2022 г.) / редкол.: Н.А. Степанова [и др.] – Чебоксары: ИД «Среда», 2022 (в печати).

Структура работы: магистерская диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы в количестве 86 источников, включая 6 зарубежных источников, приложения. Работа проиллюстрирована 12 рисунками и 12 гистограммами. Общий объем составляет 118 страниц.

ГЛАВА 1. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

1.1 Изучение агрессии и агрессивного поведения в специальной психолого-педагогической литературе

Современный мир вступил в период стремительных перемен, которые, в первую очередь, повлияли на психологическое состояние подрастающего поколения. Агрессивное поведение младших школьников является актуальной проблемой современного общества. Рост агрессии обусловлен сложной системой факторов, таких как ухудшение социально-экономических условий жизни, кризис семьи как механизма воспитания, недостаточное внимание со стороны школы к психоэмоциональному состоянию ребенка, рост детских соматических заболеваний и пограничные расстройства.

Свобода, пропагандируемая в современном обществе, привела к отсутствию контроля за поведением детей. Взрослые теряют свой авторитет в глазах детей, когда демонстрируют агрессивные модели поведения. Насилие, конкуренция, борьба за социальные статусы и материальное благополучие, эгоизм демонстрируются детям в современном обществе.

Агрессивное поведение индивидов в обществе определяется воздействием ситуации, в которой они оказываются, а также качествами, эмоциями и склонностями, которые они проявляют в этой ситуации.

Задержка психического развития и другие формы интеллектуальных нарушений могут приводить к формированию не всегда правильных и адекватных отклонений в поведении. Наиболее часто среди таких форм встречается агрессия.

В психологическом словаре термин «агрессия» означает деструктивное поведение, которое противоречит правилам, нормам поведения в обществе. Агрессия может быть направлена на причинение физического вреда окружающим либо самому агрессору [32].

С психологической точки зрения агрессия – это проблема во взаимодействии между индивидами и группами, возникающая в результате совместного влияния личностных характеристик действующих лиц и ситуационных и социальных условий, в которых происходит их поведение.

Определения человеческой агрессии обычно подразумевают намерение причинить вред другим. Агрессия – это передача вызывающего отвращение стимула от одного человека другому с намерением причинить вред и с ожиданием причинения такого вреда, когда другой человек мотивирован убежать или избежать стимула [8]. Однако существуют различные виды агрессивного поведения, и, следовательно, единого определения агрессии может и не быть. Действительно, агрессивное поведение имеет различные проявления (например, прямая и косвенная форма агрессии) и мотивацию (например, функции) [49]. Прямые формы агрессии включают вербальную агрессию, физическую агрессию против других, физическую агрессию против собственности или объектов и физическую агрессию против себя, однако вербальная агрессия может происходить с физическим нападением на других или без него [58].

Физическая агрессия – это поведение, которое включает в себя физические действия, направленные на причинение вреда, такие как удары и так далее.

Вербальная агрессия использует вербальное поведение для причинения вреда целевому лицу, например, крик, обзывательство и распространение слухов, ложь – в основном любое поведение, направленное на то, чтобы нанести вред межличностным отношениям объекта.

Однако косвенная агрессия – это акт без какого-либо физического нападения, но причинение вреда другим с помощью различных видов социального посредничества, таких как сплетни, угрозы и социальная изоляция с целью нанести ущерб отношениям со сверстниками или социальному статусу жертвы [58].

Менее хорошо изученная форма агрессии называется пассивной агрессией. Пассивная агрессия включает в себя преднамеренное поведение таким образом, чтобы причинить вред целевому лицу, например, не приглашать человека на общественное мероприятие или игнорировать человека в социальном контексте, который обычно требует приятного социального взаимодействия [58].

Одна из основных областей исследования в области агрессии основана на функциях агрессивного поведения в контексте отношений со сверстниками. Психологи различают агрессивное поведение, проявляемое для достижения целенаправленной цели (т.е. проактивная агрессия), и поведение, проявляемое в ответ на воспринимаемую угрозу и мотивированное враждебностью или гневом. В младшем школьном возрасте агрессивное поведение часто может быть классифицировано как проактивное по своей природе (например, стремление получить игрушку или предмет, а реактивная агрессия может быть менее распространенной).

Концепция реактивной агрессии, в свою очередь, имеет свою теоретическую основу в моделях агрессии-фрустрации, где агрессия рассматривается с точки зрения защитных и гневных реакций на предполагаемую провокацию. Согласно Берковицу, идея реактивной агрессии может быть объяснена теорией фрустрации гнева. С этой точки зрения, реактивная агрессия относится к акту, который вызван провокацией (например, нападением или оскорблением), и она может проявляться как в самозащите, так и в гневных действиях. Реактивная агрессия (также известная как враждебная, аффективная, сердитая, импульсивная и ответная агрессия) считается эмоционально «горячей»,

С другой стороны, проактивная агрессия (также известная как запланированная, продуманная или инструментальная агрессия) обычно является преднамеренной, вдумчивой, неэмоциональной и в первую очередь мотивируется целью, отличной от причинения вреда. Вред, хотя и

преднамеренный, является только средством достижения инструментальной цели [10].

Концепция проактивной агрессии уходит своими корнями в теорию социального обучения. Теория социального научения подчеркивает, что развитие агрессивного поведения происходит как через непосредственный опыт, так и через обучение по наблюдению. Например, дети, которые видят, что кого-то вознаграждают за агрессивные действия, особенно склонны сами вести себя агрессивно. Когда происходит социальное обучение, индивиды не просто имитируют то, что они видят, – они создают когнитивные выводы о наблюдаемом, которые могут привести к изменениям в убеждениях и ожиданиях, определяющих будущее социальное поведение. Теория социального обучения хорошо подходит для объяснения приобретения и проявления агрессивного поведения и использования упреждающей агрессии [4].

Во-первых, агрессия – это наблюдаемое поведение. Мысли о том, чтобы причинить кому-то вред или испытывать гнев, не являются агрессией – агрессия требует действий. Во-вторых, агрессивное поведение должно быть направлено на причинение вреда. Случайное столкновение с кем-то не считается агрессией, потому что в ней отсутствует преднамеренность, независимо от того, какой вред причиняется [81].

В целом, агрессию можно объяснить в трех аспектах: вредные последствия, намерение причинить вред и желание избежать вредного стимула со стороны жертвы.

А. Басс и А. Дарки выделяют 2 формы агрессии: физическая (прямое воздействие агрессора на человека или предмет) и вербальная (выражается в негативных чувствах со стороны агрессора [15].

Г.Э. Бреслав отмечает, что данную квалификацию можно дополнить тем, что человек может проявлять одновременно не только один вид

агрессии. Физическая и вербальная агрессия меняются и могут переходить друг в друга.

По направленности можно выделить следующие виды:

– аутоагрессия (направлена на себя, например, саморазрушающие мысли и поведение).

– гетероагрессия (направлена на окружающих людей или предметы) [9].

Говорят о проблеме агрессии и агрессивного поведения важно понимать и их формы проявления. Эрих Фромм в своих работах выделял следующие формы: реактивная, игровая форма, злокачественная и личностные особенности и качества индивида [71].

Под реактивной формой Э. Фромм подразумевает защиту свободы и жизни (зависть, ревность, состояние фрустрации).

Игровая форма проявления – демонстрация своих умений не в целях разрушения. Данная форма не подразумевает под собой деструктивное поведение и ненависть.

Злокачественная (компенсаторная) агрессия проявляется как раз в деструктивности, насилии (садизм, насилие).

Личностные особенности и качества, способствующие развитию и становлению агрессивных форм поведения (восприимчивость, ранимость, импульсивность) [71].

Если рассматривать аспект возникновения агрессии в поведении ребенка, то мнения авторов не сходятся на одной причине. Причины разнообразны. Часто получается, что агрессия является адекватной ситуативной реакцией ребенка в период адаптации к новым условиям жизни. Агрессия может трактоваться как стремление к изучению окружающего мира.

Исследования отечественных (Г.М. Бреслав, В.В. Лебединский) и зарубежных ученых (Р. Бэрон, К. Бютнер) говорят нам о том, что агрессивные проявления можно увидеть у ребенка с раннего возраста.

«Природный агрессивный потенциал» не исчезает с взрослением – в большинстве случаев социализация помогает сгладить агрессивные проявления и импульсы, так как этого требует общество.

Некоторые индивидуумы являются исключением и агрессивность становится устойчивой чертой личности. Они проявляют агрессию более тонко, через скрытые принуждения к негативным действиям, вандализм, словесные оскорбления и так далее. Другие же проявляют свою агрессию через физические действия [14].

Если говорить о социализации агрессии, то на этот процесс оказывает влияние сразу несколько факторов. Один из них – взаимоотношение между членами семьи – отношение между родителями, стиль воспитания, формы наказания и так далее. Анализ работ В.Г. Лебединского и Г.М. Бреслава доказывает, что в семьях агрессивных детей была выявлена распространённость применения насилия, негативизма со стороны взрослого [9, 36].

Второй фактор – подкрепление и одобрение агрессивного поведения со стороны окружающих людей.

Возможно, одной из самых важных причин детской агрессии является межличностная провокация. Провокации включают в себя оскорбления, пренебрежение, другие формы вербальной агрессии, физическая агрессия, вмешательство чьи-либо попытки достичь важной цели и так далее.

Ребенок приобретает агрессивные реакции таким же образом, как приобретает другие сложные формы социального поведения — либо путем непосредственного опыта, либо путем наблюдения за другими людьми.

Также было выявлено, что на становление агрессии оказывают непосредственное влияние не только особенности развития человека в онтогенезе и социализации, но и ситуативные факторы. К ряду ситуативных факторов можно отнести следующие:

1. Намеренность агрессии. У ученых существует мнение, что для возникновения агрессии у человека достаточно только лишь знания о том, что другой человек может иметь враждебные намерения даже без непосредственных враждебных действий. В таких ситуациях стимулом является гнев, как эмоциональная реакция.

2. Восприятие агрессии. Распространение сюжетов жестокости и насилия в кинофильмах, некоторой литературе, компьютерных играх вызывают высокую вероятность повышения агрессии у школьников. Данный вопрос уже достаточно давно обсуждается сотрудниками сферы образования. Экспериментальным путем было доказано, что зрители с повышенным уровнем агрессии больше интересуются подобными материалами насилия и жестокости.

3. Желание отомстить. Зачастую в детском возрасте агрессия может возникнуть как ответная реакция на негативную ситуацию, например, на неправильное поведение общества. Эта реакция может трактоваться как акт возмездия кому-либо. Причинение страданий обидчику (физическое, вербальное) или наблюдение его страданий вызывают у ребенка гнев и удовлетворяют потребность в агрессии [59].

В современном обществе агрессия имеет нестандартные функции. Например, агрессия может являться средством достижения какой-либо цели. Или же зачастую происходит так, что агрессия является вариантом замещения «запрещенной» потребности или переключения деятельности. Для некоторых людей агрессия является способом самореализации, удовлетворения потребностей или же защитным поведением.

В целом, они отрицательно сказываются на развитии личности и межличностных отношениях окружающих и требуют своевременной коррекции.

Подводя итоги можно сделать вывод о том, что вопрос детской агрессивности остается важной проблемой в современном мире. Многие

ученые делают в своих работах упор на важность изучения детской агрессии, так как агрессия является «злом» современного общества. Также важно отметить, что на данный момент нет единой теории происхождения детской агрессии, классификации агрессии, понятия термина «агрессия» и так далее. Вопрос важности изучения проблемы детской агрессии остается открытым.

1.2 Психолого-педагогическая характеристика эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития

Немалую часть детей с трудностями в развитии и обучении составляют дети с диагнозом «Задержка психического развития» (ЗПР). Это достаточно многочисленная группа, составляет примерно половину от числа неуспевающих младших школьников.

Формирование эмоциональной сферы детей с ЗПР появилось в центре научных исследований относительно недавно. Анализ теоретических и экспериментальных исследований показывает, что эмоциональное развитие школьников с ЗПР рассматривается в числе наиболее актуальных проблем коррекционной педагогики и специальной психологии. Это связано как с недостаточной разработанностью теоретических аспектов данной проблемы, так и с потребностями коррекционно-педагогической практики. Эмоциональная сфера является одной из основных регуляторных систем, обеспечивающих активные формы жизнедеятельности организма.

Задержка психического развития всегда влияет на общее функционирование ребенка. Это, несомненно, ограничит его академический прогресс и практически все другие области повседневной жизни, как мы знаем. Помимо его образовательных сложностей, последствия диагноза «задержка психического развития» проявляется в когнитивном развитии ребенка, в решении практических задач повседневной жизни и в социальном или межличностном поведении индивида. Именно это сочетание адаптивных

трудностей приводит к меньшему уровню личной независимости и различной степени зависимости от других в плане поддержки в повседневной жизни. Задержка психического развития также характеризуется как общее нарушение личной компетентности.

В период младшей школы важную роль играет развитие эмоциональной сферы ребенка. Обычно в школе родителям даются конкретные психолого-педагогические рекомендации относительно развития эмоциональной сферы ребенка.

Когда мы говорим об эмоциях, мы имеем в виду сложный набор форм поведения, которые возникают вокруг столь же сложного набора ситуаций или событий-стимулов. Наблюдение определенных особенностей этих событий можно назвать эмоциональным. Поскольку эмоциональные события являются неотъемлемой частью всей человеческой деятельности, определение эмоций, независимое от других аспектов человеческого поведения, таких как познание, не всегда доступно. Хотя некоторые когнитивные события могут вызывать эмоциональные состояния. Ни одно эмоциональное переживание не обходится без некоторой когнитивной обработки.

В обсуждении развития Льюис перечислил пять различных типов агрессии. В примерах этих типов термин «агрессия», по-видимому, лучше всего описывает эмоциональный компонент реакции ребенка, хотя можно использовать и альтернативные термины, такие как «враждебность». Какой бы ни был ярлык, все подразумевают, что ребенок проявляет уникальный, но специфический набор форм поведения, из которых можно сделать вывод о конкретном эмоциональном состоянии. Агрессия, как и все эмоции, представляет собой очень сложное явление, требующее понимания поведения ребенка, ситуации, в которой происходит это поведение, и той оценки, которую педагог и общество придают этой согласованности поведения и ситуаций [83].

Эмоции – это психические состояния, которые имеют ярко выраженную субъективную окраску и выражают всевозможные переживания человеком явлений и событий окружающей действительности. Знание педагогом особенностей эмоционального отношения ученика к той или иной стороне окружающей действительности является важным условием эффективности корректирующих действий [27].

Эмоция – это выраженное уникально переживаемое человеком отношение к действительности. Эмоции играют важную роль в жизни детей. Не каждый взрослый способен понять весь спектр своих переживаний. Но для ребенка эта задача становится еще более сложной. Дети не всегда понимают свои эмоции даже просто, тем труднее им понять те различные эмоции, которые возникают при расширении их отношений с внешним миром [40].

Ключевыми моментами эмоционального развития детей младшего школьного возраста с ЗПР являются:

- развитие социальных форм эмоционального выражения;
- формируется чувство долга, дополнительно развиваются эстетические, интеллектуальные и нравственные чувства;
- эмоция – это показатель общего состояния ребенка, его психического и физического здоровья [6].

Дети с задержкой психического развития в 10 –11 лет, по мнению Ю.А. Королевой, адекватно и эмоционально реагируют на успехи или неудачи, как правило, к наиболее адекватному решению проблем. У детей с задержкой психического развития наблюдаются характерные изменения, сохраняется гиперактивность, торможение, комбинированный вариант характерных изменений. Реакции, которые наблюдаются в младшем школьном возрасте: невротики и неврозы, затрудняющие усвоение содержания учебной программы, приводят к возникновению реакций отказа от девиантного поведения [5, 59].

Очевидно, что различия в переживании или выражении эмоций могут быть объяснены многими факторами, включая различия в:

- способности событий вызывать определенную эмоцию;
- физических способностях детей выражать эмоцию через определенное поведение;
- степень когнитивной изоэтрности, доступная для создания.

Более подробно рассмотрим развитие эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста. Ребенок в данном возрасте эмоционален: чувства преобладают над всеми его аспектами жизни, придавая им особую окраску. Жизнь полна экспрессии – чувства быстро и ярко вспыхивают. Ребенок, конечно, уже умеет быть сдержанным и может скрывать страх, агрессию и слезы. Но это происходит в том случае, когда это очень и очень необходимо. Самый важный источник сильных чувств ребенка – его отношения с окружающими взрослыми и детьми.

Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию ребенка, развитию его положительных качеств, дружелюбного отношения к другим людям. Именно в условиях взаимной любви в семье ребенок начинает учиться любить себя. Чувства любви, привязанности к близким людям, особенно к родителям, братьям, сестрам, бабушкам и дедушкам, формирует ребенка как психологически здорового человека.

Эмоциональная сфера детей с ЗПР, особенно среди младших школьников, характеризуется незрелостью и значительным недоразвитием, что связано в основном с недостаточной сформированностью произвольных психических процессов [86]. В ряде случаев эмоции, возникающие у школьников с ЗПР, недостаточно дифференцированы, неадекватны оказываемым на них внешним воздействиям [65]. Однако, по сравнению с другими психическими процессами, эмоциональная сфера у этой категории детей более сохранена.

У детей младшего школьного возраста развиваются эмоции, приобретающие более сложный и интеллектуализированный характер. К данному возрасту формируется личность ребенка, причем этот процесс тесно связан с развитием эмоциональной сферы, с формированием интересов и мотивов, которые, соответственно, определяются социальным окружением, особенно характерным для этого этапа развития отношений со взрослыми.

О. Запорожец утверждал, что воспитание чувств является важнейшей задачей, поскольку то, как будут усваиваться знания и навыки, критически зависит от эмоционального отношения субъекта к другим людям и окружающей среде. Формирование значительной части эмоционального опыта ребенка, в том числе динамики выразительных действий, адекватности эмоционального реагирования, эмпатии, саморегуляции и выражения личностных характеристик общей эмоциональности, тревожности, сенсорики, фрустрированности, происходит в основном под влиянием этих факторов в школьном периоде [1].

Чернухина Е.Е. в своих работах пишет: «Положительные эмоции, такие как радость, удовлетворение, доверие, дают детям чувство защищенности и надежности. С помощью этих эмоций дети чувствуют, что в их мире все в порядке, взрослый помогает усваивать новые знания и повторять полученные» [77].

Одним из условий возникновения у младшего школьника сложных эмоций является взаимосвязь и взаимозависимость, а также взаимозависимость эмоциональных и когнитивных процессов – двух важнейших областей его психологического развития. Воспитание чувств ребенка должно служить в первую очередь формированию гармоничного развития личности и показателем того, что существует определенная взаимосвязь гармонии интеллектуального и эмоционального развития [7].

Формирование и коррекция недостатков эмоциональной сферы младшего школьника должны рассматриваться как приоритетная задача в

работе психолога. По мере развития эмоциональных изменений у ребенка развивается социальное выражение чувств, меняется роль эмоций у ребенка, формируется эмоциональное предвосхищение, чувство становится более осознанным, в общем, произвольным, внеситуативным. [7].

Эмоции, согласно теории Карла, Э. Изарда, являются производными. Особенности внешних проявлений эмоций определяются выразительными телодвижениями человека и интонацией, тембром голоса. На развитие эмоциональной сферы ребенка младшего школьного возраста влияют следующие значения:

- Адекватная реакция на события и ситуации реальности;
- Дифференциация и интерпретация эмоциональных состояний других людей;
- Широта диапазона воспринимаемых эмоций, способность вербализовать эмоциональное состояние;
- Адекватное выражение эмоций в общении [84].

Исходя из вышесказанного можно сделать вывод о том, что эмоциональный мир младшего дошкольника с ЗПР разнообразен. Важной задачей взрослого является помочь ребенку успешно справиться с развитием его эмоциональной сферы. Важно дать ребенку максимально много положительных моментов для получения «правильных» и «безопасных» эмоций.

1.3 Становление агрессивного поведения в детском возрасте

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

Исследования факторов, влияющих на формирование такого рода отклонений, по-видимому, завершатся ещё не скоро. Вопросы о влиянии на

поведение детей фильмов ужасов, сцен насилия в СМИ, компьютерных игр с элементами насилия для многих пока ещё не решены.

Многие агрессивные дети, как правило, испытывают серьезную школьную дезадаптацию и трудности в отношениях со сверстниками, о чем свидетельствует низкий уровень самооценки, низкие оценки учителей, низкая социальная компетентность, низкие социометрические оценки и неприятие сверстниками.

В современном обществе агрессия недопустима и рассматривается как неконтролируемое поведение, противоречащее межличностной гармонии. Как правило, дети, которые ведут себя агрессивно, очень не нравятся сверстникам и подвергаются суровому наказанию со стороны педагогов и других взрослых. Тем не менее, в типичном школьном классе всегда есть несколько агрессивных детей, которых избегают как неудачников или изгоев [77].

Например, ребенок наблюдает многочисленные примеры агрессии как в своем окружении, например, в школе, дома, так и в фантастическом мире телевизионных программ, компьютерных и видеоигр. Затем у ребенка постепенно разовьются элементарные знания об определенных правилах поведения, наблюдая за последствиями агрессивного поведения. Это способ формирования нового поведения детей [14].

Сформировавшиеся агрессивные реакции в поведении ребенка младшего школьного возраста имеют начало в разных сферах. Одной из этих сфер является семья. Семья – главный источник разнообразных примеров агрессивных действий. Некоторые теории развития агрессивности у ребенка предполагают, что способность детей справляться с конфликтами усваивается именно в кругу семьи с помощью механизмов участия и наблюдения-участия в конфликте между родителями и детьми и наблюдения за конфликтами между родителями.

По мнению большого числа экспертов, одним из источников агрессивности у детей как формы девиантного поведения является семья. Формы проявления агрессии в семейных отношениях очень разнообразны и включают прямое физическое или сексуальное насилие, холодность, оскорбления, негативные оценки, подавление личности, эмоциональное неприятие ребенка. Члены семьи могут сами проявлять агрессивное поведение или могут усиливать нежелательные действия ребенка, например, выражая гордость за его победу в драке.

Различные семейные факторы, например, конфликт или неадекватный стиль семейного воспитания, влияют на формирование агрессивного поведения ребенка. Например, родители, которые применяют чрезвычайно суровые наказания, используют чрезмерный контроль (гиперопека) или, наоборот, не контролируют деятельности своих детей (гипоопека), чаще сталкиваются с агрессией и непослушанием своих детей [41].

Существует также мнение, что агрессия отца по отношению к матери (физическое или моральное насилие) оказывает ярко выраженное негативное влияние на ребенка. Агрессивные дети обычно растут в семьях, где родители мало заинтересованы в развитии своего ребенка и предпочитают наказание заботе и терпеливым объяснениям. В семье ребенок проходит первичную социализацию. Установлено, что жестокие наказания коррелируют с высоким уровнем агрессивности у детей, а недостаточный уход за детьми, вседозволенность связаны с асоциальной ориентацией [43].

Результаты исследований и экспериментов показывают, что семьям, в которых есть хоть один ребенок с агрессивными наклонностями, присущи специфические взаимоотношения между членами семьи. Подобные моменты описаны учеными как «цикл насилия». Дети из таких семей склонны к воспроизведению тех моделей поведения, которое «практикуют» их родители по отношению к друг другу и другим членам семьи. Во

взаимоотношении с братьями, сестрами, сверстниками выбирают модель разрешения конфликтной ситуации как у родителей [22].

Позже, когда такой ребенок вырос и вступил в брак, он также использует уже знакомый и привычный способ разрешения конфликтов, тем самым замыкает цикл и передает его своим детям. Практически установлено, что жестокое отношение с детьми в рамках семьи повышает его агрессивность по отношению со сверстниками и является «толчком» для становления агрессивности как устойчивой чертой личности уже взрослого человека. Таким образом, ребенок непосредственно перенимает агрессивные модели поведения у родителей.

Нередко ребенок с агрессивными наклонностями считает себя никому не нужным, отверженным. Безучастность родителей в таком случае приводит к нарушению детско-родительских отношений. Ребенок считает, что его не любят и теряет уверенность в себе. Неразрешимой проблемой для такого является «как стать нужным и любимым». В такой ситуации ребенок ищет различные способы достижения нужной ему любви и заботы [33].

В своих работах Г.Б. Моница и Е.К. Лютова пишут: «Почти в каждом школьном коллективе можно встретить хотя бы одного ребенка с признаками агрессивного поведения. Такой ребенок обзывается, нападает на других школьников, бьет их, намеренно использует нецензурные слова. Становится некой угрозой для коллектива, огорчением для педагогов и родителей. Принять такого ребенка сложно, а понять еще сложнее» [42].

Выше нами было отмечено, что на возникновение и развитие у ребенка младшего школьного возраста агрессивных наклонностей в поведении влияют модели семейного взаимоотношения и особенности взаимодействия с другими детьми. Также на появление у ребенка агрессивности влияет современный фактор – СМИ.

С наступлением цифровой эры распространение насилия в средствах массовой информации и его влияние на агрессивное поведение детей стало

предметом общественного беспокойства и научных исследований. Это связано с тем, что в наши дни использование таких средств массовой информации, как телевидение, видеоигры и компьютер, стало популярным среди детей.

Взаимосвязь между телевизионным насилием и агрессией была подтверждена и обнаружена как для мальчиков, так и для девочек. Причинно-следственная связь носит циклический характер: телевизионное насилие влияет на агрессию детей, а агрессивные дети смотрят более жестокое телевидение. Факторами, повышающими уровень открытой агрессии у ребенка, были популярность, интеллектуальные способности, агрессивные фантазии, степень физического наказания, неприятие родителями и склонность родителей одобрять установки и поведение [47].

Rowell Huesmann предположил, что, когда дети наблюдают насилие в средствах массовой информации, они усваивают агрессивные сценарии. Сценарии определяют ситуации и направляют поведение: ребенок сначала выбирает сценарий для представления ситуации, а затем принимает на себя роль в сценарии. Как только сценарий выучен, он может быть извлечен позже использован в качестве руководства для поведения [82].

Bushman, V.J в своих работах предположил, что насилие в видеоиграх вызывает агрессивное поведение у детей почти так же, как насилие на телевидении и в кино. Это происходит потому, что игрок подвергается воздействию тех же изображений и звуков, что и в жестоком телевидении или фильме. Следовательно, предполагалось, что игрок в видеоигры испытывает те же когнитивные и мотивационные изменения, что и при инициировании агрессивной реакции, что и агрессивная телевизионная аудитория [81].

Кроме того, что касается исследований, зарубежные ученые Möller & Krahe изучили взаимосвязь между воздействием жестоких видеоигр и агрессивными способностями. В целом, исследователи обнаружили прямую

связь между воздействием жестоких видеоигр и агрессивными способностями, и поведением. Другими словами, это исследование показало, что воздействие жестоких игр увеличит развитие физической агрессии в качестве стратегии разрешения конфликтов при общении с другими людьми [83].

Это исследование также дополняет более ранние исследования, проведенные другими учеными, показывая, что использование жестоких видеоигр также оказывает долгосрочное влияние на агрессивное поведение в форме физической агрессии среди младших школьников [83].

Нередко дети используют агрессию в своих действиях, так как видят в ней вариант разрешения сложных жизненных ситуаций. Это является процессом социализации агрессии. Агрессия в таком случае выступает результатом усвоения способов агрессивных проявлений. Так получается, что ребенок неосознанно выбирает вариант своего поведения в сложной ситуации, попросту не имеет навыка конструктивного выхода из проблемы.

Специальные психологи рассматривают понятие «агрессия» как социальное поведение, которое включает в себя навыки и требует научения. Человек должен много знать, чтобы совершить агрессивный поступок, а именно, какая интонация и какие слова и действия могут причинить вред другому человеку, какие способы будут болезненнее. Эти знания появляются у ребенка не с рождения. Человек в процессе взросления учится вести себя агрессивно [62].

Научение агрессивным действиям чаще всего происходит через наблюдение. Ребенок, ставший наблюдателем сцены насилия, может открыть в себе новые аспекты агрессивного поведения. В голове ребёнка появляется мысль «другим можно, значит, и мне можно». Периодическое наблюдение сцен жестокости вызывает утрату эмоциональной восприимчивости к агрессивным действиям. В результате чего ребенок нормализует насилие и не воспринимает его как неприемлемую форму поведения.

Зарубежные ученые-социологи Д. Ричардсон, Р. Бэрон провели исследование и подсчитали, что в популярных передачах приходится 10 сцен физической и 7 сцен с вербальной агрессией на каждый час телепередачи. На данный момент в России не имеется подобных исследований. Но велика вероятность того, что цифры близки к вышеописанным [10].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что на становление и развитие детской агрессии влияет множество факторов. Основные – семья, социум, СМИ. Агрессия ребенка оказывает негативное влияние не только на окружающих его людей, но и непосредственно на него самого. И всё-таки основной источник появления агрессии у ребенка – семья. Именно в семьях, где есть неблагополучная модель воспитания и поведения взрослых, больший процент агрессивных детей.

Выводы по первой главе

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

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

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

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

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

В настоящее время нет единой теории о возникновении агрессии учащихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития. Можно выявить множество факторов появления и развития агрессии у детей. Основные факторы – стиль воспитания и взаимоотношение между взрослыми в семье, взаимоотношение со сверстниками, распространение сцен насилия и жестокости в СМИ.

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

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

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

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

2.1 Организация, методы и методика исследования

Изучив теоретический аспект выбранной темы, мы перешли ко второй части исследования – эмпирической.

Базой для проведения исследования явилось Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Красноярская школа № 7». При комплектовании выборки испытуемых нами были учтены следующие критерии:

–Схожесть показателей возраста. Возраст испытуемых 10 – 11 лет.

–Схожесть клинической картины нарушения. Все дети с диагнозом «задержка психического развития» (по заключениям ПМПК).

В эксперименте приняли участие 18 детей. Для проведения исследования дети были разделены случайным образом на контрольную и экспериментальную группу. В каждую группу входило по 9 человек.

Чтобы провести работу по выявлению агрессивности у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития нам потребовалось четыре этапа:

Подготовительный. На подготовительном этапе нами были отобраны методики для обследования. Методики отбирались по нескольким критериям: возрастной критерий и вид дизонтогенеза.

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

Практический. На практическом этапе нами была разработана и апробирована программа профилактики агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

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

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

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

Что касается методик, то на сегодняшний день существует достаточное количество методик по выявлению специфики агрессивных проявлений у детей, факторов, способствующих их появлению и характеристик агрессивного поведения.

Для выявления агрессивного поведения можно использовать следующие психодиагностические средства: беседа, тестирование и анкетирование. Если рассматривать эмпирические методы диагностики, то можно выделить следующие методы: опросники, проективные и рисуночные тесты, наблюдение, тренинги, игровые упражнения.

Главным преимуществом опросников является высокий уровень формализации, что позволяет проводить быструю диагностику с

количественным результатом. Кроме того опросники имеют большое ограничение: они обладают слабой устойчивостью к тенденции испытуемого давать желательные ответы.

Так, для выявления уровня агрессивности у младших школьников с ЗПР, нами была выбрана методика «Узнай себя» И.П. Подласого.

Опросник «Узнай себя» И.П. Подласый (2002 г.) [48].

Цель данной методики – получение сведений об агрессивных наклонностях детей с ЗПР, получение информации о частоте проявления агрессивных действий. Также данная методика позволяет отследить какую форму агрессии чаще всего использует ребенок в обыденных и сложных ситуациях.

Диагностический материал: бланк с вопросами, бланк для ответов, ручка или простой карандаш. (Приложение 3).

Описание процедуры диагностики: Детям предлагается ответить на 10 вопросов. На каждый вопрос можно ответить либо «да», либо «нет». Ответ «да» оценивается в 1 балл. Ответ «нет» оценивается в 0 баллов. Полученные данные суммируются, общий индекс агрессии располагается от 0 до 10 баллов. Исходя из полученных результатов подводятся итоги о частоте, форме проявления агрессивности у опрашиваемых. Чтобы избежать временных искажений, детям предлагается рассмотреть свое поведение только последние семь дней.

Опросник «Как ты поступишь?» Е.В. Гребенкина (2008)[51].

Данная методика является проективной и относится к классу адаптивных. Целью данной методики является выявления у детей наиболее частых форм выражения агрессии, отрицательных эмоций и способов реагирования в конфликтных ситуациях. Методика позволяет выявить какие формы агрессии дети используют для того, чтобы выйти из сложной для них ситуации: физическая или вербальная форма агрессии, или конструктивная форма выражения своих эмоций.

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

Ребенку дается следующая инструкция: «Твоя реакция, если ...».

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

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

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

Проективная методика «Кактус» М. А. Панфиловой (2002г.) [46].

Цель данной методики – получение сведений о текущем эмоциональном состоянии ребенка и выявление агрессивности (направленности и интенсивность агрессии).

Диагностический материал: чистый лист размером А4, простой карандаш.

Описание процедуры диагностики: Ребенку предлагается чистый листок А4 и простой карандаш. Дается простая инструкция: «Нарисуй кактус таким, каким ты его себе представляешь». После завершения ребенком рисунка проводится беседа. Педагог задает уточняющие вопросы по рисунку. Например, «Кактус дикий или домашний?», «Кактус колется или его можно потрогать?» и так далее.

Далее педагогом проводится процедура обработки и интерпритации результатов рисунка и ответов на вопросы. При интерпритации рисунков берется во внимание расположение рисунка на листе, размер рисунка, нажим карандаша, характеристика линий и так далее.

При обработке ответов на вопросы учитываются следующие показатели:

- характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, примитивный, детально прорисованный);
- характеристика манеры рисования (прорисованный, схематичный);
- характеристика иголок (размер, расположение, количество).

Таким образом, с помощью выбранных методик, нами было проведено исследование и получены результаты по контрольной и экспериментальной группах. Так же данные методики нам помогли выявить наличие агрессивных реакций и определить эмоциональное состояние детей.

2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования

В октябре 2021г. нами было проведено эмпирическое исследование с целью изучения агрессивного поведения младших школьников с ЗПР.

Цель констатирующего эксперимента – выявить особенности агрессивного поведения младших школьников с ЗПР.

При проведении констатирующего эксперимента были поставлены следующие задачи:

1. Изучение и подбор методов исследования.
2. Проведение констатирующего этапа эксперимента.
3. Выявление уровня агрессии детей контрольной и экспериментальной группы.
4. Анализ и оформление результатов констатирующего этапа эксперимента.

Результаты исследования по методике «Узнай себя»И.П. Подласого представлены на *Рисунке 1*.

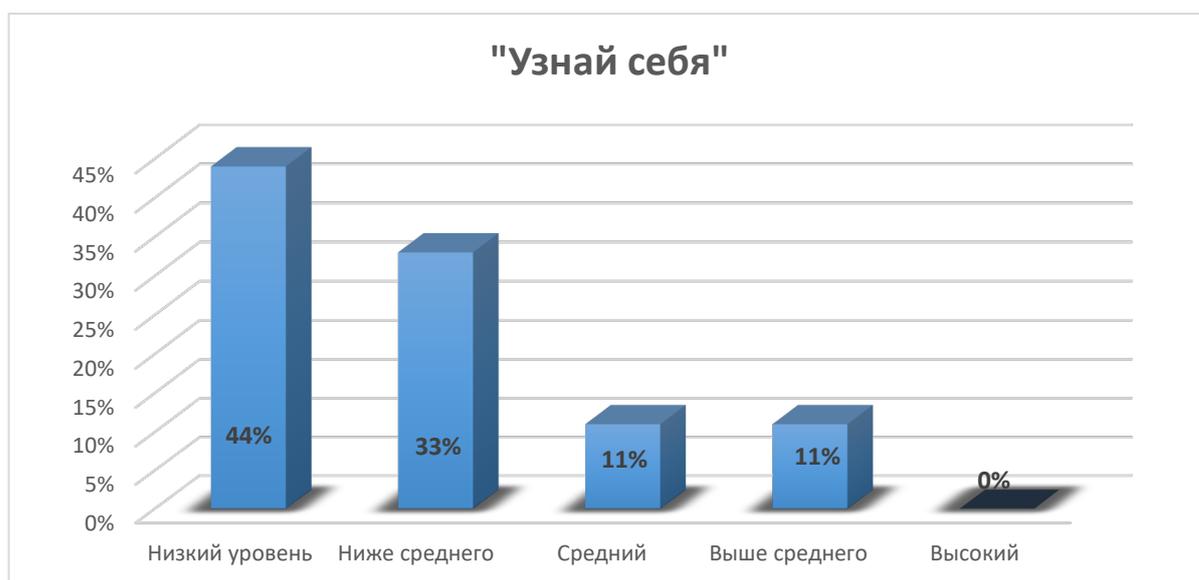


Рисунок 1. Гистограмма 1. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Узнай себя», констатирующий этап эксперимента

Данные исследования контрольной группы испытуемых свидетельствуют о следующих результатах:

44% детей (4 человека) имеют низкий уровень агрессивности. Дети с низким уровнем агрессии в своем поведении редко используют вербальную или физическую агрессию. В поведении таких детей отмечаются мелкие шалости, например, небольшие нарушения школьных правил.

33% детей (3 человека) имеют уровень агрессивности ниже среднего. Ответы детей с пониженным уровнем агрессии очень схожи с ответами детей с низким уровнем. Даже если ребенок злится, то не прибегает к агрессивным формам выражения своих эмоций.

11% детей (1 человек) имеют средний уровень агрессивности. В поведении такого ребенка чаще присутствуют агрессивные действия по отношению к окружающим и сверстникам. Дети легко могут расстроиться из-за мелочей, часто вступают в спор и не скрывают свое плохое настроение.

11% детей (1 человек) ребенок имеют уровень агрессивности выше среднего. В ответах ребенка с повышенным уровнем агрессии были положительные ответы на утверждения: «Люблю драться», «Люблю смеяться над другими» и так далее.

Высокий уровень агрессивности не выявлен ни у одного ребенка контрольной группы.

Использование данной методики позволило нам получить представление об агрессивных проявлениях детей. Помимо этого, получена информация о частоте прямых форм физической агрессии и вербальной агрессии. Результаты исследования контрольной группы показали, что меньше половины испытуемых в своем поведении достаточно редко используют агрессивные действия. В поведении детей с пониженным уровнем агрессии можно пронаблюдать следующие особенности: дети легко раздражаются, но быстро успокаиваются, чаще всего избегают конфликтных ситуаций, готовы прийти на помощь своему товарищу и так далее.

Результаты исследования в экспериментальной группе показали, что 33% детей (3 ребенка) имеют низкий уровень агрессивности; 22% (2 ребенка) имеют уровень агрессивности ниже среднего; 22% (2 человека) имеют средний уровень агрессивности; уровень агрессивности выше среднего не имеет ни один ребенок (0% детей); 11% (1 человек) детей имеют высокий уровень агрессивности.

Полученные результаты представлены на *Рисунке 2*.



Рисунок 2. Гистограмма 2. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Узнай себя», констатирующий этап эксперимента

Результаты исследования экспериментальной группы показали, что дети в своем поведении редко используют агрессию и агрессивные формы поведения, что свидетельствует о среднем уровне агрессии у детей данной группы.

Из полученных данных констатирующего эксперимента, можно сделать вывод о том, что дети из контрольной и экспериментальной групп в своих действиях используют разные виды агрессии – физическую (пинки, толкания и так далее) и вербальную (обзывательства, крик, сквернословие и так далее).

По результатам проведенной методики «Как ты поступишь» Е.В. Гребенкиной, представленным в гистограмме 3, можно сделать вывод о том, что больше половины группы испытуемых используют в своих действиях физическую (22% детей) и вербальную (33% детей) форму агрессии.

Конструктивный способ выражения агрессии используют 44% детей (4 человека).

Выявленные результаты представлены на *Рисунке 3*.



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

Из *Рисунка 3* видно, что у детей контрольной группы физическая агрессия используется в меньшей степени. Агрессия детей проявляется в физических действиях, которые могут быть направлены против какого-либо лица (дерутся, пинуются, толкаются), или наносят вред окружающим предметам (ломают, швыряют и так далее). Чуть меньше половины детей в своем поведении прибегают к конструктивному способу решения сложной ситуации.

Что касается экспериментальной группы, то 33% детей (3 человека) используют физическую форму агрессии. Вербальную форму агрессии (угрозы, оскорбления и так далее) используют 22% детей (2 человека). 44%

детей (4 человека) используют конструктивный способ выражения своей агрессии.

Выявленные результаты представлены на *Рисунке 4*.



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

По полученным результатам можно сделать вывод о том, что у детей экспериментальной группы также, как и у детей контрольной преобладает физическая и вербальная агрессия в поведении. В каждой группе больше половины детей в своих ответах указали, что в обозначенной ситуации будут использовать физическую и вербальную агрессию по отношению к участнику действия.

Результаты проведенной методики «Кактус» М.А. Панфиловой в контрольной группе получились следующие: высокий уровень агрессии у детей из контрольной группы выявился у 22% детей (2 человека). Средний

уровень агрессии присущ 33% детей (3 человека). Низкий уровень удалось выявить у 44% детей (4 человека).

Выявленные результаты представлены на *Рисунке 5*.

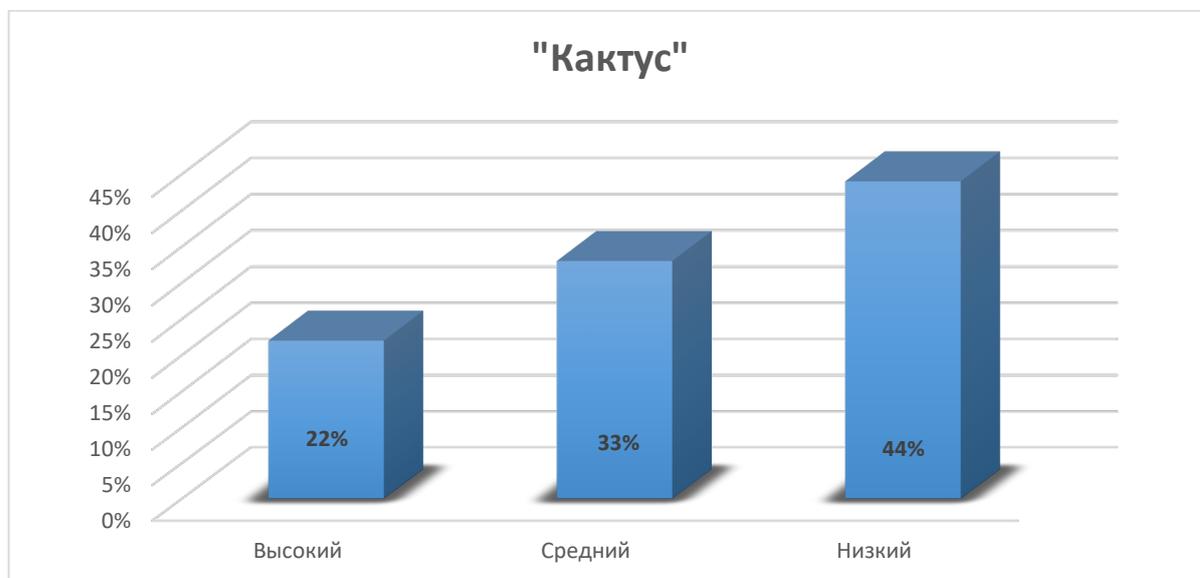


Рисунок 5. Гистограмма 5. *Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Кактус», констатирующий этап эксперимента*

Высокий уровень агрессии был выявлен у 22% детей (2 человека). Дети на своих рисунках изобразили кактус с длинными и толстыми иголками. Один из двух детей сообщил, что иголки на кактусе ядовитые и могут очень обидеть того, кто кактус затронет. Данное заявление свидетельствует о высоком уровне агрессивности ребенка.

Средний уровень агрессии выявлен 33% детей (3 человека). Иголки на рисунках детей маленького размера, но в большом количестве. Некоторые дети, чей уровень агрессии оказался средним, сообщают, что «кактус можно потрогать, но если уколется, будет щипаться». Другие дети при ответах на вопрос «Можно ли его трогать?» отвечали, что трогать нельзя, он колется, им можно больно уколоться и т.д.

Как видим из *Рисунка 5*, в основном у детей и контрольной группы преобладает низкий уровень агрессии, так 44% детей (4 человека) изобразили «мягкие черты» кактуса. Дети изобразили «дружелюбный» кактус: на рисунке отсутствовали иголки и колючки. В некоторых случаях кактус был расположен в цветочном горшке.

Таким образом у детей контрольной группы преобладает низкий уровень агрессии.

В экспериментальной группе результаты исследования представлены следующим образом: у детей из экспериментальной группы высокий уровень агрессии выявился у 22% детей (2 человека). У 56% детей (5 человек) был выявлен средний уровень агрессии. Низкий уровень агрессии присущ 22% детей (2 человека).

Выявленные результаты представлены на *Рисунке 6*.

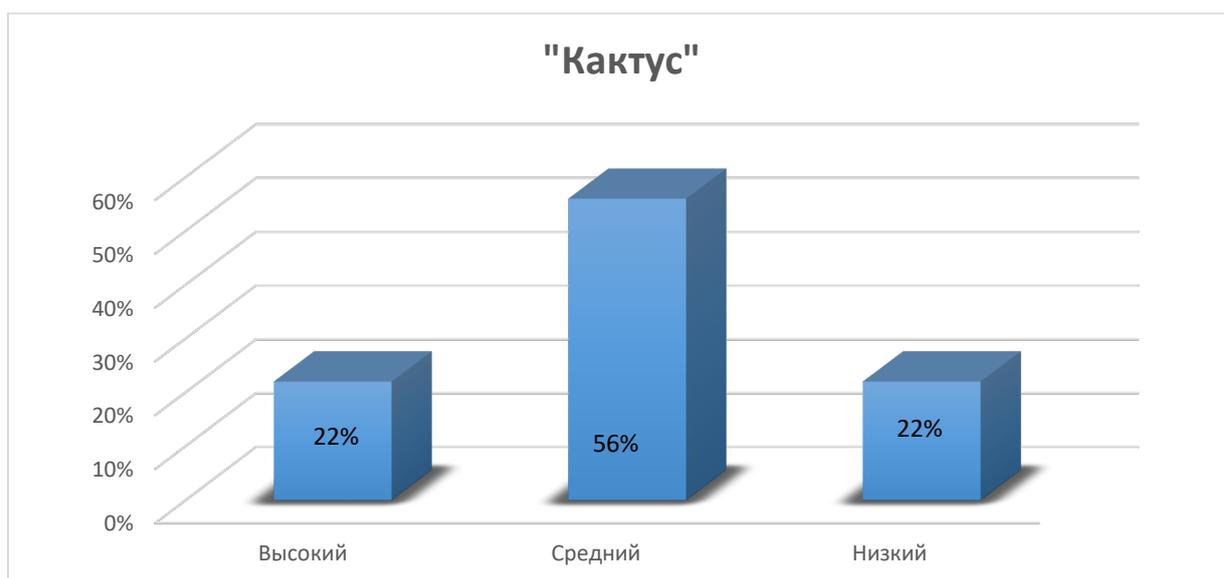


Рисунок 6. Гистограмма 6. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Кактус», констатирующий этап эксперимента

Из *Рисунка 6* видно, что у 22% детей (2 человека) выявлен высокий уровень агрессии. Таким образом, большинство детей изобразили кактус с большим количеством маленьких иголок.

У 56% детей (5 человек) выявлен средний уровень агрессии. В рисунках таких детей можно было увидеть умеренное количество иголок, наличие непрорисованных иголок в рисунке, большое место занимает ствол растения или другие элементы рисунка.

Низкий уровень агрессии был выявлен у 22% испытуемых (2 человека). О низком уровне свидетельствовали рисунки, в которых дети изобразили кактус без колючек и иголок.

Исходя из полученных результатов исследования мы пришли к выводу, что как в контрольной, так и в экспериментальной группах у детей преобладает средний уровень агрессии. Дети в своем поведении практически в равных долях используют физическую, вербальную форму агрессии и конструктивный способ решения сложной ситуации. В большей степени агрессия проявляется по отношению к сверстникам.

Агрессия и агрессивное поведение негативно сказываются на развитии личности детей, а также влияют на характер их межличностных отношений. В связи с этим, средний уровень агрессии и агрессивные формы поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития требуют своевременной психологической профилактики.

Выводы по второй главе

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

- Опросник «Узнай себя» И.П. Подласый [48].

- Диагностическая методика «Как ты поступишь?» Е.В. Гребенкина [51].
- Методика «Кактус» М. А. Панфилова [46].

Результаты исследования по методике «Узнай себя» И.П. Подласого представлены следующим образом:

Так в результате проведенной методики «Узнай себя» И.П. Подласого мы выявили, что в контрольной группе 11% детей имеют средний уровень агрессивности. В своем поведении дети достаточно редко используют агрессивные действия (пинки, драки, словесные оскорбления и так далее). В экспериментальной группе также преобладает средний уровень агрессии у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития. В своих действиях такие дети используют агрессию и агрессивные формы поведения при взаимодействии с оружающими людьми. Агрессия негативным образом сказывается на характере их взаимоотношений со сверстниками и со взрослыми.

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

Результаты по методике «Кактус» М.А. Панфиловой свидетельствуют о среднем уровне агрессии детей двух групп. Так, средний уровень агрессии у детей из контрольной группы был выявлен у 33% детей, в экспериментальной группе у 56% детей. Дети при изображении кактуса рисовали много длинных колючек на кактусе, «шипы», свидетельствующие об агрессивном поведении детей к окружающим. При ответах на вопрос «Можно ли его трогать?», дети отвечали, что трогать нельзя, он колется, им

можно больно уколоться и «кактус можно потрогать, но если уколется, будет щипаться» и т.д.

В результате проведенного исследования мы пришли к выводу, что как в контрольной, так и в экспериментальной группах у детей преобладает средний уровень агрессии. В поведении таких детей наблюдается прямая и косвенная агрессия – от жалоб и агрессивных фантазий, до прямых оскорблений и угроз. Также таким детям свойственна мнительность и раздражительность. Дети часто теряют контроль над собой, над своим поведением.

Выявленные нами результаты исследования уровня агрессии и агрессивных форм поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития требуют своевременной психологической коррекции, поскольку они негативно влияют на развитие личности ребенка.

Таким образом, для предупреждения агрессивности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития нами была разработана программа профилактики агрессивного поведения, представленная в следующем параграфе нашей магистерской диссертации.

ГЛАВА 3. РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСЕКОГО РАЗВИТИЯ

3.1 Теоретические основы формирующего эксперимента

Цель формирующего эксперимента – подбор и апробация программы профилактики агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

Было принято решение, что формирующий эксперимент проводится с детьми экспериментальной группы, т.к. у данной группы были выявлены более высокие показатели агрессии, указывающие на агрессивное поведение детей данной группы. Такие результаты требуют своевременной профилактической помощи. Помощь направлена на предупреждение агрессивных форм поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Для начала необходимо установить, что представляет из себя «психологическая профилактика». Психопрофилактика – это специальный вид деятельности психолога, направленный на сохранение, укрепление и развитие психологического здоровья учащихся на всех этапах развития. А.А. Осипова определяет профилактику как систему мероприятий, которые направлены на предотвращение недостатков психологии и поведения человека с помощью специальных средств воздействия. Целью психологической профилактики является определение и устранение недостатков в развитии личности [50].

При осуществлении процесса психопрофилактики важно выбрать формы работы. В исследовании нами две основные формы психопрофилактики:

- Активно обучение положительным социальным навыкам. Данная форма профилактики проводится исключительно в форме групповых занятий и тренингов.
- Организация деятельности, которая будет альтернативой девиантному поведению. Данную форму работы связывают с представлением о заместительном эффекте отклоняющегося (девиантного) поведения. Представленная форма психорофилактики реализуется в группах, где у участников уже сложилось отклоняющееся поведение.

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

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

1. Играющий выполняет реальную деятельность, осуществление которой требует действий, связанных с решением вполне конкретных, часто нестандартных задач.
2. Ряд моментов этой деятельности носит условный характер, что позволяет отвлечься от реальной ситуации с ее ответственностью и многочисленными привходящими обстоятельствами.

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

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

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

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

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

Пояснительная записка

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

Цель: профилактика агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

Задачи:

1. Обучение безопасным способам выражения агрессии.
2. Выявление и развитие положительных сторон личности.
3. Купирование агрессивных проявлений в поведении у детей.
4. Формирование у детей установки «Я умею владеть своими эмоциями».
5. Гармонизация эмоционального состояния.
6. Осознание ценности и уникальности внутреннего мира своих чувств и эмоций.
7. Снятие мышечного напряжения.
8. Научение приемам саморегуляции.

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

Условия и формы организации реализации программы:

Данная программа рассчитана на 30 занятий, продолжительностью 40 минут. Периодичность проведения занятий – два раза в неделю. Срок проведения программы – 3.5 месяца. Форма проведения занятий – групповая.

Методы и техники:

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

Направления работы с агрессивными детьми:

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

5. Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе.

Структура занятия:

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

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

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

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

Таблица 1 – Тематический план занятий

№ занятия	Цель занятия	Содержание	Время занятия
1	Знакомство с детьми; установление доброжелательной атмосферы в группе	Упражнение «Рассказ о себе» Упражнение «Какой я» Упражнение «Как я представляю себя»	40 минут
2	Раскрытие групповых отношений	Упражнение «Царевна Несмеяна» Упражнение «Жучок» Упражнение «Посочувствуй другому»	40 минут
3	Знакомство с положительными эмоциями.	Упражнение «Сюжетные картинкис изображением эмоции»	40 минут

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

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

15	Научение детей безопасным способам выражения агрессии	Упражнение «Рубка дров» Упражнение «Коробочки» Упражнение «Ругаемся овощами» Упражнение «Мусорное ведро»	40 минут
16	Развитие положительного отношения к окружающим. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию	Упражнение «Тренируем эмоции» Упражнение «В центре круга» Упражнение «Передай эмоцию» Упражнение «Мой подарок для тебя!»	40 минут
17	Снятие эмоционального и мышечного напряжения	Упражнение «Котик» Упражнение «Бабочка и ветерок» Упражнение «Шарик» Упражнение «Подарок под елкой» Упражнение «Шалтай – Болтай»	40 минут
18	Формирование осознанного отношения к тому, что у каждого человека могут быть свои желания и взгляды	Чтение рассказа Драгунского «что я люблю», «что я не люблю». Обсуждение прочтенного рассказы. Рисунок увлечений. Упражнение «Мой подарок для тебя!»	40 минут
19	Гармонизация эмоционального состояния	Упражнение «Передай эмоцию» Упражнение «Злюка успокоилась» Упражнение «Волшебные рисунки» Упражнение «Дожди»	40 минут
20	Развитие положительного отношения к окружающим	Упражнение «Пожелания» Упражнение «Закончи предложение» Упражнение «Здороваемся без слов»	40 минут

		Упражнение «Волшебная тропинка»	
21	Научение детей безопасным способам выражения агрессии	Упражнение «Рисуем гнев» Упражнение «Бумажные мячики» Упражнение «Маленькое привидение» Упражнение «Стаканчик для криков»	40 минут
22	Снятие эмоционального и мышечного напряжения с помощью гимнастики	Упражнение «Подарок на праздник» Упражнение «Ротик на замочек» Упражнение «Лимон в руке» Упражнение «Слон»	40 минут
23	Развитие положительной самооценки, формирование уверенности в себе	Упражнение «Рисунок себя» Упражнение «Мой поступок» Упражнение «Ладони» Упражнение «Закончи фразу»	40 минут
24	Формирование умения распознавать различные настроения и эмоциональные состояния других детей	Упражнение «Отгадай кто тебя зовет» Упражнение «Веселый хоровод» Упражнение «Угадай эмоцию» Упражнение «Повтори мимикой»	40 минут
25	Развитие коммуникативных навыков. Формирование понятия «дружба»	Упражнение «Рассказ» Упражнение «Мой подарок для тебя» Упражнение «Комплементы»	40 минут
26	Формирование навыка рефлексии ценностных ориентиров	Упражнение «Прогноз погоды» Упражнение «Лучики» Упражнение «Драка» Упражнение «В центре круга»	40 минут

27	Развитие эмпатии, способности сочувствовать и понимать эмоции и чувства другого человека	Упражнение «Как ты себя чувствуешь?» Упражнение «Мой подарок для тебя» Упражнение «Доброе животное»	40 минут
28	Развитие положительной самооценки, формирование у ребенка уверенности в себе	Упражнение «Передай клубочек» Упражнение «Я могу» Упражнение «Зеркало» Упражнение «Позови ласково» Упражнение «Похвалилки»	40 минут
29	Гармонизация эмоционального состояния	Упражнение «Передай эмоцию» Упражнение «Злюка успокоилась» Упражнение «Волшебные рисунки» Упражнение «Дожди»	40 минут
30	Завершающее занятие; подведение итогов занятий	Упражнение «Самоанализ» Упражнение «Итоговый рисунок» Упражнение «Скажи доброе пожелание»	40 минут

Ожидаемые результаты:

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

3.3 Контрольный эксперимент и его анализ

Цель контрольного этапа исследования – определить эффективность программы профилактики агрессивного поведения младших школьников с задержкой психического развития.

Для проверки эффективности проведенной работы профилактики агрессивного поведения младших школьников с ЗПР нами было проведено повторное исследование. На этапе контрольного этапа эксперимента нами использовались те же методики, которые применялись на первом этапе работы. Полученные результаты были проанализированы и даны нами в сравнении с целью определения эффективности программы.

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

Результаты исследования по методике «Узнай себя» И.П. Подласого контрольной группы представлены следующим образом:

Как видно на *Рисунке 7*, 44% детей (4 человека) имеют низкий уровень агрессии. На констатирующем этапе эксперимента данный показатель был такой же и составлял 44% (4 человека). 11% детей (1 человек) имеют уровень агрессивности ниже среднего. Средний уровень агрессивности имеют 33% детей (3 человека). 0% детей (0 человек) имеют уровень агрессивности выше среднего. Высокий уровень агрессивности выявлен у 11% детей (1 человек) контрольной группы. На предыдущем этапе эксперимента данный показатель был ниже и составлял 0%.

Таким образом, уровень агрессии у детей контрольной группы незначительно повысился на контрольном этапе эксперимента. Дети со средним уровнем агрессии отмечают легкой возбудимостью к ярким эмоциям (не всегда положительным), часто не соблюдают школьную дисциплину и не обращают внимание на замечания педагога.

Выявленные результаты представлены на *Рисунке 7*.

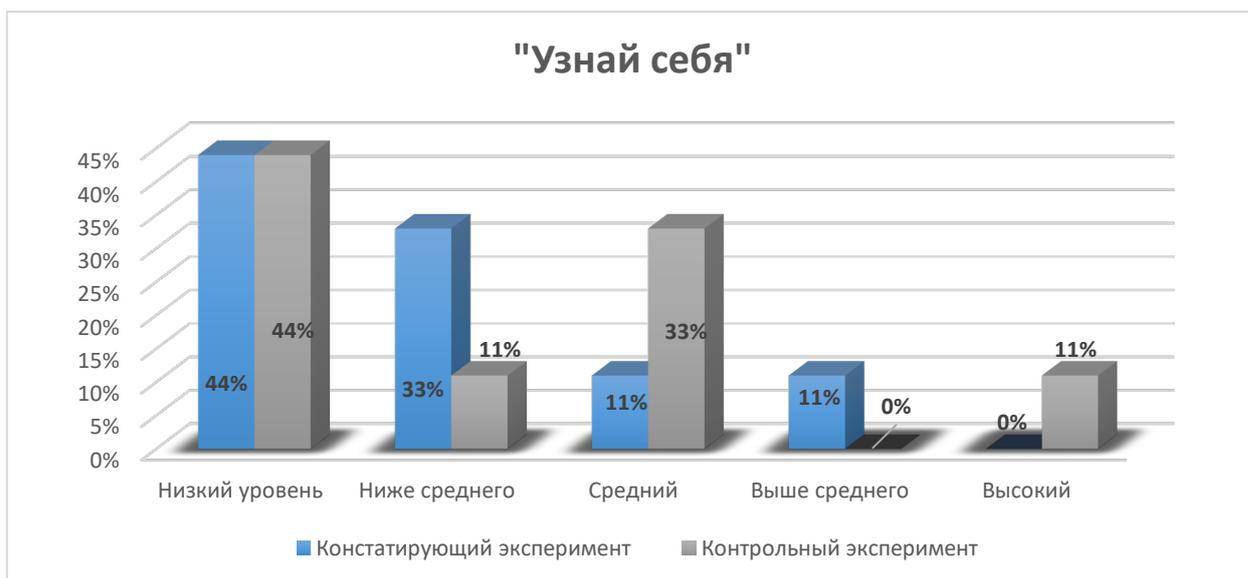


Рисунок 7. Гистограмма 7. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Узнай себя», контрольный этап эксперимента

Результаты экспериментальной группы по методике «Узнай себя» И.П. Подласого представлены на *Рисунке 8*.

Как видим на *Рисунке 8*, низкий уровень агрессии был выявлен у 44% детей (4 человека). На констатирующем этапе эксперимента данный показатель был ниже (33%, 3 человека). Увеличилось количество детей с показателем агрессии ниже среднего и составило 44% (4 человека). Средний уровень агрессии был выявлен у 11% детей (1 человек). На предыдущем этапе показатель был на выше. Показатель агрессии выше среднего остался неизменен и составил 0% (0 человек). Высокий уровень агрессии стал ниже по сравнению с констатирующим этапом эксперимента и составил 0%.



Рисунок 8. Гистограмма 8. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Узнай себя», контрольный этап эксперимент

Данные результаты свидетельствуют о том, что уровень агрессии детей экспериментальной группы стал значительно ниже. В своем поведении дети стали реже использовать агрессивные действия, что свидетельствует о снижении уровня агрессии. Дети со средним уровнем агрессии требуют больше внимания от сверстников и педагогов. Таким детям необходимо больше времени на выполнение домашнего задания и заданий на уроках.

Результаты исследования по методике «Как ты поступишь?» Е.В. Гребенкина контрольной группы представлены на *Рисунке 9*.

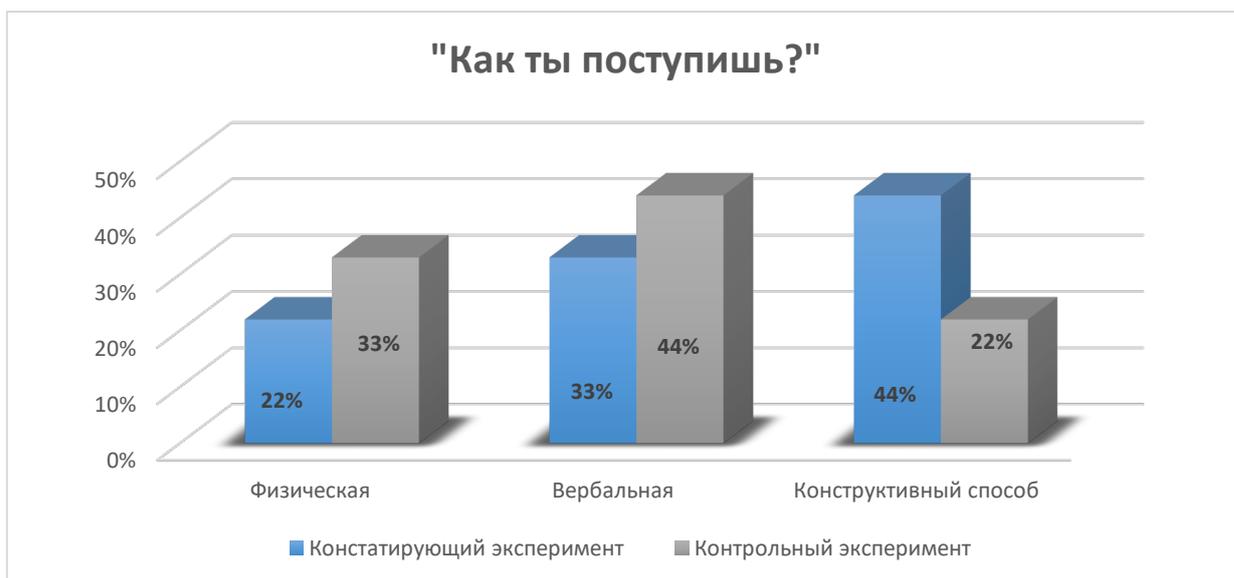


Рисунок 9. Гистограмма 9. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Как ты поступишь?», контрольный этап эксперимента

Как видно на *Рисунке 9*, в контрольной группе физическую агрессию в своем поведении стали использовать 33% детей (3 человека). Данные результаты свидетельствуют нам о повышении уровня физической агрессии за счет увеличения вербальной формы решения конфликтов. На констатирующем этапе эксперимента процент ответов, носящих агрессивный характер, и именно физическая агрессия, составлял 22% (2 человека).

Показатель «Вербальная агрессия» повысился и составил 44% (4 человека). До повторной диагностики данный показатель составлял 33% (3 человека).

Показатель «Конструктивный способ» понизился. Только 22% детей (2 человека) в своих действиях прибегают к конструктивному способу разрешения конфликтной ситуации.

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



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

Как мы видим из *Рисунка 10*, показатель «физическая агрессия» снизился и составляет 22%. Таким образом, количество детей, прибегающих к физической агрессии сократилось, т.к. на констатирующем этапе эксперимента физическая агрессия была выявлена у 22% (2 человека) испытуемых.

Показатель «Вербальная агрессия» остался аналогичен результатам констатирующего этапа эксперимента и выявлен у 22% (2 человека). Соответственно, 22% (2 человека) испытуемых все также решают проблемные спорные ситуации посредством использования вербальных форм агрессии (крик, обзывания и др.)

По показателю «Конструктивный способ» мы видим положительную динамику. Так данный показатель на констатирующем этапе эксперимента был 44% (4 человека), а на контрольном этапе эксперимента стал 56% (5

человек), что свидетельствует о том, что количество детей, прибегающих к конструктивному способу решения конфликтных ситуаций увеличилось.

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

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



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

Показатели высокого уровня остались неизменны – 22% (2 ребенка). Рисунки детей с высоким уровнем агрессии отличались множеством острых близкорасположенных колючек и иголок, сильным нажатием карандаша. Также им свойственна демонстративность и стремление к лидерству.

Средний уровень снизился и присущ 22% детей (2 человека). Для детей со средней выраженностью агрессии также характерна импульсивность, стремление к домашней защите.

Как видим из *Рисунка 11*, у испытуемых контрольной группы повысился показатель, характеризующий низкий уровень агрессии. Он присущ 56% детей (5 человек) в группе. На констатирующем этапе эксперимента низкий уровень был выявлен у 44% детей (4 человека).

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

В экспериментальной группе по методике «Кактус» М.А. Панфиловой получились результаты, представленные на *Рисунке 12*.

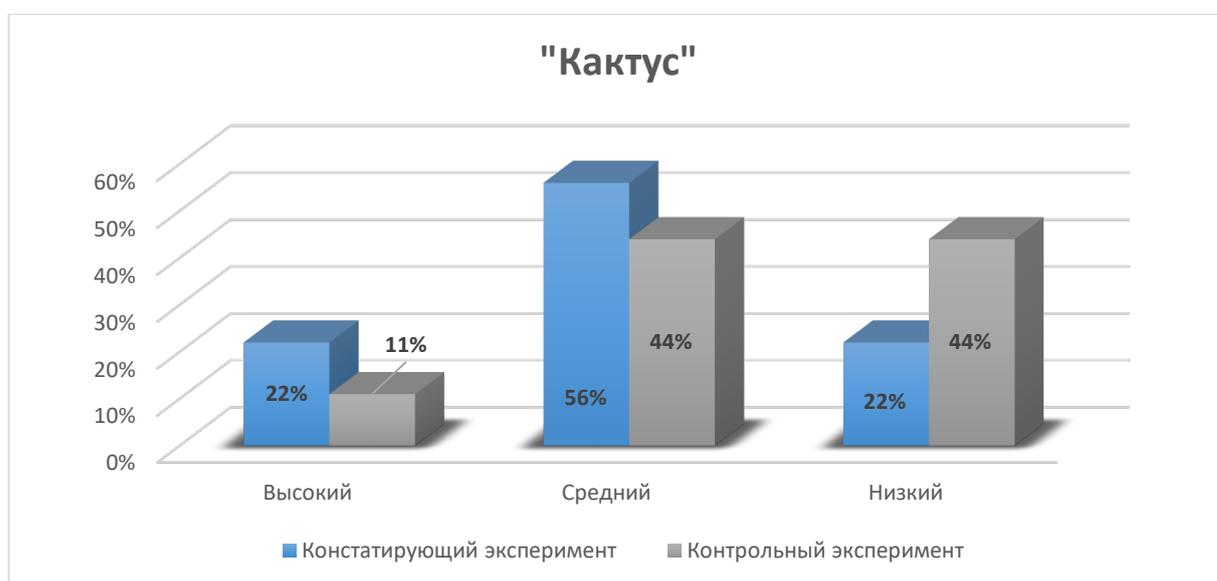


Рисунок 12. Гистограмма 12. *Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Кактус», контрольный этап эксперимента*

Как видим из *Рисунка 12*, до проведения психокоррекционной работы высокий уровень агрессии был выявлен у 22% детей (2 человека). После проведения повторного исследования стал 11% детей (1 человек). Таким образом, мы видим, что количество детей с высоким уровнем агрессии сократилось.

Средний уровень агрессии присущ 44% детей (4 человека). На констатирующем этапе исследования средний уровень был выявлен у 56% детей (5 человек). Таким образом, количество детей со средним уровнем агрессии также увеличилось.

Низкий уровень характерен для 44% детей (4 человека). До проведения психокоррекционной работы был выявлен у 22% детей (2 человека).

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

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

В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика в снижении уровня агрессии за счет увеличения количества детей с низким уровнем агрессии и снижением среднего уровня. Дети стали более спокойны. Частота проявления агрессивных действий сократилась. В сложной ситуации фрустрации дети стали чаще прибегать к конструктивному способу разрешения конфликта.

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

Выводы по третьей главе

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

Программа была рассчитана на 3,5 месяца и включала в себя 30 тематических занятий. Занятия имеют циклический характер, то есть некоторые занятия повторялись несколько раз для лучшего усвоения детьми навыков и информации. Форма проведения – групповая. Занятия проходили в виде игровых упражнений, т.к. для детей с задержкой психического развития игровые упражнения – самый оптимальный вариант психопрофилактической работы, в силу особенностей дефекта детей с задержкой психического развития и имеющихся нарушений.

Программа включала в себя следующие направления работы:

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

В результате использования игровых упражнений мы преследовали следующие задачи:

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

– Научение приемам саморегуляции.

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

По результатам контрольного этапа эксперимента мы установили, что в контрольной группе у детей значительных изменений в показателях нами не было зафиксировано. В своих действиях дети продолжили использовать агрессивные действия по отношению к окружающим. Дети, имеющие агрессивные наклонности в своем поведении обычно игнорировали правила и нормы поведения. Агрессия основана на негативных эмоциях и переживаниях, которые могут быть вызваны рядом факторов.

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

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

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

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

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

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

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

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

В результате констатирующего этапа эксперимента нам удалось выяснить, что как в контрольной, так и в экспериментальной группах у детей преобладает средний уровень агрессии. Чаще всего дети используют физическую и вербальную форму агрессии, причем, в большей степени агрессия проявляется по отношению к сверстникам.

Для предупреждения агрессивного поведения нами была разработана программа профилактики агрессивного поведения младших школьников с ЗПР.

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

Программа была реализована с детьми экспериментальной группы, так как у данной группы были выявлены более высокие показатели агрессии, указывающие на агрессивное поведение детей данной группы. Такие результаты требуют своевременной профилактической помощи. Помощь направлена на предупреждение агрессивных форм поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

Программа рассчитана 3.5 месяца. Включает в себя 30 занятий, продолжительностью 40 минут. Периодичность проведения занятий – два раза в неделю. Форма проведения занятий – групповая. В программе были использованы игровые техники, дыхательные техники и метод арт-терапии.

В результате контрольного этапа эксперимента мы установили, что в контрольной группе у детей значительных изменений в показателях нами не было зафиксировано. В ответах детей четко прослеживается наличие агрессивности. У большинства группы наблюдается проявление физической и вербальной агрессии в поведении. В ответах детей с повышенным уровнем агрессии были положительные ответы на утверждения: «Люблю драться», «Люблю смеяться над другими» и так далее.

В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика в увеличении количества детей, использующих при разрешении

конструктивные способы выхода из конфликтной ситуации. Данные показатели свидетельствуют о том, что уровень агрессии детей стал значительно ниже. В своем поведении дети стали реже использовать агрессивные реакции. В результате проведенного исследования мы видим, что дети стали контролировать агрессию и нежелательные формы поведения стали наблюдаться реже в поведении.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что разработанная нами программа профилактики агрессивного поведения детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития оказалась эффективной. Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод о том, что поставленная гипотеза подтвердилась. Поставленные задачи были выполнены в полной мере.

БИБЛИОГРАФИЯ

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

13. Воскресенская Т.А. Агрессивное поведение в конфликте обучающихся начальной школы / Мир науки, культуры, образования. 2020. № 6 (85). С. 17–19.
14. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 5: Основы дефектологии / под ред. Т. А. Власовой. М. : Академия, 2013г. – 334 с..
15. Ганзен, В. А. Систематизация психических состояний. // Психология состояний: хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров / под. ред. А. О. Прохорова. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2015. – С. 60–64.
16. Гребенникова О.В. Игры-релаксации в коррекционной работе с детьми 5-6 лет, проявляющими агрессию и вспыльчивость / / Психолог в детском саду. – 2004.
17. Детская агрессия. Простые способы коррекции нежелательного поведения ребенка/ Рама Паблишинг, 2017 г. – 200 с.
18. Жмуров Д.В. Словарь терминов агрессии и насилия / Д.В.Жмуров LAP Academic Publishing 2012г. – 288с.
19. Змановская, Е.В. Девиантология / Змановская, Е.В. психология отклоняющегося поведения, 2010г. – 82с.
20. Игнатова Ю. А. Социально-эмоциональное развитие детей с задержкой психического развития // Сб. работ молодых ученых МГПУ / сост. Н. М. Чалов. М. : МГПУ, 2001. Вып. 7.
21. Ильин, Е. П. Дифференциальная психофизиология. – СПб. и др.: Питер, 2017. – 454 с.
22. Ильин Е.П. Психология агрессивного поведения спб Питер 2014г. 173с.
23. Йокубаускайте И. К. Психологические особенности агрессивного поведения детей 7-9 лет с задержкой психического развития : автореф. Дис. ... канд. Психол. Наук : 19.00.10 / Нижегород. Гос. Пед. Ун-т. Нижний Новгород, 2006

24. Как найти друзей и быть хорошим другом / И.Е. Чеснова; худож. М. Кудрявцева. — Москва: Издательство АСТ, 2017. — 63 [1] с.: илл. — (Каждый ребенок желает знать...).
25. Клапаред, Э. Психология ребенка и экспериментальная педагогика / Э. Клапаред. — М.: ЛКИ, 2018. — 168 с.
26. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению/характер, коммуникабельность/популярное пособие для родителей и педагогов.- Ярославль: Академия развития, 1997. -240 с.
27. Ковалёв П.А. Возрастно-половые особенности отражения в сознании структуры собственной агрессивности и агрессивного поведения. — СПб., 1996. — 188 с.
28. Копчёнова Е.Е. Детская агрессивность как качество личности. — М., 2010. — 234 с.
29. Копытин А.И. Свитовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - Москва: Когито-Центр, 2014. —С.165–173
30. Корниенко А.С. Детская агрессия. Простые способы коррекции нежелательного поведения ребенка Екатеринбург: Рама Паблишинг 2012г. 190с.
31. Королева Ю. А. Психологическое сопровождение младших школьников с задержкой психического развития в условиях интеграции // Психология и педагогика : методика и проблемы практического применения : сб. материалов XV междунар. Науч.-практ. Конф. / под общ. Ред. С. С. Чернова. Новосибирск : Изд-во НГТУ, 2010.
32. Краткий психологический словарь / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. Москва: Академия, 2017. 432 с. с. 337
33. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей.- Ярославль: Академия развития, 1996. — 208 с.

34. Кухранова И. Коррекционно-психологические упражнения и игры для детей с агрессивным поведением // Воспитание школьников.– 2002.–№10. – с.31
35. Лебедева Л.Д., Арттерапия детской агрессивности // Начальная школа. – 2001.- №2. – с. 26-28
36. Лебединский, Л. Л. Нарушения психического развития в детском возрасте / В. В. Лебединский. – М.,2003.
37. Левитов Н.Д. Психическое состояние агрессии / Н.Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1992. – № 6. – С. 168-173
38. Левченко И. Ю. Киселева Н.Ю. Психологическое изучение детей с нарушениями в развитии М: Книголюб 2015г. 152с.
39. Леонтьев, А. Н. Потребности, мотивы и эмоции: конспект лекций / А. Н. Леонтьев. – М.: Изд-во МГУ, 2016. – 40 с
40. Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло»). - М., 1994.
41. Лукина М.Л., Шарифулина И.А. Детская агрессия. / Вестник науки и образования. 2020. № 15–1 (93). С. 96–99.
42. Лютова К.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб., Речь, 2005.
43. Мастюкова Е.М. Московина А.Г. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии М 2004
44. Матвеева Е.А. Агрессивность в младшем школьном возрасте и пути ее коррекции//Научный электронный журнал «Меридиан». – 2017. – №4. –С.179–182
45. Никифорова Л.А. Вкус и запах радости. Цикл занятий по развитию эмоциональной сферы. — М.: Национальный книжный центр 2015. — 72 с.
46. Панфилова МА. Игротерапия общения М: Гном-Пресс. 2002.
47. Паренс Г. Агрессия наших детей. М., 1997.

48. Подласый И. П. Курс лекций по коррекционной педагогике. Для средних специальных учебных заведений. — М.: Владос, 2002
49. Пошивалов В. П. Новые направления в изучении агрессивного поведения // Журн. высшей нервной деятельности им. И. П. Павлова. — 2015, Т. 37. — Вып. 4.
50. Практическая психология в тестах, или как научиться понимать себя и других.—М.: Аст-пресс, 1997. — 376 с.
51. Рабочая книга школьного психолога /под ред. И.В. Дубровиной.- М.: Международная педагогическая академия, 1995. — 376 с.
52. Ракитина В.В. Особенности коррекции агрессивных проявлений у младших школьников с ЗПР// Научный альманах. — №3-2(29). — 2017. — С.373-376
53. Реан А. А. Агрессия и агрессивность личности. — СПб., 2003. — 224 с.
54. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в 2 ч. часть 1. Система работы психолога с детьми разного возраста. Практическое пособие / Москва, 2019. Сер. 9 Профессиональная практика (4-е изд., пер. и доп). М.: Издательство Юрайт, 2018. 412 с
55. Романова Е.С., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. М., 1992.
56. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. — СПб. и др.: Питер, 2016. — 712 с
57. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. — СПб.: Питер Ком, 1998.
58. Румянцева Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии. // Вопросы психологии. — 2001. — № 1.— С. 81–87.
59. Румянцева Н.М. Агрессия и контроль.//Вопросы психологии. — 1992.—№ 5,6.-С.35–40.

60. Сальникова, Нина Работа с детьми: школа доверия / Нина Сальникова. – М.: Питер, 2018. –282 с.
61. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы.– М.: Новая школа, 1995. –144 с.
62. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. – М.:Новая школа, 1996.– с.163
63. Смирнова Е.О. Психологические особенности и варианты детской агрессивности / Е.О. Смирнова, Г.Р. Хузеева / / Вопросы психологии.– 2002. –№ 1.
64. Соколова Е.В. Психология детей с задержкой психического развития М: Сфера, 2009 – 320 с.
65. Соловьёва С.Л. Агрессивное поведение и агрессивность как свойство личности. // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 2014. – № 3. – С. 13–19.
66. Сосновикова Ю. Е. Психические состояния человека, их классификация.// Психология состояний: хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров / под. ред. А. О. Прохорова. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2015. – С. 79-88
67. Трунова Н.М. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста.- М.: Новая школа, 1986.– с.132
68. Ульенкова, У.В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии./ Ульенкова, У.В. – М.: Академия.– 2012. – 400с.
69. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. – М.: Генезис, 2004.
70. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции . – М., 2011. – 425 с.
71. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. – М.: Республика, 1994.

72. Фурманов А.Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция. М., Генезис, 2009
73. Фурманов И.А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция. – СПб.: Речь, 2007.
74. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Т. 1. – М., 2000. – 255 с.
75. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. – М.: Генезис, 2005.
76. Чернобровкина С.В. Фрустрация: Понятие и диагностика: Учеб.-метод. пособие: Для студентов специальности 020400 «Психология» / Сост. Л.И. Дементий. – Омск: Изд-во ОмГУ, 2004. – 68 с.
77. Чернухина Е. Е. Педагогические условия коррекции неблагоприятных эмоциональных состояний учащихся младших классов : автореф. Дис. ... канд. Пед. Наук : 13.00.03 ; 13.00.01 / Моск. Гос. Открытый пед. Ун-т. М., 2002.
78. Шамарина Е. В., Чернухина Е. Е. Особенности познавательной деятельности и эмоциональной сферы младших школьников с ЗПР : учеб.-метод. Пособие. М. : Книголюб, 2006.
79. Шиманская, Шиманский: Монсики. Что такое эмоции и как с ними дружить. Важная книга для занятий с детьми, - Москва: Издательство «Э», 2017, – 128с.
80. Штылева Л.В. Гендерная агрессия в школьной среде. / Социальная педагогика в России. Научно-методический журнал. 2020. № 4. С. 44–52.
81. Bushman, B.J. & Huesmann, L.R. Short-term and long-term effects of violent media on aggression in children and adults. *Journal of the American Academy of Pediatrics*, 2020, 348–352.
82. Huesmann LR, Guerra NG. 1997. Children's normative beliefs about aggression and aggressive behavior. *J. Pers. Soc. Psychol.* 72:408–19
83. Children's emotions andmoods. Michael Lewis. 1983

84. Children With Special Needs: Case Studies in the Clinical Teaching Process, - Brunner/Mazel Publishers, Inc, 1982, – 227c.

85. The Special Needs Acceptance Book: Being a Friend to Someone with Special Needs Spiral-bound – January 1, 2007? – 64c.

86. Sergeeva Y.I. Ways and means of expressing verbal aggression in modern Russian communication / International Journal of Psychosocial Rehabilitation. 2020. T. 24. № 6. C. 1278–1284.

ПРИЛОЖЕНИЕ**Приложение 1**

Таблица 1 - Контрольная группа детей, принявших участие в исследовании (4 Б класс)

№	Учащийся	Класс	Возраст	Вид дизонтогенеза
1	Михаил Г.	4 Б	11	ЗПР
2	Ирина Ш.	4 Б	10	ЗПР
3	Богдан Д.	4 Б	10	ЗПР
4	Алина Б.	4 Б	11	ЗПР
5	Александр М.	4 Б	11	ЗПР
6	Матвей Р.	4 Б	10	ЗПР
7	Анастасия Ф.	4 Б	10	ЗПР
8	Мария С..	4 Б	11	ЗПР
9	Василина Р.	4 Б	10	ЗПР

Приложение 2

Таблица 2 - Экспериментальная группа детей, принявших участие в исследовании (4 В класс)

№	Учащийся	Класс	Возраст	Вид дизонтогенеза
1	Олеся Е.	4 В	10	ЗПР
2	Полина Г.	4 В	11	ЗПР
3	Анна Б.	4 В	11	ЗПР
4	Роман М.	4 В	10	ЗПР
5	Екатерина Д.	4 В	11	ЗПР
6	Виктория С.	4 В	10	ЗПР
7	Ксения К.	4 В	10	ЗПР
8	Евгений П.	4 В	10	ЗПР
9	Артем Н.	4 В	11	ЗПР

Приложение 3

Таблица 3 – Опросник «Узнай себя» И.П. Подласый

№	Утверждение	Ответ «Да»	Ответ «Нет»
1	Нарушаешь школьные правила	1 балл	0 баллов
2	Любишь смеяться над другими	1 балл	0 баллов
3	Можешь ударить товарища	1 балл	0 баллов
4	Любишь драться	1 балл	0 баллов
5	Ругаешь плохими словами	1 балл	0 баллов
6	Не имеешь друзей	1 балл	0 баллов
7	Можешь сломать дерево	1 балл	0 баллов
8	Обзываешь детей	1 балл	0 баллов
9	Бьешь свою кошку, собаку	1 балл	0 баллов
10	Говоришь одно, а делаешь другое	1 балл	0 баллов

0 – 2 балла – низкий уровень агрессивности.

3 – 4 балла – уровень агрессивности ниже среднего

5 – 6 баллов – средний уровень агрессивности

7 – 8 баллов – уровень агрессивности выше среднего.

9 – 10 баллов – высокий уровень агрессивности.

Приложение 4

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

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

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

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

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

6. Старшеклассник просит одолжить тебе небольшую сумму денег _____

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

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

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

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

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

12. Кто-то резко закрывает перед тобой дверь _____

Конспекты занятий

Занятие 1.

Цель: установление доброжелательной атмосферы в группе

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Рассказ о себе»

Задание: задача ребенка рассказать о себе по следующему плану:

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

Упражнение «Какой я».

Задание: Нужно предложить ребенку дописать предложение «Я...». На вопросы ребенка отвечать отвлеченно, не конкретизируя информацию, давая возможность ребенку полностью выразить себя.

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

Упражнение «Как я представляю себя»

Упражнение позволяет понять, как видит себя ребенок.

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 2.

Цель: раскрытие групповых отношений.

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Царевна Несмеяна»

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

Упражнение «Жучок»

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

Упражнение «Посочувствуй другому»

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

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

Упражнение «Передай клубочек»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 3.

Цель: Знакомство с положительными эмоциями

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Сюжетные картинки с изображением эмоции»

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

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

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

Упражнение «Покажи положительную эмоцию»

Задание: Детям раздаются карточки с названиями чувств. Они знакомятся с ними, но не показывают окружающим. Ведущий просит детей

вспомнить ситуацию, в которой они испытывали подобное чувство (в соответствии с карточкой).

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

Упражнение «Представь эмоцию»

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

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 4.

Цель: Знакомство с отрицательными эмоциями

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Сюжетные картинки с изображением эмоции»

Задание: Детям предлагается рассмотреть карточку с изображением отрицательной эмоции и определить, в каком эмоциональном состоянии

находится человек, изображенный на данной карточке. Следует обсудить с детьми возникшие варианты.

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

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

Упражнение «Покажи отрицательную эмоцию»

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

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

Упражнение «Представь эмоцию»

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

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 5.

Цель: Развитие коммуникативных навыков и положительных моделей поведения

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Как ты себя чувствуешь?»

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

Упражнение «Цветик – семицветик»

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

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

Упражнение «Я и мой сосед»

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

Упражнение «Дожди»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 6.

Цель: Гармонизация эмоционального состояния

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Агрессивная скульптура»

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

- Что это такое? Расскажи об этой скульптуре.
- Что ты ощущал, когда создавал ее?
- Как бы ты назвал эту скульптуру?
- Что в сделанной тобой скульптуре тебе не нравится?
- Хочешь больше не думать об этом? Тогда сомни ее и вылепи то, что принесет тебе хорошее настроение.

Упражнение «Я рисую свой гнев»

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

По окончании зарисовки, психолог начинает обсуждение:

- Что ты изобразил?
- Какие чувства ты испытывал, во время изображения своего гнева?

- Изменилось ли что-то в твоём состоянии после окончания работы? Если да, то что?
- Есть ли у тебя желание сделать что-то с рисунком? Если да, то что?

Упражнение «Ассоциации».

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

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

3. Заключительный этап.

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

Занятие 7.

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения с помощью дыхательных гимнастик

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть

Упражнение «Замедленное движение»

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

Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая – очень легкая, простая.

Замедляется движение, исчезает напряжение.

И становится понятно – расслабление приятно!

Упражнение «Задуй свечу»

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

Упражнение «Ленивая кошечка»

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

Упражнение «Озорные щечки»

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

Упражнение «Рот на замочке»

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

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

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

Губы все же я расслаблю, а секрет себе оставлю.

Упражнение «Злюка успокоилась»

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

А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь.

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

Чтобы злоба улетела и расслабилось все тело,

Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться,

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

3. Заключительный этап.

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

Занятие 8.

Цель: Научить детей безопасным способам выражения агрессии

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Обзывалки»

Задание: “Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: “А ты, ..., морковка!” Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: “А ты, солнышко!”

Упражнение «Лепим из пластилина»

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

Упражнение «Волшебный шарик»

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

Упражнение «Дождик»

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

3. Заключительный этап.

Упражнение «Доброе животное»

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

Ритуал прощания. Обсуждение пройденного материала.

Занятие 9.

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

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Маленький принц»

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

По завершении рисунка, психолог начинает обсуждение:

– Как ты назвал созданную планету?

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

Упражнение «Самоанализ».

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

По окончании записи личных качеств, необходимо обсудить с ребенком:

- Какие отрицательные качества ты выписал?
- Хочешь ли ты от них избавиться? Что для этого нужно делать?
- Какие положительные качества ты выписал?
- Что должен делать человек, чтобы положительных качеств становилось все больше и больше?

Упражнение «Рисунок моего настроения»

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

Упражнение «Ладонка»

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

По окончании рисования, необходимо обсудить написанные детьми качества.

3. Заключительный этап.

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

Занятие 10.

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

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Ласковое имя»

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

Упражнение «Дождик»

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

Дети, держась друг за друга, передвигаются по комнате, преодолевая различные препятствия: обогнуть «широкое озеро», пробраться через

«дремучий лес», прятаться от диких животных и др. Главное условие – дети не должны отцепляться друг от друга.

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

Упражнение «Комплименты»

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

Упражнение «Похвалилки»

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

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 11.

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Лимон»

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

Упражнение «Мыльные пузыри»

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

Упражнение «Тучки»

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

Упражнение «Дождик»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 12.

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

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Драка»

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

Упражнение «Угадай эмоцию»

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

Упражнение «В центре круга»

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

Упражнение «Доброе животное»

Задание: Дети встают в круг и берутся за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. А теперь подышим вместе. Вдох – все делают шаг вперед. Выдох – шаг назад. Наше животное

дышит очень ровно и спокойно. А теперь изобразим и послушаем, как бьется его большое сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д.

3. Завершающий этап.

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

Занятие 13.

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

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Что мне нравится в тебе?»

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

Упражнение «Что я умею делать хорошего?»

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

Упражнение «Я победитель!»

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

Упражнение «Мой подарок для тебя!»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 14.

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения с помощью дыхательных гимнастик

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Летний денек»

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

Я на солнышке лежу,

Но на солнце не гляжу.

Глазки закрываем, глазки отдыхают.

Солнце гладит наши лица,

Пусть нам сон хороший снится.

Вдруг мы слышим: бом-бом-бом!

Прогуляться вышел гром.

Гремит гром, как барабан.

Упражнение «Воздушный шарик»

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

вновь... Сделайте так пять-шесть раз, потом медленно откройте глаза и спокойно посидите 1-2 минуты.

Упражнение «Рисуем стихотворение»

Педагог предлагает детям инсценировать стихотворение. Он читает и повторяет, дети инсценируют. Есть во дворе у нас мальчик Иван.

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

Упражнение «Вверх по радуге»

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

Упражнение «Семь свечей»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 15.

Цель: Научить детей безопасным способам выражения агрессии

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Рубка дров»

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

Упражнение «Коробочки»

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

Упражнение «Ругаемся овощами»

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

Упражнение «Мусорное ведро»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 16.

Цель: Развитие положительного отношения к окружающим

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Тренируем эмоции»

Задание: Попросите ребенка:

нахмуриться

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

улыбнуться

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

позлиться

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

испугаться

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

устать

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

отдохнуть

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

Упражнение «В центре круга»

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

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

Упражнение «Передай эмоцию»

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

Упражнение «Мой подарок для тебя!»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 17.

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Котик»

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

Нежится на солнышке,

Потягивается,

Умывается,

Царапает лапками с коготками коврик.

Используется спокойная музыка.

Упражнение «Бабочка и ветерок»

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

Упражнение «Шарик»

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

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем /вдох/

Шарик лопнул, выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем.

Упражнение «Подарок под елкой»

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

Упражнение «Шалтай-Болтай»

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

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне. (С. Маршак)

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

3. Заключительный этап.

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

Занятие 18.

Цель: Формирование осознанного отношения к тому, что у каждого человека могут быть свои желания и взгляды

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Рассказ»

Задание: чтение рассказа Драгунского «что я люблю», «что я не люблю». Обсуждение рассказа.

Упражнение «Мой подарок для тебя!»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 19.

Цель: Гармонизация эмоционального состояния

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Передай эмоцию»

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

Упражнение «Злюка успокоилась»

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

А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь.

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

Чтобы злоба улетела и расслабилось все тело,

Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться,

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

Упражнение «Волшебные рисунки»

Задание: Педагог предлагает детям брызнуть краской на лист бумаги так, чтобы получились кляксы (количество клякс не ограничено). Цвет ребята выбирают самостоятельно, без подсказки взрослого. Затем дети складывают лист пополам, ладошками прижимают две половинки листа. Потом открывают и смотрят, что получилось. Если дети затрудняются, ведущий помогает ребятам фантазировать: это может быть праздничный салют, сказочные цветы, волшебный замок, царство дракона.

Упражнение «Дожди»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 20.

Цель: Развитие положительного отношения к окружающим

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Пожелания»

Задание: дети садятся в круг и передают по кругу «волшебный мяч» при этом высказывая друг другу хорошие пожелания. Например: «желаю тебе хороших оценок», «дарю тебе хорошее настроение».

Упражнение «Закончи предложение».

Задание: Дети садятся в круг и поочередно отвечают на вопросы педагога:

- Мой любимый праздник;
- Моя любимая игрушка;
- Мой любимый цвет;
- Моя любимая сказка;
- Моё любимое занятие;
- Мой любимый мультфильм;
- Мой любимый цвет;
- Мой любимый урок в школе.

Упражнение «Здороваемся без слов»

Задание: Дети делятся на пары и встают друг перед другом. Каждая пара должна придумать свое приветствие. Главное условие – приветствие не должно содержать слов, только жесты (помахать друг другу, обняться, улыбнуться и так далее). Далее пары собираются в круг и показывают другим участникам свои приветствия.

Упражнение «Волшебная тропинка»

Задание: Из детей выбирается один человек для роли ведущего. Его задача – показать другим участникам способы пройти через «волшебную тропинку». Остальные участники должны повторить маршрут ведущего. Ребенок, который сбился превращается в «елочку». Задача команды «расколдовать елочку» через приятные слова и пожелания.

3. Завершающий этап.

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

Занятие 21.

Цель: Научить детей безопасным способам выражения агрессии

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Рисуем гнев»

Задание: Детям предлагается представить и нарисовать свой гнев: какой он формы, какого цвета и так далее. Затем детям предлагается избавиться от своего гнева – рисунок можно смять, порвать, топтать. После чего детям предлагается окончательно попрощаться со своим гневом – собрать разорванные или нет рисунки и выкинуть в мусорное ведро.

Упражнение «Бумажный мячик»

Задание: Перед началом игры детям предлагается смять в «мячики» листы бумаги. Дети делятся на две команды и выстраиваются в прямую линию друг напротив друга. По команде педагога «Приготовились! Начали» дети бросают в противоположную сторону свой бумажный мячик. Выигрывает команда, на чьей стороне оказалось меньше всего мячиков. Далее детям предлагается вместе убрать все мячики в специальную корзинку для повторного использования позже.

Упражнение «Маленькое привидение»

Задание: Педагог погружает детей в историю «Дети, сегодня мы с вами будем маленькими добрыми привидениями! Привидениям захотелось немного похулиганить и немного напугать друг друга! По хлопку нам надо будет сделать руками одно очень страшное движение (педагог приподнимает руки вверх, пальцы растопырены и произносит страшным голосом звук «У»). Если педагог хлопает тихо, то дети произносят «У» еле слышно и наоборот. Педагог хлопает в ладоши с разной громкостью.

Упражнение «Стаканчик для криков»

Задание: Детям предлагается «стаканчик для криков». Если ребенок возмущен, разозлен взволнован и другое, то он может выплеснуть все свои

негативные эмоции только в этот стаканчик. Стаканчик всегда находится у педагога и не используется для других целей.

3. Завершающий этап.

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

Занятие 22.

Цель: Снятие эмоционального и мышечного напряжения с помощью гимнастики

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Подарок на праздник»

Задание: Педагог: «Дети, представьте, что у вас скоро день рождения. Вы целый год хорошо себя вели, получали хорошие оценки и ждете подарок! Вы подходите к волшебной коробке и там лежит ваш подарок! Вы крепко-крепко зажмуриваете глаза и делаете глубокий вдох! Затаите дыхание. Что же лежит в волшебной коробке? Какой подарок вас ждёт? Теперь выдохните и откройте глаза. Ваш долгожданный подарок у вас! Улыбнитесь!». Упражнение выполняется несколько раз.

Упражнение «Ротик на замочек»

Задание: Детям необходимо поджать губы так, чтобы их не было видно – закрыть ротик на «замочек». Затем расслабить их. Педагог: «У меня есть свой секрет, не скажу вам его, нет (дети поджимают губы). Ох, как же сложно удержаться, ничего не рассказав (4-5секунд). Губы всё же я расслаблю, а секрет себе оставлю». Упражнение выполняется несколько раз.

Упражнение «Лимон в руке»

Задание: Дети опускают руки вниз и представляют, что в их руках лежит большой лимон. Необходимо медленно сжимать сначала правую руку в кулак. Затем бросить «лимон» и медленно расслабить руку. При этом педагог рассказывает стихотворение про лимон. Упражнение повторить и с левой рукой.

Упражнение «Слон»

Задание: Детям необходимо устойчиво поставить ноги на ширине плеч и представить себя в роли большого слона. Медленно перенести вес тела на одну ногу, а вторую поднять высоко, насколько это возможно. Затем с «грохотом» опустить ее на пол. Дети двигаются по кругу, поочередно поднимая каждую ногу и опуская ее.

3. Завершающий этап.

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

Занятие 23.

Цель: Развитие положительной самооценки, формирование уверенности в себе

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Рисунок себя»

Задание: Детям выдаются чистые листы и цветные карандаши. Задача детей нарисовать каким он представляет себя на данный момент. Дети рисуют так, чтобы никто не видел. После этого педагог собирает все рисунки, перемешивает и предлагает группе угадать кто из детей изображен на рисунке.

Упражнение «Мой поступок»

Задание: Детям предлагается рассказать группе о своем хорошем поступке. Затем детям распределяются роли из рассказанной ситуации ситуация проигрывается детьми. Дети делятся впечатлениями.

Упражнение «Ладочки»

Задание: Детям необходимо обвести свои ладошки на бумаге. Далее каждый ребенок пишет на получившейся ладошке что-нибудь хорошее о себе или пожелания себе. После чего педагог собирает ладошки и вешает на общую доску.

Упражнение «Закончи фразу»

Задание: Дети садятся в круг. Педагог бросает поочередно каждому ребенку мяч. Задача каждого ребенка закончить фразу: «Я умею...», «Я хочу научиться...», «Я могу...».

3. Завершающий этап.

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

Занятие 24.

Цель: Формирование умения распознавать различные настроения и эмоциональные состояния других детей

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Отгадай кто тебя зовёт»

Задание: Дети поочередно становятся в другой конец комнаты и закрывают руками глаза - водят. Каждый ребенок поочередно зовет водящего по имени с разной интонацией (удивление, грусть, злость, робость). Задача водящего отгадать кто его позвал и назвать эмоцию.

Упражнение «Веселый хоровод»

Задание: Детям необходимо встать в круг и взяться за руки. Дети двигаются по кругу и изображают злого волка, хитрую лису, напуганного зайчика и так далее. Задание выполняется несколько раз.

Упражнение «Угадай эмоцию»

Задание: Детям выдаются карточки с изображением животных, находящихся в разных настроениях (сердитый медведь, веселый ежик, злой волк, радостный заяц и так далее). Каждому ребенку необходимо показать группе свою карточку с помощью жестов и мимики. Задача остальных угадать кто изображен на карточке.

Упражнение «Повтори мимикой»

Задание: Детям необходимо изобразить следующие эмоции: я смеюсь, я улыбаюсь, я радуюсь, я пою. Упражнение повторяется несколько раз.

3. Завершающий этап.

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

Занятие 25.

Цель: Развитие коммуникативных навыков. Формирование понятия «дружба»

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Рассказ»

Задание: Чтение рассказа И. Бутмана «Снежки». Рома с Таней, соседи по квартире, играли во дворе в снежки. Роме почему-то не везло, а Таня всё время в него попадала. Рома даже обиделся. Когда мама позвала ребят обедать, он положил в карманы несколько снежков и решил запустить их в

Таню прямо в квартире. После обеда Рома полез в пальто, но снежков там не оказалось.

«До чего же вредная девчонка! - возмутился Рома. - Мало того, что украла мои снежки, так ещё и воды в карман налила».

Рефлексия рассказа.

Упражнение «Мой подарок для тебя!»

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

Упражнение «Комплименты»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 26.

Цель: Формирование навыка рефлексии ценностных ориентиров

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Прогноз погоды».

Задание: Детям выдается карточки-тучки, которые описывают злобное душевное состояние, солнце – веселое, радостное; дождь – унылое, грустное.

Детям необходимо подобрать соответствующую карточку и рассказать всем, какое на сегодняшний день у него душевное состояние, настроение, а также «погода».

Упражнение «Личики».

Задание: Детям предлагается ознакомиться с карточками со смайликами, рисунками разных чувств и эмоций на лицах: радости, грусти, злости, удивления, страха, обиды. Каждому ребенку из группы необходимо выбрать собственное эмоциональное состояние (настроение), пояснить своими словами, по какой причине именно эту маску предпочел.

Упражнение «Драка»

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

Упражнение «В центре круга»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 27.

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

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Как ты себя чувствуешь?»

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

Упражнение «Мой подарок для тебя!»

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

Упражнение «Доброе животное»

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

3. Завершающий этап.

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

Занятие 28.

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

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Передай клубочек»

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

Упражнение «Я могу»

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

Упражнение «Зеркало»

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

Упражнение «Позови ласково»

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

Упражнение «Похвалилки»

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

В заключение можно провести беседу о том, что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того чтобы это заметить,

необходимо внимательно, заботливо и доброжелательно относиться к окружающим.

3. Заключительный этап.

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

Занятие 29.

Цель: Гармонизация эмоционального состояния

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Передай клубочек»

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

Упражнение «Злюка успокоилась»

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

А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь.

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

Чтобы злоба улетела и расслабилось все тело,

Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться,

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

Упражнение «В центре круга»

Задание: Дети сидят в кругу на коврике или на стульях. В центре ребенок, который выбирается воспитателем или детьми, можно по считалке.

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

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

Упражнение «Семь свечей»

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

Занятие 30.

Цель: Завершающее занятие; подведение итогов занятий

1. Организационный момент.

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

2. Основная часть.

Упражнение «Самоанализ»

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

Упражнение «Итоговый рисунок»

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

Упражнение «Скажи доброе пожелание»

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

3. Завершающий этап.

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