

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии

**РЕЦ ВАЛЕНТИНА РУСЛАНОВНА**


ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

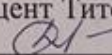
**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО  
ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА,  
ИМЕЮЩИХ ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ГАДЖЕТОВ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы  
Практическая психология в образовании

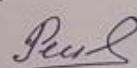
ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой  
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.  
29 05 2026 

Руководитель  
канд. психол. наук, доцент Титова О.И.  
29 05 2026 

Обучающийся

Рец В.Р.

29 05 2026 

Дата защиты

Оценка

Красноярск, 2026

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ И ЗАВИСИМОСТИ ОТ ГАДЖЕТОВ У ДЕТЕЙ.....	6
1.1. Психолого-педагогическая характеристика агрессивного поведения детей.....	6
1.2. Влияние зависимости от гаджетов на эмоционально-волевую сферу и поведение ребёнка.....	10
1.3. Особенности детско-родительских отношений при формировании агрессивного поведения и зависимости от гаджетов .....	15
1.4. Психологическая характеристика детей младшего школьного возраста.....	19
1.5. Методы и формы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения детей.....	23
Выводы по Главе 1.....	29
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ И ЗАВИСИМОСТИ ОТ ГАДЖЕТОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	31
2.1. Организация и методы исследования.....	31
2.2. Результаты первичной диагностики агрессивного поведения и зависимости от гаджетов .....	35
2.3. Разработка комплекса занятий по коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста.....	42
2.4. Результаты контрольного этапа диагностики агрессивного поведения и зависимости от гаджетов.....	48
Выводы по Главе 2.....	52
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	54
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	57
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	61

## ВВЕДЕНИЕ

Активное развитие цифровых технологий является одной из ключевых тенденций современного общества, оказывая значительное влияние на процессы социализации, обучения и воспитания детей. Гаджеты и цифровые устройства прочно вошли в повседневную жизнь младших школьников, становясь не только средством получения информации, но и основным каналом досуга и общения. Однако широкое распространение цифровых технологий сопровождается увеличением числа случаев формирования зависимости от гаджетов, что негативно отражается на эмоционально-волевой сфере ребёнка и проявляется, в том числе, в повышенной раздражительности, импульсивности и агрессивных реакциях. В связи с этим проблема агрессивного поведения детей, имеющих признаки цифровой зависимости, приобретает особую значимость для психолого-педагогической практики.

Агрессия в детском возрасте представляет собой сложный феномен, обусловленный взаимодействием биологических, психологических и социальных факторов. Она может выражаться в вербальных, физических или косвенных формах и нередко становится показателем эмоциональной незрелости и трудностей саморегуляции. В условиях цифровой зависимости агрессивные проявления усиливаются вследствие снижения толерантности к фрустрации, дефицита живого общения и эмоционального контакта с родителями. Психолого-педагогическая практика фиксирует рост числа детей, демонстрирующих агрессию в ситуациях ограничения использования гаджетов, что требует разработки комплексных подходов к коррекционной работе.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью поиска эффективных психолого-педагогических методов, направленных на коррекцию агрессивного поведения у детей, находящихся в зоне риска цифровой зависимости, а также на укрепление детско-родительских

отношений как важнейшего ресурса профилактики эмоционально-поведенческих нарушений.

Объект исследования – агрессивное поведение детей.

Предмет исследования – агрессивное поведение детей младшего школьного возраста, имеющих зависимость от гаджетов.

Цель исследования – теоретически обосновать и апробировать комплекс занятий агрессивного поведения детей младшего школьного возраста, имеющих зависимость от гаджетов.

Для достижения цели были сформулированы следующие задачи исследования:

1. Изучить теоретические подходы к проблеме агрессивного поведения детей младшего школьного возраста, имеющих зависимость от гаджетов.

2. Провести диагностику уровня агрессивности детей младшего школьного возраста, имеющих зависимость от гаджетов.

3. Обосновать и апробировать комплекс занятий, направленных на коррекцию агрессии детей младшего школьного возраста, имеющих зависимость от гаджетов.

4. Оценить эффективность комплекса занятий, направленных на коррекцию агрессии детей младшего школьного возраста, имеющих зависимость от гаджетов.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что комплекс психолого-педагогической коррекции, направленный на освоение детьми младшего школьного возраста социально приемлемых способов выражения гнева, приёмов саморегуляции и навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях, а также на развитие эмпатии и формирование досуговых практик, альтернативных использованию гаджетов, приведёт к снижению общего уровня агрессивности (прежде всего по шкалам вербальной агрессии и гнева), ослаблению признаков зависимости от гаджетов (сокращение экранного времени, уменьшение конфликтов при

ограничении доступа к устройствам) и улучшению эмоционального состояния детей.

Методы исследования включают:

- анализ научной литературы;
- наблюдение;
- беседу;
- анкетирование;
- тестирование (опросник Басса–Перри, методика «Рисунок несуществующего животного»);
- качественный и количественный анализ полученных данных.

База исследования – МАОУ ХХ г. Красноярск «Средняя общеобразовательная школа». В исследовании участвовали 20 учащихся 3–4 классов в возрасте 9–10 лет и их родители.

Практическая значимость работы заключается в возможности использования разработанных коррекционно-развивающих мероприятий в образовательных организациях для профилактики агрессивного поведения и снижения цифровой зависимости у детей младшего школьного возраста.

Структура работы включает введение, две главы, заключение, список использованных источников и приложения. Первая глава посвящена теоретическому анализу проблемы агрессии и цифровой зависимости, а также роли семьи в их формировании. Вторая глава содержит результаты диагностики, описание коррекционной программы и анализ взаимодействия педагога и родителей в процессе коррекции агрессивного поведения.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ И ЗАВИСИМОСТИ ОТ ГАДЖЕТОВ У ДЕТЕЙ**

## **1.1. Психолого-педагогическая характеристика агрессивного поведения детей**

Проблема агрессивного поведения детей занимает одно из центральных мест в современной психолого-педагогической науке. Агрессия как феномен человеческого поведения рассматривалась многими исследователями, однако до сих пор не существует единого подхода к её сущности, механизмам и формам проявления. В педагогической практике агрессия представляет собой не только индивидуальную особенность ребёнка, но и социально значимое явление, влияющее на успешность воспитательного процесса, эмоциональное благополучие и развитие личности в целом [11].

Согласно социально-когнитивной теории А. Бандуры, агрессивное поведение формируется не исключительно на основе врождённых инстинктов, а является результатом усвоения моделей поведения через наблюдение и подражание [11]. Ребёнок, сталкиваясь с проявлениями насилия в семье, медиа или игровом пространстве, усваивает агрессивные сценарии как допустимый способ достижения цели. Бандура подчёркивал, что агрессия поддерживается системой поощрений — внешних (одобрение, получение выгоды) и внутренних (удовлетворение от доминирования) стимулов. Таким образом, агрессивность становится устойчивой поведенческой стратегией, подкреплённой опытом успешного применения в социальной среде [11].

Американские психологи А. Басс и М. Перри предложили рассматривать агрессивность как личностную черту, имеющую структурную организацию, включающую физическую и вербальную агрессию, гнев и враждебность [13]. В их модели агрессивное поведение рассматривается как многоуровневое образование, где внешние проявления (словесные или

физические акты) тесно связаны с внутренними состояниями раздражения и недовольства. В педагогическом контексте это позволяет рассматривать агрессию не только как нарушение норм, но и как индикатор эмоциональных трудностей ребёнка, требующий психологической коррекции [13].

Российская психолого-педагогическая школа также уделяет значительное внимание анализу агрессии как социально обусловленного явления. А.А. Реан определяет агрессию как систему деструктивных форм поведения, направленных на причинение физического или морального вреда другим людям либо самому себе [28]. Учёный подчёркивает, что агрессивность у детей и подростков нередко возникает вследствие дефицита положительного социального опыта, недостаточной сформированности самоконтроля и эмоциональной неустойчивости. А.А. Реан также фиксирует смещение форм агрессии в условиях современного общества: все чаще она принимает косвенный характер - кибербуллинг, демонстративное неповиновение, эмоциональное отстранение от взрослых [28].

К.А. Андерсон и Б. Бушман рассматривают агрессивное поведение как результат сложного взаимодействия биологических, когнитивных и социальных факторов, предлагая биопсихосоциальную модель [38]. В рамках этой модели наследственные предпосылки, уровень гормональной активности и тип нервной системы сочетаются с особенностями социальной среды и личного опыта. Ученые указывают, что повышенная раздражительность и импульсивность у детей активируются под влиянием фрустрации, стресса или дефицита внимания со стороны значимых взрослых, что подтверждает необходимость комплексного подхода в педагогической практике: диагностика и коррекция агрессивного поведения должны учитывать психологические и социальные детерминанты [38].

Отдельное направление анализа связано с возрастными особенностями агрессивного поведения. Г. Крайг отмечает, что проявления агрессии в детском возрасте соотносятся с этапами формирования самосознания, самоконтроля и социальных навыков [19]. В раннем возрасте агрессия носит

импульсивный, ситуативный характер и проявляется как реакция на фрустрацию или ограничение активности; в младшем школьном возрасте она становится более осознанной, превращаясь в средство утверждения в коллективе. Подростковая агрессия, по мнению автора, чаще связана с кризисом идентичности и стремлением к самоутверждению, что требует педагогической поддержки и направленного формирования конструктивных форм общения [19]. Современные исследования подтверждают тесную связь агрессивного поведения детей с особенностями микросоциальной среды.

А.А. Реан, И.И. Иванов, анализируя представления педагогов об агрессивных учащихся, выделяют ряд факторов, повышающих риск формирования агрессивных реакций: низкий уровень педагогической культуры родителей, эмоциональная холодность в семье, недостаток позитивного взаимодействия с взрослыми и сверстниками [28]. Учёные отмечают, что в школьной среде агрессия часто выступает способом самозащиты или компенсации чувства неполноценности, что требует от педагога не карательных, а коррекционно-развивающих мер [28].

В отечественной психолого-педагогической традиции большое внимание уделяется также диагностике и профилактике детской агрессии. Под редакцией О.Н. Кульчиковская, агрессивное поведение детей нередко имеет компенсаторный характер, выступая реакцией на неудовлетворённые потребности во внимании, признании и эмоциональном контакте [21]. В условиях семейного дефицита тепла ребёнок может использовать агрессию как способ привлечения внимания, пусть даже в негативной форме. Авторы подчёркивают необходимость ранней профилактической работы, направленной на развитие эмоционального интеллекта, эмпатии и способности к саморегуляции [21].

Педагогическая наука рассматривает агрессию как проявление нарушения гармонии в системе «ребёнок – среда». Неблагоприятные условия воспитания, эмоциональное пренебрежение и отсутствие конструктивных форм разрешения конфликтов способствуют закреплению

агрессивных моделей поведения. При этом важно различать агрессию как ситуативную реакцию и агрессивность как устойчивую личностную черту. Для коррекционной работы необходимо понимать, какие именно факторы поддерживают агрессивность ребёнка — биологические, социальные или личностные [21].

С точки зрения психолого-педагогического подхода, агрессия выполняет и определённые функции. Она может служить средством самозащиты, способом отстаивания своих границ, формой выражения протеста или эмоциональной разрядки. Однако при отсутствии педагогической поддержки и воспитания навыков саморегуляции агрессивное поведение может трансформироваться в деструктивные формы - буллинг, насмешки, физическое насилие, вербальные оскорбления. Задача педагога заключается не в полном подавлении агрессии, а в её перенаправлении в социально приемлемое русло, что возможно только при формировании у ребёнка положительных способов самовыражения [16].

Агрессивность ребёнка проявляется не изолированно, а в контексте взаимодействия с окружающими. Взаимоотношения в семье и школе выступают значимыми условиями, определяющими характер агрессивных реакций. Эмоциональная нестабильность родителей, авторитарный стиль воспитания, избыточный контроль либо, напротив, гиперопека могут провоцировать усиление агрессивных тенденций. Педагогическая задача заключается в том, чтобы помочь ребёнку осознать собственные чувства и научиться выражать их конструктивно [16].

Исследования последних лет показывают, что в условиях цифровизации и повышенной информационной нагрузки у детей усиливаются проявления раздражительности, импульсивности и нетерпимости. Это связано с дефицитом «живого» общения и снижением уровня эмпатии, что в свою очередь ведёт к росту конфликтных ситуаций в образовательной среде. Анализ агрессивного поведения требует учёта

современных социальных реалий: воздействия цифровой среды, медиа и виртуальных коммуникаций [34].

Агрессивное поведение детей представляет собой сложное многоплановое явление, в котором переплетаются индивидуально-психологические, социальные и педагогические факторы. Оно обусловлено личностными особенностями ребёнка и системой взаимоотношений в семье, образовательном пространстве. Понимание структуры и причин детской агрессии позволяет выстраивать эффективные стратегии профилактики и коррекции, ориентированные на развитие саморегуляции, эмпатии и коммуникативных навыков. Успешная педагогическая работа предполагает сочетание диагностических, воспитательных и развивающих методов, которые формируют эмоциональную устойчивость и конструктивные формы поведения [34].

## **1.2. Влияние зависимости от гаджетов на эмоционально-волевою сферу и поведение ребёнка**

Современные социальные и технологические изменения привели к тому, что цифровая среда стала неотъемлемой частью повседневной жизни детей и подростков. Гаджеты, интернет, социальные сети и онлайн-игры формируют новый тип социальной активности, где виртуальное пространство зачастую подменяет реальные формы взаимодействия и познания. При этом чрезмерное увлечение цифровыми технологиями нередко приводит к формированию феномена зависимости от гаджетов, оказывающего глубокое воздействие на эмоционально-волевою сферу личности ребёнка и на его поведение [21].

Термин «зависимость от гаджетов» используется для обозначения состояния, при котором ребёнок испытывает непреодолимую потребность в постоянном взаимодействии с цифровыми устройствами и сетью. Т.В.Потупчик указывает, что такая форма зависимости характеризуется

потерей контроля над временем пребывания онлайн, снижением критичности к своему поведению и постепенным вытеснением реальных форм общения и деятельности [27]. Автор отмечает, что среди подростков интернет-зависимость проявляется чаще, чем в других возрастных группах, что связано с кризисом самоидентичности и стремлением к социальному признанию. Эмоциональные колебания, частая смена настроения, тревожность и раздражительность становятся типичными проявлениями для детей, находящихся в состоянии цифровой зависимости [27].

По мнению И.М. Крючкова, интернет-зависимость можно рассматривать как разновидность поведенческой аддикции, где объектом пристрастия выступает не вещество, а виртуальное взаимодействие [20]. В этом случае у ребёнка происходит перестройка системы мотивации: интересы и потребности смещаются в сторону удовлетворения эмоциональных и социальных запросов посредством цифровых ресурсов. Автор подчёркивает, что зависимость от гаджетов оказывает деструктивное воздействие на эмоционально-волевую сферу ребёнка, снижая способность к концентрации внимания, терпению и произвольной регуляции поведения [20]. Эмоции становятся более поверхностными и нестабильными, наблюдается повышенная возбудимость, раздражительность, склонность к агрессивным реакциям при попытках ограничить использование устройств [20].

Исследования показывают, что цифровая зависимость тесно связана с когнитивным и эмоциональным выгоранием детей. Постоянная стимуляция нервной системы визуальными и звуковыми сигналами приводит к переутомлению, нарушению сна и снижению когнитивной гибкости. О.В. Диривянкина отмечает, что длительное пребывание ребёнка в цифровой среде вызывает так называемое «информационное перенасыщение», при котором мозг испытывает перегрузку, а психика — хроническое напряжение [10]. В результате нарушается эмоциональная устойчивость: дети становятся капризными, нетерпеливыми, склонными к вспышкам раздражения. При этом параллельно наблюдается снижение эмпатийных проявлений, что

влечёт за собой трудности во взаимодействии со сверстниками и взрослыми [10].

В контексте возрастной психологии зависимость от гаджетов нарушает естественное формирование произвольной сферы личности. В младшем школьном возрасте цифровые технологии создают иллюзию лёгкости достижения результата, что мешает развитию настойчивости и способности преодолевать трудности. В подростковом возрасте гаджет-зависимость препятствует формированию автономии и саморегуляции, подменяя реальное самоутверждение виртуальными достижениями. Как отмечает Я.П. Конарева, цифровая аддикция становится фактором, искажающим процесс личностного становления, поскольку формирует зависимое, реактивное поведение, основанное на стремлении к немедленному удовлетворению потребностей [16]. Эмоциональная сфера при этом характеризуется неустойчивостью, склонностью к апатии или аффективным всплескам, а волевая — снижением способности к самоконтролю и планированию [16].

Особое внимание в исследованиях уделяется взаимосвязи цифровой зависимости и агрессивного поведения. А.Р. Кудашев и А.А. Баранов рассматривают феномен интернет-зависимости в связке с ростом киберагрессии и кибербуллинга среди подростков [19]. Виртуальное пространство, по мнению исследователей, порождает у пользователей ощущение безнаказанности, которое провоцирует агрессивные модели поведения и ослабляет чувство социальной ответственности. Ребенок, постоянно пребывающий в онлайн-среде, постепенно утрачивает способность к сопереживанию: виртуальное взаимодействие лишено невербальных компонентов (мимики, жестов, интонаций), без которых эмпатия развивается с трудом. Следствием становятся эмоциональное отчуждение и повышенная раздражительность в реальной жизни [19].

Цифровая зависимость нередко выступает своеобразным механизмом психологической защиты от внутреннего напряжения, неуверенности или нехватки положительных эмоций [19]. Погружаясь в мир гаджетов, ребенок

получает временное облегчение, однако глубинные проблемы остаются нерешенными, и со временем эмоциональная нестабильность лишь усиливается. Психологи отмечают у таких детей повышенный уровень тревожности и низкую устойчивость к стрессу. Попытки взрослых ограничить время пребывания за экраном нередко вызывают агрессивные вспышки, протестные реакции и даже симптомы абстиненции, что подтверждает наличие зависимости как психологического расстройства [19].

Социально-психологические аспекты проблемы подчеркивают И.М.Крючкова и А.А. Игнатова, отмечая, что зависимость от гаджетов носит массовый характер и связана не только с индивидуальными особенностями ребёнка, но и с особенностями социальной среды [20]. По их данным, значительное влияние оказывает родительская модель поведения: если взрослые сами демонстрируют зависимость от смартфонов, то дети воспринимают подобное обращение с цифровыми устройствами как норму [20]. Авторы указывают, что постоянное пребывание в виртуальной среде ведёт к ослаблению эмоциональных связей в семье, снижению доверия и взаимопонимания между поколениями. Это формирует у ребёнка чувство одиночества и незащищённости, что усиливает потребность в виртуальных контактах и ещё больше укрепляет зависимость [20].

Психологи и педагоги отмечают, что влияние цифровой зависимости на эмоционально-волевую сферу ребёнка проявляется и в сфере учебной мотивации. У детей наблюдается снижение интереса к познавательной деятельности, трудности с концентрацией внимания, ухудшение памяти и способности к логическому мышлению [6]. Постоянная стимуляция яркими визуальными образами и короткими информационными сообщениями формирует поверхностное восприятие, мешающее усвоению сложной учебной информации. Утрата способности к длительной концентрации снижает академическую успешность, что в свою очередь усиливает чувство неуверенности и тревожности [6].

Воспитательные последствия цифровой зависимости проявляются в

нарушении системы социальных норм и ценностей. А.А. Реан, А.Р. Кудашев и А.А. Баранов отмечают, что чрезмерное использование цифровых технологий ведёт к деформации нравственных ориентиров, формированию потребительского отношения к информации и общению [28]. При этом происходит ослабление волевых качеств, таких как ответственность, настойчивость и способность к самоконтролю. Исследователи подчёркивают, что основой профилактики цифровой зависимости должно стать формирование у детей культуры цифрового поведения и осознанного отношения к информационным технологиям [28]. Это предполагает развитие навыков критического мышления, умения дозировать время в сети и использовать гаджеты как инструмент обучения, а не как средство ухода от реальности [28].

В психолого-педагогическом контексте цифровая зависимость рассматривается как фактор риска для формирования личностных и эмоционально-волевых нарушений. Дети, проводящие значительную часть времени в виртуальной среде, демонстрируют эмоциональную холодность, трудности в эмпатии, импульсивность и неустойчивость настроения. Ослабленная саморегуляция повышает уязвимость к стрессу и конфликтам, при этом типичными спутниками подобного состояния становятся нарушения сна, тревожность, раздражительность и снижение волевого контроля [6].

Зависимость от гаджетов воздействует на эмоционально-волевою сферу ребёнка многосторонне, причём преимущественно негативно: искажается структура мотивов и потребностей, нарушается саморегуляция, ослабевают способность к эмпатии и социальному взаимодействию. Влияние виртуального пространства на детскую психику требует комплексного подхода, который объединял бы усилия педагогов и родителей в профилактике, просвещении и развитии эмоциональной грамотности. Системная работа семьи совместно с образовательной средой способна сформировать у ребёнка ответственное и безопасное отношение к цифровым

технологиям, сохранив его эмоциональное здоровье и поддерживая личностное развитие.

### **1.3. Особенности детско-родительских отношений при формировании агрессивного поведения и зависимости от гаджетов**

Современные социокультурные условия существенно трансформируют характер детско-родительских отношений. Массовое распространение цифровых технологий и гаджетов трансформировало не только способы общения, но и саму структуру семейного взаимодействия. Родители и дети всё чаще проводят время вместе, находясь при этом в «разных мирах» — физически рядом, но психологически дистанцированы друг от друга. Такая ситуация становится одной из ключевых причин формирования у ребёнка зависимости от гаджетов и проявлений агрессивного поведения [31].

Семейная система играет решающую роль в становлении личности ребёнка. Стиль воспитания, эмоциональный климат в семье, способы взаимодействия и уровень доверия определяют не только характер межличностных отношений, но и степень психологического благополучия ребёнка. Н.Б. Семенова подчёркивает, что именно особенности родительского воспитания во многом определяют уровень риска развития интернет-зависимости и связанных с ней девиантных форм поведения [31]. Автор отмечает, что авторитарный стиль, основанный на жёстком контроле и недостатке эмоционального тепла, способствует формированию скрытого протеста и уходу подростка в виртуальную среду как способа самовыражения и компенсации дефицита внимания [31]. В то же время попустительский стиль, характеризующийся отсутствием границ и родительского участия, создаёт условия для бесконтрольного пользования гаджетами, что также повышает риск зависимости [31].

Исследования Л.М. Семенюк показывают, что цифровая зависимость всё чаще становится общесемейной проблемой, затрагивающей не только

детей, но и взрослых членов семьи [33]. Родители, чрезмерно вовлечённые в использование смартфонов и социальных сетей, невольно транслируют ребёнку модель поведения, при которой виртуальное взаимодействие подменяет эмоциональную близость. В результате нарушается естественный процесс формирования привязанности и доверия. Автор отмечает, что такое «цифровое отчуждение» ведёт к ослаблению эмоциональных связей между членами семьи, а дефицит общения провоцирует у ребёнка раздражительность, тревожность и склонность к агрессивным реакциям [33].

Особенно уязвимыми оказываются дети младшего и подросткового возраста, для которых родительская вовлеченность и поддержка являются основным источником чувства безопасности. При недостатке внимания ребёнок стремится компенсировать этот дефицит в цифровом пространстве, где получает признание и эмоциональные стимулы, пусть и поверхностного характера. Таким образом, зависимость от гаджетов нередко выступает следствием неудовлетворённой потребности в общении и принятии со стороны родителей [33].

В зарубежной психологии значительное внимание уделяется типам родительского воспитания и их влиянию на поведение подростков. Классическая типология Д. Баумринд выделяет три основных стиля воспитания: авторитарный, либеральный (попустительский) и авторитетный. Авторитарный стиль отличается высокой требовательностью при низкой эмоциональной поддержке, и дети таких родителей часто демонстрируют повышенную тревожность, агрессивность, стремление к протесту. Либеральный стиль, напротив, характеризуется отсутствием чётких границ и правил, что ведёт к недостатку самоконтроля и дисциплины у ребёнка. Авторитетный стиль признан наиболее благоприятным для развития: он сочетает последовательность требований с тёплым, поддерживающим отношением [22]. Применительно к современным реалиям именно авторитетный стиль позволяет минимизировать риски зависимости от

гаджетов и формирования агрессивных моделей поведения, поскольку обеспечивает баланс между контролем и автономией ребёнка.

Исследование J. Hwang и соавторов показало, что на степень вовлеченности ребенка в виртуальные игры и цифровую среду влияет не только стиль воспитания, но и система поощрений и наказаний, используемая родителями. Непоследовательность требований и хаотичная система вознаграждений формируют у подростков привычку искать быстрые эмоциональные стимулы, что способствует развитию зависимости от игр и гаджетов. Авторы также отмечают прямую связь между эмоциональной холодностью родителей и склонностью подростков к агрессивным реакциям при ограничении экранного времени. Аддиктивное поведение ребенка, таким образом, оказывается не только личностной, но и системной, семейной проблемой [17].

Научная литература уделяет отдельное внимание влиянию цифровой среды на структуру коммуникации между родителями и детьми. По данным аналитического отчёта «Лаборатории Касперского» «Родители и дети в сети», более шестидесяти процентов российских семей сталкиваются с конфликтами, связанными с использованием гаджетов [17]. Основными причинами становятся чрезмерное время, проводимое детьми онлайн, а также разногласия.

Исследование показывает, что родители часто ощущают беспомощность в контроле цифровой активности ребёнка, поскольку сами не обладают достаточной цифровой грамотностью [17]. При этом около половины опрошенных родителей признались, что испытывают чувство вины из-за нехватки «живого» общения с детьми, что, в свою очередь, усиливает эмоциональную дистанцию. Таким образом, проблема зависимости от гаджетов носит двусторонний характер: она является не только результатом детского поведения, но и отражением родительской модели цифрового взаимодействия [17].

Современные образовательные платформы и психологические службы

предлагают рекомендации по налаживанию детско-родительских отношений в контексте цифровой зависимости. В методических материалах онлайн-школы «Фоксфорд» подчёркивается, что эффективное воспитательное воздействие возможно только при сочетании разумного контроля и доверия [2]. Родителям рекомендуется не просто ограничивать использование гаджетов, а совместно с ребёнком вырабатывать правила цифровой гигиены, включая временные рамки, цели и формы использования устройств. Авторитет родителя при этом строится не на запрете, а на личном примере осознанного обращения с технологиями [2]. Также отмечается, что совместные виды досуга — прогулки, настольные игры, обсуждение фильмов — помогают восстановить эмоциональный контакт, снизить раздражительность ребёнка и укрепить чувство принадлежности к семье [2].

Психологи подчёркивают, что нарушенные детско-родительские отношения способствуют развитию не только цифровой зависимости, но и агрессивных форм поведения. Эмоциональная холодность, непоследовательность воспитательных воздействий, завышенные требования или игнорирование потребностей ребёнка приводят к внутренним противоречиям и фрустрации. В попытке справиться с ними ребёнок часто прибегает к агрессивным реакциям, направленным как на родителей, так и на сверстников [2]. Кроме того, ограничение доступа к гаджетам при отсутствии эмоционального контакта нередко воспринимается ребёнком как проявление несправедливости и усиливает протестное поведение [2]. Таким образом, агрессия и зависимость в детско-родительских отношениях выступают взаимосвязанными феноменами, усиливающими друг друга.

Н.Б. Семенова обращает внимание на то, что конструктивные семейные отношения и позитивный стиль общения могут выступать защитным фактором от формирования зависимости [31]. Тёплый эмоциональный климат, доверие и последовательность воспитательных мер создают у ребёнка чувство безопасности и уверенности в себе, снижая потребность в уходе в виртуальное пространство. Родитель, проявляющий

заинтересованность в делах ребёнка, становится для него источником эмоциональной поддержки и ролевой моделью поведения в цифровой среде [31]. Таким образом, профилактика интернет-зависимости должна рассматриваться не только как педагогическая, но и как семейно-социальная задача.

Современная семья, оказавшись в условиях цифрового общества, сталкивается с необходимостью выстраивания новой культуры взаимодействия. Ю.Л. Сироткин подчёркивает, что семья становится зеркалом цифровых процессов, отражающих как позитивные, так и негативные тенденции общества [32]. В условиях высокой динамичности и информационной перегруженности именно родители должны формировать у детей навыки эмоционального самоконтроля, критического мышления и ответственного использования технологий. При этом эффективность воспитательного воздействия напрямую зависит от уровня психологической компетентности взрослых и их способности к эмпатии.

Таким образом, особенности детско-родительских отношений оказывают решающее влияние на формирование как агрессивного поведения, так и зависимости от гаджетов. Неблагоприятный эмоциональный климат, недостаток внимания и доверия, а также несформированность родительской позиции способствуют развитию у ребёнка неустойчивости, импульсивности и склонности к девиантным проявлениям. Напротив, гармоничные, уважительные отношения, основанные на сотрудничестве и открытом диалоге, формируют у ребёнка чувство безопасности и внутреннюю устойчивость, снижая потребность в компенсаторном уходе в цифровое пространство. В связи с этим педагогическая практика должна включать активную работу с родителями, направленную на формирование осознанных моделей воспитания, профилактику семейного отчуждения и развитие цифровой культуры взаимодействия [32].

#### **1.4. Психологическая характеристика детей младшего школьного возраста.**

Младший школьный возраст (от 6–7 до 10–11 лет) является одним из наиболее значимых и интенсивных периодов психического развития человека. Как подчёркивал Л.С. Выготский, данный возраст связан с «утратой детской непосредственности» и возникновением произвольности психических процессов, что знаменует собой качественный скачок в становлении личности. Переход от дошкольного детства к систематическому школьному обучению изменяет социальную ситуацию развития: ведущей деятельностью становится учебная, а ключевым социальным институтом — школа[7].

Центральным новообразованием младшего школьного возраста, по мнению Л.И. Божович, является возникновение «внутренней позиции школьника» — осознанного отношения ребёнка к себе как к субъекту учебной деятельности. Эта позиция формируется на пересечении двух потребностей: познавательной (желание узнавать новое) и социальной (потребность в признании и уважении со стороны взрослых) [4].

В этот период происходит существенное расширение круга общения ребенка. Наряду с семьей, значимой фигурой становится учитель, авторитет которого в 1–2 классах часто является абсолютным. Отношения со сверстниками постепенно переходят от ситуативно-деловых к внеситуативно-познавательным и внеситуативно-личностным, однако именно учебная деятельность и оценка учителя выступают главными критериями социального статуса ребёнка в классе [4].

В младшем школьном возрасте под влиянием обучения происходят кардинальные изменения во всех познавательных процессах.

Восприятие из глобального и недифференцированного становится целенаправленным, анализирующим и произвольным. Ребёнок учится выделять существенные признаки объектов, подчинять восприятие учебной задаче (например, при списывании с доски, работе с картой или схемой).

Внимание характеризуется преобладанием произвольных форм, однако к 3–4 классу формируется произвольное внимание. Увеличивается

объем, устойчивость и распределяемость внимания. Однако, как отмечает Н.Ф. Добрынин, дети этого возраста еще испытывают трудности с переключением внимания и легко отвлекаются на яркие, неожиданные стимулы [12].

Память развивается в направлении от наглядно-образной к словесно-логической, от произвольной к произвольной. Младшие школьники сначала лучше запоминают наглядный материал, но к концу этого периода овладение приемами смыслового запоминания (группировка, выделение опорных пунктов) позволяет эффективно работать с текстовой информацией.

Мышление совершает переход от наглядно-действенного и наглядно-образного к словесно-логическому, понятийному. Согласно теории поэтапного формирования умственных действий П.Я. Гальперина, именно в этом возрасте создаются предпосылки для овладения системой научных понятий. Однако, как указывал Ж. Пиаже, мышление младших школьников остается конкретным и обратимым, но еще не в полной мере овладевает операциями формальной логики. Способность к абстрагированию и обобщению формируется постепенно, через решение учебных задач [12].

Младший школьный возраст — это период интенсивного становления самосознания и самооценки. Самооценка в 1–2 классах ситуативна, зависима от оценки учителя, носит преимущественно конкретный характер («я хорошо решил задачу», «я красиво написал букву»). К 3–4 классу самооценка становится более дифференцированной и устойчивой, появляется способность к рефлексии — осознанию собственных психических процессов и состояний.

В эмоциональной сфере наблюдается тенденция к большей уравновешенности по сравнению с дошкольным возрастом, однако сохраняется высокая эмоциональная реактивность. Дети этого возраста остро переживают неудачи в учебе, критику со стороны учителя и отвержение сверстниками. Учебная успешность становится главным источником чувства компетентности или, напротив, неполноценности (по терминологии

Э. Эриксона, «чувство умелости против чувства неполноценности») [17].

Волевая регуляция находится в стадии активного формирования. Ребёнок постепенно учится подчинять свои действия не только сиюминутным желаниям, но и требованиям учителя, правилам школьной жизни. Однако произвольность поведения в этом возрасте еще неустойчива: длительное удержание цели, преодоление препятствий и самоконтроль требуют значительных усилий и поддержки со стороны взрослых.

Одной из ключевых проблем младшего школьного возраста является динамика учебной мотивации. В 1 классе у большинства детей преобладает «внешняя» мотивация (отметка, похвала, желание быть «хорошим учеником»), а также широкая социальная мотивация («быть полезным», «вырасти умным»). Однако к концу 2 – началу 3 класса, как показывают исследования А.К. Марковой и Т.А. Матис, познавательный интерес может снижаться, что проявляется в снижении успеваемости, отвлечении на уроках, избегании трудных заданий. Это явление получило название «кризис третьего класса» и связано с несовпадением учебной деятельности как ведущей с реальными познавательными потребностями ребёнка [25].

Несмотря на относительную стабильность по сравнению с подростковым возрастом, младший школьный возраст имеет собственные кризисные точки. Прежде всего, это кризис 7 лет — переходный период от дошкольного к школьному детству, характеризующийся манерничаньем, потерей непосредственности, появлением внутренней интеллектуальной жизни. Другим сложным этапом является адаптация к школе в 1 классе и период перехода в среднее звено (4–5 классы), когда привычная система «учитель — ученик» и авторитет одного педагога сменяется множеством предметников [25].

В соответствии с концепцией Л.С. Выготского, «зона ближайшего развития» в младшем школьном возрасте охватывает те виды учебной и социальной деятельности, которые ребёнок пока не может выполнить самостоятельно, но осваивает в сотрудничестве с учителем и сверстниками.

Это сотрудничество является главным механизмом психического развития на данном этапе [7] .

Таким образом, младший школьный возраст характеризуется:

- сменой ведущей деятельности с игровой на учебную;
- формированием произвольности психических процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления);
- становлением самооценки и рефлексии, зависимостью самооценки от внешней оценки (прежде всего — учителя);
- высокой эмоциональной чувствительностью к успехам/неудачам в учебе и социальным оценкам;
- уязвимостью в период адаптации к школе и перехода в среднее звено;
- зависимостью учебной мотивации от внешних стимулов (отметка, похвала) и риском ее снижения к 3 классу.

Понимание этих психологических особенностей является необходимым условием для организации эффективного обучения, профилактики дезадаптации и психолого-педагогической поддержки личности ребёнка на этапе начального общего образования.

### **1.5. Методы и формы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения детей**

Агрессивное поведение у детей, особенно в кризисные периоды развития (7–8 лет, подростковый возраст), является одной из наиболее частых причин обращения родителей и педагогов к психологу. Как отмечает И.А. Фурманов, агрессия может выполнять как защитную, так и деструктивную функцию; ее коррекция требует системного подхода, включающего работу с ребенком, его семьей и социальным окружением. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения направлена не на полное подавление агрессии (что невозможно и нецелесообразно), а на обучение ребенка социально приемлемым способам выражения гнева,

развитие эмоциональной регуляции, формирование эмпатии и конструктивных форм взаимодействия.

Эффективная коррекция агрессивного поведения у детей базируется на следующих принципах:

1. Принцип безопасности — создание психологически безопасной среды, где ребёнок может выражать свои чувства без страха наказания и осуждения.

2. Принцип комплексности — сочетание работы с ребёнком (индивидуальные и групповые занятия), с родителями (консультирование, обучение эффективным стратегиям воспитания) и с педагогическим коллективом.

3. Принцип опоры на ресурсы — акцент на сильных сторонах личности ребёнка, развитие его способностей к самоконтролю и эмпатии.

4. Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей — выбор методов, соответствующих уровню развития ребёнка, его темпераменту, ведущему типу деятельности.

5. Принцип системности — последовательная работа на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровнях.

Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения может осуществляться в трех основных формах:

Таблица 1

Основные формы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения

Форма работы	Характеристика	Показания
1	2	3
Индивидуальная	Установление доверительного контакта с ребенком, агрессии (страхи, обиды, чувство отверженности)	Выраженная замкнутость, травматический опыт, неспособность к взаимодействию в группе, высокий уровень тревожности

		Продолжение таблицы 1
1	2	3
Групповая	Индивидуальная Групповая Создание модели реального социального взаимодействия, отработка навыков сотрудничества, управление гневом в безопасной среде	Нарушения коммуникации, неумение решать конфликты, низкая эмпатия, отсутствие друзей
Семейная	Совместная работа с ребенком и его родителями/опекунами, коррекция стиля семейного воспитания	Жесткие, непоследовательные или противоречивые методы воспитания; насилие в семье; эмоциональное отвержение ребёнка

В современной психолого-педагогической практике используется широкий спектр методов коррекции агрессивного поведения детей. Рассмотрим наиболее доказавшие свою эффективность.

#### Игровая терапия (игротерапия)

Игра является ведущей деятельностью для дошкольников и сохраняет свое значение для младших школьников, особенно в 1–2 классах. В процессе специально организованной игры ребенок отреагирует подавленные агрессивные импульсы (метод катарсиса), учится распознавать эмоции свои и партнеров, осваивает правила сотрудничества и справедливой конкуренции. По мнению Х. Джайнотта, игра дает возможность «отыграть» травмирующую ситуацию без реальных последствий.

#### Виды игровой терапии при агрессии:

-Игры-драматизации (проигрывание конфликтных ситуаций с последующим обсуждением);

-Подвижные игры с правилами (эстафеты, командные соревнования, где агрессивная энергия направляется в безопасное русло);

-Игры на снятие напряжения («Шалтай-Болтай», «Насос и мяч»,

«Каракатица»);

-Игры на развитие эмпатии («Угадай эмоцию», «Зеркало», «Доброе животное»).

Эффективные арт-техники:

-Рисование агрессии («Мой гнев», «Моё настроение», «Злой персонаж») с последующим обсуждением и трансформацией образа;

-Техника «Разрыв рисунка» (символическое уничтожение агрессивного импульса);

-Создание «Книги ярости» — альбома, куда ребёнок зарисовывает свои вспышки гнева, а затем учится их контролировать;

-Лепка из пластилина или глины (отреагирование через тактильные ощущения).

Песочная терапия

Работа с песком (sandplay) особенно эффективна для детей, которые не могут или не хотят вербализовать свои переживания. С помощью фигурок, песка и воды ребёнок создаёт миры, где разыгрываются конфликты, проигрываются сценарии мести, агрессии, разрушения, а затем — восстановления, примирения, защиты. Песочница выступает «безопасным контейнером» для самых сильных деструктивных импульсов.

Сказкотерапия

Сказкотерапевтический подход позволяет в метафорической форме обсуждать проблему агрессии, показывать героев, которые справляются с гневом, прощают обидчиков, находят мирные выходы из конфликтов. Важно, чтобы ребенок идентифицировал себя не только с «агрессором», но и с «миротворцем», проживая разные роли. По мнению Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, сказка дает модели поведения, которые усваиваются на бессознательном уровне.

Телесно-ориентированная терапия (ТОП)

Агрессия всегда сопровождается мышечным напряжением (зажимы в челюсти, плечах, кулаках). Упражнения ТОП помогают осознать и снять это

напряжение через активные движения, дыхание, релаксацию. К. Рудестам и В. Райх отмечали, что работа с телом позволяет «выпустить» запертый аффект, не прибегая к разрушительным действиям в адрес окружающих.

Простые телесные упражнения:

«Боксирование с подушкой» (легальный выплеск агрессии);

«Рубка дров» (имитация силовых движений);

«Топающий танец» (снятие напряжения через ноги);

Дыхательные техники («шумный выдох», «задуй свечу гнева»).

Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) в адаптированном виде

Для младших школьников и подростков эффективны элементы КПТ: обучение распознаванию мыслей-«триггеров», вызывающих агрессию («меня хотят ударить», «меня не любят», «все против меня»), замена их на более реалистичные интерпретации, освоение навыков самоинструкций и самоподкрепления (например, «я могу остановиться, я сделаю глубокий вдох»).

Коррекция агрессивного поведения невозможна без системной работы с семьей. По данным О.В. Хухлаевой, более 80% случаев устойчивой детской агрессии связаны с неблагоприятным стилем семейного воспитания (гиперопека, эмоциональное отвержение, применение физических наказаний, противоречивые требования).

Основные направления работы с родителями:

1. Психологическое просвещение — объяснение причин агрессивного поведения, возрастных норм, развенчание мифа «просто невоспитанный ребенок».

2. Обучение конструктивным методам дисциплины — отказ от физических наказаний, использование тайм-аутов, системы поощрений, ясных и последовательных правил.

3. Тренинг родительско-детского взаимодействия — отработка навыков активного слушания, «Я-высказываний», совместного решения конфликтов.

4. Стабилизация эмоционального состояния родителей (снятие

собственной тревоги, раздражения, чувства вины).

Традиционно выделяют три этапа коррекции агрессивного поведения (по И.А. Фурманову, с дополнениями):

Таблица 2

Этапы коррекции агрессивного поведения

Этап	Задачи	Методы
1	2	3
I. Диагностический	Выявление структуры агрессии, причин, триггеров, ресурсов ребёнка	Наблюдение, проективные методики («Несуществующее животное», «Кактус», «Рисунок семьи»), опросники для родителей и педагогов
II. Основной коррекционный	Обучение ребёнка контролю гнева, развитие эмпатии, коммуникативных навыков	Игротерапия, арт-терапия, ТОП, сказкотерапия, тренинговые занятия (группа), работа с родителями
III. Закрепляющий (профилактический)	Перенос навыков в реальную жизнь, профилактика рецидивов, мониторинг	Поддерживающие встречи, рефлексия, домашние задания, консультации с учителем

Об эффективности коррекционной работы свидетельствуют:

-Снижение частоты и интенсивности агрессивных реакций (по наблюдениям родителей и педагогов);

-Появление навыков вербализации гнева («я злюсь, потому что...» вместо драки);

-Развитие способности к эмпатии (сочувствие, помощь другому);

-Улучшение отношений с одноклассниками, повышение социального статуса;

-Стабилизация эмоционального фона, снижение тревожности;

-Позитивная динамика в учебной деятельности (как следствие снижения внутреннего напряжения).

Таким образом, психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения детей требует системного, многоуровневого подхода,

сочетающего индивидуальную, групповую и семейную работу. Наиболее эффективными методами являются игровая терапия, арт-терапия, песочная терапия, сказкотерапия, телесно-ориентированная терапия и элементы когнитивно-поведенческого подхода. Ключевым условием успеха является трансформация не только поведения ребёнка, но и семейных взаимодействий, а также создание поддерживающей среды в образовательной организации. Целью коррекции выступает не подавление агрессии, а научение ребенка социально приемлемым способам ее выражения, развитие эмоциональной саморегуляции и конструктивного разрешения конфликтов.

### **Выводы по Главе 1**

В первой главе дипломной работы проведён комплексный теоретический анализ проблемы агрессивного поведения детей младшего школьного возраста, имеющих зависимость от гаджетов. Установлено, что агрессивное поведение детей представляет собой сложный многофакторный феномен, в котором переплетаются биологические, личностные и социальные детерминанты. В младшем школьном возрасте агрессия может выполнять как защитную, так и деструктивную функцию, а ее закреплению способствуют дефицит навыков саморегуляции, низкая эмпатия и неблагоприятный семейный климат.

Зависимость от гаджетов (цифровая аддикция) рассматривается как разновидность поведенческой зависимости, характеризующаяся потерей контроля над временем пребывания в сети, снижением критичности, вытеснением реальных форм общения и деятельности. У младших школьников она проявляется в повышенной раздражительности, импульсивности, снижении способности к концентрации внимания и саморегуляции.

Особенности детско-родительских отношений выступают ключевым фактором формирования как агрессивного поведения, так и цифровой

зависимости. Авторитарный или попустительский стили воспитания, эмоциональная холодность, непоследовательность требований, а также собственная зависимость родителей от гаджетов — значимо повышают риски. Напротив, авторитетный стиль, доверие и совместная деятельность выступают проективными факторами.

Младший школьный возраст (7–10 лет) является сенситивным для формирования произвольной регуляции, самооценки и внутренней позиции школьника. Высокая эмоциональная чувствительность к оценкам и неудачам делает детей этого возраста уязвимыми к фрустрации, что при наличии цифровой зависимости может провоцировать агрессивные вспышки.

Эффективная коррекция агрессивного поведения требует системного подхода, сочетающего работу с ребенком (игротерапия, арт-терапия, сказкотерапия, телесно-ориентированная терапия) и обязательное включение родителей (психологическое просвещение, тренинг родительско-детского взаимодействия).

Таким образом, теоретический анализ подтверждает актуальность исследования и обосновывает необходимость разработки комплексных программ профилактики и коррекции, ориентированных на развитие саморегуляции, эмпатии, коммуникативных навыков.

## ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ И ЗАВИСИМОСТИ ОТ ГАДЖЕТОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

### 2.1. Организация и методы исследования

Эмпирическое исследование проводилось на базе МАОУ ХХ г. Красноярск «Средняя общеобразовательная школа» в период с сентября 2025 года по февраль 2026 года. Выбор образовательной организации обусловлен наличием запроса со стороны педагогического коллектива на исследование проблемы агрессивного поведения учащихся 3–4 классов и его возможной связи с использованием цифровых устройств.

Исследование включало три последовательных этапа, представленных в таблице 3.

Таблица 3

Этапы эмпирического исследования

Этап	Содержание	Сроки	Полученные продукты
1	2	3	4
Констатирующий	Первичная диагностика уровня агрессивности, выявление признаков зависимости от гаджетов, анкетирование родителей	Сентябрь – октябрь 2025	Эмпирические данные об уровне агрессивности и экранной активности детей
Формирующий	Разработка и апробация комплекса занятий психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения	Ноябрь 2025 – январь 2026	Комплекса коррекционных занятий, протоколы наблюдений
Контрольный	Повторная диагностика, анализ эффективности коррекционной работы, формулировка выводов	Февраль 2026	Сравнительные таблицы, выводы об эффективности комплекса занятий

В исследовании приняли участие 20 учащихся 3–4 классов в возрасте 9–10 лет и их родители (20 человек: 17 матерей, 3 отца). Критерии включения в выборку: обучение в общеобразовательном классе, отсутствие выраженных интеллектуальных нарушений, наличие доступа к цифровым устройствам дома. Добровольное информированное согласие было получено от всех родителей.

Распределение по полу детей: 10 мальчиков (50%) и 10 девочек (50%).

На основе результатов первичной диагностики (по уровню агрессивности и времени использования гаджетов) дети были разделены на две сопоставимые группы (по 10 человек в каждой) с целью последующей оценки эффективности коррекционной программы:

-Экспериментальная группа (ЭГ) – 5 мальчиков, 5 девочек. Средний балл общего индекса агрессивности – 78.4; среднее экранное время в будний день – 3.8 часа.

-Контрольная группа (КГ) – 5 мальчиков, 5 девочек. Средний балл общего индекса агрессивности – 77.3; среднее экранное время – 3.6 часа.

Различия между группами по исходным показателям статистически не значимы, что позволяет в дальнейшем рассматривать контрольную группу как референтную для оценки эффективности формирующего воздействия.

Для решения поставленных задач был использован комплекс взаимодополняющих методов, позволяющих получить всестороннюю информацию об изучаемом явлении.

Методика опросника агрессивности Басса-Перри (адаптированный вариант для младших школьников)

Опросник агрессивности Басса-Перри — это инструмент, разработанный для оценки агрессивных тенденций у детей и подростков. Адаптированный вариант для младших школьников включает набор вопросов, который призван выявить различные аспекты агрессивного поведения детей, а также факторы, способствующие его проявлению. Методика основана на анализе существующих научных исследований и

понимании психологического развития младших школьников. 4 шкалы: физическая агрессия, вербальная агрессия, гнев, враждебность. В адаптированном варианте вопросы упрощены, 5-балльная шкала ответов

Примеры вопросов:

- Как часто ты чувствуешь себя злым или расстроенным? (никогда, иногда, часто)

- Ты когда-нибудь дрался с другими детьми? (да, нет; если да, то сколько раз?)

- Что ты чувствуешь, когда кто-то обидел тебя? (злость, печаль, равнодушие и т.д.)

- Как ты реагируешь, когда ты хочешь поиграть, но твои родители говорят «нет»? (спокойно, злюсь, плачу, пытаюсь уговорить)

- Сколько времени в день ты проводишь за играми или просмотром телевизора? (менее 1 часа, 1-2 часа, более 2 часов)

Методика «Рисунок несуществующего животного» (М.З.Дукаревич) основана на проективном подходе и направлена на изучение внутреннего мира ребёнка, его эмоционального состояния, страхов и стремлений. Методика была разработана с учётом актуальных психологии и психиатрии, а также согласуется с диагностическими критериями, определяющими психические и поведенческие расстройства.

Методика предполагает анализ нескольких параметров, позволяющих интерпретировать полученный результат. Визуальные характеристики изображённого животного (формы, размеры, выбор цветов) отражают эмоциональное состояние ребёнка и особенности его восприятия окружающей реальности, тогда как символика отдельных элементов рисунка нередко указывает на внутренние конфликты, скрытые страхи или неосознанные желания. Социальные аспекты, проявляющиеся в том, как изображённое животное взаимодействует с другими существами и в каком окружении оно помещено, раскрывают уровень социализации ребёнка и характер его отношений с людьми. Атрибуты жизни (присутствие или

отсутствие еды, жилья, друзей) помогают понять, каким ребёнок видит собственный мир, какие ресурсы считает доступными и какие потребности испытывает.

Структурированная карта наблюдений создана для систематического сбора данных о поведении детей в контексте использования гаджетов. Основной акцент в ней сделан на оценке взаимодействия ребёнка с цифровыми устройствами и на выявлении потенциальных признаков поведенческой аддикции. Процесс наблюдения включает несколько этапов: сначала определяется временной промежуток (обычно одна-две недели), затем ведётся дневник с ежедневными пометками по каждому параметру, после чего собранная информация систематизируется для выявления закономерностей и отклонений. Завершающий этап предполагает интерпретацию результатов, позволяющую определить степень риска поведенческой аддикции и наметить возможности корректировки.

Методика полуструктурированной беседы с детьми направлена на исследование влияния цифровых устройств и выявление возможных признаков зависимого поведения. Такой формат беседы позволяет гибко адаптировать вопросы к конкретным условиям и реакциям ребёнка. На подготовительном этапе необходимо ограничить тему, уточнив перед началом разговора, что обсуждение будет касаться использования гаджетов, их влияния на повседневную жизнь и эмоциональное состояние.

Для создания расслабленной атмосферы родителям стоит позаботиться о том, чтобы ребёнок чувствовал себя свободно и мог без стеснения делиться своими мыслями. Перед началом разговора полезно объяснить цель беседы и дать понять, что мнение ребёнка действительно имеет значение.

Структура беседы

- «Сколько времени ты обычно проводишь за гаджетами в будние дни и выходные?»

- «Есть ли у тебя отдельное время, когда ты можешь играть или использовать интернет?»

-«Какие игры или приложения ты любишь использовать больше всего?

Почему именно их?»

- «Чем ты обычно занимаешься в социальных сетях?»

- «В твоих играх есть элементы насилия? Как ты на это реагируешь?»

- «Как ты думаешь, влияет ли это на твое поведение в реальной жизни?»

- «Знаешь ли ты, есть ли у тебя какие-то ограничения на использование гаджетов от родителей? В чем они выражаются?»

- «Как ты к этому относишься?»

- «Бывают ли у тебя конфликты с родителями, когда они ограничивают время с гаджетами? Как это происходит?»

- «Как ты обычно реагируешь в такие моменты?»

Диагностическое обследование проводилось в несколько этапов:

1. Предварительный этап: получение согласия родителей, информирование о целях и ходе исследования, анонимность обработки данных.

2. Диагностика детей: индивидуальное тестирование (опросник Басса–Перри, проективная методика) и беседа проводились в первой половине дня в отдельном кабинете в присутствии психолога. Время работы с одним ребенком – 25–30 минут.

3. Анкетирование родителей: анкеты «Ребенок и гаджеты» родители заполняли самостоятельно в присутствии психолога (10–15 минут), имели возможность задать уточняющие вопросы.

4. Наблюдение: осуществлялось педагогом-психологом на уроках и переменах в течение 10 дней, фиксация в карте наблюдения.

## **2.2. Результаты первичной диагностики агрессивного поведения и зависимости от гаджетов**

Результаты первичной диагностики по опроснику Басса–Перри в обеих группах представлены на Рис. 1.

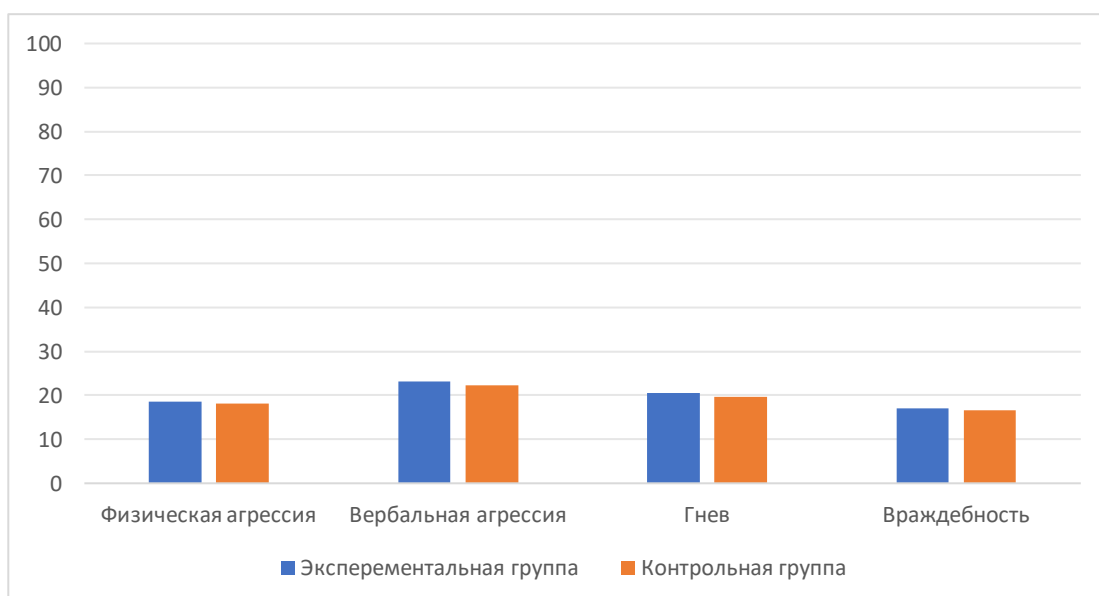


Рис.1. Результаты диагностики агрессивности по опроснику Басса-Перри до коррекции (средние баллы)

Анализ результатов:

1) Вербальная агрессия – наиболее выраженная шкала (22,7 балла в среднем по выборке). У 35% детей (7 человек) показатели превышали нормативные значения (более 25 баллов). В поведенческих наблюдениях это проявлялось в частых спорах с одноклассниками, грубых ответах на замечания учителей, использовании обидных прозвищ. Данный факт согласуется с теоретическими положениями (А.А. Реан, Г.Э. Бреслав) о том, что вербальная агрессия часто выступает компенсаторной реакцией на дефицит навыков конструктивного общения.

2) Физическая агрессия (18,4 балла) находилась в пределах средних значений. Однако у 20% детей (4 человека, все мальчики) фиксировались повышенные показатели (более 25 баллов). Педагоги отметили, что эти дети часто провоцируют драки на переменах, отбирают вещи, толкаются. Все эти дети имеют неограниченный доступ к компьютерным играм жанра «шутер» (по данным анкетирования родителей).

3) Шкала гнева (20,1 балла) показала, что у 40% детей (8 человек) наблюдается повышенная эмоциональная стабильность. Родители в анкетах отмечали, что дети особенно остро реагируют на попытки ограничить время

использования планшета или телефона: кричат, кидают вещи, хлопают дверями. Это подтверждает теоретическое положение о том, что фрустрация потребности в гаджете может провоцировать агрессивные реакции.

4) Враждебность (16,8 балла) – самая низкая шкала, что соответствует возрастной норме: в младшем школьном возрасте устойчивые враждебные установки ещё не сформированы, враждебность носит ситуативный характер.

Анализ показателей зависимости от гаджетов: анкета «Ребенок и гаджеты» (по данным анкетирования родителей)

Результаты анкетирования родителей (n=20) представлены на Рис. 2.

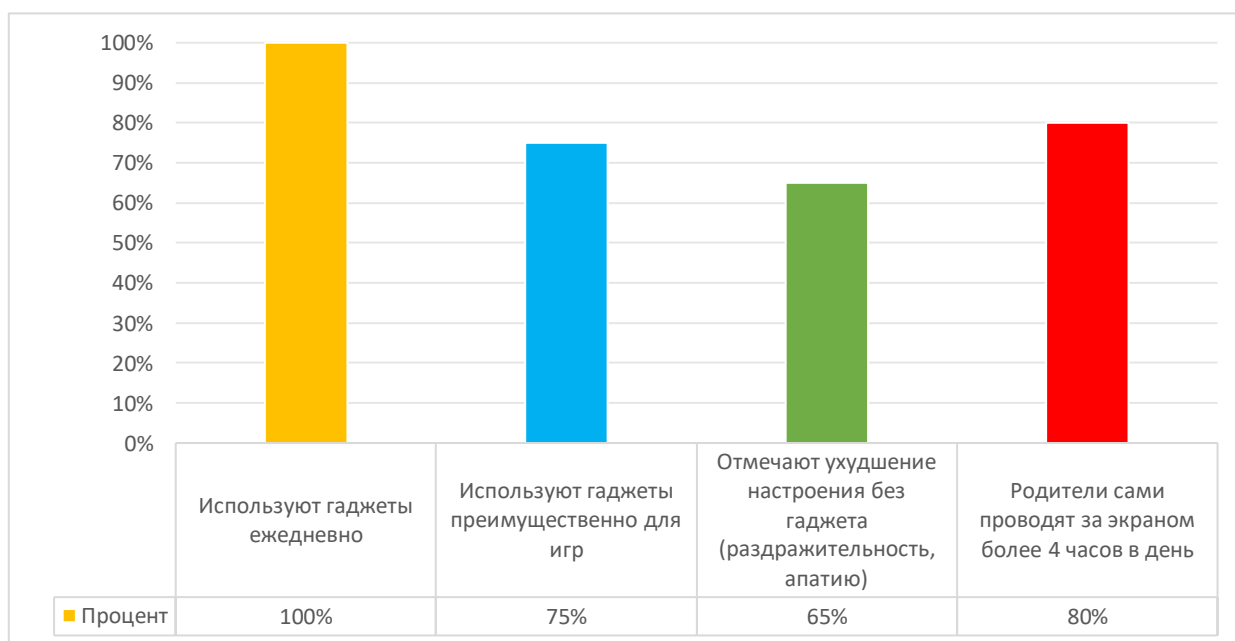


Рис. 2. Частота использования гаджетов детьми до коррекции (по оценкам родителей)

Анализ результатов:

1) Высокая распространённость экранной активности. 100% детей ежедневно используют гаджеты. У 60% (12 человек) время экранной активности превышает 3 часа в день. Согласно данным Т.В. Потупчик и критериям поведенческой аддикции, такой показатель является маркером риска формирования цифровой зависимости.

2) Преобладание игровой активности и насильственного контента.

75% детей (15 человек) используют гаджеты преимущественно для игр, причем 55% (11 человек) играют в игры с элементами насилия («шутеры», файтинги, «бродилки» с агрессивным сюжетом). Родители не всегда осведомлены о содержании игр: 40% затруднились ответить, есть ли в играх ребенка насилие. Это создает риск усвоения агрессивных моделей поведения (теория социального научения А. Бандуры).

3) Клинические маркеры зависимости. 55% родителей (11 человек) отметили, что при попытке ограничить экранное время у ребенка возникают конфликты, истерики или агрессивные реакции («кричит», «кидает телефон», «хлопает дверью»). 65% родителей (13 человек) наблюдают ухудшение настроения, апатию или выраженную раздражительность ребенка в отсутствие гаджета. Эти данные согласуются с критериями поведенческой аддикции, описанными И.М.Крючковой, А.А.Игнатовой и В.А.Деречей.

4) Семейный фактор как ключевой. У 60% родителей (12 человек) собственное экранное время превышает 4 часа в день. 45% родителей (9 человек) используют гаджет как средство «успокоить» или «занять» ребенка.

Результаты проективной методики «Рисунок несуществующего животного»

Анализ рисунков детей (n=20) позволил выявить эмоционально-личностные особенности, характерные для детей с высоким уровнем агрессивности и признаками цифровой зависимости. Результаты представлены в Таблице 4.

Таблица 4

Качественные показатели рисунков «Несуществующее животное» (в % от общего количества, n=20)

Признак	Количество детей	Процент	Психологическая интерпретация
1	2	3	4
Сильный нажим, глубокая штриховка	14	70%	Тревожность, внутреннее напряжение, эмоциональный дискомфорт

			Продолжение таблицы 4
1	2	3	4
Острые углы, шипы, когти, зубы	12	60%	Агрессивные тенденции, защитная агрессия, готовность к нападению
Крупный размер рисунка (более 2/3 листа)	10	50%	Тревожность, импульсивность, снижение самоконтроля
Отсутствие глаз или их сильное затемнение	8	40%	Страх контакта, аутизация, уход в себя (коррелирует с виртуальной изоляцией)
Наличие антенн, проводов, щупалец, кнопок, экранов	11	55%	Сенсорная перегрузка, склонность к поиску новых стимулов (отражает погруженность в цифровую среду)
Расположение рисунка в левом нижнем углу	7	35%	Низкая самооценка, депрессивные тенденции, чувство незащищенности
Множественные линии, стирания, перерисовывание	9	45%	Неуверенность, тревога, перфекционизм, страх ошибки
Наличие агрессивных названий («Злюка», «Кусака», «Телефонозавр»)	12	60%	Открытое признание агрессивных импульсов, идентификация с агрессором

Качественный анализ и примеры:

Характерным для детей экспериментальной группы являлось сочетание выраженных агрессивных символов (зубы, когти, шипы, острые углы) с признаками высокой тревожности (сильная штриховка, множественные линии, крупный размер).

Пример 1: Девочка 10 лет нарисовала «Злюку-кусаку» – животное с огромной пастью, полной зубов, при этом полностью заштриховала его тело черным карандашом. В беседе пояснила: «Она всех кусает, потому что ее никто не любит. Она одна играет в телефоне, у нее нет друзей. Друзья ей не нужны».

Пример 2: Мальчик 9 лет изобразил «Телефонозавра» – животное с экраном вместо живота и антеннами на голове. Название и детали прямо отражают погруженность в цифровую среду.

У 11 детей (55%) животные имели множество «приемников» (антенны, провода, дополнительные органы чувств), что может интерпретироваться как отражение сенсорной перегрузки и потребности в постоянном поступлении новой информации – состояния, типичного для детей с цифровой зависимостью.

Анализ взаимосвязи между агрессивностью и признаками цифровой зависимости.

#### Результаты наблюдения и бесед

Данные структурированного наблюдения (в течение 2 недель, 10 учебных дней) показали:

- В среднем за день фиксировалось 4–6 эпизодов агрессивного поведения в классе (вербальные конфликты – 70%, физические – 20%, косвенные – 10%).

- Дети с высоким экранным временем (> 4 часов) демонстрировали агрессивные реакции в 2.5 раза чаще, чем дети с экранным временем до 2 часов.

- Наиболее конфликтными были перемены после длительной компьютерной игры дома (утренние перемены по понедельникам).

Результаты полуструктурированных бесед с детьми младшего школьного возраста, представлены в Таблице 5.

Таблица 5

#### Способы реагирования на гнев у детей младшего школьного возраста ( данные полуструктурированных бесед)

Вопрос	Категория ответа	Количество детей	Процент
1	2	3	4
«Что ты делаешь, когда злишься?»	Агрессивные действия («бью кулаком», «кричу», «кидаю вещи», «ругаюсь»)	12	60%

			Продолжение Таблице 5
1	2	3	4
	Уход в гаджет («играю в телефон», «смотрю мультики»)	5	25%
	Конструктивные способы («ухожу в другую комнату», «говорю маме», «дышу глубоко»)	3	15%
«Что бы ты делал, если бы у тебя забрали телефон на неделю?»	Негативно («буду злиться», «не знаю, что делать», «умру от скуки», «попрошу у друга»)	14	70%
	Нейтрально	4	20%
	Позитивно («больше бы гулял», «рисовал»)	2	10%

#### Выводы по результатам констатирующего эксперимента

Проведённое констатирующее исследование позволило сформулировать следующие выводы:

1) У детей младшего школьного возраста с высоким уровнем экранной активности наблюдается повышенный уровень агрессивности, прежде всего по шкалам вербальной агрессии (22.7 балла) и гнева (20.1 балла). 35–40% детей демонстрируют клинически значимые показатели по данным шкалам, что требует психолого-педагогического вмешательства.

2) Более половины детей (55–65%) имеют признаки формирующейся зависимости от гаджетов: конфликты при ограничении доступа, ухудшение настроения без устройства, предпочтение виртуального общения реальному, экранное время более 3 часов в день. Это соответствует критериям поведенческой аддикции, описанным в научной литературе.

3) Между временем использования гаджетов и уровнем вербальной агрессии обнаружена прямая статистически значимая корреляционная связь ( $r = 0.64$ ); аналогичная зависимость зафиксирована между предпочтением игр с элементами насилия и общим индексом агрессивности ( $r = 0.61$ ).

Полученные данные согласуются с теоретическим положением о цифровой среде как факторе, способном усиливать агрессивные тенденции у детей.

4) Семейный контекст оказался определяющим для формирования зависимости от гаджетов и агрессивного поведения одновременно. Корреляция между экранным временем родителей и детей достигает очень высоких значений ( $r = 0.71$ ), а в 45% обследованных семей гаджет регулярно используется как средство успокоения ребёнка.

5) Проективная методика выявила у детей с признаками цифровой зависимости внутреннее напряжение, тревожность и защитную агрессию. Их рисунки отличаются характерными особенностями: сильный нажим присутствует в 70% работ, штриховка встречается с такой же частотой, острые углы фиксируются в 60% случаев. Примечательно, что 55% рисунков содержат «технические» детали (антенны, провода, экраны), свидетельствующие о погруженности в цифровую среду и одновременно отражающие агрессивные тенденции.

6) Результаты бесед и наблюдений показывают дефицит конструктивных способов совладения с гневом у большинства детей: только 15% назвали социально приемлемые способы выражения злости, тогда как 70% детей продемонстрировали признаки эмоциональной зависимости от гаджета.

Полученные данные подтвердили актуальность проблемы, обосновали необходимость разработки и апробации комплексной программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения, включающей работу с детьми и их родителями. Результаты констатирующего эксперимента легли в основу формирующего этапа исследования, который будет представлен в третьей главе данной работы.

### **2.3. Разработка комплекса занятий по коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста**

Нами был разработан и реализован комплекс занятий по коррекции агрессивного поведения у младших школьников, зависимых от гаджетов.

Актуальность нашего комплекса заключается в своевременной коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста, у которых наблюдается зависимость от гаджетов.

В соответствии с темой комплекса выдвинута следующая гипотеза: разработанный комплекс коррекционных занятий сможет снизить уровень агрессии у детей 7-10 лет, посещавших занятия, будет способствовать развитию эмоционально-личностной сферы младших школьников.

Целью разработанного комплекса занятий является коррекция агрессивного поведения у детей 7-10 лет. Для реализации цели определены следующие задачи:

1. Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме.
2. Обучение детей способам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.
3. Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях у агрессивных детей.
4. Формирование позитивных качеств личности детей.
5. Обучение детей поиску других интересных занятий, не связанных с привлечением гаджетов.

Занятия проводились в группах от 8 до 12 человек.

Время проведения занятий: после окончания уроков, в выходные дни.

Данный комплекс состоит из 10 занятий, рассчитанных на 40 минут каждое.

Коррекционная работа с агрессивными детьми включает в себя 5 разделов, отражённые в задачах программы.

1 раздел. Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой для них и окружающих людей форме. Задачи.

1. Научить детей выражать с помощью слов свои мысли и чувства.
2. Снизить эмоциональное напряжение.

3. Создать положительное эмоциональное настроение и атмосферу принятия каждого.

4. Развить способности выразить своё эмоциональное состояние.

2 раздел. Обучение детей младшего школьного возраста приёмам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях. Задачи.

1. Тренировать психомоторные функции.

2. Учить навыкам релаксации.

3. Учить навыкам самоконтроля.

4. Снизить эмоциональное напряжение.

5. Создать положительное эмоциональное настроение.

6. Развивать самосознание.

7. Учить толерантности.

3 раздел. Отработка у детей навыков общения в возможных конфликтных ситуациях. Задачи.

1. Прививать новые формы поведения.

2. Учить самостоятельно принимать верные решения.

3. Учить распознавать эмоции по внешним сигналам.

4. Формировать адекватные формы поведения.

5. Работать над выразительностью движений.

4 раздел. Формирование и развитие у младших школьников позитивных качества личности. Задачи.

1. Формировать одобренные в обществе моральные представления.

2. Учить осознавать своё поведение.

3. Учить регулировать поведение в коллективе в соответствии с нормами и правилами, принятыми в коллективе.

4. Формировать адекватные формы поведения.

5. Формировать у детей такие качества, как эмпатия, доверие к людям, сочувствие, сопереживание.

5 раздел. Знакомство детей с полезными видами занятий, приобщение к различным способам досуга.

1. Научить детей жить без гаджетов с удовольствием.
2. Научит детей видеть полезные функции гаджетов.
3. Познакомить школьников с различными секциями и кружками.
4. Формирование чувства толерантного отношения к окружающим.

Принципы проведения. Занятия проводятся в комнате, где достаточно места для передвижения, для рисования, где есть игрушки. Все участники группы обеспечиваются раздаточным дидактическим материалом. Занятия проводятся за круглым столом или на игровой дорожке, в зависимости от упражнения. Для проведения подвижных игр и упражнений необходимо свободное пространство. Желательно, чтобы дети были одного возраста

Оборудование. Круглый стол, мягкий мяч, магнитофон, аудиокассеты, методические материалы для игр и упражнения (рисунки, фотографии, схемы и др.), мягкие игрушки - манекены для ролевых игр, реквизит для игр и этюдов, ароматизаторы, бумага разных форматов, краски, карандаши, фломастеры, восковые и пастельные мелки, пластилин, небольшие сувениры для поощрений, награждений. большой зонт, пластиковая бутылка с мелкими отверстиями в пробке.

Коррекционная работа с агрессивными детьми во время тренинга проводится в 5 направлениях:

1 и 2 занятие - обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме.(Приложения А)

3 и 4 занятие - обучение детей приёмам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.( Приложения Б)

5 и 6 занятие - отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях.( Приложения В)

7 и 8 занятие - формирование таких качеств, как эмпатия, доверие к людям.( Приложения Г)

9 и 10 занятия - нахождение детьми интересных занятий без обращения к гаджетам. (Приложения Д)

Тематическое планирование занятий с детьми младшего школьного возраста, имеющие зависимость от, по коррекции агрессивного поведения. представлено в Таблице 6.

Таблица 6

Тематическое планирование занятий по коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста

Тема, объем часов	Краткое содержание	Ожидаемый результат	Форма и другие нюансы организации
1	2	3	4
Выражение эмоций (2 ч)	Обучение детей выражать свои чувства и мысли, способы вербализации агрессии, создание атмосферы принятия, игровые задания на проявление эмоций.	Развитие навыков адекватного выражения эмоций, снижение агрессии.	Игры, ролевые упражнения, упражнения на самовыражение, работа в группах.
Саморегуляция (2 ч)	Обучение приемам саморегуляции и релаксации, работа с техникой «здесь и сейчас», использование дыхательных упражнений для успокоения и самоанализа.	Осознанное овладение приемами саморегуляции, формирование навыков контроля над собой.	Динамические и статические упражнения, групповая работа, индивидуальная практика.
Навыки общения (2 ч)	Отработка навыков эффективного общения в конфликтных ситуациях, ролевые игры для формирования адекватного поведения, обучение навыкам принятия решений.	Повышение уровня межличностных отношений, формирование уверенности в общении.	Ролевые игры, обсуждения в группах, анализ ситуаций, игровые условия.

			Продолжение Таблицы 6
1	2	3	4
Позитивные качества (2 ч)	Формирование моральных представлений, осознание своего поведения, развитие эмпатии и доверия, работа в группах для поддержки друг друга.	Повышение уровня эмпатии и доверия, улучшение социальной адаптации.	Групповая работа, обсуждение кейсов, игры на сплочение.
Альтернативные занятия (2 ч)	Знакомство с тем, как можно проводить время без гаджетов, различные секции и кружки, формирование интереса к активностям, не связанным с использованием технологий.	Снижение зависимости от гаджетов, развитие новых увлечений и активностей, формирование навыков работы в команде.	Занятия на свежем воздухе, творческие мастерские.

Ожидаемые результаты от реализации комплекса занятий

1. Повышение мотивации к изменению неадекватного поведения.
2. Овладение приемами саморегуляции агрессивного поведения через самоанализ.
3. Установление позитивных межличностных отношений.
4. Снижение уровня агрессивного поведения.
5. Повышение культуры общения среди детей.
6. Создание условий для объединения интересов детей и родителей через совместные занятия.

Коррекция агрессивности у детей младшего школьного возраста должна быть направлена на позитивное взаимодействие с окружающими.

## 2.4 Результаты контрольного этапа диагностики агрессивного поведения и зависимости от гаджетов

После реализации разработанного комплекса психолого-педагогической коррекции (10 занятий, включающих обучение способам выражения гнева, саморегуляции, навыкам общения, формированию эмпатии и альтернативных форм) была проведена контрольная диагностика с использованием того же инструментария, что и на констатирующем этапе. Целью контрольного этапа являлась оценка эффективности коррекционной программы и сравнительный анализ динамики показателей агрессивности и цифровой зависимости в экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) группах.

### Динамика уровня агрессивности (опросник Басса—Перри)

Повторное тестирование по опроснику агрессивности Басса—Перри выявило выраженную положительную динамику в экспериментальной группе. В то время как в контрольной группе, не участвовавшей в программе, значимых изменений не произошло (Рис. 3).

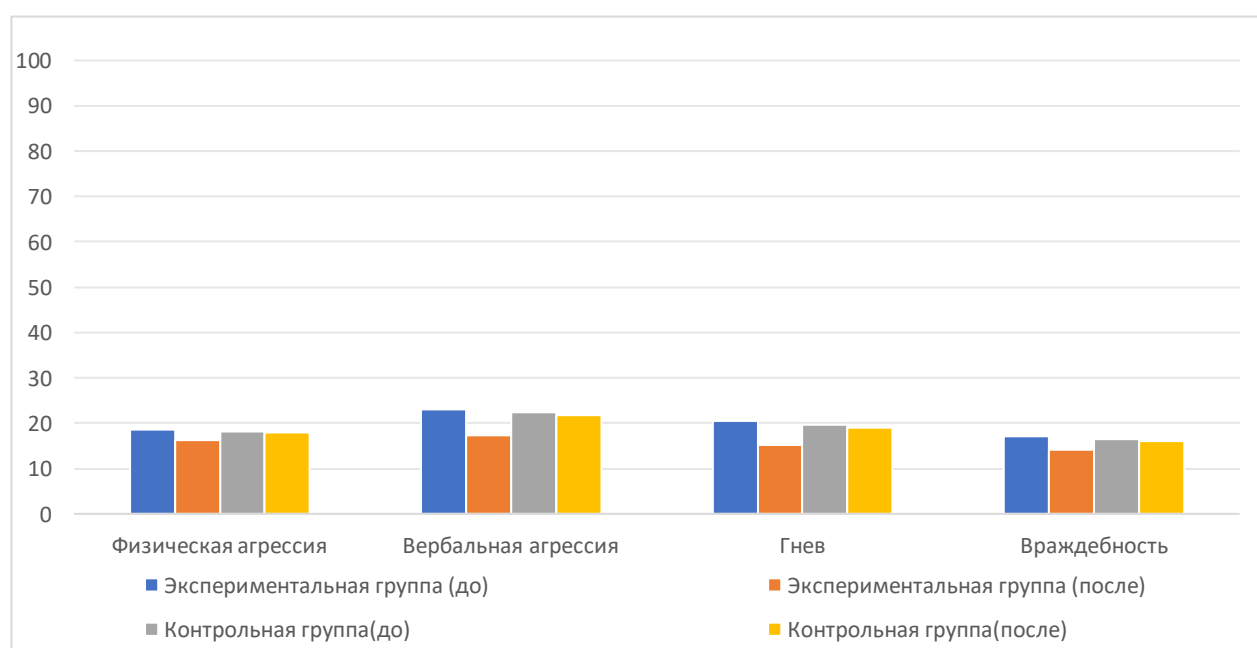


Рис. 3. Сравнительные результаты диагностики агрессивности по опроснику Басса—Перри до и после коррекции (средние баллы)

Примечание: ЭГ — экспериментальная группа (n=10), КГ — контрольная группа (n=10).

Как показано, средний балл агрессивности в ЭГ снизился с 79,3 до 62,1 балла (снижение на 21,7%,  $p < 0,05$  по критерию Вилкоксона). Наиболее существенные изменения зафиксированы по шкалам «вербальная агрессия» (снижение на 28%) и «гнев» (снижение на 24%). В контрольной группе общий индекс изменился незначительно: с 76,7 до 74,2 балла.

Полученные данные свидетельствуют о том, что программа коррекции способствовала формированию у детей экспериментальной группы более конструктивных способов выражения эмоций. Участники стали реже прибегать к крику, оскорблениям и физической агрессии в конфликтных ситуациях, научились распознавать телесные сигналы гнева и использовать техники саморегуляции (дыхание, паузу, переключение внимания), что отрабатывалось на занятиях «Волшебный пульт управления» и «Мирись, мирись, мирись...».

Динамика показателей зависимости от гаджетов (анкетирование родителей)

Повторное анкетирование родителей также продемонстрировало позитивные изменения в экспериментальной группе, показано на Рис. 4.

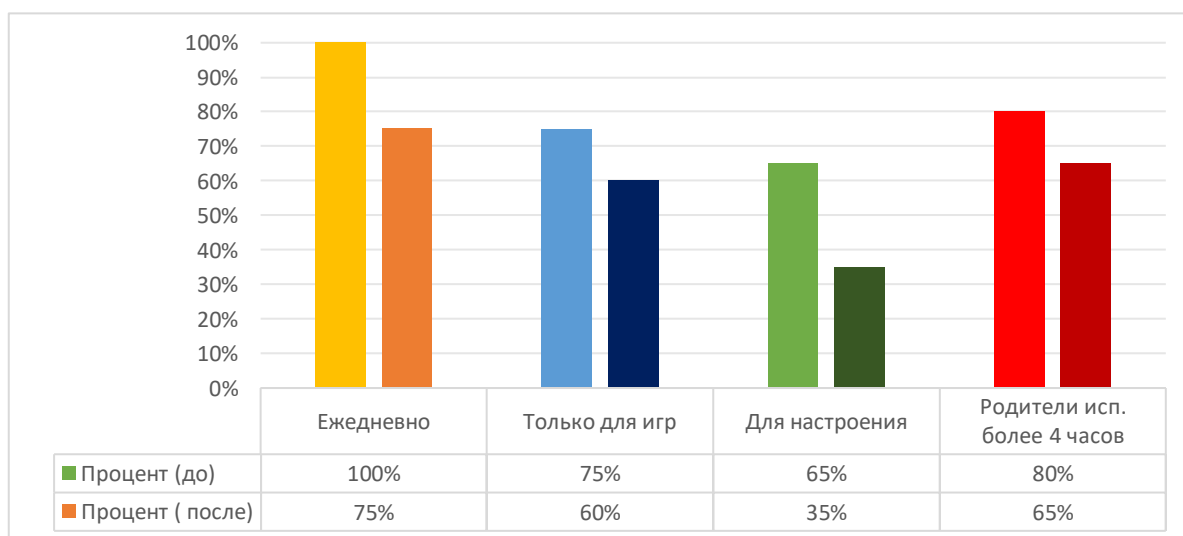


Рис. 4. Показатели использования гаджетов детьми до и после коррекции

(по оценкам родителей)

Родители детей из ЭГ отметили:

- Снижение экранного времени: доля детей, использующие гаджеты ежедневно, сократилась с 100% до 75%.

- Ухудшения настроения без гаджетов стало проявляться реже: если на констатирующем этапе 65% родителей сообщали о вспышках агрессии при попытке ограничить время использования устройств, то после коррекции этот показатель снизился до 35%. Дети стали чаще самостоятельно инициировать настольные игры, рисование, прогулки или чтение книг без напоминания со стороны взрослых.

В контрольной группе значимых изменений не произошло: экранное время оставалось высоким, а попытки родителей ограничить доступ по-прежнему сопровождались раздражительностью и протестными реакциями.

Динамика проективных показателей (методика «Несуществующее животное»)

Повторный анализ рисунков детей экспериментальной группы (таблица 7) показал качественное изменение эмоционально-личностного состояния.

Таблица 7

Качественные показатели рисунков «Несуществующее животное» в ЭГ до и после коррекции

Признак	Количество детей	Процент (до)	Процент (после)	Психологическая интерпретация
1	2	3	4	5
Сильный нажим, глубокая штриховка	14	70%	40%	Тревожность, внутреннее напряжение, эмоциональный дискомфорт
Острые углы, шипы, когти, зубы	12	60%	25%	Агрессивные тенденции, защитная агрессия, готовность к нападению

				Продолжения таблицы 7
1	2	3	4	5
Крупный размер рисунка (более 2/3 листа)	10	50%	40%	Тревожность, импульсивность, снижение самоконтроля
Отсутствие глаз или их сильное затемнение	8	40%	25%	Страх контакта, аутизация, уход в себя (коррелирует с виртуальной изоляцией)
Наличие антенн, проводов, щупалец, кнопок, экранов	11	55%	30%	Сенсорная перегрузка, склонность к поиску новых стимулов (отражает погруженность в цифровую среду)
Расположение рисунка в левом нижнем углу	7	35%	20%	Низкая самооценка, депрессивные тенденции, чувство не защищенности
Множественные линии, стирания, перерисовывание	9	45%	15%	Неуверенность, тревога, перфекционизм, страх ошибки
Наличие агрессивных названий («Злюка», «Кусака», «Телефонозавр»)	12	60%	45%	Открытое признание агрессивных импульсов, идентификация с агрессором

Как видно из таблицы, в рисунках детей экспериментальной группы значительно уменьшилось количество признаков внутреннего напряжения (сильный нажим — с 70% до 40%), защитной агрессии (острые углы — с 60%

до 25%) и фиксации на цифровой среде (наличие «технических» деталей — с 55% до 30%). Появились рисунки с более гармоничными пропорциями, мягкими линиями и позитивными названиями (например, «Пушистик», «Солнце слон»). В контрольной группе проективные показатели остались практически без изменений.

#### Результаты наблюдений и бесед

Данные структурированного наблюдения за поведением детей в школе подтвердили статистические выводы:

- В экспериментальной группе количество конфликтных эпизодов на переменах сократилось в 2,3 раза (с 5–6 до 2–3 эпизодов в день).

- Дети из ЭГ стали чаще использовать вербализацию чувств в напряженных ситуациях («Мне обидно», «Я злюсь, потому что...»), тогда как ранее преобладали прямые физические или вербальные агрессивные действия.

- В беседах 80% участников ЭГ назвали хотя бы один освоенный способ саморегуляции («дыхание квадратом», «стоп-кадр», «подумать и сказать»), а 70% отметили, что нашли для себя интересные занятия без гаджетов (спортивная секция, рисование, настольные игры с семьей).

## Выводы по Главе 2

Во 2-й главе проведено эмпирическое исследование особенностей агрессивного поведения и зависимости от гаджетов у детей младшего школьного возраста. Исследование реализовано на базе МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №160» г. Красноярск с участием 20 учащихся 3-4 классов (9-10 лет) и их родители.

По итогам эмпирического исследования:

Констатирующий эксперимент показал, что разработанный и апробированный комплекс психолого-педагогической коррекции является эффективным. В экспериментальной группе зафиксировано:

1. Статистически значимое снижение общего уровня агрессивности (на 21,7%,  $p < 0,05$ ), прежде всего за счет вербальной агрессии и гнева.

2. Уменьшение признаков цифровой зависимости: сокращение экранного времени, снижение конфликтности при ограничении доступа к гаджетам, рост интереса к альтернативным формам досуга.

3. Качественное улучшение эмоционального состояния: снижение тревожности, внутреннего напряжения и защитной агрессии по данным проективной методики.

4. Формирование практических навыков саморегуляции и конструктивного общения, зафиксированных в наблюдениях и беседах.

В контрольной группе значимых изменений не произошло, что подтверждает, что выявленная позитивная динамика в ЭГ обусловлена именно реализацией коррекционной программы, а не фактором времени. Полученные результаты позволяют считать гипотезу исследования (о том, что целенаправленная психолого-педагогическая коррекция способствует снижению уровня агрессивности и зависимости от гаджетов у детей младшего школьного возраста) полностью подтверждённой.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведённое теоретико-эмпирическое исследование, посвящённое проблеме психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста, имеющих зависимость от гаджетов, позволило сформулировать следующие обобщающие выводы.

В результате анализа научной литературы установлено, что агрессивное поведение детей является сложным многофакторным феноменом, в котором переплетаются индивидуально-психологические, социальные и педагогические факторы. В младшем школьном возрасте агрессия может выполнять как защитную, так и деструктивную функцию, а её закреплению способствуют дефицит навыков саморегуляции, низкий уровень эмпатии и неблагоприятный семейный климат.

Зависимость от гаджетов рассматривается как разновидность поведенческой зависимости, характеризующаяся потерей контроля над временем пребывания в сети, снижением критичности и вытеснением реальных форм общения. У младших школьников она проявляется в повышенной раздражительности, импульсивности и снижении способности к саморегуляции. Ключевым фактором формирования как агрессии, так и зависимости выступают детско-родительские отношения: авторитарный или попустительский стили воспитания, эмоциональная холодность и собственная зависимость родителей от гаджетов значимо повышают риски.

Констатирующий эксперимент показал, что у детей с высоким уровнем экранной активности наблюдается повышенный уровень агрессивности, прежде всего по шкалам вербальной агрессии (средний балл 22,7 из 40) и гнева (20,1 балла). У 35–40% детей зафиксированы клинически значимые показатели, требующие психолого-педагогического вмешательства.

Более половины детей (55–65%) демонстрируют признаки формирующейся цифровой зависимости: конфликты при ограничении

доступа к гаджету (55%), ухудшение настроения без устройства (65%), экранное время свыше 3 часов в день (60%).

Проективная методика «Несуществующее животное» подтвердила наличие у детей с признаками цифровой зависимости внутреннего напряжения (сильный нажим — 70%), защитной агрессии (острые углы — 60%) и погружённости в цифровую среду (наличие антенн, экранов — у 55% детей). Беседы и наблюдения зафиксировали дефицит конструктивных способов совладания с гневом: только 15% детей назвали социально приемлемые способы выражения злости.

Разработанный и апробированный комплекс коррекционных занятий, включающий обучение выражению гнева в приемлемой форме, приёмам саморегуляции (дыхание, мышечная релаксация, «Стоп-кадр»), навыкам общения в конфликтных ситуациях («Я-сообщения»), развитию эмпатии и формированию альтернативных способов досуга без гаджетов, показал высокую эффективность.

После реализации программы в экспериментальной группе (ЭГ) средний балл по общему индексу агрессивности снизился с 79,3 до 62,1 балла (на 21,7%,  $p < 0,05$ ). В контрольной группе значимой динамики не зафиксировано. По данным анкетирования родителей, в ЭГ уменьшилось экранное время, снизилась частота конфликтов при ограничении доступа к гаджетам, дети стали чаще предлагать альтернативные виды деятельности. Повторный анализ рисунков в ЭГ зафиксировал уменьшение признаков внутреннего напряжения (с 70% до 40%) и агрессивных тенденций (с 60% до 25%), а также снижение фиксации на цифровой среде (с 55% до 30%).

Таким образом, гипотеза исследования полностью подтвердилась: целенаправленная психолого-педагогическая коррекция способствует снижению уровня агрессивности и зависимости от гаджетов у детей младшего школьного возраста.

Практическая значимость работы заключается в том, что разработанный комплекс занятий и методические рекомендации могут быть

использованы педагогами-психологами, учителями начальных классов и родителями в образовательных организациях для профилактики агрессивного поведения и снижения цифровой зависимости у детей младшего школьного возраста. Особую ценность представляет выделение семейного фактора как ключевой мишени коррекции.

Перспективы дальнейшего исследования видятся в расширении выборки, проведении долговременных исследований для оценки устойчивости коррекционных эффектов, а также в разработке специализированных программ для родителей, направленных на формирование цифровой гигиены и авторитетного стиля воспитания в условиях цифровой социализации.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Белинская Е. П. Информационная социализация подростков: опыт пользования социальными сетями и психологическое благополучие // Психологические исследования. 2013. Т. 6, №30. С. 9.
2. Богатырев С. Дети и гаджеты. Книга-тренинг для родителей, как без жесткого прессинга вытащить ребенка из телефона и компьютера, сохранив его доверие и дружбу. Екатеринбург: Издательские решения, 2022. 62 с.
3. Богданова О. А. Влияние гаджетов на эмоционально-волевую сферу младших школьников // Вестник экспериментального образования. 2020. № 2 (23). С. 43–53.
4. Бандура, А. Теория социального научения / А. Бандура. — Санкт-Петербург : Евразия, 2000. — 320 с.
5. Бозаджиев В. Л. Гаджет-аддикции, их виды и психологические характеристики // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. 2021. № 2-3 (14-15). С. 9–21.
6. Веракса А. Н., Бухаленкова Д. А., Чичина Е. А., Алмазова О. В. Взаимосвязь использования цифровых устройств и эмоционально-личностного развития современных дошкольников // Психологическая наука и образование. 2021. Т. 26, № 1. С. 27–40.
7. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии. Москва: Издательство Юрайт, 2025. 160 с. (Антология мысли). URL: urait.ru (дата обращения: 30.05.2026). Текст: электронный.
8. Гурова Е. В. Профилактика компьютерной зависимости у детей младшего школьного возраста // Начальная школа. 2019. № 8. С. 22–26.
9. Дереча В. А. Психология зависимостей: учебное пособие для вузов. Москва: Юрайт, 2023. 217 с.

10. Диривянкина О. В. Зависимость от гаджетов у старших школьников: генезис проблемы, подходы к профилактике // Проблемы современного педагогического образования. 2024. Вып. 82, ч. 1. С. 132–135.
11. Доржиева Л. А., Пестерева О. А. Использование арт-терапии в профилактике агрессивного поведения младших подростков // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. 2024. № 1. С. 33–39.
12. Дубровина И. В. Практическая психология образования: учебное пособие/ под.ред. И.В. Дубровиной. СПб.: Питер, 2009. 592с.
13. Ениколопов С.Н., Цибульский Н.П. Психометрический анализ русскоязычной версии опросника диагностики агрессии А. Басса и М. Перри// Психологический журнал 2007.Т.28, №1. С. 115-124.
14. Ефимова Е.А. Основы коррекционной педагогики и специальной психологии. Ростов н/д.: Феникс, 2020. 384 с.
15. Карабанова О.А. Возрастная психология: конспект лекций: учебное пособие для вузов. М.: Айрис-Пресс, 2005. 240 с.
16. Конарева Я. П. Интернет-зависимость у детей и подростков // Символ науки. 2022. № 9-1. С. 52-55..
17. Кулагина И. Ю. Психология развития и возрастная психология. Учебное пособие для вузов. М.: Юрайт, 2021. 352 с.
18. Конарева Я. П. Интернет-зависимость у детей и подростков // Символ науки. 2022. № 9-1. С. 52–55. URL: cyberleninka.ru (дата обращения: 25.11.2025).
19. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. 9-е изд. СПб.: Питер, 2005. 940 с.
20. Крючкова И. М., Игнатова А. А. Социально-психологическая проблема гаджет-зависимости в подростковом возрасте // Социальная политика и социальное партнёрство. 2023. № 4. С. 55–63.
21. Кульчиковская О. Н. Коррекция агрессивного поведения учащихся 1–4 классов: рабочая программа педагога-психолога / ГБОУ

школа-интернат № 3 г.о. Тольятти. Тольятти, 2022. 34 с.

22. Малыгин В.Л., Хомерики Н.С., Смирнова Е.А., Антоненко А.А. Интернет-зависимое поведение // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2011. Т. 111, № 8. С. 86-92.

23. Новосёлова Е. Н. К вопросу влияния гаджетизации на семейные отношения // Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. 2024. Т. 30, № 3. С. 212–230.

24. От экрана к сцене: снижение зависимости подростков от смартфона средствами театральной деятельности при работе с зоной ближайшего развития / Т. А. Посакалова, М. Р. Хуснутдинова, О. В. Саломатова // Психологическая наука и образование. 2025. Т. 30, № 6. С. 87–104.

25. Пережогин Л. О. Интернет-зависимость у детей и подростков: порочные круги патогенеза и новые клинические формы. Зависимость от социальных сетей // Российский педиатрический журнал. 2022. Т. 25, № 4. С. 317–324.

26. Прихожан А.М. Страхи детей: психология страхов и тревожности у детей и подростков. М.: МОДЭК, 2000. 192 с.

27. Потупчик Т. В., Мантикова А. В., Лаптева Л. В., Чудинова О. В. Интернет-зависимость у лиц подростково-юношеского возраста (обзор литературы) // Новые исследования Тувы. 2024. № 3. С. 60-82. URL: [tuva.asia](http://tuva.asia) (дата обращения: 07.06.2026).

28. Реан А. А., Егорова А. В., Коновалов И. А. Взаимосвязь использования экранного времени и проявления различных типов агрессии в старшем подростковом возрасте // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2025. Т. 48, № 2. С. 60–83.

29. Салматова В. В. Компьютерная активность и особенности игровой деятельности современных дошкольников // Психологическая наука и образование. 2022. Т. 27, № 1. С. 139–149.

30. Связь экранного времени дошкольников и их экспрессивной речи

(на материале active словарного запаса и навыков составления рассказа) / Е. С. Ощепкова, А. Н. Шатская, Ю. Э. Макаревская, А. А. Твардовская // Психологическая наука и образование. 2025. Т. 30, № 2. С. 19–31.

31. Семенова Н. Б. Современные представления о роли социальных факторов в развитии интернет-зависимого поведения у детей и подростков (по материалам зарубежных исследований) // Социальная психология и общество. 2022. Т. 13, № 1. С. 22–32.

32. Сергиенко Е. А., Виленская Г. А., Ветрова И. И. Новый метод оценки психической регуляции — опросник «Контроль поведения» // Экспериментальная психология. 2023. Т. 16, № 1. С. 182–200.

33. Смирнова Е. О. Развитие межличностных отношений ребёнка. Москва: Педагогическое общество России, 2001. 240 с.

34. Солдатова Г. У., Илюхина С. Н. Агрессивность и черты Темной триады как факторы распространения деструктивного онлайн-контента в подростковой и молодежной среде // Вопросы психологии. 2023. Т. 69, № 2. С. 35–48.

35. Хухлаева О. В. Как научить ребенка общаться. М.: Генезис, 2001. 240 с.

36. Хухлаева О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 класс). Москва: Генезис, 2023. 312 с.

37. Шейнов В. П., Карпиевич В. А. Детско-родительские отношения и формирование представления детей о безопасности в цифровом мире // Вестник Университета гражданской защиты МЧС Беларуси. 2024. Т. 8, № 3. С. 353–366.

38. Anderson, C. A. Human Aggression / C. A. Anderson, B. J. Bushman // Annual Review of Psychology. – 2002. – Vol. 53, № 1. – P. 27–51.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложения А

Занятия на тему: Выражение эмоций

Цели занятия:

- Обучение детей выражать свои чувства и мысли.
- Освоение способов вербализации агрессии.
- Создание атмосферы принятия и поддержки.
- Проведение игровых заданий на проявление эмоций.

Ожидаемый результат

- Развитие навыков адекватного выражения эмоций.
- Снижение уровня агрессии.
- Организация занятия

Время: 2 часа

Участники: дети 7-10 лет

Формы работы:

- Игра
- Ролевые упражнения
- Упражнения на самовыражение
- Работа в группах

Структура занятия

Часть 1: Введение (15 мин)

Приветствие и знакомство:

Краткая беседа о том, что такое эмоции и почему важно их выражать.

Рассказ о разных эмоциях (радость, грусть, страх, злость и т.д.).

Игровое упражнение «Эмоциональные мимики»:

Дети по очереди изображают разные эмоции, а остальные должны угадать, что это за эмоция.

Часть 2: Изучение способов выражения эмоций (30 мин)

Обсуждение:

Как мы можем говорить о своих чувствах?

Примеры фраз для вербализации эмоций, например: «Я чувствую себя (эмоция), потому что (ситуация)».

Упражнение «Эмоциональные карточки»:

Раздать карточки с изображениями различных эмоций. Дети выбирают карточку и рассказывают, когда и почему они испытывали эту эмоцию.

Часть 3: Вербализация агрессии (30 мин)

Обсуждение:

Что такое агрессия, как она проявляется.

Почему важно уметь выражать агрессию в безопасной форме.

Ролевое упражнение «Конфликт в группе»:

Сформировать группы по 4-5 человек. Каждая группа получает ситуацию конфликта, где им нужно выразить свои эмоции и решить проблему, не прибегая к физической агрессии. В конце каждой группы обсуждают способы, которыми они смогли выразить свои чувства.

Часть 4: Игровые задания на проявление эмоций (30 мин)

Игра «Эмоциональная эстафета»:

Каждая группа по очереди показывает эмоцию (радость, грусть, страх и т.д.), а остальные команды угадали эту эмоцию.

Упражнение «Расскажи о себе»:

Дети по кругу рассказывают о ситуации, когда они испытали разные эмоции, и делятся, как они с этим справились.

Часть 5: Заключение (15 мин)

Рефлексия:

Дети обсуждают, что нового они узнали, насколько важно уметь выражать свои чувства и как они могут это делать в будущем.

Заключительное слово:

Подведение итогов занятия и награждение участников за активное участие.

Дополнительные рекомендации

Обеспечить безопасное и дружелюбное пространство для обсуждения и выражения эмоций.

Поддерживать атмосферу принятия и терпения.

Использовать наглядные материалы (плакаты с эмоциями) для лучшего понимания детьми темы занятия.

Занятия на тему: Саморегуляция

Цели занятия

- Обучение детей приемам саморегуляции и релаксации.
- Работа с техникой «здесь и сейчас».
- Использование дыхательных упражнений для успокоения и самоанализа.

Ожидаемый результат

- Осознанное овладение приемами саморегуляции.
- Формирование навыков контроля над собой.
- Организация занятия

Время: 2 часа

Участники: дети 7-10 лет

Формы работы:

- Динамические и статические упражнения
- Групповая работа
- Индивидуальная практика

Структура занятия

Часть 1: Введение (15 мин)

Приветствие и знакомство:

Краткое объяснение темы занятия и зачем важно уметь управлять своими эмоциями и состоянием.

Обсуждение:

Какие ситуации вызывают напряжение и беспокойство? Как мы можем с ними справиться?

Часть 2: Основные приёмы саморегуляции (30 мин)

Техника «Здесь и сейчас» (осознанность):

Обсудить, что значит быть в моменте. Попросить детей закрыть глаза и описать, что они слышат, чувствуют и видят вокруг.

Упражнение «Собери своё внимание»:

Дети по очереди называют предметы, которые видят в классе, как способ сосредоточиться на текущем моменте.

### Часть 3: Дыхательные упражнения (30 мин)

Обсуждение:

Как дыхание может помочь нам успокоиться? Показать, как глубоко дышать, объяснить концепцию медленного и глубокого дыхания.

Упражнение «Дыхание по кругу»:

Дети сидят в кругу и по очереди делают глубокий вдох через нос и выдох через рот. Можно использовать счёт от 1 до 5 для вдоха и 5 для выдоха.

Упражнение «Дыхание с воображением»:

Дети представляют, что они вдыхают аромат цветка, а выдыхают все тревоги и напряжение.

### Часть 4: Релаксация и статические упражнения (30 мин)

Упражнение «Релаксация всего тела»:

Дети лежат на спине с закрытыми глазами. Ведущий по очереди называет части тела, которые надо расслабить, начиная с ног и заканчивая головой.

Динамическое упражнение «Радужные эмоции»:

Дети встают и показывают разные эмоции через движения (например, радость — прыжки, грусть — медленные движения и т.п.). После каждого движения — возвращаются в статичное состояние для ощущения релаксации.

### Часть 5: Индивидуальная практика и рефлексия (15 мин)

Задание «Мой личный способ саморегуляции»:

Каждому ребёнку предлагается подумать о том, как они будут использовать приёмы саморегуляции на практике. Написать или нарисовать свой план (например, «Когда я чувствую себя тревожным, я буду дышать глубоко и думать о положительных моментах»).

Обсуждение:

Обсуждение в кругу: как мы можем использовать эти техники в повседневной жизни, и что они полезны.

Часть 6: Заключение (10 мин)

Подведение итогов занятия и побуждение детей продолжать практиковать приемы саморегуляции в повседневной жизни.

Занятия на тему: Навыки общения

Цели занятия

- Отработка навыков эффективного общения в конфликтных ситуациях.
- Формирование адекватного поведения через ролевые игры.
- Обучение навыкам принятия решений в ситуациях общения.

Ожидаемый результат

- Повышение уровня межличностных отношений.
- Формирование уверенности в общении.
- Организация занятия

Время: 2 часа

Участники: дети 7-10 лет

Формы работы:

- Ролевые игры
- Обсуждения в группах
- Анализ ситуаций
- Игровые условия

Структура занятия

Часть 1: Введение (15 мин)

Приветствие и знакомство:

Обсуждение важности навыков общения в жизни. Почему важно уметь общаться?

Игра «Эмоциональные приветствия»:

Дети приветствуют друг друга разными способами (радостно, грустно, удивленно и т.д.), обсуждают, как это влияет на восприятие.

Часть 2: Эффективное общение (30 мин)

Обсуждение:

Что такое эффективное общение? Разбор основных компонентов: активное слушание, внимание к собеседнику и умение выражать свои мысли.

Упражнение «Вопрос-ответ»:

Дети работают в парах, где один задаёт вопросы, а другой отвечает, фокусируясь на том, чтобы слушать внимательно и задавать уточняющие вопросы.

### Часть 3: Конфликтные ситуации (30 мин)

Введение в тему конфликтов:

Обсуждение, что такое конфликт и как он может возникать. Примеры типичных конфликтов между детьми.

Ролевая игра «Конфликт на площадке»:

Каждой группе дается сценарий конфликта (например, дележ игрушек, disagreement over game rules). Дети разыгрывают ситуацию, а остальные наблюдают, делятся впечатлениями и предлагают альтернативные подходы к решению.

### Часть 4: Принятие решений (30 мин)

Обсуждение:

Какие бывают ситуации, требующие принятия решения? Почему это важно?

Упражнение «Дерево решений»:

В группах составляют «дерево решений», начиная с одной ситуации (например, «что делать, если у меня нет друзей на перемене»). Дети обсуждают варианты действий и выбирают лучший.

### Часть 5: Заключение и рефлексия (15 мин)

Обсуждение результатов работы:

Что нового узнали? Как планируете использовать эти навыки в реальной жизни?

Игровая активность «Команда»:

Дети объединяются в команды и создают «правила эффективного общения». Затем каждая команда представляет свои правила.

Заключительное слово:

Подведение итогов занятия, поощрение детей за активное участие и желание учиться. Напоминание о важных навыках и их значении в повседневной жизни.

Дополнительные рекомендации

Создайте безопасную и дружелюбную атмосферу для обсуждений и ролевых игр.

Используйте наглядные материалы (плакаты с изображениями предметов конфликтов или примерами) для работы с детьми.

Позаботьтесь о том, чтобы все дети имели возможность участвовать и высказывать своё мнение.

Занятие на тему: Позитивные качества

Цели занятия

- Формирование моральных представлений о позитивных качествах.
- Осознание собственного поведения и его влияния на окружающих.
- Развитие эмпатии и доверия между участниками.

Ожидаемый результат

- Повышение уровня эмпатии и доверия.
- Улучшение социальной адаптации.
- Организация занятия

Время: 2 часа

Участники: дети 7-10 лет

Формы работы:

- Групповая работа
- Обсуждение кейсов
- Игры на сплочение

Структура занятия

Часть 1: Введение (15 мин)

Приветствие и знакомство:

Обсуждение важности позитивных качеств. Почему важно развивать их в себе и других?

Игра «Ассоциации»:

Дети по очереди называют позитивное качество (доброта, честность, уважение и т.д.) и говорят, с чем это качество ассоциируется у них (например, «Доброта — это заботиться о других»).

Часть 2: Позитивные качества и их проявление (30 мин)

Обсуждение:

Какие позитивные качества вы знаете? Как они проявляются в жизни?

Примеры из собственного опыта.

Упражнение «Качества супергероев»:

В группах дети придумывают супергероя, который обладает определенными позитивными качествами (например, смелость, терпение). Затем представляют свою команду и рассказывают о супергерое.

Часть 3: Осознание поведения и эмпатия (30 мин)

Кейс-обсуждение «В классе»:

Разделить детей на группы и предоставить им кейсы (например, конфликт между двумя учениками, ситуация, когда кто-то чувствует себя одиноко). Дети обсуждают, какое позитивное качество можно было бы применить, чтобы разрешить ситуацию. Затем каждая группа делится своими идеями.

Игра «Эмпатия в действии»:

Дети в группах разыгрывают ситуации, где необходимо проявить эмпатию: поддержать друга в трудную минуту, быть честным, поделиться игрушкой. Остальные слушают и обсуждают, какова была реакция.

Часть 4: Доверие и поддержка друг друга (30 мин)

Упражнение «Доверительный круг»:

Дети становятся в круг и говорят друг другу комплименты или позитивные качества, которые они заметили в коллегах. Это помогает создать атмосферу доверия.

Игра «Сплочение»:

Упражнение на командное взаимодействие, например, «Переправа». Дети должны пройти «реку» (обозначенную область), используя только определенные материалы (например, газеты или коврики), и работать вместе, чтобы достичь цели.

Часть 5: Заключение и рефлексия (15 мин)

Обсуждение результатов работы:

Обсудить, что нового дети узнали о позитивных качествах и как они могут использовать их в жизни.

Игра «Обещание»:

Каждый участник делится с группой, какое позитивное качество они

хотят развивать в себе, и как они будут это делать.

Заключительное слово:

Подведение итогов занятия с акцентом на важность развития позитивных качеств и их влияния на отношения с окружающими.

Поблагодарить детей за активное участие и поддержку друг друга.

Дополнительные рекомендации

Стимулируйте детей выражать свои мысли и делиться примерами из жизни.

Позаботьтесь о создании теплой и поддерживающей атмосферы для обсуждения тем, связанных с эмоциями и поведением.

Используйте наглядные материалы, такие как плакаты с позитивными качествами, чтобы дети лучше запомнили и осознали их значимость.

Занятие на тему: Альтернативные занятия

Цели занятия

- Знакомство с возможностями проведения времени без гаджетов.
- Исследование различных секций, кружков и активностей.
- Формирование интереса к занятиям, не связанным с использованием технологий.

Ожидаемый результат

- Снижение зависимости от гаджетов.
- Развитие новых увлечений и активностей.
- Формирование навыков работы в команде.

Организация занятия

Время: 2 часа

Участники: дети 7-10 лет

Формы работы:

- Занятия на свежем воздухе
- Творческие мастерские
- Встречи с интересными людьми

Структура занятия

Часть 1: Введение (15 мин)

Приветствие и знакомство:

Обсуждение: Почему важно проводить время без гаджетов? Какие у вас есть альтернативные увлечения или занятия?

Игра «Мысленный поток»:

Каждый по очереди называет занятие, которое можно делать без гаджетов (например, читать книги, рисовать, заниматься спортом и т.д.).

Играем до тех пор, пока дети не смогут придумать новые занятия.

Часть 2: Изучение альтернативных занятий (30 мин)

Обсуждение секций и кружков:

Попросить детей поделиться знаниями о разных секциях, кружках, которые они знают или в которых участвуют (например, музыкальные секции, художественные кружки, спортивные клубы).

Создание «Интересной карты»:

Дети в группах создают плакаты, на которых изображают различные кружки и секции. Использование рисунков и вырезок из журналов приветствуется. Затем каждая группа представляет свою карту.

Часть 3: Занятия на свежем воздухе (30 мин)

Активная игра «Охота за сокровищами»:

Проведите игру на свежем воздухе. Подготовьте задания, которые дети должны выполнять, чтобы получить «сокровища» (например, собрать разные листья, сделать фотографию чего-то интересного, собрать камни на определенную тему).

Упражнение «Командные Challenge»:

Разделите детей на команды и предложите им необычные задания, которые нужно выполнить по очереди: построить из подручных материалов (палочки, листья) что-то интересное, например, мини-скульптуру или «жилище» для воображаемого существа.

Часть 4: Творческие мастерские (30 мин)

Творческая мастерская:

Проведение мастер-класса по рисованию, лепке или созданию поделок из природных материалов. Попросите детей использовать элементы, собранные во время «Охоты за сокровищами».

Рисование под открытым небом:

Дети могут рисовать, используя визуальные образы окружающей природы: деревья, небо, цветы. Убедитесь, что материалы для рисования (бумага, краски) доступны.

Часть 5: Встреча с интересными людьми (15 мин)

Приглашение внешнего гостя:

Позовите волонтера или специалиста (например, художника, музыканта)

который поделится своим опытом и расскажет о своем увлечении, не связанном с технологиями. Дети могут задавать вопросы.

Часть 6: Заключение и рефлексия (15 мин)

Обсуждение:

Обсуждение, что нового они узнали и какие занятия им понравились больше всего. Как они могут попробовать это самостоятельно или с друзьями в будущем?

Домашнее задание «Неделя без гаджетов»:

Предложить детям на неделю выбрать одно занятие без гаджетов, которому они будут уделять время. Записать свои впечатления и поделиться ими на следующем занятии.

Заключительное слово:

Подведение итогов занятия с акцентом на важность разнообразия в досуге и развитии новых увлечений. Поблагодарить детей за активное участие и позитивный настрой.

Дополнительные рекомендации

Создайте позитивную и поддерживающую атмосферу, чтобы дети чувствовали себя комфортно и свободно делились своими мыслями.

Убедитесь, что все материалы готовы заранее и доступны для детей, чтобы занятия проходили гладко.

Разнообразьте занятия различными формами активности (движение, творчество, общение) для поддержания интереса детей.