

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Институт образования и социальных наук  
Кафедра педагогики и образовательных технологий**

**Утверждена приказом по институту  
от «22» января 2019 г. №6-1 р/20**

**Допущена к защите  
«27» мая 2019 г.  
Зав. кафедрой педагогики  
и образовательных  
технологий к.п.н., доцент  
Халяпина Л.В.**

---

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

**Психолого-педагогическая профилактика детской вербальной агрессии в  
младшем школьном возрасте**

**Рецензент:**

Оганян Карина Михайловна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры дефектологии и русского языка ФГБОУ ВО «Ставропольский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации

**Выполнил:**

Пахомова Марина Сергеевна, студентка 2 курса, группы ППО-м-о-17-1 направления 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование» очной формы обучения

---

**Нормоконтролер:**

Хохлова Диана Александровна кандидат исторических наук, доцент кафедры педагогики и образовательных технологий

---

**Научный руководитель:**

Хохлова Диана Александровна кандидат исторических наук, доцент кафедры педагогики и образовательных технологий

---

**Дата защиты**

«20» июня 2019 г.

**Оценка** \_\_\_\_\_

**Ставрополь, 2019 г.**

## Содержание

	стр.
<b>Введение.....</b>	<b>3</b>
<b>Глава 1. Теоретические аспекты проявления вербальной агрессии в младшем школьном возрасте</b>	
<b>1.1. Понятие детской агрессии в психолого-педагогических исследованиях.....</b>	<b>10</b>
<b>1.2. Особенности проявления детской вербальной агрессии в младшем школьном возрасте.....</b>	<b>21</b>
<b>1.3. Психолого-педагогическая профилактика вербальной агрессии в межличностном общении младших школьников.....</b>	<b>35</b>
<b>Глава 2. Экспериментальное изучение детской вербальной агрессии в младшем школьном возрасте</b>	
<b>2.1. Оценка начального уровня вербальной агрессии детей младшего школьного возраста.....</b>	<b>46</b>
<b>2.2. Экспериментальная программа по профилактике вербальной агрессии в младшем школьном возрасте.....</b>	<b>55</b>
<b>2.3. Анализ итогов экспериментальной работы.....</b>	<b>65</b>
<b>Заключение.....</b>	<b>75</b>
<b>Список литературы.....</b>	<b>76</b>
<b>Приложение.....</b>	<b>79</b>

## Введение

**Актуальность исследования.** Проблема воспитания детей с агрессивным поведением является одной из центральных психолого-педагогических проблем. Все чаще приходится сталкиваться с явлениями игнорирования социальных норм и агрессивного поведения детей.

Увеличение численности детской преступности и детей, склонных к агрессивным формам поведения, выдвигает на передний план задачу изучения социально-педагогических условий, вызывающих эти опасные явления, и организацию профилактики агрессивности. Несмотря на значительное количество исследований в этой области, ключевые вопросы, связанные с природой и истоками агрессивности, остаются открытыми.

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем, волнующих сегодня как педагогов и психологов, так и родителей. Агрессивное поведение встречается у значительного числа дошкольного возраста как отражение детской непосредственности и импульсивности. На протяжении школьного возраста на смену агрессивности приходят новые, просоциальные формы поведения. Однако у определенной категории детей агрессия как устойчивая форма поведения не только сохраняется, но и развивается, трансформируясь в устойчивое качество личности. В итоге снижается продуктивный потенциал ребенка, сужаются возможности полноценной коммуникации, деформируется его личностное развитие. Агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе. Нарастающая волна детской преступности и увеличение числа детей, склонных к агрессивным формам поведения, выдвигает на первый план задачу изучения психологических условий, вызывающих эти опасные явления.

Особенно важным является изучение агрессивности в младшем школьном возрасте, когда эта черта находится в стадии своего становления и когда еще возможно предпринять своевременные корректирующие меры.

Проблеме детской агрессивности в отечественной психологии и педагогике уделялось внимание многими отечественными и зарубежными авторами и нашло отражение в психолого-педагогических исследовательских работах Н.Д. Левитова, Т.Г. Румянцевой, К. Бютнера, Г. Паренса, А.А. Реана.

Проблема профилактики агрессивного поведения уже более века является предметом пристального внимания представителей медицинского, психологического и педагогического знания. В первой половине XX столетия в нашей стране она получила отражение в трудах Л.С. Выготского, Н.Е. Веракса, А.Н. Веракса, В.С. Мухиной, Р.В. Овчаровой и др. Поиском путей и средств преодоления, предупреждения агрессии школьников занимаются Г. Паренс, Н.П. Сазонова, Н.В. Новикова, Е.В. Логутова и др.

Изучение литературы позволило нам выделить **противоречие** между традиционным пониманием необходимости подавления агрессивного поведения у детей как деструктивной формы поведения и современными подходами к профилактике агрессивности, понимаемой как совокупность педагогических действий, направленных на научение ребенка способам конструктивного взаимодействия.

Актуальность разрешения данного противоречия обусловила **проблему** исследования: какова роль психолого-педагогической профилактики детской агрессии, какие способы и средства психолого-педагогической профилактики вербальной агрессии в младшем школьном возрасте являются наиболее эффективными?

**Цель исследования** – теоретически обосновать и экспериментальным путем проверить эффективность программы психолого-педагогической профилактики вербальной агрессии у младших школьников.

**Объект исследования** – детская агрессия.

**Предмет исследования** – вербальная агрессия в младшем школьном возрасте и её психолого-педагогическая профилактика.

**Гипотеза исследования:** психолого-педагогическая профилактика детской вербальной агрессии будет эффективна, если:

- проводится превентивная психолого-педагогическая диагностика на выявление характера и причин (биологических, социальных и психологических) агрессивного поведения младших школьников;

- реализуется индивидуальное сопровождение школьников, выражающих отрицательные эмоции, критические замечания с нанесением словесных оскорблений, высказывающих мысли и желания агрессивного характера;

- в систему воспитательной работы учителя начальных классов включить также специальные занятия по развитию саморегуляции в социальном поведении ребенка, формированию адаптивных качеств личности ребенка в контексте эффективного поведения и взаимодействия и навыков детей.

Согласно формулировкам цели, объекта, предмета исследования и выдвинутой гипотезы, нами решались следующие **задачи**:

1. На основе анализа психолого-педагогической литературы определить сущность ключевых понятий проблемы исследования: «агрессия»; «агрессивность», «вербальная агрессия», «агрессивное поведение», «младший школьный возраст» и др.

2. Выявить специфику методов и средств педагогической профилактики вербальной агрессии у детей младшего школьного возраста.

3. Охарактеризовать критерии и уровни проявления вербальной агрессии у младших школьников.

4. Разработать, внедрить и оценить эффективность программы психолого-педагогической профилактики детской вербальной агрессии в младшем школьном возрасте. Сделать соответствующие выводы и умозаключения.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы был использован комплекс **методов исследования:**

*Теоретические:* анализ, синтез, интерпретация, конкретизация, индукция, дедукция, обобщение, сравнение, систематизация, классификация и др.

*Эмпирические:* наблюдение, опрос (анкетирование, тестирование), беседа, психолого-педагогический эксперимент.

Методиками опроса выступили:

- адаптированная для экспресс-диагностики агрессивности методика «Крокодил»;
- кинетический рисунок семьи Р. Бернс, С. Кауфман;
- Методика «Агрессивное поведение» (Е.П. Ильин, П.А. Ковалев);
- Методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки.

*Статистические:* методы математической статистики, качественный анализ результатов (педагогическая интерпретация).

**Теоретико-методологические основы исследования:** *системный, личностно-ориентированный (личностно-центрированный) подход* (К. Роджерс, И.С. Якиманская, Н.Ю. Синягина), определяющий приоритетность потребностей, целей и ценностей развития личности ребенка, максимальный учет индивидуальных, субъектных и личностных особенностей детей; *концепция психического и психологического здоровья детей* (И.В. Дубровина); *концепция индивидуальных стилей саморегуляции* (В.И. Моросанова); *концепция функциональных структур регуляции психических состояний* (А.О. Прохорова); *теория педагогической поддержки* (О.С. Газман, Н.Н. Михайлова); *отдельные труды:* В.Д. Менделеевича, А. Налчаджяна, И.П. Подласого в вопросах изучения агрессии и агрессивности; А.К. Осницкого, Г.Э. Бреслава, И.А. Фурманова в области исследования проблем детской агрессивности; Т.П.

Смирнова, Е.К. Лютова, Г.Б Моница, М.Н. Заостровцева, Н.В. Перешейной в сфере коррекции и профилактики агрессивного поведения.

#### **Исследование проводилось в несколько этапов:**

Первый этап (*сентябрь 2017 г. – январь 2018 г.*) – изучение и анализ зарубежной и отечественной психолого-педагогической литературы, диссертационных работ по проблеме вербальной агрессии в младшем школьном возрасте и ее профилактики; формулирование проблемы, объекта, предмета, гипотезы, задач и методов экспериментального исследования.

Второй этап (*январь 2018 – апрель 2019 г.*) – проведен психолого-педагогический эксперимент и реализована программа психолого-педагогической профилактики вербальной агрессии у детей младшего школьного возраста.

Третий этап (*апрель 2019 г. – май 2019 г.*) – был завершен формирующий этап эксперимента, проведен «контрольный срез», осуществлен анализ, обобщение и систематизация полученных результатов экспериментальной работы; оформление результатов исследования в виде текста магистерской диссертации.

#### **Научная новизна исследования:**

- на основе теоретического анализа раскрыта сущность процесса профилактики детской вербальной агрессии в младшем школьном возрасте;
- выделены критерии и показатели проявления вербальной агрессии;
- выявлен комплекс условий и определена специфика методов и средств, способствующих эффективной психолого-педагогической профилактики вербальной агрессии в младшем школьном возрасте.

#### **Теоретическая значимость исследования.**

Данная работа вносит вклад в решение проблемы психолого-педагогической профилактики детской вербальной агрессии в младшем школьном возрасте. Полученные данные способствуют развитию

представлений о детской вербальной агрессии, определении понятия, функций и видов педагогической профилактики вербальной агрессии в младшем школьном возрасте; уточнении представлений о методиках педагогической профилактики вербальной агрессии в младшем школьном возрасте.

### **Практическая значимость исследования.**

Результаты настоящего исследования могут быть использованы в работе педагогов-психологов, социальных педагогов и психологов общеобразовательных учреждений, включены в тексты лекций по дисциплинам и вынесены на обсуждение на педсоветах, родительских собраниях.

**База исследования:** Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Средняя общеобразовательная школа №45 г. Ставрополь (далее МБОУ СОШ №45).

**Магистерская диссертация** состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

**Достоверность и обоснованность научных результатов исследования** обеспечивались совокупностью методов, соответствующих предмету исследования, адекватных поставленным целям и задачам; методологической обоснованностью исходных теоретических позиций; сочетанием количественного и качественного анализа полученных данных; непротиворечивостью теоретических положений и эмпирических данных, полученных в ходе исследования.

**Апробация и внедрение результатов исследования** осуществлялись в процессе обсуждения на педагогических советах, совещаниях, методическом объединении для работников МБОУ СОШ № 45 г. Ставрополя (2018 – 2019 гг.); на кафедре педагогики и образовательных технологий ИОСН ФГАОУ ВО СКФУ.

Основные результаты исследования докладывались на VII ежегодной научно-практической конференции Северо-Кавказского Федерального

Университета «Университетская наука-региону» (17 апреля 2019 г., г. Ставрополь)

**На защиту выносятся положения:**

1. Под детской вербальной агрессией следует понимать использование речевых средств, наносящих боль, оскорбления. Это могут быть отрицательные отзывы и критические замечания, выражение отрицательных эмоций — недовольство другими в форме брани, затаенной обиды, недоверия, ярости, ненависти; высказывание мыслей и желаний агрессивного характера, оскорбления, упреки обвинения; угрозы.

2. Проявление вербальной агрессии в младшем школьном возрасте является следствием множества факторов (индивидуальный, психолого-педагогический, социально-психологический, личностный, социальный) и причин (биологические, социальные и психологические). Вербальная агрессия в младшем школьном возрасте бывает различной: активной-прямой (словесное оскорбление или унижение другого человека), активной-непрямой (клевета, распространение сплетен, слухов), пассивной-прямой (например, отказ от дачи каких-либо словесных пояснений или объяснений). Конечная цель вербальной агрессии - подчинение и манипуляция партнером, наносит вред межличностным отношениям, может перерасти в физическую агрессию.

3. Условиями профилактики детской вербальной агрессии выступают: выявление неблагоприятных факторов и десоциализирующих воздействий со стороны ближайшего окружения, которые обуславливают отклонения в развитии личности младших школьников и своевременная нейтрализация этих неблагоприятных дезадаптирующих воздействий; реализация комплекса психолого-педагогических мероприятий, развивающих занятий, направленных на снижение уровня вербальной агрессии; индивидуальное сопровождение детей с особыми видами агрессии, в том числе вербальной; повышение психологической и педагогической грамотности родителей обучающихся.

# **Глава 1. Теоретические аспекты проявления вербальной агрессии в младшем школьном возрасте**

## **1.1. Понятие детской агрессии в психолого-педагогических исследованиях**

Слово «агрессия» в переводе с латинского означает «нападать, атаковать». Это слово широко используется и давно существует в европейских языках, хотя его значение не всегда было одинаковым. Вплоть до первой четверти девятнадцатого века значение слова «агрессия» включало как положительное, доброжелательное, так и угрожающее поведение, но и первое и второе отличались по активности. Со временем слово приобрело более узкое и конкретное значение, более близкое к повседневному пониманию, - враждебное поведение по отношению к другим людям.

Для начала рассмотрения проблемы детской агрессивности в младшем школьном возрасте, необходимо раскрыть общее понятие агрессии, природу и её структуру.

Р. Бэрон и Д. Ричардсон, считают, что все формы агрессии - это поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, у которого есть все основания избегать такого обращения с самим собой [7].

Это определение является более полным и, соответственно, включает в себя следующие элементы, которые выделяют агрессию среди других типов поведения: агрессия характеризуется преднамеренностью, наносящей ущерб живым организмам, и побуждает жертву агрессии избегать направленной на нее агрессии.

Проблема определения агрессии заключается в обширности толкования термина и предполагаемого поведения. Смысловое значение слова включает в себя широкий спектр поведения: человек, который характеризуется как агрессивный, может быть недружелюбным, демонстрировать силу для достижения любых целей, иметь прямолинейность, а также использовать оскорбления по отношению к другим людям [5].

Соответственно, первостепенной задачей в изучении агрессии и агрессивного поведения стоит обозначение данных терминов.

Можно определить агрессию как любое поведение, которое содержит угрозу или наносит ущерб другим [25]. Так же существует взгляд на определение агрессии как попытки нанести другим повреждения, носящего физический или телесный характер [56].

В это определение входит как категория намерения, так и актуальное причинение оскорбления или вреда другим. Таким образом, самым полным значением обладает данное определение: агрессия - это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения. Исходя из данного определение становится ясно, что агрессию стоит рассматривать не как эмоцию, мотив или установку, а как модель поведения.

Агрессия - это любая форма поведения, направленная на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, которое не хочет такого обращения [48].

С другой стороны, существует множество проявлений агрессивного поведения, практически невозможно определить каждое из них, чтобы избежать либо чрезмерного сужения определения, либо его необоснованного расширения. Но большинство определений содержат характеристику трех элементов: от стороннего наблюдателя агрессивного поведения и, соответственно, субъекта и

объекта агрессии, где субъектом является сам агрессор, а объектом является тот, на кого направлено агрессивное влияние.

Агрессию можно рассмотреть в двух формах: как модель поведения и как психическое расстройство личности.

Агрессия – это проявление агрессивности в деструктивных действиях, целью которых является причинение вреда конкретному человеку [31].

Агрессивное поведение может рассматриваться как целенаправленное действие, которое нарушает границы и нормы гармоничного сосуществования, которое наносит какой-либо ущерб окружающим людям. Но, при работе с агрессивным поведением необходимо учитывать различные компоненты агрессивного поведения.

Также агрессию можно рассматривать не только как модель поведения и психического расстройства, но и как психическое состояние. Это психическое состояние имеет структуру трех компонентов: эмоциональный, когнитивный, волевой. В эмоциональном компоненте ключом является гнев, который может принимать различные разрушительные формы, такие как аффект, ярость. Сильная эмоция гнева может сопровождать все стадии агрессивного поведения. Конечно, не всякое агрессивное поведение сопровождается этой эмоцией, и не всегда эмоция приводит к агрессии. Гнев так же может сопровождать и другие состояния, формы поведения, например, фрустрацию. Или же, согласно гипотезе «фрустрация – агрессия», сторонниками которой являлись психологи из Йельского университета, Доллард, Миллер, Дуб, Маурер и Сире, быть следствием. Но и агрессивное поведение сопровождается различными оттенками эмоций: подозрительностью, гневом, уверенностью, решительностью. Иногда эта палитра наполнена эмоциями радости, удовольствия, которые в своем крайнем проявлении и патологии принимают форму садизма [58].

Когнитивный компонент выполняет функцию ориентации, которая необходима для понимания ситуации и ее «средств защиты». Например, некоторые эксперты (Р. Лазарь) считают, что агрессия - это реакция на стресс. Соответственно, существует некоторая угроза, от которой требуется защита, эта угроза вызывает стресс, а стресс, соответственно, агрессию. Но не всегда причиной агрессивного поведения является угроза и соответствующий ей стресс. Ключевым моментом здесь является анализ и отношение к возникшей угрозе. Модель и интенсивность агрессивного поведения зависят от правильного анализа возникшей угрозы. Переоценка значимости угрозы может вызвать реакцию, обратную необходимой интенсивности, и привести к бессилию. Противоположной ситуацией является недооценка, и не принятые меры по устранению угрозы могут привести к ущербу в любой форме. В те моменты, когда агрессивное поведение, вызванное угрозой, обеспечило лучшее понимание и анализ этой угрозы и стратегии, взаимодействие с ней и ситуацией, а также важность когнитивного элемента в структуре агрессивного поведения.

Агрессивное поведение требует целеустремленности, смелости, решительности, и принятия решения о вступлении в противоборство, и в этом заключается суть волевого компонента.

Агрессивность не всегда является деструктивной формой поведения. Это в определенной степени необходимо для каждого человека, чтобы выжить. Практически ни один процесс самозащиты, отстаивания своей собственной стороны, реализации своих намерений и желаний в удовлетворении, достижения целей невозможен без определенной роли агрессии. Агрессия, которая принимает социально приемлемую форму, играет важную роль во многих жизненных обстоятельствах: изучение нового, приспособление к жизненным ситуациям, достижение целей. Для детей существует полностью

одобренная обществом форма проявления агрессии: розыгрыши, споры, игры, спортивные соревнования, шалости, подростковые конфликты.

Г.Паренс, в соответствии деструктивной направленности агрессии, выделяет два типа:

1. Недеструктивная агрессия – не угрожающее, не враждебное поведение. Этот тип агрессии необходим для выживания и адаптации в окружающей среде: самозащита, удовлетворение своих потребностей и желаний, достижение целей, способность и желание конкурировать, защита своих прав.

2. Враждебная деструктивность – агрессии, принимающая форму ярости, ненависти, мести. Как и недеструктивная агрессия, сама по себе необходима, но ее активация происходит, когда существует угроза или препятствие сильной интенсивности. Этот тип агрессии включает в себя желание причинять страдания и возникающее в результате удовольствие садизм.

Недеструктивная агрессия, безусловно, положительная и позволяющая эффективно функционировать и взаимодействовать в среде, а порой является и необходимой. Враждебная же деструктивность служит так же для адаптации и выживания, но её проявления являются самыми разрушительными, а порой и опасными [36].

Деструктивная форма агрессии у детей является следствием множества переплетающихся факторов, среди которых можно выделить:

1. Индивидуальный фактор. Суть этого фактора проявляется в психобиологических предпосылках возникновения агрессивного поведения

2. Личностный фактор. Сюда входят ценностные ориентации способность к саморегуляции своего поведения, предпочитаемая среда общения, активное отношение к нормам и правилам своего окружения

3. Социальный фактор. Определяется социально-экономическими условиями.

4. Психолого-педагогический фактор. В него включены дефекты семейного или же школьного воспитания

5. Социально-психологический фактор. Данный фактор содержит в себе всё взаимодействие ребенка с ближайшим ему окружением [37].

Само по себе агрессивное поведение необходимо человеку и не является разрушительным. Но крайнее проявление агрессии, ее деструктивная форма, является крайне разрушительной. Патологические формы агрессии обладают следующими свойствами:

1. Интенсивность возникшей агрессивной реакции не соответствует интенсивности вызвавшему её раздражителю.

2. Не вызывают чувства сожаления, раскаяния у субъекта агрессии

3. Представляют собой опасность окружающим или самой личности

4. Неконтролируемы, субъект агрессии не может управлять своими действиями

5. Состояние сопровождается чрезмерной экспрессией

6. Обладают устойчивостью и тенденцией к частому повторению

В «Большом психологическом словаре» под редакцией Б. Г. Мещерякова и В. П. Зинченко вербальная агрессия определяется как «выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание вербальных реакций (угроза, проклятье, ругань) [30].

Вербальная агрессия предполагает использование речевых средств, которые наносят боль и оскорбления, причиняют дискомфорт. Это могут быть негативные отзывы и критические комментарии, выражение негативных эмоций - недовольство окружающими в виде оскорблений, угроз, ругательства. Вербальная агрессия имеет два структурных компонента - это форма, посредством которой сообщение (крик, повышение голоса) и содержание словесных реакций достигают объекта агрессии. По мнению исследователя В.П.Пирожкова, «агрессия» - это мотивированное разрушительное поведение

личности, противоречащее принятым нормам и нормам существования людей в обществе, наносящее моральный, физический или психологический ущерб [3].

Вербальная или словесная агрессия служит прямо обратным целям эффективного общения. Она препятствует полноценному обмену информацией, налаживанию эффективной коммуникации, контактов между партнерами, делает невозможным создание общих стратегий взаимодействия. Она является спутницей практически любой ссоры и самым опасным врагом вежливости. Поэтому всестороннее изучение словесной агрессии является необходимым условием, обеспечивающим коммуникативную безопасность личности и общества в целом [29].

Таким образом, характеристика вербальной агрессии:

1. Мешает полноценному обмену информацией;
2. Вербальная агрессия служит прямо обратным целям эффективного общения;
3. Вербальная агрессия может быть:
  - А) активной-прямой (словесное оскорбление или унижение другого человека)
  - Б) активной-непрямой (клевета, распространение сплетен, слухов)
  - В) пассивная-прямой (например, отказ от дачи каких-либо словесных пояснений или объяснений)
4. Вербальная агрессия наносит вред межличностным отношениям;
5. Вербальная агрессия может перерасти в физическую агрессию;
6. Конечная цель вербальной агрессии - подчинение и манипуляция партнером.

Можно выделить три группы причин, которые влияют на проявления вербальной агрессии: биологические, социальные и психологические.

Биологические факторы включают все факторы, которые могут стать субстратом для возникновения словесной агрессии: злоупотребление

психоактивными веществами, наличие травм головы, история психических заболеваний. Этот фактор рассматривает словесную агрессию как врожденное, генетически детерминированное качество. Ю.В. Щербина отмечает наличие в психологической литературе нескольких взглядов на биологический фактор возникновения словесной агрессии. Например, социобиологи, такие как А. Теймард, Д. Джекобс, полагают, что проявление вербальной агрессии предопределяется генетически. Представители психоаналитической концепции, такие как З. Фрейд и его последователи, этологи К. Лоренц, Н. Тинберген, так же раскрывают предпосылки к её проявлению. Большинство представителей различных направлений в психологии признают, что агрессия есть неотъемлемая динамическая характеристика активности и является частью процесса адаптации человека. [61].

К социальным факторам относятся: образование, семейное положение, ближайший круг окружения, общение в асоциальных группах. То есть этот фактор рассматривает речевую агрессию как приобретенную в процессе социальной адаптации или ситуационного поведения [57].

Психологические факторы: эмоциональная неустойчивость, импульсивность, тревожность, фрустрированность [27].

Существует ряд «маркеров», которые могут позволить сказать, что в данном случае имеет место быть вербальная агрессия:

1. Изменения субъектом вербальной агрессии высказыванием истинного намерения, ложным. Например, желая сорвать урок или отсрочить контрольную работу, ученик словесно демонстрирует свою обиду на якобы имевшую место несправедливость учителя («Вам наплевать на детей!»; «Я вас ненавижу!» и т.п.).

2. Невозможность дальнейшего коммуникативного контакта после проявления вербальной агрессии, что может выражаться действиями (например,

уход, выход из помещения, где происходил разговор), и словесно (высказывание нежелания больше продолжать разговор);

3. Отсутствие учета адресата в процессе создания и порождения высказывания, а именно: поло-возрастных особенностей; характера и темперамента; социальных характеристик - общественного положения, уровня образования и т.п.; культурно-национальной специфики; индивидуально личностных особенностей; степень овладения речевой культурой и т.д.

4. Отсутствие учета субъектом ситуации, в которой происходит общение (игнорирование кого-либо из собеседников, несоблюдение стиля общения в данной обстановке);

5. Ответная вербальная агрессия [32];

Звуковыми показателями присутствия агрессии в речевой ситуации можно считать следующие:

1. Появление фоновых шумов (громкие и резкие выдохи или вздохи, ропот, шёпот)

2. Изменение тембра, темпа;

3. Повышение тона и громкости голоса;

Среди психологических особенностей, провоцирующих агрессивное поведение детей, обычно выделяют:

- недостаточное развитие интеллекта и коммуникативных навыков;

- низкий уровень саморегуляции;

- неразвитость игровой деятельности;

- низкую самооценку;

- нарушения социальной адаптации [43].

Существуют моменты и ситуации, когда наиболее вероятно возникновение речевой агрессии у детей, и из таких можно выделить:

- общение со сверстниками;

- игра со сверстниками;

- ограничения со стороны взрослых;
- ограничение свободы со стороны взрослых;
- невозможность выполнить что-либо;
- принуждение к выполнению нежелательных различных дисциплинарных требований;
- недостаточное внимание, чаще всего, со стороны старших;
- наставления взрослых;
- усталость;
- несправедливость [58];

Речь детей школьного возраста отмечена специфической речевой агрессией, которую можно разделить на 8 групп:

1. Оскорбления - слова и выражения, содержащие обидную характеристику объекту агрессии. В детской речи нужно различать оскорбления, употребляемые в качестве самозащиты, и целенаправленное оскорбление. Такая самозащита может проявиться как противостояние грубости или несправедливости по отношению к ребенку. В данном случае, эмоциональные высказывания ребенка выступают на передний план и затмевают личную, субъективную реальную оценку ребенком того, в чью сторону направлена защитная вербальная агрессия.

2. Враждебные замечания - отрицательные суждения о собеседнике. Главное отличие от оскорблений в данном случае, в том, что тут не отдельные слова и оскорбления, а целые конструкции, предложения.

3. Насмешка. В данном случае, отличие от оскорблений – это речевая изобретательность. Так же, тут подразумевается намеренность агрессии.

4. Грубое требование – данный тип речевой агрессии служит как средство исполнения своих намерений, удовлетворения своих потребностей.

5. Агрессивный протест, возражение, отказ.

6. Упрёк, обвинение.

## 7. Угроза.

8. Жалоба - предполагает «переадресацию наказания» лицу, обладающему большей властью. Агрессивное содержание подобных высказываний можно разделить на группы:

- сообщение неизвестной ранее адресату информации о действиях, словах, поступках обидчика;

- показывание недовольства действиями, слова и поступками обидчика

[63].

Вербальная агрессия в большинстве случаев не может проявиться неожиданно и без причины; обычно проявляется на каком-то неблагоприятном воздействии на человека. Например, в результате межличностных взаимодействий, провокаций, в ответ на агрессию. Как вербальная, так и невербальная агрессия может вызывать и быть причиной деструктивной враждебной агрессии.

Таким образом, определить любое высказывание как высказывание с наличием или отсутствием словесной агрессии возможно только в условиях конкретной речевой ситуации с учетом анализа существующего контекста. Таким образом, можно утверждать, что вербальная агрессия - это словесное выражение негативных чувств, эмоций и намерений в форме, которая особенно неприемлема в этой речевой ситуации.

Агрессия - это один из способов сохранения целостности личности, как ответ на нарушение границ, это способ защиты своих ценностей и чувства достоинства, а также способ адаптации к существующей среде или агрессия направлена на преодоление препятствий. Кроме того, агрессия имеет свойство превращаться в устойчивую личностную черту, быть ситуативным ответом на возникающие условия. Агрессивное поведение может быть ответом на стресс, фрустрирующие воздействия [44].

## 1.2. Особенности детской вербальной агрессии и ее проявление в детском школьном возрасте

Для того чтобы рассмотреть проблему агрессивного поведения в младшем школьном возрасте, необходимо рассмотреть понятие «детская агрессия» и близкие ему - «детская агрессивность» и «агрессивное действие ребенка».

Как отмечалось уже выше, агрессия – это целенаправленное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, причиняющая физический вред или вызывающее отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности. «Агрессия» - индивидуальное или коллективное поведение и действия, направленные на нанесение физического или психологического вреда, ущерба другим людям, либо на их уничтожение [39].

В общих чертах агрессивность понимается как целенаправленное нанесение физического или психического ущерба другому лицу.

Под детской агрессивностью понимают действия ребенка, направленные на нанесение физического или психического вреда другому человеку или самому себе. Агрессивность детей может проявляться нанесением ударов кулаками родителям и незнакомым, а также в том, что ребенок мучает животных, разбивает посуду, портит мебель, рвет тетради, кусается. Нередко агрессию дети направляют на самого себя: они рвут свою одежду, наносят раны.

Агрессивные действия у обучающегося младшего школьного возраста можно замечать уже с самого раннего возраста. Агрессивное поведение появляется совместно с рождением ребенка и является нормальной реакцией на преграды, мешающие удовлетворению актуально значимых потребностей. В последующем, становление детской агрессивности находится в зависимости от

отношения к ней родителей, близких членов семьи ребенка, а позже – от процессов социальной адаптации.

Младшим школьным возрастом принято считать возраст от 6–7 до 10 лет, когда ребенок обучается в начальной школе. Для данного возраста характерно, что в качестве ведущей формируется учебная деятельность, в которой происходит усвоение человеческого опыта, представленного в виде системы знаний.

В рамках процесса учебной деятельности возникают два основных психологических новообразования этого возраста – построение внутреннего плана действий и возможность произвольной регуляции психических процессов [13].

Также, становится все более весомой роль и значение общение с ровесниками. Его главная характеристика – это то, что общение несет в себе огромную эмоциональность, что отлично от общения ребёнка со взрослыми. Детям легче проявлять агрессию к своим ровесникам, чем ко взрослым, хотя бы потому что в принципе, на данном этапе, ровесник более предпочтительный партнер в взаимодействии.

В младшем школьном возрасте идет активное формирование навыков общения, установление модели поведения в взаимодействии со сверстниками, и, как следствие, установление дружеских взаимоотношений. Приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей являются одной из важных задач развития на этом возрастном этапе.

Со временем, по мере адаптации ребенка к школьным условиям, возрастает уровень социализации в классе, и появляются определенные эмоциональные взаимоотношения, которые являются наиболее значимыми для ребенка.

Так же, важно обозначить, что проблема агрессивного поведения личности в младшем школьном возрасте ещё лишь только начинает

исследоваться. Наверное, это связано с тем, что в возрастной психологии этот этап обычно принято считать достаточно «правильным возрастом», когда младший школьник не закрыт к воздействию старших, когда контакты старших с ребенком, в общем, довольно легки, когда ребенок сам довольно легко идет на контакт, и может поделиться собственными переживаниями и чувствами. Так что, в целом, агрессивное поведение не считается особой чертой данного возраста.

Младший школьный возраст можно назвать периодом наиболее интенсивного освоения смыслов и целей человеческой деятельности, периодом интенсивной ориентации в них. В школьном детстве значительные изменения происходят во всех сферах психического развития ребенка. Как и ни в каком другом возрасте, ребенок осваивает широкий спектр видов деятельности - игровой, продуктивной, бытовой, трудовой, коммуникационный, формируется как с технической стороны, так и с мотивационно - целевой.

Особое значение в младшем школьном возрасте приобретают нравственные мотивы. К ним относится желание детей помогать другим людям, делать им что-то хорошее, приятное, полезное. Для младших школьников мотив помощи другим детям выходит на первый план: они готовы заниматься неинтересной деятельностью в течение длительного времени.

Развивается самосознание ребенка, что позволяет ему более точно и адекватно рассчитывать свои возможности. Он правильно воспринимает отношение других людей к себе (как оценивают его родители в той или иной ситуации). Важным показателем развития ребенка является его готовность к учебе. Готовность к обучению предполагает определенный уровень когнитивного развития (или интеллектуальной готовности). Она включает в себя высокий уровень памяти, восприятия, мышления и воображения. Готовность ребенка к школе, безусловно, связана с его желанием занять

аналогичную позицию. Это означает, что он хочет сделать что-то существенное, реальное, социально-ценное и стать социально значимой фигурой.

В младшем школьном возрасте обоснованно предполагается, что проявление агрессивности в значительной степени связано с процессами полоролевой идентификации ребенка или особенностями эдиповой ситуации в семье. Влияние непосредственного окружения и процессов осознания своего пола и формирования агрессивных форм поведения может быть очень хорошо прослежено, если мы сравним поведение мальчиков и девочек. По мнению А.А. Реана, факторы, влияющие на появление агрессивности, это:

- индивидуальная особенность человека (сниженная производительность, низкий уровень активного торможения);
- стиль воспитания в семье;
- нестабильная социально-экономическая обстановка;
- повсеместная демонстрация сцен насилия [43].

Т.Б. Горшечникова и Л.Н. Дородницына также провели экспериментальное исследование особенностей и причин возникновения агрессивности у младших школьников. Ими были выявлены следующие группы факторов, влияющие на проявление агрессивного поведения: [11]

1) Семейные отношения и методы воспитания. Установлена прямая зависимость между негативными взаимоотношениями в системе «родитель - ребёнок» и показателями агрессии. Основные воспитательные средства, используемые родителями агрессивных детей: физическое наказание, угрозы, лишение привилегий, введение ограничений и отсутствие поощрений, изоляция детей от общения со сверстниками. Таким образом, чем чаще родители демонстрируют негативное отношение к детям, тем чаще применяются наказания, тем выше уровень агрессии.

2) Нарушения социализации. Показатель агрессивности у детей повышен в тех семьях, которые меняли в последнее время место жительства.

Материальный достаток семьи не оказывает существенного влияния на показатель агрессивности у детей.

3) Нарушения школьной адаптации. У детей, у которых обнаруживаются проблемы в взаимоотношениях со сверстниками и учителями, находится и в соответствии с этим более высокий показатель агрессивности. Существует прямая связь высокого уровня агрессии в тех классах, где часто менялся классный руководитель, что также отрицательно влияет на процесс адаптации.

4) Стратегии поведения в конфликте, коммуникативная некомпетентность. У детей с доминирующей стратегией соперничества находится более высокий уровень агрессии. Коммуникативная некомпетентность ведет к тому, что в случаях обиды, споров, конфликтов большинство опрошенных проявляет те или иные формы физической, вербальной, косвенной агрессии (оскорбления, крики, драки и т.д.).

5) Влияние средств массовой информации и компьютерных игр. 40% детей предпочитают смотреть фильмы с демонстрацией культа силы (сцены насилия, убийства, драки). 34% детей в качестве любимых выбирают героев американских блокбастеров и боевиков. По результатам опроса 65% испытуемых играют в компьютерные игры, победой в которых считается уничтожение противника. На данном этапе развития телевидения, его доступность и повсеместной играет не последнюю роль в формировании агрессивного поведения. Телепередачи с большим количеством сцен насилия воспитывают толерантное отношение к жестокости, боли и страданием людей.

6) Личностные особенности. Многие личностные особенности детей: высокий уровень тревожности, раздражительность, вспыльчивость, возбудимость, неадекватная самооценка являются причинами агрессивного поведения. Структура проявления различных форм агрессии обусловлена половыми особенностями.

7) Гендерные различия. Мальчики более склонны к проявлению физической агрессии, девочки - к вербальной. Мальчики чаще выбирают такую стратегию поведения в конфликте как соперничество, девочки чаще выбирают компромисс [26].

Агрессивность и агрессивное поведение являются основными качественными характеристиками при нарушении поведения младших школьников.

Формы детской агрессивности проявляются в следующих реакциях:

1) негативизм - чувство противоречия, отвержения, отторжения общественных стереотипов и принятых в обществе форм поведения;

2) раздражительность - готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость);

3) подозрительность - в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред;

4) обида - зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия;

5) чувство вины - выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести;

6) вспыльчивость - ребенок бросает игрушки, грубо отвечает, плюется.

Как отмечает Н.А. Дубинко, агрессивное поведение младшего школьника чаще всего выражается в формах враждебности, жестокости и демонстрации [14].

Враждебность, более узкое по направленности состояние, всегда имеет определенный объект. Часто враждебность и агрессивность сочетаются, но нередко люди могут находиться во враждебных и даже антагонистических отношениях, однако никакой агрессивности не проявляют хотя бы потому, что

заранее известны ее отрицательные последствия для «агрессора». Бывает и агрессивность без враждебности, когда обижают людей, к которым никаких враждебных чувств не питают.

Под жестокостью как личностной чертой следует понимать стремление к причинению страданий, мучений людям или животным, выражающееся в действиях, бездействии, словах, а также фантазировании соответствующего содержания. Жестокость может быть преднамеренной и произвольной, реализующейся в определенных действиях, вербальном поведении, причинение мучений словами или в воображении - фантазировании, оперирующим образами истязаний, мучений людей или животных. Жестокость может проявляться в отношении людей и животных, причем широко известны случаи расщепления, сосуществования жестокости по отношению к людям и сентиментальности по отношению к животным.

Демонстрация - это показ возможности нападения. Демонстрация, вызывая у противника страх, позволяет выиграть стычку, не прибегая к схватке, очень опасной для обеих сторон. Физическое противоборство заменяется психическим противостоянием. Вот почему Лоренц утверждал, что хорошо оформленное агрессивное поведение - одно из замечательных созданий естественного отбора, что по существу оно гуманно. Да и всякий согласится, что обругать друг друга, пригрозить кулаком из-за какого-нибудь пустяка во много раз выгоднее для каждого и всех вместе, чем драться [31].

Н.А. Дубинко экспериментально исследовала особенности проявления агрессивности у младших школьников. Она выявила у детей проявление различных видов агрессии в повседневной жизни: [14]

- 1) пассивная вербальная: ребенок ругается, прикрикивает;
- 2) активная вербальная (скрытая): злорадный смех, циничные замечания, насмешка;
- 3) активная вербальная (прямая): кричит, орет, ругает взрослых и детей;

4) пассивная невербальная: плюется, таскает за волосы, боксирует, царапается;

5) активная невербальная (скрытая): коварная подножка, убирает стул, толкается, злорадный отказ в помощи;

6) активная невербальная (прямая): бьет, толкает, кусает, царапает, таскает за волосы;

7) активная вербальная (собственная личность): ругает собственное поведение, иронизирует над собой, оскорбляет себя;

8) активная невербальная (собственная личность): грызет ногти, рвет на себе волосы, бьет себя по голове;

9) активная вербальная (предметы): ругает предметы, проклинает их, обзывает;

10) активная невербальная (предметы): повреждение предметов, вымазывает, наступает, разрывает, громко хлопает дверью, бросает вещи в воздух.

Младшему школьнику нужно не только внимание, но и понимание, и доверие взрослых. Он стремится играть определенную социальную роль не только среди своих сверстников, но и среди своих старших. В сообществе взрослых, однако, была создана позиция, которая препятствует развитию социальной активности младшего школьника - он ребенок и ему нужно подчиняться, слушаться. В результате растет психологический барьер между взрослыми и детьми, пытаюсь преодолеть то, что многие младшие школьники прибегают к агрессивным формам поведения.

Заметим, что у детей младшего школьного возраста проявляются все виды агрессии: косвенная и прямая вербальная, косвенная и прямая физическая, агрессивные фантазии.

Младшие школьники, склонные к агрессивности, отличаются тем, собственно, что для них характерны: частота действий жестокости, их

направленность на физическую боль или страдание сверстников, доминирующая роль прямой физической агрессии.

Другой ребенок выступает для агрессивных детей как противник. В зависимости от его мотивов выделяют три типа агрессии детей: импульсивно-демонстрационный, нормативно-инструментальный, целенаправленно-враждебный [17].

Младшие школьники с агрессивным поведением имеют низкий уровень самоконтроля и низкое чувство ответственности за свои агрессивные действия. Так же, их отличает недооценка степень враждебности и разрушительности их действий. Таких агрессивных детей не волнуют страдания других, они общаются чаще с детьми младше себя и физически более слабыми [10].

Ученикам с агрессивным поведением, при всём различии их личностных характеристик, свойственны некоторые общие черты, к которым относятся: примитивность ценностных ориентаций, бедность, узость и неустойчивость интересов, отсутствие увлечений.

Несмотря на это, среди обучающихся с агрессивным поведением 6 – 10 лет встречаются хорошо интеллектуально и социально развитые, у которых агрессивность выступает средством поднятия авторитета, демонстрации своей самостоятельности, взрослости.

Для агрессивного ребенка характерны постоянные ссоры и драки, он не может найти выход даже из самых простых ситуаций. По мнению авторов, существует множество причин, способствующих формированию агрессивного поведения. Возможно, такому ребенку не хватает внимания и заботы в семье, и он стремится вызвать интерес у взрослых, и борьба - это хороший способ не только оказаться в центре внимания, но и показать другим свое превосходство над другими. Агрессивность ребенка может быть следствием его эгоизма. Если дома он является безусловным центром всеобщего внимания и его малейшее желание исполняется немедленно, то ребенок ожидает такого же отношения к

себе и от других детей и, конечно же, часто не получает желаемого результата. Он начинает добиваться этого, провоцируя конфликты. Агрессия развивается, и когда ребенка «бросают» дома. Чувства, которые накопились в душе, он выражает в ссоре. Или, может быть, ребенок видит, как дома мама постоянно ссорится с папой и просто начинает подражать их поведению. В любом случае, утверждают авторы, агрессивное поведение ребенка является сигналом неприятностей в семье. С конфликтным поведением детей можно и нужно бороться.

Среди ситуаций, провоцирующих агрессивность, выделим: [1]

1. стремление защититься и отомстить;
2. желание привлечь к себе внимание сверстников;
3. стремление получить желанный предмет;
4. ущемление достоинства другого с тем, чтобы подчеркнуть свое превосходство.

В ситуациях отстаивания своего доминирования, превосходства, защиты своих интересов как раз и наблюдается основная доля неблагоприятных явлений. Действия эти используются как средство достижения определенной цели. Вместе с этим, у некоторых детей агрессивное поведение вообще не имеет определенного вектора и цели, а действия направлены только на причинения ущерба, как морального, так и физического. В данном случае агрессия выступает как самоцель.

Разумеется, важно поощрять развитие положительных сторон агрессивности и препятствовать ее отрицательным чертам.

Таким образом, выделяются следующие признаки агрессивного поведения младших школьников: наблюдаются агрессивные проявления в виде ссор, словесных нападок, драк, агрессивность еще не является чертой характера, проявляется только как реакция на ситуацию и опыт, который возник в нем.

И.А. Фурманов в своих исследованиях также отмечает, что причины агрессивного поведения младших школьников разнообразны и зависят от многих факторов, однако в основном они относятся к семейному воспитанию. Исследователь выделяет наиболее распространенные из них:

1. Дисгармоничность семейных отношений в целом: отношения между родителями, родителями и детьми, братьями-сестрами;

2. Родители не требовательны к своим детям или напротив равнодушны к их социальной успешности. Очень важно, чтобы у ребенка были домашние обязанности;

3. Неправильная реакция родителей на не устраивающее их поведение ребенка;

4. Наказание и степень контроля со стороны родителей. Исследователи выявили, что жестокие наказания приводят к высокому уровню агрессивности у детей, при этом минимальный контроль и присмотр ведут к высокому уровню асоциальности. Часто эти 2 типа воспитания можно встретить в одной семье, когда родители не могут придерживаться единого стиля воспитания.

5. Наличие противоречия между воспитуемым и собственным поведением родителя, т.е. к ребенку предъявляются взаимоисключающие требования;

6. Использование таких воспитательных методов, как угрозы, ультиматумы, сознательное лишение любви, частые изоляции. Реакция лишь усугубляется, особенно если родители не испытывают ни вины ни сострадания;

7. Разрушенные эмоциональные привязанности между родителями и детьми. Или враждебные чувства родителей по отношению друг к другу [57].

Таким образом, агрессивность в личностных характеристиках ребенка формируется в основном как форма протеста против недопонимания взрослых, обусловленная неудовлетворенностью их положением в обществе, что также проявляется в соответствующем поведении. В то же время на развитие агрессивности младшего школьника могут, конечно, влиять природные

особенности его темперамента, например, возбудимость и сила эмоций, которые способствуют формированию таких черт характера, как горячий характер, раздражительность, неспособность сдерживать себя. Естественно, что в состоянии фрустрации ребенок с такой психической организацией ищет выход для внутреннего стресса, в том числе в драке, ругательствах и т. д. Кроме того, агрессия может быть вызвана необходимостью защитить себя или удовлетворить свои потребности в ситуациях, в которой растущий человек не видит другого выхода, кроме драки или хотя бы словесных угроз. Более того, для некоторых детей участие в драках, самоутверждение в глазах других с помощью кулачества - это устоявшаяся линия поведения, отражающая нормы, принятые в определенных социальных группах.

То есть в раннем школьном возрасте из-за сложности и непоследовательности характеристик растущих людей, внутренних и внешних условий их развития могут возникать ситуации, которые нарушают нормальный ход личностного развития, создавая объективные предпосылки для появления и проявления агрессивности [57].

Известно, что в младшем школьном возрасте некоторые ценности переориентируются на другие. Младший ученик стремится занять новую социальную позицию, которая соответствует его потребностям и способностям. В то же время одобрение, социальное признание, принятие в мире взрослых и сверстников становится жизненно важным. Только их присутствие гарантирует, что младший школьник испытывает чувство собственного достоинства. Поэтому неслучайно истоки агрессивности младшего школьника, как правило, лежат в семье, в отношениях его членов (ссоры, отвержение ребенка, его принуждение, в том числе наказание, страх и т. Д.) И в меньшей степени в конфликтах со сверстниками и учителями.

Таким образом, можно сделать вывод, что младший школьный возраст является одним из самых сложных периодов в онтогенезе человека. В этот

период происходит не только радикальная перестройка ранее созданных психологических структур, но и возникают новые формации, закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая ориентация в формировании моральных представлений и социальных установок. С одной стороны, для этого сложного этапа характерны негативные проявления ребенка, дисгармония структуры личности, сокращение ранее установленной системы интересов, протестующее поведение по отношению к взрослым. С другой стороны, младший школьный возраст отличается большим количеством положительных факторов - возрастает самостоятельность ребенка, его отношения с другими детьми и взрослыми становятся гораздо более разнообразными и значимыми, значительно расширяется сфера его деятельности и ответственное отношение к нему. Все это создает предпосылки для проведения целенаправленной работы по исправлению агрессивного поведения младших школьников.

Современные данные психологических, социологических и медицинских исследований показывают, что число людей в России, проявляющих агрессивные тенденции и стремления в поведении, увеличилось. Прежде всего это объясняется социально-психологическим фоном жизни, который определяет выбор соответствующего типа коммуникативного взаимодействия - агрессивного, оборонительного. Рост эмоционального и психического стресса среди взрослых приводит к распространению невротических явлений среди детей. Кроме того, дети легко усваивают образцы агрессивного поведения взрослых, демонстрируя их в детском саду и школе. В связи с этим для практической педагогики актуальной задачей является поиск наиболее эффективных способов выявления, предотвращения и преодоления этого негативного факта [6].

Одной из причин проявления агрессивности может быть внутренняя неудовлетворенность ребенком, его статус в группе сверстников, особенно если

ему присуще стремление к лидерству. И если сверстники по тем или иным причинам не признают ребенка и, что еще хуже, отвергают его, то агрессия будет стимулироваться обидой ущемление самолюбия и направлена на правонарушителя, на тех или тех, кого ребенок считает быть причиной их бедствия [18].

Частые конфликты, громкие ссоры между родителями вызывают у детей постоянное чувство тревоги, неуверенности в себе, эмоционального напряжения и могут стать источником их психического нездоровья. Так или иначе, крайне редко можно полностью освободить ребенка от его агрессивности. Но даже если бы это было возможно, не следует к этому стремиться, потому что агрессивность имеет свои положительные и отрицательные, здоровые и болезненные стороны. Нельзя предотвратить появление агрессивности, но ее можно преодолеть, организовав профилактическую работу.

Таким образом, агрессивность младших школьников как психолого-педагогическая проблема может быть охарактеризована как одна из наиболее значимых тем педагогики. В агрессии лежит универсальная сила побуждений, столь необходимая человеку во всем, чем бы он ни занимался, хотя агрессивность чаще всего рассматривается как нарушение общественной жизни, наших представлений о том, что дети всегда должны быть мирными. Итак, под детской агрессией понимают действия ребенка, направленные на причинение физического или психического вреда другому человеку или себе.

### **1.3. Психолого-педагогическая профилактика вербальной агрессии в межличностном общении младших школьников**

Профилактика детской вербальной агрессии в младшем школьном возрасте должна носить комплексный, систематический характер и учитывать основные психологические особенности агрессивных детей, и в первую очередь, такие как отсутствие контроля над своими эмоциями; ограниченный набор поведенческих реакций в проблемных для них ситуациях; отсутствие эмпатии и высокий уровень личностной тревожности [40].

Профилактика – это комплекс мер социально-психологического, медицинского и педагогического характера, направленных на нейтрализацию воздействия отрицательных факторов социальной среды на личность с целью предупреждения отклонений в ее поведении. Таким образом, под профилактикой подразумеваются научно обоснованные и своевременно предпринимаемые действия, направленные на предотвращение возможных физических или социокультурных коллизий у отдельных индивидов групп риска, сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья людей.

С. И. Ожегов в своем словаре дает следующую трактовку профилактики – это совокупность предупредительных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление нормального состояния, порядка [49].

Под профилактикой понимают научно обоснованные предпринимаемые действия, направленные, на предотвращение возможных физических, психологических или социо-культурных коллизий у отдельных индивидов групп риска, сохранение, поддержание и защиту нормального уровня жизни и здоровья людей, содействие им в достижении поставленных целей и раскрытие их внутренних потенциалов [52].

Психолого-педагогическая профилактика — это система предупредительных мер, связанных с устранением внешних причин, факторов и условий, вызывающих те или иные недостатки в развитии детей [19].

Столкновение с детской агрессивностью всегда вызывает замешательство у взрослых. Но некоторые проявления упрямства, жестокости и непослушания не всегда указывают на то, что у ребенка есть какие-либо психические отклонения, часто он просто не знает, как себя вести, и ему просто нужна небольшая помощь и поддержка.

Психологи говорят, что с агрессивными или демонстративными детьми работать легче, чем с замкнутыми или заторможенными, так как они быстро дают понять, что с ними происходит.

Для профилактики детской агрессивности очень важно поддерживать в семье атмосферу заботы и поддержки, теплоты. Чувство безопасности и уверенность в родительской любви способствуют более успешному развитию ребенка. Чем больше он будет уверен в себе, тем меньше будет чувствовать гнев, зависть, тем меньше будет эгоизма.

Родителям следует сосредоточить усилия на формировании желательного поведения, а не на искоренении нежелательного, подавая детям пример просоциального поведения (заботы о других, помощи, сочувствия и т. д.) [21].

Необходимо быть последовательными в своих действиях по отношению к детям. Наибольшую агрессию проявляют те дети, которые никогда не знают, какую реакцию родителей вызовет их поведение в этот раз. Например, за одно и то же действие ребенок, в зависимости от настроения отца, может получить либо подзатыльник, либо поддержку.

Следует избегать необоснованного применения силы и угроз для контроля за поведением детей. Злоупотребление такими мерами воздействия на детей формирует подобное поведение среди них и может привести к появлению в их характере таких неприятных черт, как гнев, жестокость и упрямство [42].

Важно помочь ребенку научиться контролировать себя, развить в нем чувство контроля. Дети должны знать о возможных последствиях своих действий и о том, как их действия могут восприниматься другими. Кроме того, они всегда должны иметь возможность обсуждать спорные вопросы с родителями и объяснять им причины своих действий - это способствует развитию чувства ответственности за свое поведение.

Задача взрослых - научить детей правильно направлять, проявлять свои чувства. Бывает, что очень вспыльчивый ребенок пытается сдерживать себя на публике (например, в школе), но дома он терпит неудачу: он становится истеричным, скандальным, грубым по отношению к своей семье, дерется со своими братьями и сестрами. Такое проявление агрессии не приносит ему желаемого облегчения. Он недоволен тем, что произошло, и чувствует себя виноватым. Из-за этого напряжение увеличивается еще больше, и следующий срыв бывает более бурным и продолжительным.

Самое главное - научить ребенка разряжаться - избавляться от накопившегося раздражения, дать ему возможность использовать переполняющую его энергию «в мирных целях» [6].

Таким детям необходимо предложить социально приемлемые методы для выражения подавленного гнева.

- Пусть ребенок останется один в комнате и расскажет все, что накопилось в адрес того, кто его разозлил.

- Дайте ребенку совет: в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, сделайте несколько глубоких вдохов или сосчитайте до десяти. Это помогает успокоиться.

- Предложите ему, когда трудно сдерживаться, пнуть специальную подушку ногами и руками, порвать газету, смять бумагу, пнуть консервную банку или мяч, бегать по дому, написать все слова, которые вы хотите сказать в гневе.

- Можно попросить ребенка нарисовать чувство гнева. Тогда агрессия найдет выход в творчестве.

- Также можно послушать музыку, громко попеть или покричать под нее.

- Родители могут научиться управлять поведением своих агрессивных детей, для этого следует:

1) обратить особое внимание на игры ребенка. В играх дети осуществляют свои мечты, фантазии и страхи;

2) обсуждать с ребенком, на кого он хочет быть похож, какие качества характера его привлекают, а какие отталкивают;

3) следить за тем, какой пример вы подаете ребенку. Если ребенок судит других людей, награждает их «ярлыками», возможно, он повторяет ваши слова;

4) быть готовым внимательно выслушать ребенка, если он хочет рассказать вам свой сон. Во сне дети часто видят то, чего им не хватает в жизни. Особое внимание обращайтесь на повторяющиеся сюжеты сновидений;

5) поощрять ребенка говорить о том, что его волнует, что он переживает;

6) научить ребенка прямо говорить о своих чувствах, о том, что ему нравится, а что нет [10].

Современным родителям очень сложно конкурировать со средствами массовой информации (особенно с телевидением), влияющими на социальное развитие их детей. Согласно исследованиям американских социологов, в массовой культуре США проявление агрессии и жестокости часто высоко ценится и представляется как средство достижения целей. В телевизионных шоу, которые являются мощным источником информации для ребенка, физическое насилие проявляется в среднем пять-шесть раз в час. Агрессия телевизионных и компьютерных персонажей часто вознаграждается, а позитивные персонажи столь же агрессивны, как и преступники. В нашей стране ситуация с пропагандой агрессивного поведения мало чем отличается от

США. Психологи считают, что насилие на телевидении особенно повышает вероятность агрессивных реакций среди тех, кто уже склонен к агрессии [15].

Не пытайтесь полностью защитить ребенка от негативных переживаний. В повседневной жизни избежать гнева, обиды или жестокого обращения невозможно. Важно научить детей противостоять агрессорам, а не быть такими, как они.

Однако, если родители любят смотреть фильмы ужасов и боевики - ребенок тоже их полюбит. И если вы бьете собаку перед ребенком, нечего удивляться, что через некоторое время он начнет мучить животных, а затем и людей. Дети являются максималистами, и, получив в детстве урок цинизма, повзрослев, они не станут думать о том, что чувствует их жертва.

Согласно исследованиям Е.В. Логутовой, «Результаты анкеты «Как я себя веду», направленной на изучение компетентности подростков в поведении, общении на основе самооценки, показали, что как подростки, обучающиеся по программе ФГОС, так и младшие подростки, обучающиеся по традиционной программе не могут дать объективную оценку своего поведения, чаще всего, самооценка учащихся несколько завышена некоторые из опрошенных школьников обеих групп не считают такие моменты в поведении, как «оскорбить или ударить сверстника», негативными» [28].

В этой связи, нами был проведен собственный предварительный опрос среди учащихся начальной школы, с выяснением как они относятся к обидным словам. Количественные данные представлены на рис. 1, 2, 3.

### Говорят обидные слова

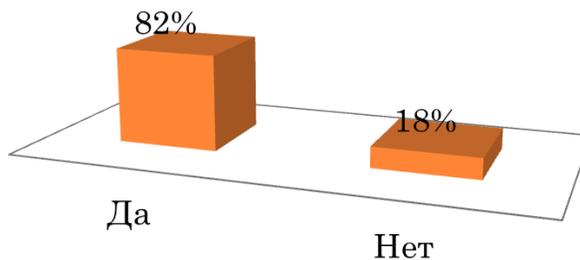


Рис. 1. «Говорю обидные слова»

### Что чувствуют

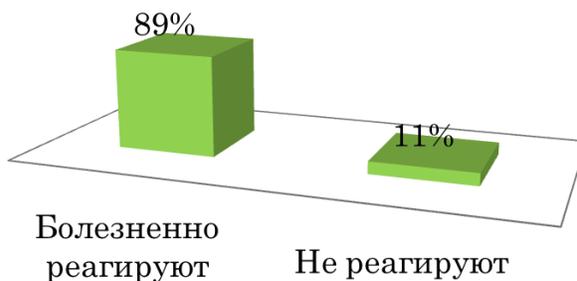


Рис. 2. «Что чувствую, когда мне говорят обидные слова»

### Как реагируют

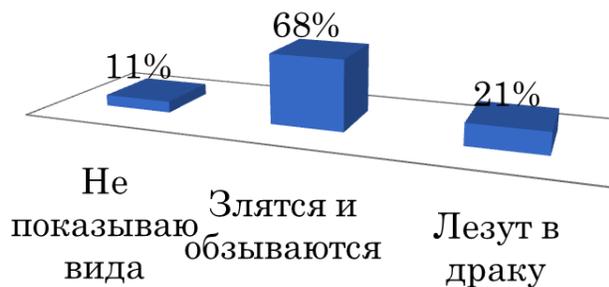


Рис. 3. «Как я реагирую»

По мнению специалистов, по коррекции агрессивности и агрессивного поведения необходимо вести специальную терпеливую и систематическую работу в четырех направлениях:

- работа с гневом - обучать ребенка безопасным и социально желательным способам выражения своих отрицательных чувств;

- обучать самоконтролю - вырабатывать у ребенка навыки владения собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева или тревожность;

- работать с чувствами - учить осознавать собственные эмоции и эмоции других людей, формировать способность к сопереживанию, сочувствию, доверию окружающим;

- прививать конструктивные навыки общения - обучать адекватным поведенческим реакциям в проблемной ситуации, способам выхода из конфликта [39].

Большие возможности в профилактике агрессивного поведения у младших школьников в начальной школе дает внеурочная деятельность. Следует отметить, что внеурочной деятельности всегда уделялось пристальное внимание со стороны многих учителей, методистов и ученых.

Внеурочная деятельность – организованная учителем самостоятельно деятельность школьников во внеурочное время, основанная на личной заинтересованности участников с целью развития как в образовательном, так и духовно-нравственном плане.

Внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (спортивно-оздоровительное, духовно- нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное) в таких формах как художественные, культурологические, филологические, хоровые студии, сетевые сообщества, школьные спортивные клубы и секции, конференции, олимпиады, военно-патриотические объединения, экскурсии, соревнования, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики и другие формы на

добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений [46].

Предоставление обучающимся возможности широкого спектра занятий, направленных на их развитие – это важнейшее преимущество внеурочной деятельности. Внеурочную деятельность в начальной школе эффективнее организовать в режиме деятельности групп продлённого дня, где предусмотрены прогулки, обед, а затем внеурочные занятия.

Рассмотрим те виды внеурочной деятельности, которые возможно организовать в рамках работы по профилактике агрессивного поведения.

По профилактике агрессивного поведения можно использовать другие формы внеурочной работы: интерактивные экскурсии, экскурсии в художественные, исторические и этнографические музеи; организация выставок, конференции с участием представителей общественных организаций, встречи школьников с искусствоведами; участие в мастер-классах, различного рода игр, тренингов [51].

Одним из наиболее эффективных видов внеурочной деятельности является проведение специальных тренингов.

Неагрессивное поведение, по мнению психологов, следует тренировать так же, как решение арифметических задач или умение грамотно писать. К сожалению, в современной школе на предметы эстетического цикла, на которых можно развивать эмоциональную сферу ребенка и подростка, отводится не так много времени. Психологи рекомендуют проводить в школе специальные тренинги и занятия по предупреждению агрессии, которые могут быть направлены на:

- создание чувства безопасности;
- формирование позитивного отношения к самому себе;
- развитие умения устанавливать и поддерживать дружеские отношения;
- формирование умения ставить цели;

- развитие навыков правильного поведения и адекватного разрешения конфликтных ситуаций [60].

В рамках внеурочной деятельности к специфическим методам тренинговой работы можно отнести:

- релаксационный тренинг, который педагог может как вводить в урок, так и использовать в особых коррекционных занятиях. Опыт использования различных «путешествий» в воображении на уроках говорит об уменьшении гиперактивности, внутренней напряженности как предпосылок актов жесткости;

- игровое упражнение, осуществляемое повторно, с целью его усвоения. Также игровое упражнение можно определить как прием обучения, с помощью которого в процессе игровой деятельности у детей формируются умения практического использования полученных знаний.

Для работы с агрессивными детьми в арсенале педагога должны быть резиновые игрушки, каучуковые шарики (их можно бросать в сосуд с водой), игрушечный молоточек, поролоновые мячи, подушки, мишень с дротиком, стаканчик для крика и др. Все эти предметы необходимо для того, чтобы ребенок не направлял свой гнев на людей, а переносил его на неодушевленные предметы. Подобная техника работы с гневом является особенно полезной для неуверенных в себе детей, но в то же время недопустима при коррекции поведения чрезмерно открытого ребенка [57].

Дети иногда проявляют жестокость и агрессивность только потому, что не знают других способов решить проблему или выразить свои чувства. Задача учителя - научить детей выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами. Для этого в классе можно обсудить с детьми наиболее распространенные конфликтные ситуации. Например, что делать ребенку, если ему нужна игрушка, с которой кто-то уже играет. Такие разговоры помогут

ребенку расширить свой поведенческий репертуар - набор способов реагирования на определенные события.

При любой форме работы центром психологической работы являются каждый ребенок и его индивидуальные психологические особенности. Вводным этапом профилактической работы можно называть диагностику агрессивного поведения детей с помощью различных психодиагностических методик, адаптированных для данного возрастного периода.

Основной этап профилактической работы с агрессивным поведением ребенка может опираться как на групповую, так и на индивидуальную форму, но в связи с тем, что заключительный этап профилактической работы связан с переносом приобретенных позитивных новообразований в эмоциональной сфере ребенка на реальную практику социальных отношений, данный этап опирается на групповое проведение игровых упражнений.

Таким образом, организация внеурочной деятельности по профилактике агрессивного поведения включает в себя следующие этапы: вводный (диагностический), основной (собственно программа внеурочной деятельности), заключительный (закрепление позитивных новообразований).

### **Выводы по первой главе**

Таким образом, по результатам теоретической части исследования можно сделать следующие выводы:

Агрессивное поведение чаще всего понимается как мотивированные внешние действия, нарушающие нормы и правила сосуществования, наносящие вред, причиняющие боль и страдания людям. Эмоциональный компонент агрессивного состояния - это чувства, и прежде всего гнев. Но не всегда

агрессия сопровождается гневом и не всякий гнев приводит к агрессии. Эмоциональные переживания недоброжелательности, злости, мстительности также часто сопровождают агрессивные действия, но они далеко не всегда приводят к агрессии.

Важно учить детей осознавать и регулировать свои эмоции, приводящие к агрессивному поведению. Не менее важен и волевой компонент - умение преодолевать импульсивность, владение навыками саморегуляции.

Психолого-педагогическое профилактика - комплексная технология, объединяющая диагностику, консультацию, коррекцию в единую эффективную систему психологических средств, реализуемых в определенной последовательности, наполняемых строго отобранным содержанием и позволяющих гибко и действенно осуществлять психологическое сопровождение агрессивного ребенка и достигать желаемую цель.

Психолого-педагогическое профилактика агрессивного ребенка осуществляется по следующему алгоритму: психологическая диагностика - анализ результатов - рекомендации, консультация - коррекционные мероприятия - психологическая диагностика - анализ результатов - рекомендации, консультация - коррекционные мероприятия и т.д.

Качество комплексной профилактики обеспечивается за счет интеграции деятельности всех специалистов школы и родителей ребенка. Возникает сложная функциональная система, в которой органично переплетаются задачи диагностики и коррекции агрессивных детей.

В качестве показателя результативности следует рассматривать динамику психологического развития ребенка, то есть возникновение и развитие психических новообразований - навык общения без агрессии, снижение тревожности и обидчивости.

## Глава 2. Экспериментальное изучение детской вербальной агрессии в младшем школьном возрасте

### 2.1. Оценка начального уровня вербальной агрессии детей младшего школьного возраста

Для подтверждения выдвинутой нами гипотезы был проведен педагогический эксперимент на базе МБОУ СОШ №45 (Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа) г. Ставрополь. В качестве экспериментальной группы были выбраны учащиеся 2 «З» класса в количестве 28 человек. Контрольную группу составили 26 учащихся 2 «Ж» класса.

Эксперимент включает в себя три этапа:

1. Констатирующий – выявление уровня вербальной агрессии участников экспериментальной выборки.
2. Формирующий – реализация педагогических условий, способствующих профилактики вербальной агрессии младших школьников.
3. Контрольный - выявление динамики уровня вербальной агрессии младших школьников.

Для выявления уровня детской вербальной агрессии младших школьников мы использовали специальные диагностические методики:

- Адаптированная для экспресс-диагностики агрессивности методика «Крокодил» (*Приложение 1*);
- Кинетический рисунок семьи Р. Бернс, С. Кауфман (*Приложение 2*);
- Методика «Агрессивное поведение» (Е.П. Ильин, П.А. Ковалев) (*Приложение 3*);

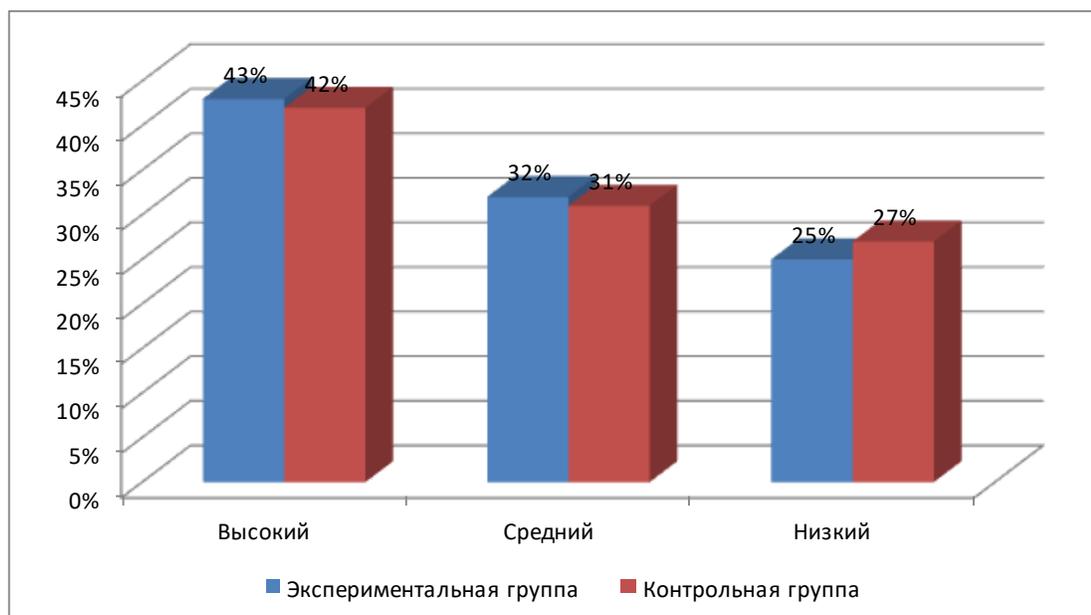
- Методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки (Приложение 4).

Целью методики «Крокодил» является выявить личностные особенности ребенка, увидеть состояние его эмоциональной сферы, отметить наличие агрессивности, ее направление и интенсивность. Полученные результаты исследования по данной методике представлены в табл. 1 и на рис. 4.

**Таблица 1**

**Уровни вербальной агрессии на констатирующем этапе**

Экспериментальная группа		Уровень	Контрольная группа	
Кол-во учащихся	%		Кол-во учащихся	%
12	43%	Высокий	11	42%
9	32%	Средний	8	31%
7	25%	Низкий	7	27%



**Рис. 4. Уровни вербальной агрессии на констатирующем этапе**

Наглядно представленные данные в табл.1 и на рис.1 показывают следующую картину: в контрольной и экспериментальных группах преобладает высокий уровень вербальной агрессии (более 40%). Участник, находящийся на данном уровне ярко прорисовывает зубы и шипы.

Средний и низкий уровни характеризуются тем, что на рисунке зубы присутствуют, но ребенок их не выделяет. Некоторые ученики решили их не рисовать (приложение 5).

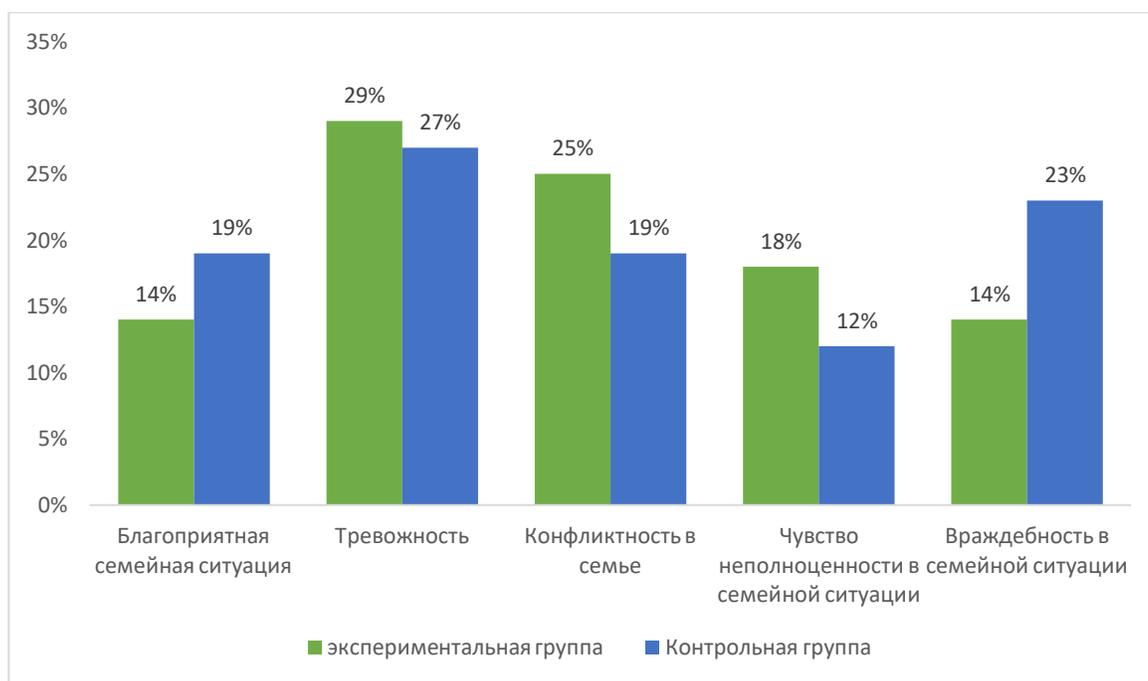
Далее нами была применена методика «Кинетический рисунок семьи», цель которой заключается в диагностике субъективной семейной ситуации ребенка. Он помогает выявить взаимоотношения в семье, вызывающие тревогу у ребенка, показывает, как он воспринимает других членов семьи и свое место среди них.

Детям предлагается нарисовать свою семью так, чтобы каждый занимался каким-нибудь делом. Количественные данные по данной методике продемонстрированы в табл. 2 и на рис.5.

**Таблица 2**

**Симптомокомплексы кинетического рисунка семьи  
на констатирующем этапе**

Экспериментальная группа		симптомокомплекс	Контрольная группа	
Кол-во учащихся	%		Кол-во учащихся	%
4	14%	Благоприятная семейная ситуация	5	19%
8	29%	Тревожность	7	27%
7	25%	Конфликтность в семье	5	19%
5	18%	Чувство неполноценности в семейной ситуации	3	12%
4	14%	Враждебность в семейной ситуации	6	23%



**Рис. 5. Симптомокомплексы кинетического рисунка семьи на констатирующем этапе**

Как видно из табл. 2 и рис. 2, в группах доминирует тревожность конфликтность и в семьях. На рисунках присутствуют барьеры между фигурами, штриховка, дополнительные линии, изоляция. Благоприятная семейная ситуация выявлена у 1/5 части учащихся. У них изображены все члены семьи и их общая деятельность. Чувство неполноценности семейной ситуации выражается в отсутствии автора рисунка или его изоляции от других. В контрольной группе в сравнении с экспериментальной явно выражена враждебность в семейной ситуации: одна фигура изображена на обратной стороне (*приложение б*).

Следующая методика – «*Агрессивное поведение*» - нами была взята для выявления склонности респондента к определенному типу агрессии, а именно вербальной: прямой и косвенной.

В данной методике выделяют склонность к вербальной и физической агрессии, мы использовали только те вопросы, которые позволяют выявить

вербальную агрессию. Некоторые вопросы были переформулированы нами с учетом младшего школьного возраста, сделав их более доступными для понимания. Адаптированная версия представлена в табл. 3.

**Таблица 3**

**Методика «Агрессивное поведение» (Е.П. Ильин, П.А. Ковалев)**

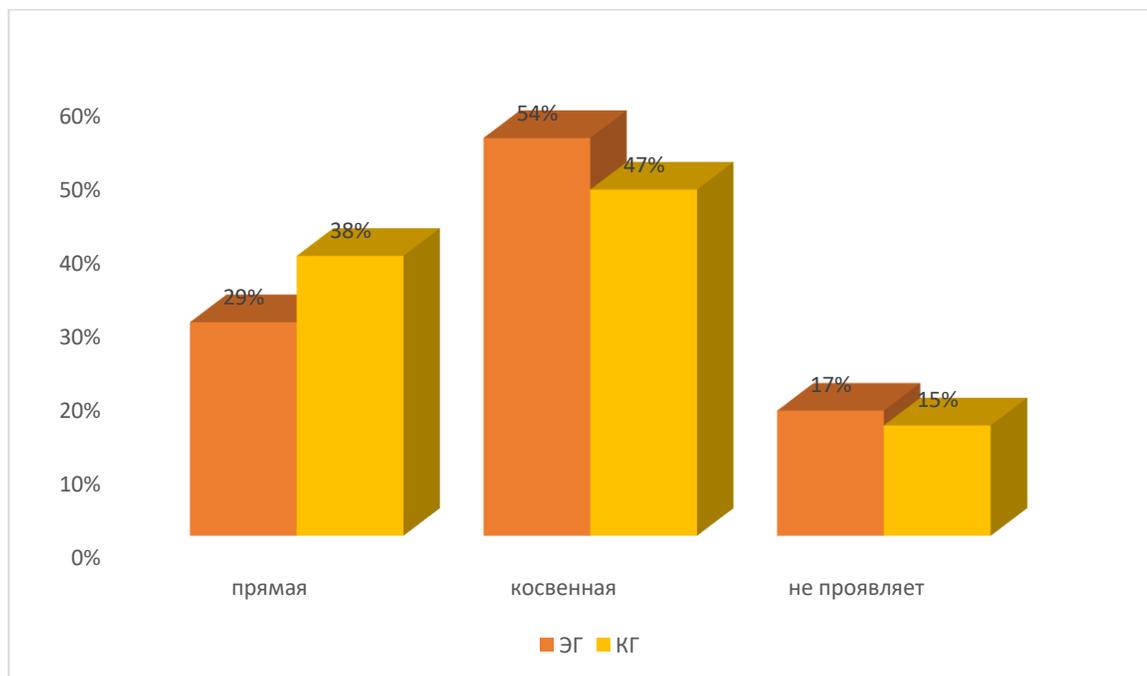
<b>№ Вопроса</b>	<b>Адаптированный вариант</b>
1.	Я не могу удержаться от грубых слов, если кто-то не согласен со мной.
2.	Иногда я сплетничаю (обсуждаю за спиной) о людях, которых не люблю.
5.	Я требую в резкой форме, чтобы уважали мои права.
6.	От злости я часто про себя говорю обидные слова моему обидчику.
9.	Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать все, что о нем думаю.
10.	При возникновении конфликта в классе (школе), я чаще всего успокаиваюсь в разговорах с друзьями и близкими.
13.	Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
14.	Я часто рассказываю дома о недостатках одноклассников, которые критикуют меня.
17.	Я часто просто угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозу в исполнение.
18.	Я часто про себя обдумываю, что мне надо высказать учителю, старшему товарищу, но так и не делаю этого.
21.	В споре я часто начинаю сердиться и кричать.
22.	Я считаю, что осуждать человека «за глаза» не очень этично.
25.	Даже если я злюсь, я не прибегаю к обидным выражениям.
26.	Я не сплетничаю о людях, даже если они мне очень не нравятся.
29.	Я не умею «поставить человека на место», даже если он этого заслуживает.
30.	Иногда я про себя обзываю учителя, если остаюсь недоволен его решением.
33.	Как бы я ни был зол, я стараюсь не оскорблять других.
34.	После неприятностей в школе я часто скандалю дома.
37.	Я бываю, грубоват с людьми, которые мне не нравятся.
38.	Если в транспорте мне наступили на ногу, я злюсь и ругаюсь обидными словами.

В рамках данного обследования ребенку задаются вопросы, ответы на которые позволяют выявить склонность к прямой или косвенной вербальной агрессии. Наглядная демонстрация полученных результатов по методике «Агрессивное поведение» отражена в табл. 4 и на рис. 6.

**Таблица 4**

**Склонность к вербальной агрессии на констатирующем этапе**

Экспериментальная группа		склонность	Контрольная группа	
Кол-во учащихся	%		Кол-во учащихся	%
8	29%	прямая	10	38%
15	54%	косвенная	12	47%
5	17%	не проявляют	4	15%



**Рис. 6. Склонность к вербальной агрессии на констатирующем этапе**

Согласно данным из табл. 3 и рис. 3, отмечается склонность к косвенной вербальной агрессии (около 50%). Она характеризуется тем, что действия направлены на человека косвенно, то есть через злобные шутки, сплетни и так далее. Прямая вербальная агрессия характеризуется тем, что направлена непосредственно на человека как через форму (ссора, визг, крик), так и через содержание вербальных реакций (угроза, ругань).

Завершающим «срезом» выступила методика «*Диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки*», которая заключается в выявлении показателей и форм агрессии.

В методике А. Басса и А. Дарки для выявления вербальной агрессии в нашем исследовании были взяты некоторые вопросы: №№ 7, 15, 23, 31, 39, 46, 53, 60, 66, 71, 73, 74, 75. Они также были нами адаптированы для младших школьников и вынесены в табл. 5.

**Таблица 5**

**Методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки**

<b>№ вопроса</b>	<b>Адаптированный вариант</b>
7.	Если не одобряю поступки других людей, говорю им об этом.
15.	Часто бываю не согласен с людьми.
23.	Не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
31.	Требую, чтобы люди уважали мои права, мнение.
39.	Даже если злюсь, не прибегаю к грубым, обидным выражениям.
46.	Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему все, что о нем думаю.
53.	Когда кричат на меня, кричу в ответ.
60.	Ругаюсь только от злости.
66.	Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.
71.	Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение.

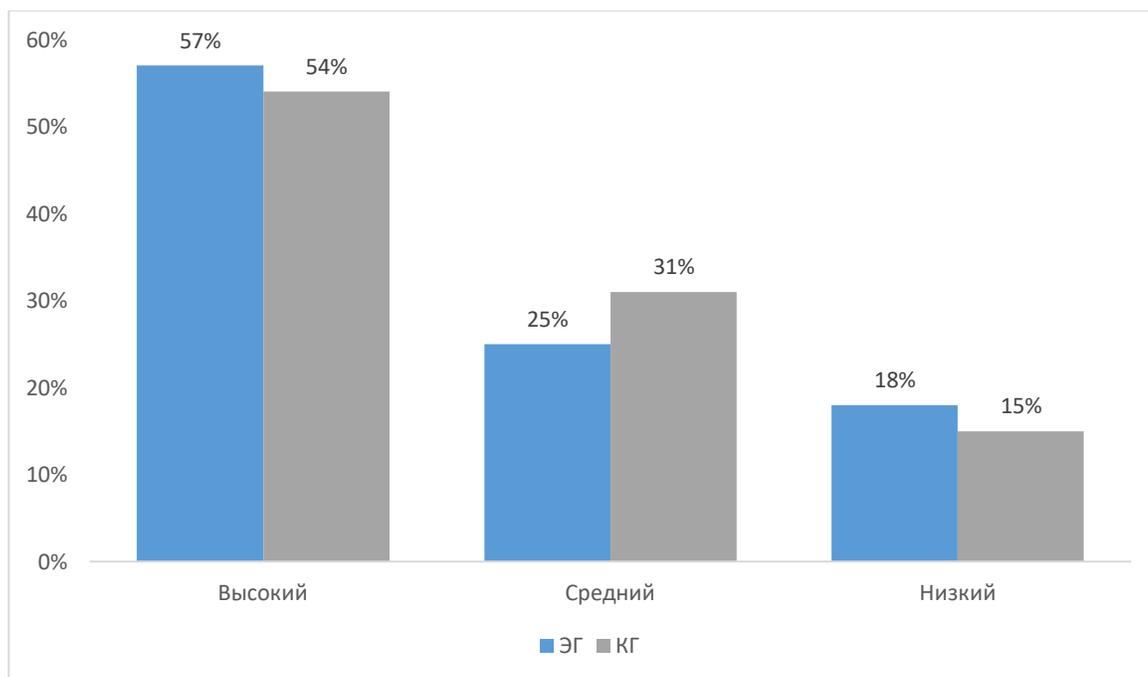
73.	В споре часто повышаю голос.
74.	Стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
75.	Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

Количественные результаты исследования по данной методике мы отразили в табл. 6 и на рис. 7.

**Таблица 6**

**Результаты проявления вербальной агрессии**

Экспериментальная группа		Уровни	Контрольная группа	
Кол-во учащихся	%		Кол-во учащихся	%
16	57%	Высокий	14	54%
7	25%	Средний	8	31%
5	18%	Низкий	4	15%



**Рис. 7. Результаты проявления вербальной агрессии**

По количественным данным из табл. 4 и рис. 4, можно сделать вывод о том, что больше половины учащихся (57% и 54%) имеют высокий уровень проявления вербальной агрессии. Они выражают негативные чувства к человеку в словесных ответах. Негативные реакции могут быть не только содержательными (проклятия, оскорбления, угрозы), но и формальными (крик, визг, рычание). Лишь у единиц присутствует низкий уровень.

Мы заметили, что в последних двух методиках три вопроса («если кто-нибудь раздражает меня, готов сказать все что о нем думаю»; «я часто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение»; «даже если злюсь не прибегаю к сильным выражениям») повторяются. Ряд вопросов являются близкими по сути. Мы сравнили ответы детей на эти вопросы, полученные по разным методикам, и выяснили, что они коррелируются между собой, что говорит о том, что респонденты отвечают честно, ничего не скрывая.

Таким образом, результаты констатирующего этапа показывают нам, что доминирующим уровнем проявления детской вербальной агрессии выступил высокий, который носит в большей степени косвенный характер, обусловлен высокой степенью тревожности и конфликтностью в семье, в целом неблагоприятной атмосферой в семье. Это диктует необходимость в проведении работы не только по профилактике, но и коррекции детской вербальной агрессии младших школьников.

## **2.2. Экспериментальная программа по профилактике детской вербальной агрессии в младшем школьном возрасте**

Для подтверждения выдвинутой нами гипотезы нами была разработана и апробирована программа профилактики вербальной агрессии младших школьников на базе МБОУ СОШ №45 г. Ставрополя.

Целью данной программы является создание психолого-педагогических условий, способствующих успешной профилактике и коррекции детской вербальной агрессии младших школьников.

Задачи:

- профилактика агрессивных реакций, негативных эмоциональных реакций;
- развитие навыков конструктивного реагирования в ситуациях эмоционального напряжения и исправление нарушений в сфере межличностного общения;
- формирование потребности в социальном признании и самоутверждении.

Основными принципами психопрофилактической работы стали:

1. Принцип комплексного подхода в профилактической деятельности.
2. Принцип нормативности развития, предусматривает постоянное сравнение индивидуальных особенностей детей с возрастной нормой, учета закономерностей онтогенетического развития.
3. Принцип предупреждения в деятельности, в контексте социального взаимодействия, через моделирование жизненных ситуаций.
4. Принцип учета ведущего вида деятельности. Для младших школьников, как известно - это игра.

5. Принцип опережения: учет зоны ближайшего развития и стремление достичь максимально возможных изменений

Участники программы – младшие школьники в возрасте 8-9 лет, родители и педагоги.

Наибольшего эффекта можно достичь путем привлечения к психопрофилактической работе не только младших школьников, но и представителей их микросоциума - друзей и сверстников, учителей и родителей.

Следовательно, организация индивидуальной работы по предупреждению агрессивного поведения детей младшего школьного возраста состоит из трех основных направлений:

I. Изменение условий семейного воспитания ребенка.

1. Повышение психолого-педагогической грамотности родителей, культуры их взаимоотношений с детьми.

2. Способствование созданию воспитательных ситуаций в семье, активное включение родителей в воспитательный процесс на основе конструктивного сотрудничества с детьми.

3. Индивидуальные консультации, помощь родителям в воспитании положительных и преодолении отрицательных качеств ребенка.

4. Применение психолого-педагогических приемов по устранению нарушений семейного воспитания, восстановления воспитательного потенциала семьи.

II. Совершенствование воспитательной работы педагогов с детьми.

1. Коррекция отношения педагогов к детям, рекомендация методов положительного стимулирования детей, снятия психологических перенапряжений.

2. Гуманизация межличностных отношений в детском коллективе, создание благоприятного психологического микроклимата в среде детей, способствует их эмоциональному комфорту.

3. Взаимодействие воспитателей (учителей) и родителей в педагогическом процессе.

### III. Психологическая помощь детям.

1. Индивидуальная работа с целью нивелирования недостатков интеллектуальной, нравственной, эмоционально-волевой сфер.

2. Помощь в преодолении коммуникативных барьеров.

3. Руководство общения ребенка со сверстниками на основе взаимопонимания, эмпатии и опоры на положительные качества младшего школьника

4. Обучение способам неагрессивного поведения.

5. Формирование навыков самоконтроля и саморегуляции своего эмоционального состояния.

Занятия с детьми младшего школьного возраста по коррекции агрессивного поведения проводятся 1 раз в неделю во внеурочное время (*приложение 7*).

Структура занятий включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку, основные упражнения и ритуал прощания. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия (при необходимости рефлексия проводится после выполнения конкретного упражнения).

**Таблица 7**

### **Содержание занятий профилактики агрессивного поведения у детей младшего школьного возраста**

№ занятия	Содержание занятия	Цель занятия
Занятие 1	Приветствие Упражнение - разминка: «Маска». Упражнение «Спутанные цепочки». Рефлексия. Упражнение «Ладонь в ладонь». Рефлексия. Живое зеркало. Медитативная техника Рефлексия.	Настрой участников на работу, активизация личностных ресурсов

Занятие 2	Приветствие. Групповая игра «Циферблат». Техника РЭТ. Рационально-эмотивное воображение. Игра «Сотворение мира». Рефлексия.	анализ прошлого занятия, активизация личностных ресурсов участников
Занятие 3	Приветствие. Групповая свободная дискуссия. Групповая игра «Картина на память». Метод идентификации и коррекции дисфункциональных мыслей. Рефлексия.	информирование участников о противоправном поведении, снижение агрессивности детей формирование самоконтроля
Занятие 4	Приветствие. Метод «наводнение». Рефлексия.	осознание ценности человеческой жизни, понимание причин успешности или неуспешности в ней, способствовать пониманию у школьников возможности управлять своим поведением
Занятие 5	Приветствие. Психологическая игра «Симпатия группы». Групповая дискуссия на тему: «Взаимоотношения с окружающими - права и обязанности». Фиксация внимания на противоречиях в суждениях. Рефлексия.	формирование межличностных отношений, развитие речевой компетентности личности
Занятие 6	Приветствие. Упражнение «Я мыслю». Упражнение «Я чувствую». Обучение методу формирования стратегии самоконтроля и обучение самонаблюдению. Упражнение «Чего я стыжусь?». Рефлексия.	анализ собственных мыслей чувств осознание собственной ценности формирование чувства комфортности
Занятие 7	Приветствие. Деловая игра «Путешествие на воздушном шаре». Медитативная техника «Тренировка эмоциональной устойчивости». Рефлексия. Рекомендации родителям, педагогам. Формирование позитивного поведения учащегося.	тренировка эмоциональной устойчивости личности участников

Занятие 8	Приветствие. «Мы живем на волшебной планете!» Изотерапия «Волшебная планета». Упр. «Волшебное путешествие». Упр. «Звездочка настроения». Рефлексия.	сплотить группу и принять единые правила работы, которые необходимо соблюдать на протяжении всего времени сотрудничества всех участников
Занятие 9	Приветствие. Чтение и обсуждение рассказа Л. Толстого «Солнце и ветер» Упр. «Мои трудности в школе и дома» Упр. «Физкультминутка» Упр. «Предметы - помощники» Упр. «Могу успокоиться сам» Знакомство с дыхательными техниками. Упр. «Ночное небо» Упр. «Цвет моего настроения». Рефлексия.	учить приемам саморегуляции и выхода из состояния агрессии, учить осознавать собственное агрессивное поведение, исследовать чужое агрессивное поведение. Развивать способности расслабляться при помощи релаксационных упражнений
Занятие 10	Приветствие. Упражнение «Стаканчик для крика» Игра «Мое настроение». Упражнения и техники на формирование умений мышечного расслабления: «Штанга» «Кулачок» «Черепahi» Игра «Ромашка». Рефлексия.	Формирование умения использовать простые способы самоконтроля при проявлении актов агрессии. Продолжать учить расслабляться при помощи дыхательных упражнений. Воспитывать чувство эмпатии.
Занятие 11	Приветствие. Беседа: «Что такое хорошо, что такое плохо». Этюды ( психогимнастические упражнения) «Цветок» (чувство радости) «Гнев тигра» (гнев, агрессия, злость) Анализ упражнений. Упражнения на освобождение от плохих чувств. Изотерапия: «Рисуем настроение и чувства» Релаксация: «Волшебный цветок добра». Рефлексия.	Дать понятие о разделении чувств на положительные и отрицательные (эмоции положительные и отрицательные). Способствовать положительному обогащению чувств, через творческую реализацию. Воспитывать чувство эмпатии.

Занятие 12	<p>Приветствие. Игра «Как разрешить ссору».</p> <p>Релаксационные упражнения:  «Кулачок»  «Игра с песком».  «Игра с муравьем».  Игра «Письмо соседу».  Рефлексия.</p>	<p>формирование умения самостоятельно урегулировать конфликты и избегать их возникновения.</p> <p>Учить расслабляться при проявлении актов агрессии, используя дыхательную гимнастику и упражнения на мышечные расслабления.</p> <p>Воспитание чувства толерантности</p>
Занятие 13	<p>Приветствие. Упражнение: «Цвет моего настроения».</p> <p>Релаксация. «Морское путешествие»  Рефлексия.</p> <p>Упражнение: «Цвет моего настроения».  Рефлексия.</p>	<p>формировать умение отвлекаться от негатива, жить будущим, переключаться и концентрировать внимание на положительных эмоциях, сохраняя спокойствие.</p> <p>Продолжать учить самостоятельно, использовать упражнения с предметами-помощниками, а также упражнения на дыхание и расслабление мышц</p>
Занятие 14	<p>Приветствие. Игра-сказка: «Коробка счастья»</p> <p>Изотерапия. Упражнение «Коробка счастья»</p> <p>Релаксация. «Давайте помечтаем!»  Рефлексия.</p>	<p>совершенствовать умения эффективного общения и развитие эмоциональной стабильности. Продолжать обучать приемам и способам выхода из стресса, снятию эмоционального напряжения. Развитие внутренней силы и оптимизма, поднятие самооценки и уверенности в себе</p>

Занятие 15	<p>Приветствие. Ситуативная игра «Остаемся спокойными»  Упражнение: «Техника черепахи»  Упражнение: «Солнышко и тучка»  Ситуативная игра «Предметы помощники»  Рефлексия.</p>	<p>Формировать умения быть уверенным в себе отвлекаться от ссоры, переключаться и концентрировать внимание на деталях объекта сохраняя спокойствие. Воспитывать чувство эмпатии, преодоление ситуативной тревожности, повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности</p>
Занятие 16	<p>Приветствие. Игра «Чемодан тревог».  Сказкотерапия: «Волшебное Дерево»  Изотерапия. «Дерево».  Рефлексия.</p>	<p>совершенствовать умения освобождаться от напряжения, выражая свои чувства через творчество. Продолжать развивать внутренние силы и оптимизм, снятие тревожности</p>
Занятие 17	<p>Приветствие. Упражнение «Фотография»  Слушание музыкального произведения Чайковский «Осенняя песнь»  Рефлексия.</p>	<p>формировать умения и навыки эффективного общения.  Закреплять приемы саморегуляции и продуктивные способы выхода из агрессивного состояния самостоятельно используя упражнения на дыхание и расслабление мышц</p>
Занятие 18	<p>Приветствие. Игра «Как быть?».  Игра «Создание ситуации»  Игра – «Похвалилки»  Рефлексия.</p>	<p>закреплять приемы саморегуляции агрессивных проявлений и умений выстраивать взаимоотношения, используя конструктивные способы эффективного общения, проявления эмпатии к окружающим.</p>

Занятие 19	Приветствие. Проективная методика «Несуществующее животное» Игра «Чудо ладошка. Пять добрых слов на память» Рефлексия.	Обобщение и закрепление полученных знаний и умений для достижения общей цели программы. Диагностика.
------------	--	--

Формирование адаптивных качеств личности в данном случае будет осуществляться через формирование активной жизненной позиции и обучению навыков разрешения проблем на конструктивном уровне, положительной самооценки, навыков постановки реалистичных целей, снижению внутренней конфликтности и напряженности.

**Таблица 8**

**Методы психологической профилактики агрессивного поведения  
младших школьников**

Методы	Техники, приёмы, методики
Методы коррекции эмоциональных состояний	Контактная десенсибилизация. Эмотивное воображение. Метод «Наводнение».
Методы саморегуляции	Медитативные техники. Метод формирования стратегии самоконтроля.
Когнитивное переструктурирование	Групповая дискуссия. Прием обращения внимания на противоречия в суждениях. Идентификация и коррекция дисфункциональных мыслей.
Методы снижения нежелательного поведения	Тайм-аут. Реакции группового осуждения негативного поведения
Методы формирования позитивного поведения	Репетиция поведения посредством групповых игр, ролевой игры. Программа жетонного подкрепления.

Мероприятия, направленные на повышение педагогической грамотности родителей детей младшего школьного возраста, имеющих склонность к агрессии, включала три консультации для родителей по темам, «Особенности

эмоционального мира школьника», «Игры и упражнения на снижение агрессивности и ослабление негативных эмоций», «Конфликты с ребенком».

На консультационных встречах (в форме родительского собрания) с родителями агрессивных детей рассматривались правила воспитания детей, склонных к проявлению агрессии, приемы и методы для снятия накопившегося гнева и злости у ребенка, способы саморегуляции для родителей и др.

Также, с родителями подробно разбирались правила по эффективной коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста:

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребёнка.
2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения.
3. Быть последовательным в наказаниях ребёнка. Наказывать за конкретные поступки.
4. Наказание не должно унижать ребёнка.
5. Обучать приемлемым способам выражения гнева.
6. Давать ребёнку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.
7. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.
8. Развивать способность к эмпатии.
9. Расширять поведенческий репертуар ребёнка.
10. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.

Рассматривались упражнения, направленные на обучение детей приемлемым способам разрядки гнева и агрессивности:

1. Комкать и рвать бумагу;
2. Бить подушку или боксерскую грушу;
3. Втирать пластилин в картонку или бумагу;
4. Посчитать до десяти;
5. Самое конструктивное – спортивные игры, бег;

## 6. Вода хорошо снимает агрессию.

Главная особенность семейного воспитания заключается в том, что оно эмоционально по своему содержанию и включает в себя любовь родителей к детям и взаимное чувство детей к родителям. Тепло домашнего микроклимата, комфорт государства в домашней обстановке стимулируют ребенка к принятию семейных правил, поведения, взглядов и стремлений.

Сила влияния родителей - в вере в них ребёнка, в его убеждении, что близкие, любимые им люди всегда правы, а решения и поступки их справедливы. Дети желают быть похожими на своих родителей и бессознательно им подражают. Образ жизни родителей - основа их авторитета у детей. Требования к детям не должны расходиться с собственным поведением. Все действия родителей находятся под постоянным, непосредственным контролем детей. Это налагает на родителей особую ответственность, обязывает их анализировать своё собственное поведение при детях.

Таким образом, мы считаем, что повышение педагогической компетентности родителей в аспекте коррекции вербальной агрессии детей младшего школьного возраста является важным и необходимым элементом.

Для педагогов в рамках программы был разработан материал «Детская агрессия», состоящий из 3 частей:

1. Агрессия: понятие и виды. Детская вербальная агрессия.
2. Роль семьи в проявлении детской вербальной агрессии.
3. Коррекционная работа с детьми.

Цель: повышение профессионального мастерства педагогов.

Задачи:

- Повышать уровень знаний педагогов в области формирования психоэмоциональной структуры личности ребенка;
- Формировать умение справляться с детской агрессией;

- Знакомство с новыми формами работы по устранению детской агрессии;
- Рассмотреть роль семьи в возникновении агрессивного поведения детей;
- Изучить меры профилактики агрессивного поведения детей.

Для решения проблемы профилактики вербальной агрессии необходимым является создание условий для личностного развития младших школьников. К таким условиям относятся: оптимизация ведущей деятельности школьников; сопряженность профилактических целей, содержания и методов модификации поведения детей с вербальной агрессией. В группе необходимо создать атмосферу безусловного принятия и доверия, которая будет способствовать самораскрытию, исследованию школьниками своего внутреннего мира и выбору наиболее оптимального направления развития.

Таким образом, в организации деятельности по профилактике детской вербальной агрессии младшего школьника важно не просто использовать внешние методы воздействия, но и стимулировать самих участников образовательного процесса к обретению самостоятельности, ответственности.

### **2.3. Анализ итогов экспериментальной работы**

После внедрения экспериментальной программы, главной целью которого являлось проследить динамику изменений уровня детской вербальной агрессии младшего школьника.

На данном этапе решались следующие задачи:

1. Провести повторную диагностику по тем же выбранным методикам.

2. Проследить динамику изменения результатов констатирующего и контрольного этапа экспериментов.

3. Сделать выводы и обобщения.

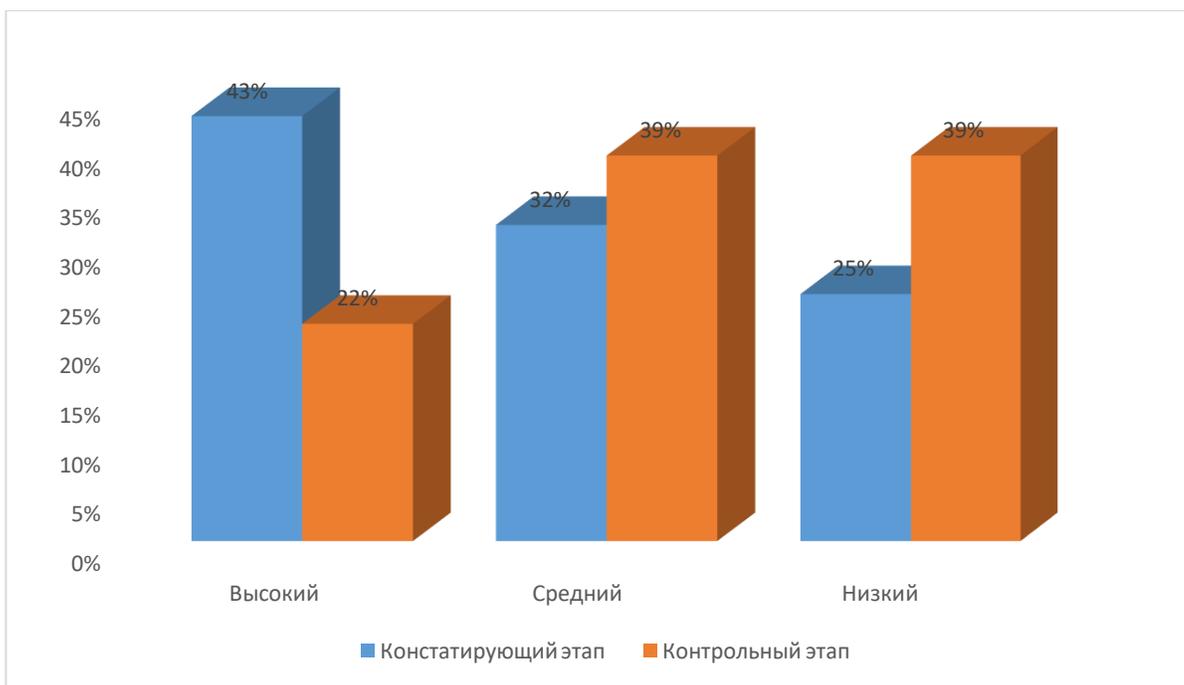
На контрольном этапе педагогического эксперимента результаты показывают, что у школьников экспериментальной группы произошли заметные изменения, в отличие от контрольной группы, где изменения результатов стали незначительными.

Например, результаты повторно проведенной адаптированной для экспресс-диагностики агрессивности методики «Крокодил» показали, что в группе произошли положительные изменения. Сравнительный анализ результатов исследования представлен в табл. 8 и на рис. 8 и 9.

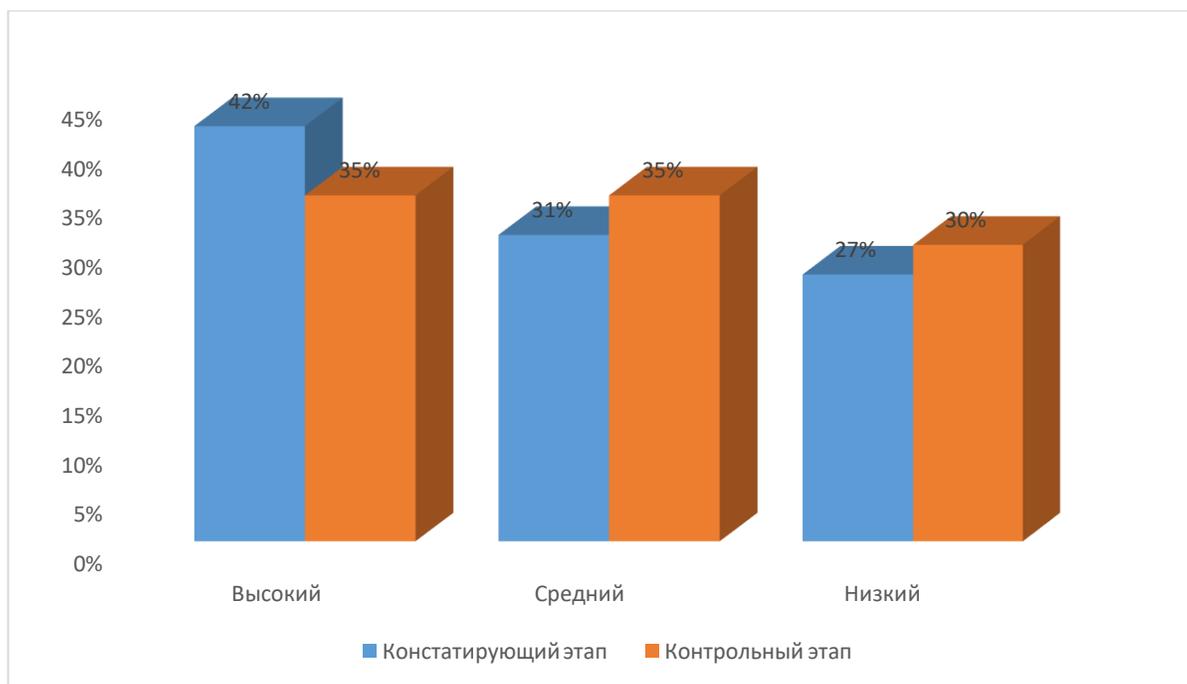
**Таблица 9**

**Уровни вербальной агрессии на контрольном этапе**

Экспериментальная группа				уровень	Контрольная группа			
констатирующий		контрольный			констатирующий		Контрольный	
Кол-во уч-ся	%	Кол-во уч-ся	%		Кол-во уч-ся	%	Кол-во уч-ся	%
12	43%	6	22%	Высокий	11	42%	9	35%
9	32%	11	39%	Средний	8	31%	9	35%
7	25%	11	39%	Низкий	7	27%	8	30%



**Рис. 8. Динамика изменения уровня вербальной агрессии на контрольном этапе в экспериментальной группе**



**Рис. 9. Динамика изменения уровня вербальной агрессии на контрольном этапе в контрольной группе**

Наглядно представленные данные в табл. 9 и на рис. 8 и 9 на контрольном этапе эксперимента показали, что в экспериментальной группе произошли более существенные изменения в лучшую сторону, в отличие от контрольной группы. В экспериментальной группе снизился высокий уровень агрессии, а низкий повысился. На рисунках детей, изображавших крокодила 2-й раз, явно не выделялись клыки и шипы. Крокодилы стали добрые, улыбочивые, «любят загорать на солнышке». Так, участники, при изображении продемонстрировали следующие ответы:

- «Как крокодил, который лежит на солнышке и загорает может быть злой? Когда отдыхаешь все добрые» (Арина П.);

- «У меня крокодил-принцесса, а принцессы злыми не бывают» (Ника В.);

- «Она очень добрая, ласковая. Люся любит кушать зелень. Она очень хорошая мама» (Дима П.);

- «У крокодила характер добрый. Он любит полежать на солнышке, на песке, весит от 200 до 500 кг) (Марк А.);

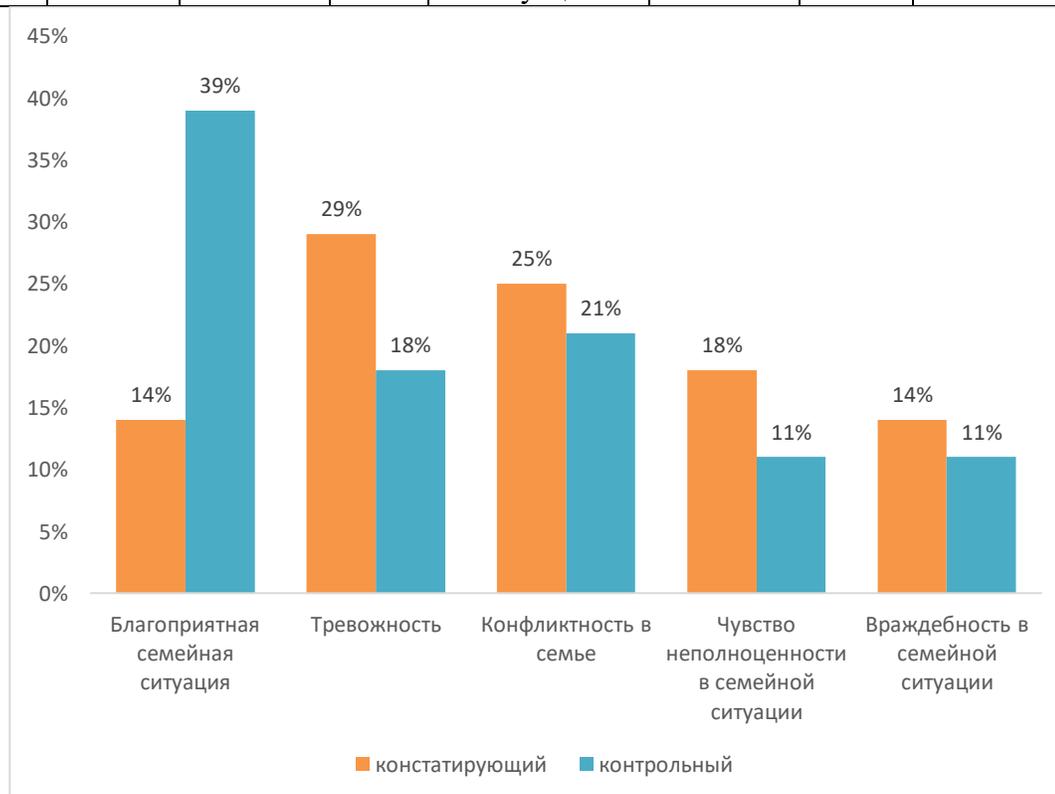
- «Он очень добрый и любезный. У него есть друзья и мама с папой. Так вот, он ребенок, ему 2 года и 1 месяц» (Артем Е.);

- «Моего крокодила зовут Гена! Он живет в очень жаркой стране. Он у меня всегда добрый и никогда не злится. У него есть жена и дети. Он кормит свой животик. Он весит 300 кг. Подружитесь с моим крокодилом» (Милена К.)

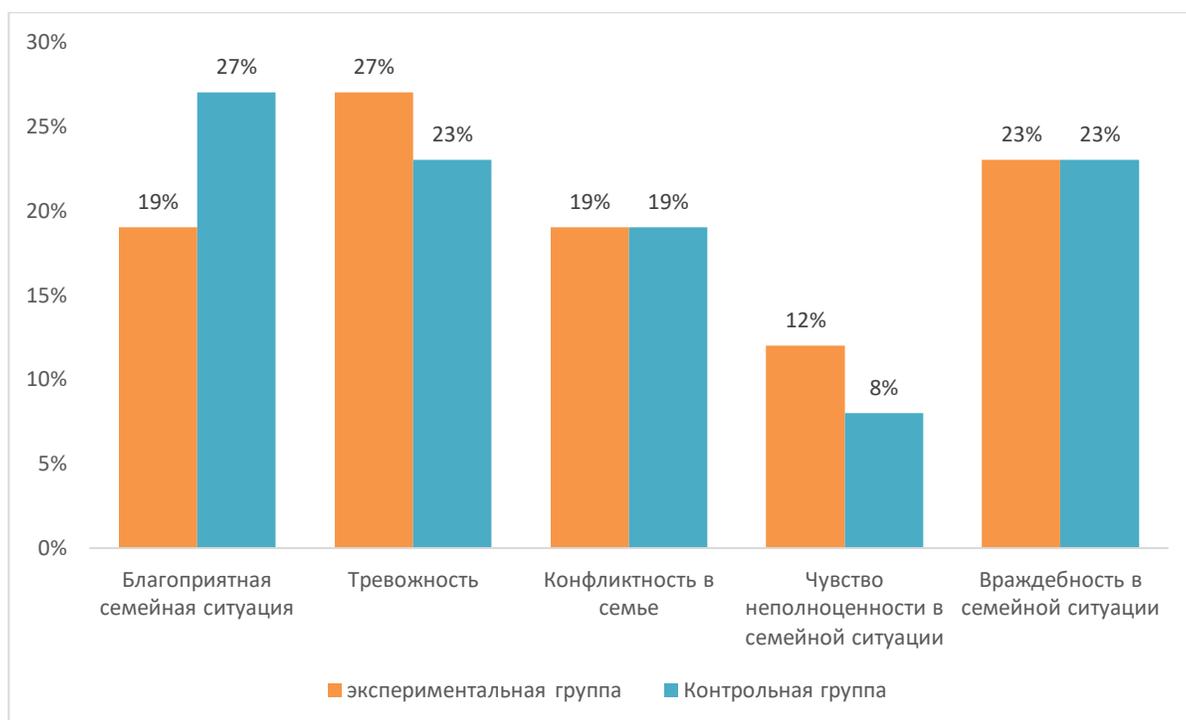
Далее нами повторно была проведена методика «*Кинетический рисунок семьи*», результаты которой представлены в табл. 10 и на рис. 10 и 11.

**Симптомокомплексы кинетического рисунка семьи  
на контрольном этапе**

Экспериментальная группа				уровень	Контрольная группа			
констатирующий		контрольный			констатирующий		контрольный	
Кол-во уч-ся	%	Кол-во уч-ся	%		Кол-во уч-ся	%	Кол-во уч-ся	%
4	14%	11	39%	Благоприятная семейная ситуация	5	19%	7	27%
8	29%	5	18%	Тревожность	7	27%	6	23%
7	25%	6	21%	Конфликтность в семье	5	19%	5	19%
5	18%	3	11%	Чувство неполноценности в семейной ситуации	3	12%	2	8%
4	14%	3	11%	Враждебность в семейной ситуации	6	23%	6	23%



**Рис. 10. Динамика изменения кинетического рисунка семьи на контрольном этапе в экспериментальной группе**



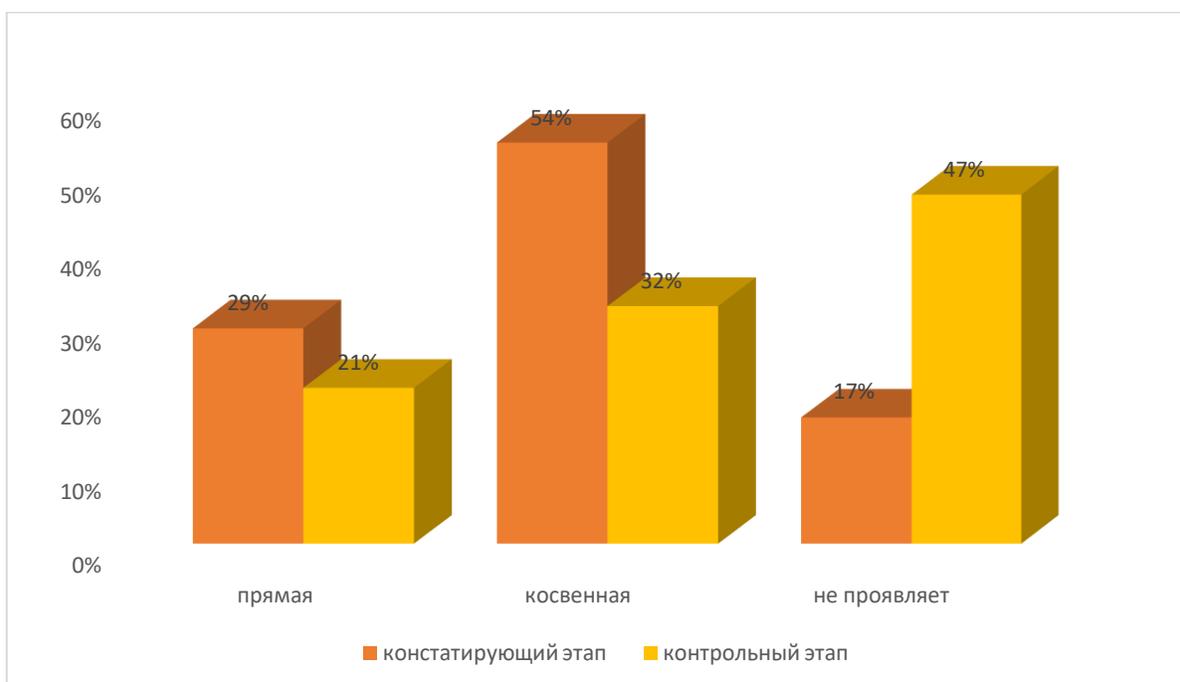
**Рис. 11. Динамика изменения кинетического рисунка семьи на контрольном этапе в контрольной группе**

Таким образом, как видно из табл. 10 и рис. 10 и 11, отражающих результаты исследования, взаимоотношений в семье. Некоторые респонденты пересмотрели свое место среди других членов семьи. В экспериментальной группе, снизился уровень конфликтности и враждебности в семейной ситуации, в отличие от контрольной, где результаты остались неизменны. Классные часы, проведенные во внеурочное время способствовали повышению уровня благоприятной семейной ситуации в экспериментальной группе.

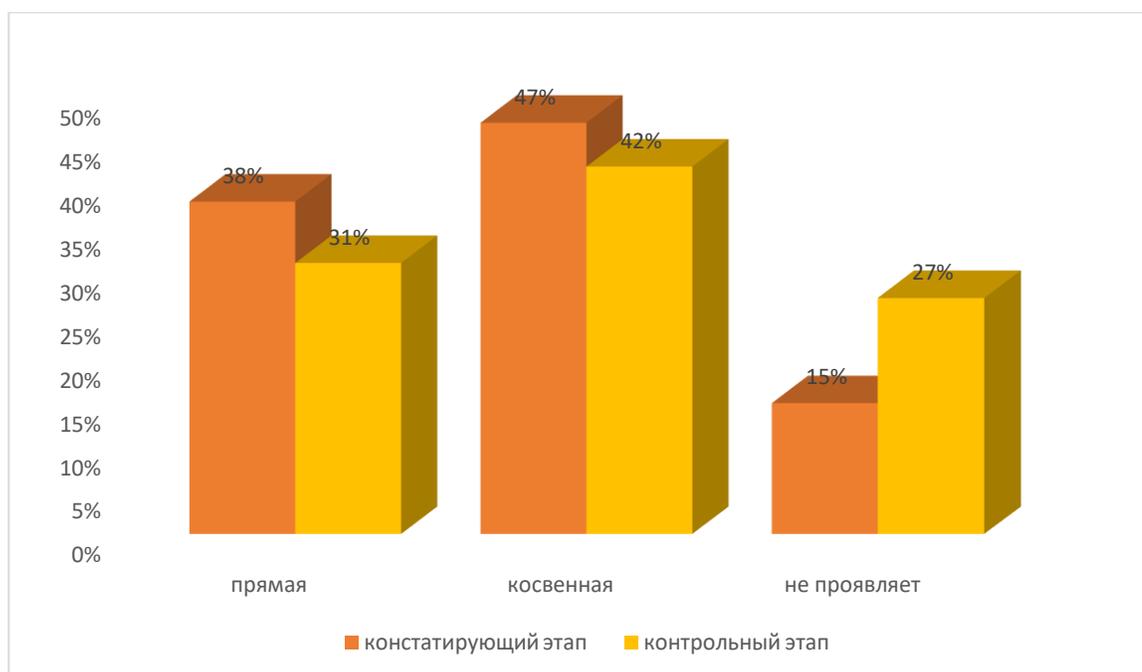
Следующая методика «Агрессивное поведение», которая нами была взята для выявления склонности респондента к определенному типу агрессивного поведения, а именно уровня склонности к прямой или косвенной вербальной агрессии. Данные представлены в табл. 11 и на рис. 12, 13.

## Склонность к вербальной агрессии на контрольном этапе

Экспериментальная группа				уровень	Контрольная группа			
констатирующий		контрольный			констатирующий		контрольный	
Кол-во уч-ся	%	Кол-во уч-ся	%		Кол-во уч-ся	%	Кол-во уч-ся	%
8	29%	6	21%	прямая	10	38%	8	31%
15	54%	9	32%	косвенная	12	47%	11	42%
5	17%	13	47%	не проявляют	4	15%	7	27%



**Рис. 12. Динамика изменения склонности к вербальной агрессии на контрольном этапе в экспериментальной группе**



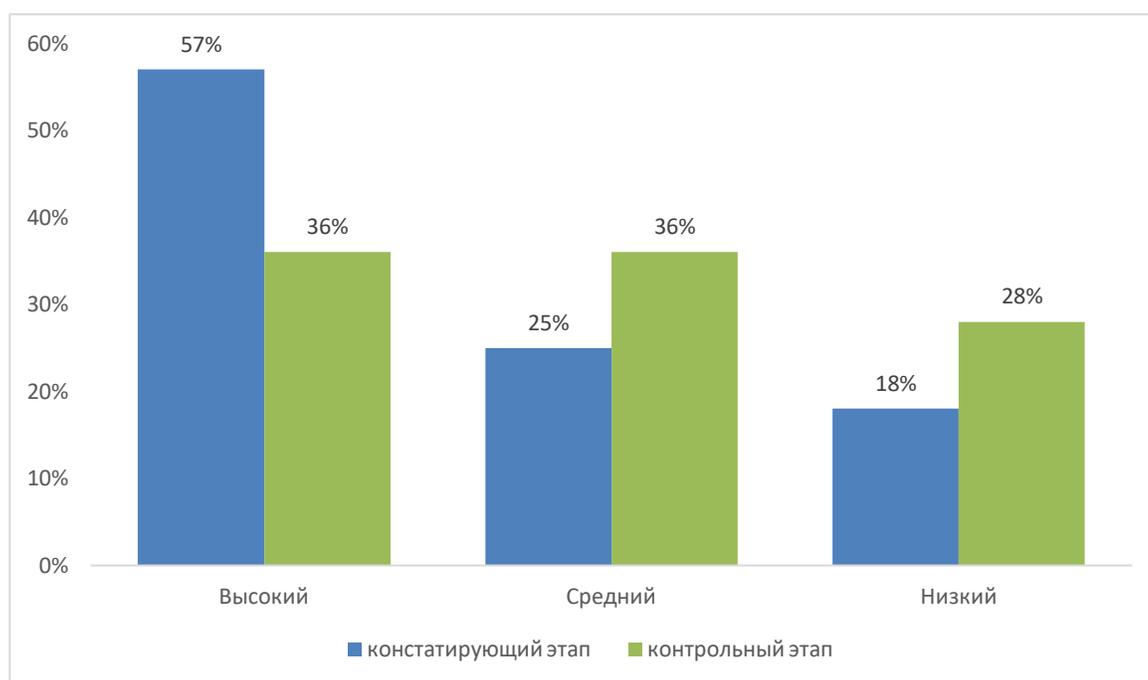
**Рис. 13. Динамика изменения склонности к вербальной агрессии на контрольном этапе в контрольной группе**

Как мы видим, произошли значительные изменения в экспериментальной группе. Это говорит о том, что понизился уровень к проявлению прямой и косвенной вербальной агрессии. Практически половина учащихся перестала проявлять вербальную агрессию. Респонденты экспериментальной группы научились иными средствами «выплескивать свою агрессию». Например, если ребенок находится в школе, может подойти и попросить включить музыку; иногда можем устроить конкурс среди бумажных самолетиков, нарисовать на то ребенок злится, после чего свой гнев выбросить. В контрольной группе изменения незначительны.

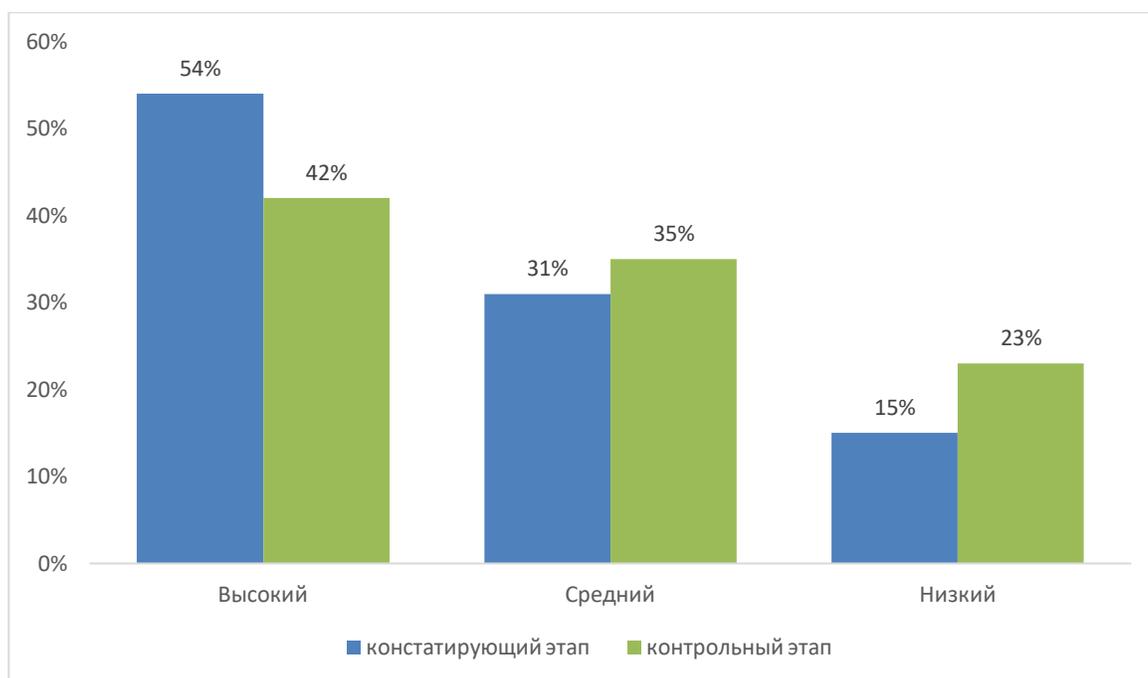
Наглядная демонстрация результатов по методике диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки представлена в табл. 12 и на рис. 14 и 15.

## Результаты проявления вербальной агрессии на контрольном этапе

Экспериментальная группа				уровень	Контрольная группа			
констатирующий		контрольный			констатирующий		контрольный	
Кол-во уч-ся	%	Кол-во уч-ся	%		Кол-во уч-ся	%	Кол-во уч-ся	%
16	57%	10	36%	Высокий	14	54%	11	42%
7	25%	10	36%	Средний	8	31%	9	35%
5	18%	8	28%	Низкий	4	15%	6	23%



**Рис. 14.** Динамика проявления вербальной агрессии на контрольном этапе в экспериментальной группе



**Рис. 15. Динамика проявления вербальной агрессии на контрольном этапе в контрольной группе**

Как мы видим, на контрольном этапе эксперимента, значительно улучшились результаты в экспериментальной группе. Учащиеся стали более устойчивы к проявлению вербальной агрессии. Изменения в экспериментальной группе связаны с созданием и реализацией программы. В контрольной группе динамика не особо прослеживается. В контрольной группе изменения небольшие и связаны с тем, что в рамках внеклассных занятий по программе «Я – гражданин» были проведены классные часы, направленные на нравственное развитие. Динамика изменений, выявленная на контрольном этапе эксперимента, позволяет сделать вывод об эффективности наших мероприятий в образовательно-воспитательном процессе.

## Заключение

Проблема детской вербальной агрессии в современном обществе является чрезвычайно актуальной, как с точки зрения науки, так и с позиции социальной практики. Для профилактики данного явления необходимо проанализировать литературу по теме исследования, причины, подобрать методики диагностики, а также составить и реализовать программу по психолого-педагогической профилактике детской вербальной агрессии.

Вербальную агрессию нельзя рассматривать без таких понятий как «агрессия» и «агрессивность». Агрессия определяется любой формой поведения, имеющей цель нанесения вреда другому человеку. Агрессивность понимается как устойчивая черта личности, выражающаяся в готовности к агрессии.

В работе мы придерживаемся следующего определения вербальной агрессии - выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы). Вербальной агрессии свойственны различные формы проявления: прямая и косвенная.

Причина возникновения агрессивного поведения полифакторна: семейные отношения и методы воспитания, нарушение социализации, нарушение школьной адаптации, коммуникативная некомпетентность, влияние средств массовой информации и компьютерных игр, личностные особенности, гендерные различия.

Ведущая роль в психолого-педагогической профилактике вербальной агрессии в младшем школьном возрасте отводится педагогам и психологам.

Нами было проведено исследование на базе МБОУ СОШ №45 г. Ставрополь. В нем приняли участие 54 младших школьника в возрасте 8-9 лет.

Первичная диагностика с использованием четырех методик (Адаптированная для экспресс-диагностики агрессивности методика «Крокодил»; Кинетический рисунок семьи Р. Бернс, С. Кауфман; Методика «Агрессивное поведение» (Е.П. Ильин, П.А. Ковалев); Методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки) показала наличие высокого уровня проявления вербальной агрессии в младшем школьном возрасте и определила дальнейшую стратегию психолого-педагогической коррекции и профилактики.

Разработка и применение программы, направленной на снижение вербальной агрессии у детей младшего школьного возраста, способствовала положительной динамике изменений, выявленная на контрольном этапе, что позволяет нам сделать вывод об эффективности предложенных средств на формирующем этапе эксперимента и доказательности выдвинутой гипотезы.

## Список литературы

1. Алфимова М.В., Трубников В.И. Психогенетика агрессивности // Вопросы психологии. - 2010. - №6. - С.112.
2. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. — СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2012 512 с.
3. Блонский П.П. Психология младшего школьника. - М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: Модэк, 2011. – С. 197.
4. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. Психологическое исследование. М.: «Просвещение», 2010. - 464 с.
5. Большая психологическая энциклопедия. - М.: Эксмо, 2017. - 544 с.
6. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов.-СПб.: Речь, 2014. – С. 19
7. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. - СПб., 2012. – С. 19.
8. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми. М.: Издательство: Педагогика,2011.-141 с.
9. Васильева О.С., Гальченко Т.А. Агрессивность и ее влияние на здоровье школьников // Школа здоровья. М., 2017. - Т. 4. - № 4. - С. 65-71.
10. Горбунова О. С. Психолого-педагогическая коррекция агрессии младших подростков в ситуации межличностного конфликта // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 227.
11. Горшечникова Т.Б., Дородницына Л.Н. Причины агрессивного поведения у младших школьников и подростков [Электронный ресурс] / Режим доступа: [psyinfo.ru/ru/service/conf/asoc.php](http://psyinfo.ru/ru/service/conf/asoc.php)

12. Долгова А.Г. Агрессия в младшем школьном возрасте. Диагностика и коррекция. / А.Г. Долгова. - М.: Генезис, 2009. - 216 с.
13. Долгова В.И., Цветкова Н.В. Влияние системы обучения младших школьников на формирование межличностной рефлексии в подростковом возрасте // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2014. – № 7. – С. 90.
14. Дубинко Н. А. Влияние когнитивных процессов на проявления агрессивности в детском возрасте// Вопросы психологии.- 2010.- №1.-С. 54.
15. Дубровина И.В.: Практическая психология образования / учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. - М.: ТЦ «Сфера»,2014. – С. 128.
16. Евсеева В.П. Детская агрессия /В.П. Евсеева // 1000 советов. - 2016. - № 6. -с.12-13
17. Завражин С.А. Агрессивные фантазии в детском и подростковом возрасте // Вопросы психологии. - 2013. - № 5. - С. 43-50.
18. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2011. - 752 с.
19. Истрофилова О.И. Социально-педагогическая деятельность по коррекции агрессивного поведения в младшем подростковом возрасте // Начальное образование: опыт, проблемы, перспективы: Начальное образование: опыт, проблемы, перспективы - Стерлитамак: Стерлитамакский филиал Баш. ГУ, 2013. - С. 83-87
20. Козырев Г.И. Внутриличностные конфликты [Текст] / Г.И. Козырев // Социально-гуманитарное знание. - 1999. № 2. – С. 108.
21. Коннор Д. Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков. - СПб, 2014. – С. 121.
22. Коннор Д. Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков. — СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2045. - 288 с.

23. Лалаянц И. Энергия агрессивности // Семья и школа. М.,2010. - № 6. — С. 20-21.
24. Лебедева Л.Д. Арт-терапия детской агрессивности // Начальная школа. - 2011. - № 2. - С. 26-30.
25. Лебединский В.В. и др. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция - М.: Изд-во МГУ, 2014. – С. 92.
26. Левитов Н.Д. Психологическое состояние агрессии // Вопросы психологии. - 2012. - № 6. - С. 168-171.
27. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний // Вопросы психологии. - 2017. - № 6. - С. 118-128.
28. Логутова Е.В. Ценностно-смысловая ориентация младших подростков в условиях внедрения новых образовательных стандартов Журнал Современные проблемы науки и образования. – 2016. – № 3
29. Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло»). - М.: Проспект, 2013. – С. 112.
30. Мещерякова Б.Г. и Зинченко В.П. Большой психологический словарь / СПб.: Прайм-Еврознак, Олма-пресс, 2013. - 672 с.
31. Михайлина М.Ю., Гусева Е.В. Психологические аспекты исследования агрессивности в школе. - Саратов, 2016. – С. 13
32. Михейкина С.В. Психология агрессивного поведения: Учебное пособие. - Ставрополь: СКСИ, 2016. - 128 с.
33. Можгинский Ю.Б. Агрессивность детей и подростков: Распознавание, лечение, профилактика. Изд. 2-е, стереотип. - М.: «Когито-Центр», 2010. - 181 с.
34. Морева, Е. Детская агрессивность и способы ее преодоления [текст] / Е. Морева // Воспитание школьников. - 2012. -№ 5 - с.31-34.
35. Панкратова Т.М. саморегуляция в социальном поведении / Ярославль , 2011.

36. Паренс Г. Агрессия наших детей. - М., 2011.
37. Паренс Г. Агрессия наших детей. - М.: «ФОРУМ», 2010. - 160 с.
38. Петров В.Г. Психологические особенности агрессивного поведения и пути его коррекции : дис. . канд. психол. наук. Иркутск, 2009. - 195 с.
39. Платонова Н.М. Агрессия у детей и подростков. Учебное пособие / - СПб.: Речь, 2014. - 336 с.
40. Причины и коррекция детской агрессивности: Метод, указ. для студентов факультетов психологии / М-во образования РФ, Яросл. гос. ун-т им. П.Г. Демидова, каф. педагогики и пед. психологии; сост. Е.В. Драпак. - Ярославль: ЯрГУ, 2011. - 20 с.
41. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности // Психологический журнал. – М., 2016. - Т. 17. - №5. - С. 3-18.
42. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности. - СПб.: Изд-во: Б.и., 2010. - 39 с.
43. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности // Психологический журнал. - Т.17. - 2010. - №5. - С.8
44. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности // Психологический журнал. - 2016. - №5. - С.3-18.
45. Рожков О.П. Коррекция агрессивного поведения детей от 5 до 14 лет / О.П.Рожков. - Воронеж: НПО «МОДЭК», 2007. - 56 с.
46. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей. Диагностические и коррекционные методики. - М.: Школьная Пресса, 2013.-48с.
47. Румянцева Т.Г. Агрессия и контроль // Вопросы психологии. - М., 2012. - №5 - 6. - С. 35-41.
48. Румянцева Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии // Вопросы психологии. - 2011. - №1. - С. 81-87.
49. Скворцова Л.И. Современный толковый словарь – М., 2012

50. Смирнова Е.О., Хузеева Г.Р. Психологические особенности и варианты детской агрессивности // Вопросы психологии. - 2012. - № 1. -С. 17-26.
51. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. - Ростов н/Д: «Феникс», 2013. - 160 с.
52. Соловьев З. П., Вопросы социальной гигиены и здравоохранения. Избр. произв. - М., 2010.
53. Сухарева Н.Д. Гендерные особенности проявления агрессии учащимися младшего школьного и подросткового возраста : дис. . канд. психол. наук. -М., РГБ, 2016.- 188 с
54. Формы и методы профилактики детской и школьной агрессии. Научно-методические рекомендации / Под ред. Н.М. Платоновой. - СПб., 2013. – С. 213.
55. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. - Минск: Ильин В.П., 2011. – С.86.
56. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика. - Минск.: Ильин В.П., 2016.-192 с.
57. Фурманов И.А. Психология детей с нарушениями поведения: пособие для психологов и педагогов. - М.: Владос, 2014. – С. 287.
58. Чижова С.Ю. Детская агрессивность / С.Ю. Чижова, О.В. Калинина. - Ярославль: Академия развития, 2003. - 160 с.
59. Чижова С.Ю., Калинина О.В. Детская агрессивность. - Ярославль: Академия развития: Академия, КО: Академия Холдинг, 2011. - 160 с.
60. Шостакович Б.В Агрессия и психическое здоровье / Под ред. Академика РАМН Т.Б. Дмитриевой и профессора. - СПб.: Издательство «Юридический центр Пресс», 2012. - 464 с.
61. Щербинина Ю.В. Если ребёнок - грубиян. Советы для взрослых по преодолению детской речевой агрессии. – М., 2016

### Адаптированная для экспресс – диагностики агрессивности методика «Крокодил»

Согласно мнению специалистов по проективному рисунку, Крокодил является символом агрессивного поведения. Изображение крокодила способствует выявлению у человека агрессивных тенденций. На рисунке проецируются такие черты характера, как злопамятность, подозрительность, враждебность. Методика была апробирована на различных возрастных группах.

Материалы: листы белой бумаги формата А 4.

Изобразительные средства: простой и цветные карандаши, фломастеры.

1. Длинный хвост – злопамятный.
  2. Вид сверху – депрессивное состояние.
  3. Штриховка – тревожность.
  4. Зубы – вербальная агрессия.
  5. Нарисована только голова или на рисунке присутствуют волны – латентная форма агрессии.
  6. Анфас – бескомпромиссное поведение.
  7. Большой рисунок вверху листа – высокая самооценка.
  8. Маленький рисунок в низу листа – низкая самооценка.
  9. Шипы сверху – опасается «нападения сверху», т.е. взрослых.
  - 10.«Круговые движения» - тревога и страх.
  - 11.«Рамка» - стремление отгородиться от внешнего мира, обусловлено страхом, тревогой и неуверенностью.
  - 12.«Левая сторона рисунка» - эмоционально – интуитивная сфера личности.
  - 13.«Правая сторона рисунка» - интеллектуально – рациональная сфера личности.
- «Чтобы его никто не боялся»

Тревожные дети в большинстве случаев прибегают к использованию простого карандаша. Как и во всех рисуночных техниках, в нашем исследовании наблюдались такие признаки тревожности, как стирание, прорисовывание деталей, возвращение к различным частям рисунка, штриховка. Причем, в рисунках детей младшего школьного возраста количество стертых и исправленных изображений во много раз больше, чем у подростков. Этот факт можно объяснить стремлением детей соответствовать школьным нормам и правилам, поскольку рисование воспринимается ими в качестве задания на оценку, а не как способ самовыражения.

В то же время исправление (и/или стирание) могут рассматриваться как потребность с помощью изобразительных средств уменьшить переживание агрессии и порожденного ею страха.

Рисунок отражает не только устойчивые черты индивида, но и его состояние во время тестирования. Возможна ситуативная тревожность, которая вызвана общением с незнакомым человеком (исследователем), психологической атмосферой и другими причинами. Поэтому необходимо учитывать личностные характеристики исследователя: пол, возраст и т.д. По мнению Е.Т. Соколовой, исследователь должен выступать не в роли регистратора, а в роли партнера.

Кое-что об интеллекте.

Методика «Крокодилы» позволяет «снимать» не только показатели эмоционального состояния, но и диагностировать интеллектуальное развитие испытуемых.

### Кинетический рисунок семьи Р. Бернс, С. Кауфман

Тест "Кинетический рисунок семьи" (КРС) Р.Бернса и С.Кауфмана дает информацию о субъективной семейной ситуации ребенка. Он помогает выявить взаимоотношения в семье, вызывающие тревогу у ребенка, показывает, как он воспринимает других членов семьи и свое место среди них.

Используя тест КРС, следует иметь в виду, что каждый рисунок является творческой деятельностью, не только отражающей восприятие своей семьи, но и позволяющей ребенку анализировать, переосмысливать семейные отношения. Поэтому рисунок семьи не только отражает настоящее и прошлое, но также направлен на будущее: при рисовании ребенок интерпретирует ситуацию, по своему решает проблему актуальных семейных отношений.

Тест КРС состоит из 2 частей: рисование своей семьи и беседы после рисования. Для выполнения теста ребенку дается стандартный лист бумаги для рисования, карандаш (твердость 2М) и ластик.

**Инструкция:** "Пожалуйста, нарисуй свою семью так, чтобы каждый занимался каким-нибудь делом".

На все уточняющие вопросы следует отвечать без каких-либо указаний, например: «Можешь рисовать, как хочешь».

Во время рисования следует записывать все спонтанные высказывания ребенка, отмечать его мимику, жесты, а также фиксировать последовательность рисования. После того, как рисунок закончен, с ребенком проводится беседа по следующей

схеме:

- 1) кто нарисован на рисунке, что делает каждый член семьи,
- 2) где работают или учатся члены семьи;
- 3) как в семье распределяются домашние обязанности,
- 4) каковы взаимоотношения ребенка с остальными членами семьи.

В системе количественной оценки КРС учитываются формальные и содержательные аспекты рисунка. Формальными особенностями рисунка считается качество линии рисующего, положение объектов рисунка на бумаге, стирание рисунка или его отдельных частей, затушевывание отдельных частей рисунка. Содержательными характеристиками рисунка являются изображаемая деятельность членов семьи, представленных на рисунке, их взаимодействие и расположение, а также отношение вещей и людей на рисунке.

При интерпретации КРС основное внимание обращается на следующие аспекты:

- 1) анализ структуры рисунка семьи (сравнение состава реальной и нарисованной семьи, расположение и взаимодействие членов семьи на рисунке);
- 2) анализ особенностей рисунка отдельных членов семьи (различия в стиле рисования, количество деталей, схема тел отдельных членов семьи); анализ процесса рисования (последовательность рисунка, комментарий, паузы, эмоциональные реакции во время рисования).

Рассмотрим на примерах каждый аспект схемы интерпретации.

1. Ребенок не всегда рисует всех членов семьи. Обычно он не рисует тех, с которыми находится в конфликтных отношениях. Расположение членов семьи на рисунке часто показывает их взаимоотношения. Так, например, важным показателем психологической близости является расстояние между отдельными членами семьи. Иногда между отдельными членами семьи рисуются разные объекты, которые служат как бы перегородкой между ними. Так, довольно часто можно увидеть рисунок, в котором отец сидит, спрятавшись за газетой, или около телевизора, отделяющего его от остальной семьи. Мать чаще рисуется у плиты, как бы поглощающей все ее внимание. Общая деятельность членов семьи обычно свидетельствует о хороших, благополучных семейных отношениях. Часто общая деятельность соединяет

несколько членов семьи. Это может свидетельствовать о наличии внутренних группировок в семье. Рисуя свою семью, некоторые дети изображают все фигуры очень маленькими и располагают их на нижней части листа. Это уже может свидетельствовать о депрессивности ребенка, о его чувстве неполноценности в семейной ситуации. На некоторых рисунках преобладают не люди, а вещи, чаще всего мебель. Это также отражает эмоциональную озабоченность ребенка по поводу своей семейной ситуации, что она тревожит его, и он как бы откладывает рисование членов семьи, а рисует вещи, которые не обладают столь сильной эмоциональной значимостью.

2. Считается, что ребенок наиболее детализирует, дольше всего рисует и разукрашивает фигуру его самого любимого члена семьи. И наоборот, если он отрицательно относится к кому-либо, то рисует этого человека неполно, без деталей, иногда даже без основных частей тела. Когда отношения ребенка конфликтны и тревожны, эмоционально неоднозначно окрашены, он часто использует штриховку в изображении того члена семьи, с которым у него не сложились эффективные связи. В аналогичных случаях можно наблюдать и перерисовку. В рисунках можно наблюдать несколько стилей рисования.

Анализ процесса рисования дает богатую информацию не только о семейных отношениях ребенка, но и вообще о стиле его работы. Когда дети, особенно среднего школьного возраста и старше, отговариваются тем, что они не умеют рисовать, это вполне нормально и понятно. Успокойте их, скажите, что тут не столько важно красиво нарисовать, сколько придумать деятельность для членов семьи. Но бывает так, что многочисленные отговорки, а также манера прикрывать рукой нарисованное могут свидетельствовать о неверии ребенка в свои силы, о его потребности в поддержке со стороны взрослого.

Чаще всего свой рисунок дети начинают с изображения того члена семьи, к которому они действительно хорошо относятся. Иногда наблюдаются паузы перед тем, как ребенок начинает рисовать одну из фигур. Это в некоторых

случаях может свидетельствовать об эмоционально неоднозначном или даже негативном отношении ребенка. В комментариях также может сквозить его отношение к членам семьи, но во время выполнения теста психологу не следует вступать в разговор с ребенком.

Для теста КРС разработана система количественной оценки. Было выделено пять симптомокомплексов:

- 1) благоприятная семейная ситуация;
- 2) тревожность;
- 3) конфликтность в семье;
- 4) чувство неполноценности;
- 5) враждебность в семейной ситуации.

Таблица  
симптомокомплексы Кинетического рисунка семьи

Симптомокомплекс	Симптом
1. Благоприятная семейная ситуация	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общая деятельность всех членов семьи</li> <li>2. Преобладание людей на рисунке</li> <li>3. Изображение всех членов семьи</li> <li>4. Отсутствие изолированных членов семьи</li> <li>5. Отсутствие штриховки</li> <li>6. Хорошее качество линии</li> <li>7. Отсутствие показателей враждебности</li> <li>8. Адекватное распределение людей на листе</li> <li>9. Подчеркивание отдельных деталей</li> </ol>
2. Тревожность	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Штриховка</li> <li>2. Линия основания - пол</li> <li>3. Линия над рисунком</li> <li>4. Линия с сильным нажимом</li> <li>5. Стирание</li> <li>6. Преувеличенное внимание к деталям</li> <li>7. Преобладание вещей</li> <li>8. Двойные или прерывистые линии</li> <li>9. Подчеркивание отдельных деталей</li> <li>10. Другие возможные признаки</li> </ol>
3. Конфликтность в семье	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Барьеры между фигурами</li> <li>2. Стирание отдельных фигур</li> <li>3. Отсутствие основных частей тела у некоторых фигур</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Выделение отдельных фигур</li> <li>5. Изоляция отдельных фигур</li> <li>6. Неадекватная величина отдельных фигур</li> <li>7. Несоответствие вербального описания и рисунка</li> <li>8. Преобладание вещей</li> <li>9. Отсутствие на рисунке некоторых членов семьи</li> <li>10. Член семьи, стоящий за спиной</li> <li>11. Другие возможные признаки</li> </ol>
4. Чувство неполноценности в семейной ситуации	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Автор рисунка непропорционально маленький</li> <li>2. Расположение фигур на нижней части листа</li> <li>3. Линия слабая, прерывистая</li> <li>4. Изоляция автора от других</li> <li>5. Маленькие фигуры</li> <li>6. Неподвижная по сравнению с другими фигура автора</li> <li>7. Отсутствие автора</li> <li>8. Автор стоит спиной</li> <li>9. Другие возможные признаки</li> </ol>
5. Враждебность в семейной ситуации	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Одна фигура на другом листе или на другой стороне листа</li> <li>2. Агрессивная позиция фигуры</li> <li>3. Зачеркнутая фигура</li> <li>4. Деформированная фигура</li> <li>5. Обратный профиль</li> <li>6. Руки раскинуты в стороны</li> <li>7. Пальцы длинные, подчеркнутые</li> <li>8. Другие возможные признаки</li> </ol>

### Методика «Агрессивное поведение» (Е.П. Ильин, П.А. Ковалев)

**Шкалы:** склонность к вербальной агрессии: прямой и косвенной, склонность к физической агрессии: прямой и косвенной, уровень несдержанности

**Назначение теста:** методика предназначена для выявления склонности респондента к определенному типу агрессивного поведения.

#### Инструкция к тесту

Перед вами ряд утверждений. Определите, насколько вы согласны с каждым из них.

Если вы согласны с утверждением, выберите ответ: «Да», если не согласны – «Нет».

**Варианты ответов:** да, нет.

#### Тестовый материал

1. Я не могу удержаться от грубых слов, если кто-то не согласен со мной.
2. Иногда я сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
4. Я редко даю сдачи, если меня ударят.
5. Подчас я требую в резкой форме, чтобы уважали мои права.
6. От злости я часто про себя посылаю проклятия моему обидчику.
7. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
8. Если я разозлюсь, я могу ударить человека.
9. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать все, что о нем думаю.
10. При возникновении конфликта на работе я чаще всего «разряжаюсь» в разговорах с друзьями и близкими.
11. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу по столу кулаком.

12. Если я должен для защиты своих прав применить физическую силу, то я так и делаю.
13. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
14. Я часто рассказываю дома о недостатках сослуживцев, которые критикуют меня.
15. С досады я могу пнуть ногой все, что подвернется.
16. В детстве мне нравилось драться.
17. Я часто просто угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозу в исполнение.
18. Я часто про себя обдумываю, что мне надо высказать начальнику, но так и не делаю этого.
19. Я считаю неприличным стучать по столу, даже если человек очень сердит.
20. Если тот, кто взял мою вещь, не отдает ее, я могу применить силу.
21. В споре я часто начинаю сердиться и кричать.
22. Я считаю, что осуждать человека «за глаза» не очень этично.
23. Не было случая, чтобы я со злости что-нибудь сломал.
24. Я никогда не применяю физическую силу для решения спорных вопросов.
25. Даже если я злюсь, я не прибегаю к сильным выражениям.
26. Я не сплетничаю о людях, даже если они мне очень не нравятся.
27. Я могу так рассвирепеть, что буду крушить все подряд.
28. Я не способен ударить человека.
29. Я не умею «поставить человека на место», даже если он этого заслуживает.
30. Иногда я про себя обзываю начальника, если остаюсь недоволен его решением.
31. Мне не нравятся люди, которые вымещают зло на своих детях, раздавая им подзатыльники.
32. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их ударили.
33. Как бы я ни был зол, я стараюсь не оскорблять других.

34. После неприятностей на работе я часто скандалю дома.
35. Когда я раздражаюсь, то, уходя, хлопаю дверьми.
36. Я никогда не любил драться.
37. Я бываю грубоват с людьми, которые мне не нравятся.
38. Если в транспорте мне отдали ногу, я про себя ругаюсь всякими словами.
39. Я всегда осуждаю родителей, бьющих своих детей только потому, что у них плохое настроение.
40. Лучше убедить человека, чем принуждать его физически.

### **Ключ к тесту**

#### **Склонность к прямой вербальной агрессии:**

- Ответы «Да» на вопросы: 1,5,9,13,17,21,37.
- Ответы «Нет»: 25, 29, 33.

#### **Склонность к косвенной вербальной агрессии:**

- Ответы «Да» на вопросы: 2,6,10,14,18,30,34,38.
- Ответы «Нет»: 22, 26.

#### **Склонность к косвенной физической агрессии:**

- Ответы «Да» на вопросы: 7,11,15,27,35.
- Ответы «Нет»: 3,19,23,31,39.

#### **Склонность к прямой физической агрессии:**

- Ответы «Да» на вопросы: 8, 12, 16, 20, 32.
- Ответы «Нет»: 4, 24, 28, 36,40.

За каждое совпадение с ключом начисляется 1 балл.

**Методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А.**

**Дарки**

Адаптация А. К. Осницкого

Прочитывая или прослушивая зачитываемые утверждения, примеряйте, насколько они соответствуют вашему стилю поведения, вашему образу жизни, и отвечайте одним из четырех возможных ответов: «ДА», «ПОЖАЛУЙ, ДА», «ПОЖАЛУЙ, НЕТ», «НЕТ».

1. Временами не могу справиться с желанием навредить кому-либо.
2. Иногда могу посплетничать о людях, которых не люблю.
3. Легко раздражаюсь, но легко и успокаиваюсь.
4. Если меня не попросить по-хорошему, просьбу не выполню.
5. Не всегда получаю то, что мне положено.
6. Знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если не одобряю поступки других людей, даю им это почувствовать.
8. Если случается обмануть кого-либо, испытываю угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Никогда не раздражаюсь настолько, чтобы разбрасывать вещи.
11. Всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Когда установленное правило не нравится мне, хочется нарушить его.
13. Другие почти всегда умеют использовать благоприятные обстоятельства.
14. Меня настораживают люди, которые относятся ко мне более дружелюбно, чем я этого ожидаю.
15. Часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь ударит меня, я не отвечу ему тем же.
18. В раздражении хлопаю дверьми.

19. Я более раздражителен, чем кажется со стороны.
20. Если кто-то корчит из себя начальника, я поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Думаю, что многие люди не любят меня.
23. Не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Увиливающие от работы должны испытывать чувство вины.
25. Кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю вижу кого-нибудь из тех, кто мне не нравится.
30. Довольно многие завидуют мне.
31. Требую, чтобы люди уважали мои права.
32. Меня огорчает, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их щелкнули по носу.
34. От злости иногда бываю мрачным.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не огорчаюсь.
36. Если кто-то пытается вывести меня из себя, я не обращаю на него внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если злюсь, не прибегаю к сильным выражениям.
40. Хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Обижаюсь, когда иногда получается не по-моему.
43. Иногда люди раздражают меня своим присутствием.

44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
46. Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему все, что о нем думаю.
47. Делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если разозлюсь, могу ударить кого-нибудь.
49. С десяти лет у меня не было вспышек гнева.
50. Часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
52. Всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда кричат на меня, кричу в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Дерусь не реже и не чаще других.
56. Могу вспомнить случаи, когда был настолько зол, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда чувствую, что жизнь со мной поступает несправедливо.
59. Раньше думал, что большинство людей говорит правду, но теперь этому не верю.
60. Ругаюсь только от злости.
61. Когда поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда выражаю свой гнев тем, что стучу по столу.
64. Бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.

66. Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.

67. Часто думаю, что живу неправильно.

68. Знаю людей, которые способны довести меня до драки.

69. Не огорчаюсь из-за мелочей.

70. Мне редко приходит в голову мысль о том, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.

71. Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение.

72. В последнее время я стал занудой.

73. В споре часто повышаю голос.

74. Стараюсь скрывать плохое отношение к людям.

75. Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

При обработке данных в обычных условиях ответы «ДА» и «ПОЖАЛУЙ, ДА» объединяются (суммируются как ответы «да»), так же как и ответы «НЕТ» и «ПОЖАЛУЙ, НЕТ» (суммируются как ответы «нет»).

### **КЛЮЧ**

для обработки результатов испытания по опроснику

«2». ВЕРБАЛЬНАЯ АГРЕССИЯ (к=8): 7+, 15+, 23+, 31+, 39-, 46+, 53+, 60+, 66-, 71+, 73+, 74-, 75-.

«3». КОСВЕННАЯ АГРЕССИЯ (к=13): 2+, 10+, 18+, 26-, 34+, 42+, 49-, 56+, 63+.

«4». НЕГАТИВИЗМ (к=20): 4+, 12+, 20+, 28+, 36-.

«5». РАЗДРАЖЕНИЕ (к=9): 3+, 11-, 19+, 27+, 35-, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+.

«6». ПОДОЗРИТЕЛЬНОСТЬ (к=11): 6+, 14+, 22+, 30+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-.

«7». ОБИДА (к=13): 5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.

«8». ЧУВСТВО ВИНЫ (к=11): 8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+.

Номера вопросов со знаком «—» требуют и регистрации ответа с противоположным знаком: если был ответ «ДА», то мы его регистрируем как ответ «Нет», если был ответ «Нет», регистрируем как ответ «ДА». Сумма баллов, умноженная на коэффициент, указанный в скобках при каждом параметре агрессивности, позволяет получить удобные для сопоставления — нормированные — показатели, характеризующие индивидуальные и групповые результаты (нулевые значения не просчитываются).

А. Басс и А. Дарки предложили опросник для выявления важных, по их мнению, показателей и форм агрессии:

1. Использование физической силы против другого лица - ФИЗИЧЕСКАЯ АГРЕССИЯ.

2. Выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание словесных обращений к другим лицам (угроза, проклятия, ругань) — ВЕРБАЛЬНАЯ АГРЕССИЯ.

3. Использование окольным путем направленных против других лиц сплетен, шуток и проявление ненаправленных, неупорядоченных, взрывов ярости (в крике, топании ногами и т. п.) — КОСВЕННАЯ АГРЕССИЯ.

4. Оппозиционная форма поведения, направленная обычно против авторитета и руководства, которая может нарастать от пассивного сопротивления до активных действий против требований, правил, законов, — НЕГАТИВИЗМ.

5. Склонность к раздражению, готовность при малейшем возбуждении излиться во вспыльчивости, резкости, грубости - РАЗДРАЖЕНИЕ.

6. Склонность к недоверию и осторожному отношению к людям, проистекающим из убеждения, что окружающие намерены причинить вред, — ПОДОЗРИТЕЛЬНОСТЬ.

7. Проявления зависти и ненависти к окружающим, обусловленные чувством гнева, недовольства кем-то именно или всем миром за действительные или мнимые страдания, - ОБИДА.

8. Отношение и действия по отношению к себе и окружающим, проистекающие из возможного убеждения самого обследуемого в том, что он является плохим человеком, поступает нехорошо: вредно, злобно или бессовестно, - АУТОАГРЕССИЯ, или ЧУВСТВО ВИНЫ.

Опросник не свободен от мотивационных искажений (например, в связи с социальной желательностью). Требуется дополнительной проверки на надежность полученных результатов (либо с помощью ретеста, либо с помощью других методик). Применение данного опросника в работе с учащимися школы (с шестого класса и выше) и при работе с учителями (предметниками и проходящими подготовку по специальности «практический психолог») было достаточно диагностичным и конструктивным для последующей коррекционной работы.

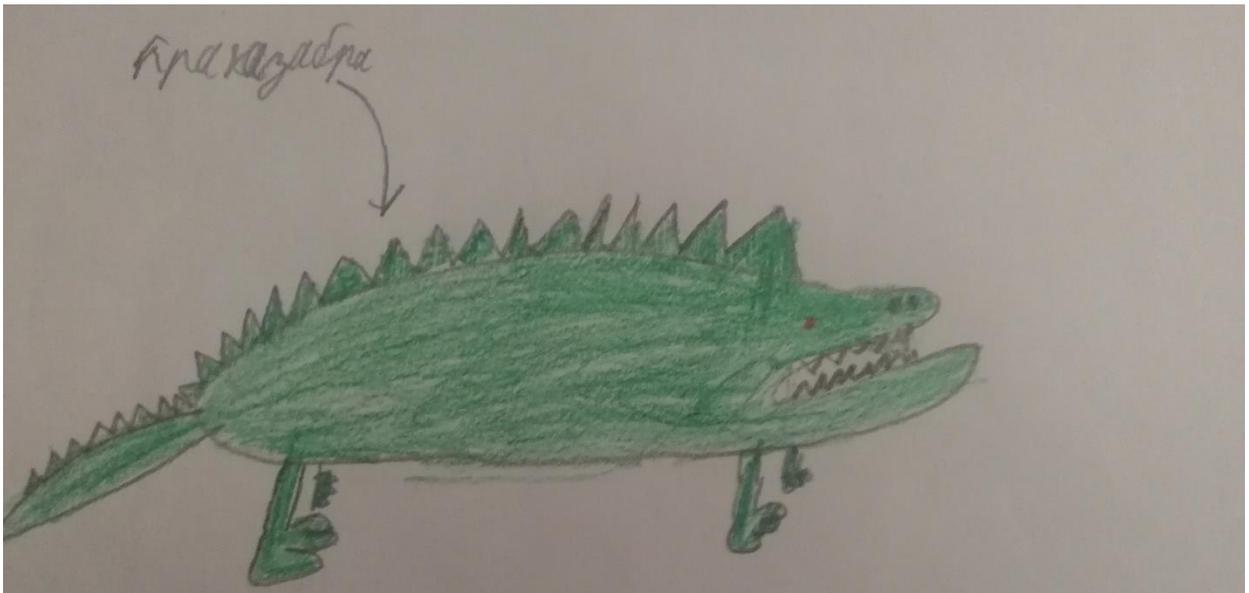




Спинауро - гуи



Анагадупа





Благоприятная семейная ситуация



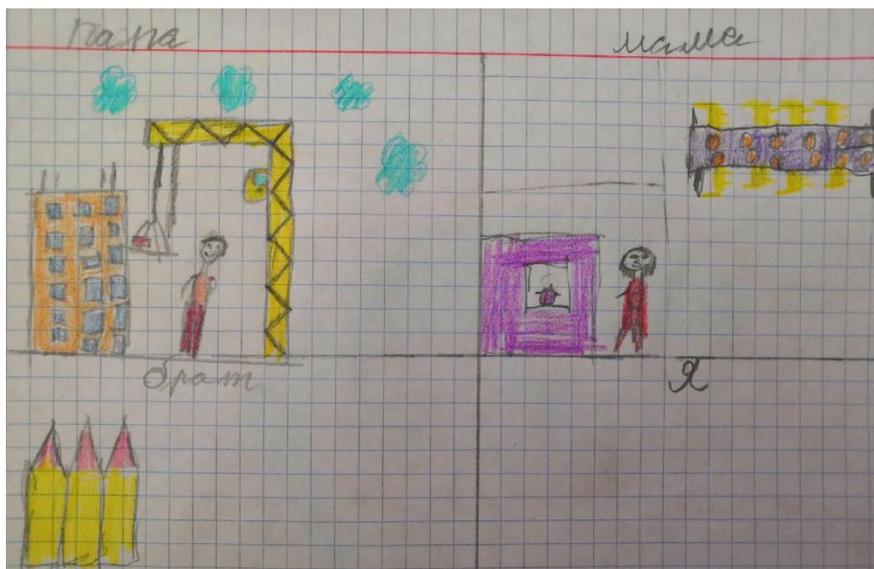
# Тревожность



# Конфликтность в семье



## Чувство неполноценности в семейной ситуации



## Враждебность в семейной ситуации



### Конспект занятия № 1

Ход занятия:

1. Приветствие 10 минут (все представляются друг другу по именам, обсуждение правил поведения на занятиях).

2. Упражнение - разминка: «Маска» 20 минут. Все участники знакомятся с набором масок эмоций и предлагают свои варианты вербального наименования чувств, которые они отображают. Далее маски раскладывают по экспрессивности проявлений эмоций человека в той или иной ситуации.

3. Упражнение «Спутанные цепочки» 20 минут Все встают в круг, закрывают глаза, вытягивают правую руку вперед, соприкоснувшись с рукой другого человека, сцепляются. Затем тоже делают левой рукой. Необходимо, чтобы у каждого одна рука держалась только за одну руку другого. Затем все открывают глаза и начинают распутываться, не размыкая рук. Разрешается изменять положение кисти рук, чтобы не было травм, но не расцеплять их.

4. Рефлексия (обсуждение правил работы в группе). 5 минут

5. Упражнение «Ладонь в ладонь» 15 минут. Группа разбивается на пары и, прижимая ладони, друг к другу, передвигается по воображаемому пути препятствий, необходимо выполнять все инструкции ведущего, не размыкая ладоней. - Вы отправляетесь в путь. Но вам будут не легко, так как у вас ладони приклеились друг к другу, вы не можете их разъединить. По дороге вам попадается большая яма, которую необходимо преодолеть, а вот с права от вас коряга, которая не пускает вперед и обойти ее невозможно, вы сообщать пытаетесь ее обогнуть и помочь друг другу пройти мимо нее. Внимание, перед вами мостик, он очень шаткий, но вам предстоит по нему пройти, дощечки узкие, и необходимо аккуратно идти по нему, перила давно прогнили, будьте внимательны. Тропинка ведет вас вперед к реке. Река, только энергичными совместными махами руками, как в стиле «кровать», вы можете ее преодолеть. И вот вы переплыли реку. Поляна, здесь вы можете отдохнуть в тени деревьев, но для этого вам надо присесть...Теперь вам пора возвращаться, и, первое, что вы делаете, - встаете, помогая друг другу, на вашем пути река..., тропинка..., мостик..., снова коряга, яма. Вот вы снова здесь. Сейчас можно опустить руки и сесть на свои места.

6. Рефлексия 5 минут. Особое внимание уделяется тому, насколько легко или трудно было преодолевать те или иные препятствия сообща. В конце рефлексивного круга ведущий предлагает участникам поблагодарить друг друга кивком головы.

7. Живое зеркало 15 минут. Участники объединяются в тройки. Включается музыка, и один человек из каждой тройки начинает совершать под нее любые движения, которые ему хочется. Два других участника выступают в роли «живого зеркала» — повторяют все его движения. Потом роли меняются, так чтобы в активной позиции побывал каждый из участников.

8. Медитативная техника 20 минут. Медитативная техника затрагивает все структуры психики человека, связанные с мышлением, воображением, восприятием, вниманием, волей, памятью, эмоциями и т.д. Изменения в психической сфере связаны с биохимическими и физиологическими изменениями. Медитирующий слегка прикрывает глаза, направляет взгляд, например, на кончик носа, или к межбровному пространству. Объектом концентрации чёрная точка на белом фоне, это стимулирует все центры в мозге посредством черепных и спинальных нервных центров. Концентрация на одной точке позволяет отвлечься от всех остальных ощущений, что приводит к расслаблению всего тела. с практикой достигается слияние своего сознания с высшим сознанием, когда «я» растворяется во всём. Благодаря этой практике медитирующий развивает ассоциативные связи, контроль над психикой и физиологией.

9. Рефлексия. Беседа о сложностях работы в группе, пожелания к следующему занятию.

## **Конспект занятия № 2**

Ход занятия:

1. Приветствие. Все приветствуют друг друга по именам, обсуждение прошлого занятия.

2. Групповая игра «Циферблат» 15 минут. Участники, сидящие в кругу, образуют «циферблат часов» — каждый из них соответствует определенной цифре. Проще всего, если участников 12 — тогда каждому соответствует одна цифра. При другом числе играющих кому-то придется изображать 2 цифры или, наоборот, на какие-либо цифры придется по 2 человека. Это несколько осложнит игру, но и сделает ее более интересной. После этого кто-нибудь заказывает время, а «циферблат» его показывает — сначала встает и хлопает в ладоши тот, на чью цифру пришлось показание часовой стрелки, затем — минутной. Первые 1-2 заказа времени может сделать ведущий, потом — каждый из участников по кругу. Смысл упражнения Тренировка внимания, включение участников в активное групповое

взаимодействие. Обсуждение. Краткий обмен впечатлениями, а также соображениями о том, какие качества развиваются в этой игре и для чего они нужны.

3. Техника РЭТ. Рационально-эмотивное воображение. 45 минут Описание. Группа должна вообразить трудную ситуацию и свои чувства в ней. Затем предлагается изменить самоощущения в ситуации и посмотреть, какие изменения в поведении это вызовет. Рефлексия (обсуждение чувств, эмоций)

4. Игра «Сотворение мира» 35 минут. Эта игра помогает участникам, более глубоко узнать себя, также облегчает процесс адаптации во время поиска новой работы, определить свои цели, а также видение того процесса, которого они хотели бы достичь.

Игра довольно простая и очень полезная. Для нее необходимы ватман, ножницы и клей, фломастеры. 1. Вначале ведущий очерчивает на ватмане границы и очертания воображаемого мира. После «сотворения мира» ведущий разрезает ватман на количество частей равное количеству участников. Затем все части перемешиваются и раздаются участникам игры. Каждый кусочек – это часть сотворенного мира.

Задание следующее:

придумать описание «маленького мира», который вам достался

придумать необходимые названия

выделить отличительные особенности

обозначить для своего маленького мира государственный строй

определиться с ресурсами и торговлей

указать численность и занятость населения (виды деятельности, самые высокооплачиваемые и востребованные профессии)

описать перспективы развития труда

придумать традиции государства (символика, менталитет, требования к иностранцам для нахождения на территории государства)

2. Каждая группа представляет свое описание мира, акцент идет на перспективы развития относительно трудовой деятельности, установление партнерских отношений, а также принятие эмигрантов, таким образом, участники группы понимают, чего они хотят достичь для себя, каких условий и в какой сфере деятельности они хотят работать.

3. По окончании обсуждения подводятся итоги профориентационной игры, участники обсуждают объединение своих государств в нечто целостное и динамичное, также обсуждаются перспективы развития, аспект ответственности каждого государства за общую

систему. Это помогает человеку понять, что для успешной работы необходимо будет брать на себя большую ответственность, а также необходимо развиваться, если есть возможность.

5. Рефлексия. Обсуждение результатов занятия, пожелания к следующему занятию.

### **Конспект занятия № 3**

Ход занятия:

1. Приветствие. Все участники приветствуют друг друга по именам, обсуждение прошлого занятия.

2. Групповая свободная дискуссия. 1 час Тема: «Правонарушения» Предисловие: «Ребята, большую часть дня вы находитесь в школе, а после занятий возвращаетесь домой. У вас свободное время, рядом нет воспитателя, учителя, которые контролируют ваше поведение и как показывают факты, большинство правонарушений дети совершают в свободное от школы время. Ежегодно растёт количество правонарушений, совершаемых несовершеннолетними. Школьники с противоправным поведением имеют, как правило, довольно низкий уровень нравственно-правовой культуры. Вот почему особое внимание в профилактической работе должно уделяться формированию правовой культуры детей.»

Психолог предлагает участникам группы поделиться противоправным примером, мотивами совершения преступления. Далее участники группы обсуждают, почему совершённые действия являются противоправными и как можно с этим справиться.

3. Групповая игра "Картина на память" 15 минут. На общем ватмане каждый своим фломастером вносит вклад в общую картину на память.

4. Метод идентификации и коррекции дисфункциональных мыслей. 30 минут. Психолог просит каждого участника группы написать на листке бумаги тезис или убеждение, на тему правонарушения, затем каждый из участников зачитывает написанное, а психолог формулирует вопрос таким образом, чтобы подвергнуть сомнению это убеждение, например: «Является ли данное убеждение разумным?»

5. Рефлексия. На протяжении всего занятия используется метод жетонного подкрепления.

## Конспект занятия № 4

Ход занятия:

1. Приветствие. Каждый участник группы приветствует друг друга по имени, обсуждают предыдущие занятия.

2. Метод «наводнение» 35 минут

Всем участникам группы предлагается представить ситуацию группового правонарушения, например, кражи. Психолог по возможности усугубляет ситуацию, нагнетая страх на участников группы. После проигрывания ситуации психолог и все участники обсуждают итоги проигрывания и страхи, вызванные этой ситуацией.

4. Рефлексия.

## Конспект занятия № 5

Ход занятия:

1. Приветствие. Каждый участник группы приветствует друг друга по имени, обсуждают предыдущие занятия.

2. Психологическая игра «Симпатия группы» 20 минут. Описание Каждый из участников получает минуту времени для того, чтобы выступить перед группой. Выступление осуществляется в произвольной форме — это может быть устная речь, небольшая актерская роль, демонстрация каких-либо спортивных умений и т. п. Ставится лишь одна задача — вызвать с помощью этого выступления симпатию группы. Потом каждый участник оценивает выступления баллами от 1 до 5, описывая, насколько участник вызвал его симпатию. Это делается письменно, на небольших листочках бумаги. Когда все выступления завершены, ведущий собирает эти листочки и вычисляет сумму баллов, набранных каждым выступающим, и называет, 3- 5 участников, набравших наивысший балл. Полностью озвучивать список не рекомендуется, так как это может оказаться дискомфортно; для участников, набравших недостаточно высокие баллы.

Смысл упражнения. Тренировка навыков самопрезентации, развитие речевой компетентности, тренировка сообразительности. Материал для обсуждения, с чем связаны наши симпатии и антипатии в отношениях.

Обсуждение. Какой смысл мы вкладываем в слово «симпатия»? Что общего между выступлениями, оцененными наиболее высоко?

3. Групповая дискуссия на тему: «Взаимоотношения с окружающими – права и обязанности».

4. Фиксация внимания на противоречиях в суждениях конкретных лиц, высказанных на различных этапах выступления или дискуссии, используется для дискредитации их позиции в целом. При недобросовестном ведении дискуссии противоречивость суждений может быть инспирирована за счет незначительного изменения в формулировках, их расширенной трактовки, использования в изложении позиции оппонента механизмов вариативной интерпретации действительности, что позволяет сместить акценты и фактически подменить суждение.

5. Рефлексия.

### **Конспект занятия № 6**

1. Приветствие. Все члены группы приветствуют друг друга по имени, обсуждают прошлые занятия.

2. Упражнение «Я мыслю» 15 минут. Анализируете ли вы свои мысли? Что вы мысленно говорите себе? Бывают ли споры «внутри вас»? Что вы в мыслях желаете себе? Наши мысли — это мы сами. Что вы говорите «про себя», то и сбывается. Контролируйте свои мысли.

3. Упражнение «Я чувствую» 15 минут. Все наши чувства — это наш личный опыт, и мы вправе выбирать их сами! Какие чувства и эмоции вам нравятся? Какие доставляют приятные ощущения? Чувствовать себя спокойно, уверенно, комфортно — это же так прекрасно! Выбирайте положительные чувства и эмоции.

4. Обучение методу формирования стратегии самоконтроля и обучение самонаблюдению. 35 минут. Метод формирования стратегии самоконтроля. При этом первоначально клиента обучают самонаблюдению за собственным поведением. Самонаблюдение повышает уровень осознания и самоконтроля. После развития навыков самонаблюдения переходят к формированию самоконтроля. Существуют две основные стратегии самоконтроля, которыми могут воспользоваться клиенты. Во-первых, клиенты могут попытаться изменить окружающую среду (контроль стимула) в соответствии со своими целями до совершения действий. Во-вторых, клиенты могут награждать себя после совершения действий, способствующих достижению цели, используя положительное самоподкрепление.

5. Упражнение «Чего я стыжусь?» 30 минут. Что мешает человеку разумно жить? Чего вы в жизни стыдитесь? Бывает ли вам стыдно за себя? Когда? «Делающий постыдное должен прежде всего стыдиться самого себя» (Демокрит). Обсуждение ответов участников группы на поставленные вопросы. ТВОРЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ: Попробуйте составить крылатые выражения, небольшие стихи о тех недостатках и пороках, которые лишают человека разума. Например: злобность, зависть, глупость, трусость, жадность, черствость, равнодушие, лживость и т. п.

6. Рефлексия.

### Конспект занятия № 7

Ход занятия:

1. Приветствие. Все участники группы приветствуют друг друга по имени, обсуждают прошлые занятия.

2. Деловая игра «Путешествие на воздушном шаре» 25 минут. Цель деловой игры: дать возможность наблюдать в группе процессы, происходящие при обсуждении и принятии коллективного решения. Предложите участникам игры выбрать себе профессию:(врач, инженер, учитель, художник, и т. д. Одного участника попросите быть наблюдателем). Всем участникам игры предлагается представить, что они оказались членами одного экипажа на воздушном шаре. Шар начинает падать и остается совсем немного времени до того момента, когда он упадет в море. Чтобы этого не произошло, кто - то должен выпрыгнуть из корзины. Группа должна принять общее решение о том, кто прыгнет из корзины, исходя из того, кто из них будет менее полезен, если воздушный шар приземлится на необитаемом острове. После завершения дискуссии происходит оценка работы группы. Эксперт докладывает свои наблюдения о ходе дискуссии: использование веских доводов, аргументов в защиту “своей” профессии, умение выслушивать друг друга, “авторитарные манеры” и т. д.

3. Медитативная техника 25 минут. Медитативная техника затрагивает все структуры психики человека, связанные с мышлением, воображением, восприятием, вниманием, волей, памятью, эмоциями и т.д. Изменения в психической сфере связаны с биохимическими и физиологическими изменениями. Медитирующий слегка прикрывает глаза, направляет взгляд, например, на кончик носа, или к межбровному пространству.

Объектом концентрации чёрная точка на белом фоне, это стимулирует все центры в мозге посредством черепных и спинальных нервных центров. Концентрация на одной точке

позволяет отвлечься от всех остальных ощущений, что приводит к расслаблению всего тела. с практикой достигается слияние своего сознания с высшим сознанием, когда «я» растворяется во всём. Благодаря этой практике медитирующий развивает ассоциативные связи, контроль над психикой и физиологией.

4. “Тренировка эмоциональной устойчивости” 20 минут. Участники разбиваются по парам и садятся лицом друг к другу, как можно ближе. Упражнение выполняется в три этапа: Участники закрывают глаза. Им дается ограничение: запрещаются любые движения телом и даже лицом.

Ведущий: “Настройтесь на тишину и покой в вашей душе и в вашем теле”. После того, как эмоциональная устойчивость на предыдущем этапе сформировалась, задание усложняется: “Теперь вы будете неподвижно сидеть, но с открытыми глазами. При этом вы смотрите на глаза своего партнера и стараетесь сохранять свое спокойствие”. После этих подготовительных упражнений в каждой паре один из участников выбирает себе роль тренера. Задача тренера – рассмешить или как-то еще поколебать эмоциональное равновесие. Если ему это удастся, он замолкает и ждет, пока партнер не восстановит утраченное равновесие. Затем упражнение продолжается, при этом важно, чтобы тренер снова повторил то, что вывело его партнера из равновесия. Многократное повторение формирует устойчивость к этому раздражителю. Затем участники меняются ролями, и так – несколько раз.

5. Рефлексия. Подведение итогов коррекционной программы, все участники делятся своими эмоциями, приобретённым опытом и планами на будущее.

## **Конспект занятия № 8**

Ход занятия:

1. Приветствие. Все участники группы приветствуют друг друга по имени, обсуждают прошлые занятия.

2. Изотерапия.

Упражнение «Волшебная планета»

Инструкция. Ведущий предлагает представить, что каждый из участников - существо с далекой волшебной планеты.

Вопросы: Каким существом ты бы хотел быть? Как ты выглядишь? Ты мягкий или жесткий, добрый, злой, спокойный, очень шумный? Какого ты цвета?

Каждому участнику предлагается нарисовать себя в виде инопланетянина или любого существа (5-10 минут). Затем дети показывают друг другу свои рисунки и обсуждают их, давая характеристику (5 минут). Затем дети изображения вырезают и приклеивают на лист ватмана с изображением «Волшебной планеты» (заселение планеты).

Беседа с участниками о том, что нужно жителями волшебной планеты, чтобы жить хорошо и развиваться. Обсуждение, что нужно детям для развития и счастья.

3. Релаксационное упражнение «Волшебное путешествие» с использованием панно «Звездное небо» в сопровождении спокойной музыки.

Рефлексия. Участникам предлагается рассказать о том, что полезного себя они взяли бы с собой с этой волшебной планеты. Какие ощущения от общения они получили.

4. Упражнение: «Звездочка настроения»

Участникам предлагается оставить рядом с волшебной планетой свою звездочку настроения и вспомнить, что по правилам каждый цвет звездочки означает.

5. Рефлексия. Подведение итогов коррекционной программы, все участники делятся своими эмоциями, приобретённым опытом и планами на будущее.

### Конспект занятия № 9

Ход занятия:

1. Приветствие.

2. Ведущий читает рассказ Л. Толстого «Солнце и ветер».

«Поспорили солнце и ветер, кто из них сильнее. По степи ехал путник, и ветер сказал: «Кто сумеет снять с этого путника плащ, тот и будет признан сильнейшим», И вот стал ветер дуть, очень старался, со всей силой и злостью сорвать плащ, а добился того, что путник лишь сильнее закутался в свой плащ. Тогда выглянуло солнце и согрело путника своими лучами. И путник .....».

(участники сами заканчивают легенду)

После законченного предложения задаются вопросы:

Кто выиграл в этом споре и почему?

Всегда ли можно добиться своего силой и агрессией?

Как еще можно добиться своего? (участники высказывают свои предложения).

3. Упражнение в паре «Разожми кулак» - необходимо разжать кулак партнера.

По окончании упражнения ведущий предлагает участникам рассказать каким способом достигнут результат (сила или просьба)

#### **4. Упражнение «Мои трудности в школе и дома»**

«Я злой и агрессивный, когда...» (предлагается закончить).

В дальнейшем предлагается вспомнить какую-либо ситуацию из своей жизни, когда они чувствовали себя злыми, а окружающим от этого было очень тяжело, обидно.

Вывод: все люди иногда бывают злыми и раздраженными, но можно научиться «сбрасывать» свое раздражение, не задевая окружающих людей.

Далее необходимо показать детям о возможных эффективных способах разрядки раздражения и предлагает научить выходить из такого состояния.

#### **5. Упражнение: «Физкультминутка»**

- Дать физический выход своей энергии (побегать, попрыгать, потопать ногами, сделать какие-либо физические упражнения, и т.д.)

#### **6. Упражнение: «Предметы - помощники»**

- Сместить энергию раздражения на какой-либо предмет (побить боксерскую грушу, разминать пластилин, поиграть в мяч, и т.д.)

#### **7. Упражнение: «Могу успокоиться сам»**

- Переключиться на какую-либо деятельность, вызывающую удовольствие, интерес (послушать любимую музыку, порисовать песком, придумать что-нибудь веселое).

Ведущий предлагает разучить специальные техники дыхания:

#### **8. Упражнение «Подышим»**

- Глубоко вдохнуть, задержать дыхание (сосчитать до 5), затем выдохнуть и расслабиться.

- Глубоко вдохнуть, сжать тело, насколько возможно, затем выдохнуть и расслабить мышцы от макушки до ступни.

**Релаксация:** Упражнение «Ночное небо» с использованием потолочного, настенного панно «Звездное небо».

**9. Рефлексия.** Ведущий предлагает рассказать о том, что они чувствовали во время выполнения упражнений, для этого необходимо вспомнить упражнения помощники, которые они могут использовать для себя, чтобы научиться контролировать свои чувства в поведении и общении.

Упражнение: «Цвет моего настроения». Предлагается поставить в вазу тот цветок, который по цвету подходит его настроению после занятия.

### Конспект занятия № 10

1. Традиционный ритуал приветствия.

2. Упражнение «Стаканчик для крика»

Ведущий раздает детям стаканчики и говорит, что если они сейчас возмущены, взволнованы, разозлены и не в состоянии говорить спокойно, можно покричать внутрь стаканчика. Пока в руках этот стаканчик, можно кричать и визжать в него столько, сколько угодно. Но когда стаканчик отставляем в сторону, то начинаем разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая произошедшее. (Для других нужд эти стаканчики не используются, в них хранятся «наши кричалки, наш гнев и раздражение»)

3. Игра «Мое настроение».

Детям предлагается сесть удобнее, закрыть глаза, расслабиться

Представьте, что вы слушаете любимую музыку. Вам приятно, весело, хорошо, радостно, вы улыбаетесь, смеётесь. Ваши чувства положительные. (Предлагается детям показать мимикой свои положительные эмоции).

А теперь представьте, что вам кто-то мешает. Вы испытываете раздражение, обиду, можете заплакать. А кто-то может закричать, ударить, кинуть предмет... (дать подумать о других проявлениях и действиях). Предложить участникам обыграть данный сюжет в парах. После каждого проигранного сюжета необходимо обсудить действия и проявления. Совместно проанализировать и найти эффективный и продуктивный способ выхода из агрессивного состояния.

Ведущий предлагает вспомнить и показать каждому участнику знакомые техники на дыхание, упражнения с предметами. Все упражнения повторяются по 1 разу.

4. Упражнения и техники на формирование умений мышечного расслабления.

Упражнение: «Штанга» (на формирование умений мышечного расслабления).

Дети представляют и эмитируют, что поднимают тяжелую штангу. Потом резко бросают ее. Отдыхают (расслабление).

Упражнение: «Кулачок».

Детям предлагается взять в руки какой-нибудь мелкий предмет и сжать кулачок крепко-крепко. Подержав кулачок сжатым, они раскрывают его, рука расслабляется.

Упражнение способствует формированию умения мышечной релаксации и смещения агрессии.

Упражнение: «Черепахи»

Ведущий: «Что делает черепаха, когда она испугана, или ей грустно? - Она втягивает голову и ноги в панцирь. Давайте теперь представим, что мы черепахи и что-то нас испугало, или расстроило. И мы сжимаемся, сжимаем кулаки. И больно становится нашим мышцам. А потом очень тихонько начинаем расслабляться». (Когда выполняется это упражнение несколько раз, то почувствуется разница между сильно напряженными и расслабленными мышцами).

5.Игра «Ромашка».

Подросткам предлагается заготовка ромашки, на лепестках которой написано: «Я радуюсь, когда...» и «Я раздражаюсь и злюсь, когда...», на лепестках дети пишут события, вызывающие радость и агрессию.

6.Рефлексия.

## Конспект занятия № 11

1.Традиционный ритуал приветствия.

2.Беседа: «Что такое хорошо, что такое плохо».

Инструкция. Предложить рассказать о том, что чувствует человек, когда ему плохо и когда хорошо и как он ведет себя в разных ситуациях.

*Ведущий задает вопросы:* Какие эмоции вам известны? Что происходит с вами, когда вы чувствуете радость, грусть, беспокойство, злость, агрессию, тревогу, раздражение? Где в теле вы чувствуете свою.....?(злость, агрессию, раздражение и т.д.) По каким признакам вы догадываетесь о чувствах, которые испытывают другие люди? Ответы участников, обсуждение.

3.Этюды. Психогимнастические упражнения сопровождаются музыкой разного темпа у зеркала.

Этюд: «Цветок (чувство радости)»

Ведущий произносит: Теплый луч света упал на землю и согрел в земле семечко. Семечко проросло - дети медленно приподнимаются

Из ростка вырос прекрасный цветок. – встают

Нежиться цветок на солнце, подставляет теплу и свету голову и тянется в след за солнцем - тянутся на носочках, руки поднимают вверх.

Этюд: «Гнев тигра (гнев, агрессия, злость)»

Тигр поймал добычу и лакомился ей. Вдруг рядом оказался лев. Тигру это не понравилось, он зарычал и кинулся на льва (покажи, как).

(Анализ упражнений, где делается акцент на том, что от плохих чувств зависит наше настроение. Для того, чтобы настроение было хорошим можно научиться освобождаться от плохих чувств.

Упражнения на освобождение от плохих чувств:

-Сжимать пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, одновременно сжимать кулак с усилием. Затем, ослабив сжатие кулака, делают вдох. Повторить следует 5 раз. Если выполнять упражнение с закрытыми глазами, то эффект удваивается. Упражнение помогает также в точном запоминании важной информации.

-Слегка массировать кончик мизинца.

Упражнения с предметами:

-Двумя грецкими орехами делать круговые движения в каждой ладони.

-Положить грецкий орех на кисть руки со стороны мизинца (на ладони) и ладонью другой руки слегка нажимать и делать орехом круговые движения. (3 мин.)

-«Откройте рот, выпустите стресс». Открыть рот и вращать челюстью слева направо (т.к. при напряжении человек стискивает зубы). Если Вам удастся расслабить эти мышцы путем вращения челюсти - чувство напряжения уменьшается.

4.Изотерапия: «Рисуем настроение и чувства»

В этом упражнении дети представляют свои чувства с помощью простых линий, форм, цвета. Это важный шаг на пути к осознанному управлению своим внутренним миром.

Ведущий разговаривает с участниками о том, какие чувства и настроение они испытывают.

Инструкция. «Надо нарисовать ваше настроение. При этом рисунок должен быть абстрактным нельзя рисовать людей, необходимо передать свое состояние через предметы, линии, цвет».

На первом листе рисуем настроение, когда вы злые, раздраженные, агрессивные (5 минут).

Второй рисунок должен быть на тему: «У меня хорошее настроение, я спокойный, веселый...» ( 5 минут).

Последний рисунок посвящен ответу на вопрос «Какое чувство ты бы хотел испытывать почаще?» (5 минут).

Затем дети по очереди показывают свои рисунки и комментируют их, пытаясь словам описать выраженные на бумаге чувства.

Полезно также обсудить, почему для характеристики своего поведения использовались те или иные предметы, линии или цвета.

В заключение дети могут попытаться выразить чувства с помощью мимики и пантомимики.

5.Рефлексия.

### **Конспект занятия № 12**

1.Традиционный ритуал приветствия.

2.Игра «Как разрешить ссору».

Ведущий напоминает о том, что мы живем на волшебной планете, и с каждым днем она становится все краше. Звучит спокойная музыка.

Ведущий говорит подросткам о том, что каждый человек время от времени попадает в конфликтные ситуации: с кем- то ссорится, получает незаслуженные обвинения. Каждый по - своему выходит из таких ситуаций – кто-то обижается, кто-то «дает сдачи», кто-то пытается найти правильное решение. Как же правильно разрешить ссору?

Детям предлагается вспомнить и разыграть ситуацию ссоры. Один участник обиженный, а другой обидчик. Остальные участники предлагают возможные способы разрешения ссоры. Ведущий напоминает, что можно вспомнить знакомые упражнения на дыхание и на расслабление.

3. Релаксационные упражнения. Звучит спокойная музыка.

- Глубоко вздохнуть, задержать дыхание (сосчитать до 5), затем выдохнуть и расслабиться.

-Глубоко вздохнуть, сжать тело, насколько возможно, затем выдохнуть и расслабить мышцы от макушки до ступней.

-Сделай это ещё раз и попробуй улыбнуться шире.

Упражнение «Уходи, злость!»

Ведущий: Напрягите тело, глубоко вздохните, затем начните медленно выпускать воздух и расслабляться. Затем представьте человека, который вас разозлил. Напрягитесь, задержите дыхание, а затем прочувствуйте, как весь тот гнев, который в вас, медленно уходит, вытекает. Вот вы сейчас стоите в луже своего гнева. Уйдите из этой лужи, оставьте ее там, на полу»

Упражнение: «Кулачок»

Детям предлагается взять в руки какой-нибудь мелкий предмет и сжать кулачок крепко-крепко. Подержав кулачок сжатым, они раскрывают его, рука расслабляется. Упражнение способствует формированию навыка мышечной релаксации и смещения агрессии.

Упражнение: «Игра с песком».

Набрать в руки воображаемый песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержка, дыхания). Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы (на выдохе). Стряхивать песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела: лень двигать тяжелыми руками.

Упражнение: «Игра с муравьем».

Предлагается представить, что на пальцы ног залез муравей и бегаем по ним. С силой натянуть носки на себя, ноги напряженные, прямые (на вдохе). Оставить носки в этом положении, прислушаться, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Мгновенным снятием напряжения в стопах сбросить муравья с пальцев ног (на выдохе). Носки идут вниз - в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают.

4.Игра «Письмо соседу».

Детям предлагается поделиться на пары. Необходимо дописать заготовку письма своему соседу: «Здравствуй, друг! Хочу сказать тебе, что ты... ». После окончания письма предложить обменяться посланиями.

5.Рефлексия.

### Конспект занятия № 13

1.Традиционный ритуал приветствия.

Ведущий предлагает на волшебной планете отпустить рыбок в чудо озеро.

2.Упражнение: «Цвет моего настроения».

Отслеживание эмоционального состояния участников. Предложить запустить в озеро разноцветных рыбок. каждый участник должен выбрать рыбку по цвету ту которая соответствует его настроению.

### 3. Упражнение «Я счастлив»

Детям предлагается по очереди продолжить фразу: «Я счастлив, когда...»

Обсуждение.

Предложить участникам поговорить о том, как они могут выработать собственную позицию по отношению к неизбежным жизненным проблемам: как можно самим стараться быть спокойным, счастливым, избегать проблем, используя знакомые упражнения и игры.

### 4. Релаксация. «Морское путешествие»

Использовать счет от 1-го до 10-ти для погружения в состояние покоя расслабленности и от 10-ти до 1-го для плавного выхода из этого состояния.

В релаксационном упражнении применяется спокойная музыка, звучание водопада, моря, пение птиц.

### 5. Рефлексия.

## Конспект занятия № 14

### 1. Традиционный ритуал приветствия.

Ведущий обращает внимание на макет волшебной планеты. Планета стала еще чудесней и прекрасней, так как с каждым разом на ней появляется все больше ярких красок. Планета живет, и на ней происходят чудеса.

### 2. Игра-сказка: «Коробка счастья»

Ведущий просит ребят закрыть глаза: «Итак, мы живем на волшебной планете, где происходят чудеса и волшебство. Здесь живет очень счастливый народ. Каждый день сюда прилетает добрая фея, которая помогает всем делать добрые, и благородные дела, а потом раздает подарки. Вот и вы добрые и счастливые дети, и добрая фея подарила каждому из вас волшебный подарок. Теперь у каждого есть воображаемая волшебная коробка счастья. А какая она по размеру это ты загадаешь сам. Она может быть размером с коробку из-под обуви, коробочку из-под маминого кольца, а может быть такой большой, как упаковка от холодильника. В этой коробке хранится только то, что делает тебя счастливым. Если ты вдруг почувствуешь себя одиноким или грустишь, ты всегда можешь залезть в нее, чтобы развеселиться, а если она маленькая, ты просто можешь её открыть и полюбоваться

содержимым. Что ты положишь коробку? Закрой глаза и подумай о том, что помогает тебе чувствовать себя счастливым. Воспоминания о приятном: путешествиях, встречах, событиях.... Теперь это можно хранить в твоей воображаемой коробке счастья. Когда тебе будет грустно, тревожно, не комфортно, открывай свою коробку и к тебе вернется хорошее настроение. Если ты представил всё это себе, можешь открыть глаза, а коробку счастья сохрани в душе.

### 3.Изотерапия. Упражнение «Коробка счастья»

Нарисуй свою коробку и то, что в ней находится. Если хочешь, можешь нарисовать себя». (5-10 минут.)

Дети показывают друг другу свои рисунки и обсуждают их.

4.Релаксация. «Давайте помечтаем!» с использованием оборудования панно «Бесконечность».

### 5.Рефлексия

## Конспект занятия № 15

### 1.Традиционный ритуал приветствия.

Ведущий обращает внимание на темные значки, расположенные на макете волшебной планеты. Они есть, а значит, есть проблемы и сегодня их надо нам всем вместе разрешить.

### 2.Ситуативная игра «Остаемся спокойными»

Ведущий рассказывает о том, как важно в ситуации, когда, на нас кричат, обвиняют, оскорбляют, не «заразиться» чужой злостью и не ответить криком на крик. Для этого надо сначала как бы внутренне «отойти в сторону», отвлечься, отстраниться от ситуации, потом настроиться на мирное ее разрешение. Разыгрывается сценка: общение Пятачка и Кролика.

Кролик - сильный, злой, считает, что он всегда все делает правильно; часто кричит, обвиняет других.

Пятачок - слабый, пугливый, не умеет постоять за себя, боится и не любит, когда на него кричат.

Ведущий предлагает детям разбиться на пары: один будет играть Кролика, другой - Пятачка. Задача Кролика - обвинять Пятачка, кричать на него; задача Пятачка - не слушать слов Кролика, а наблюдать за движением кончиков его ушей или кончика носа (можно также наблюдать за движением бровей) и запомнить свои чувства и мысли, возникающие в это время. Затем подростки меняются ролями.

После выполнения задания следует обсуждение по вопросам:

Когда вы были Пятачком, что вы чувствовали?

Изменилось ли ваше отношение к Кролику? Если да, то как?

Запомнили ли вы, что вам говорил Кролик? (если запомнили, значит, не удалось мысленно отвлечься от ситуации).

Трудно ли было выполнять это упражнение? Почему? Как вам кажется - зачем мы делали это?

После обсуждения подвести детей к пониманию того, что отвлечение от ситуации необходимо для того, чтобы понять:

«Что случилось? Почему человек так себя ведет? И самое главное - решить, что делать дальше: продолжать слушать; спросить, почему человек в таком настроении; попросить сказать конкретно, чего он хочет; уйти, если чувствуешь, что раздражаешься».

3. Упражнение: «Техника черепахи» с музыкальным сопровождением.

Спрашивается у подростка: «Что делает черепаха, когда она испугана, или ей грустно?»  
- Она втягивает голову и ноги в панцирь. Давайте теперь представим, что мы черепахи и что-то нас испугало или расстроило. И мы сжимаемся, сжимаем, кулаки. И больно становится нашим мускулам. А потом очень тихонько начинаем расслабляться».

Когда выполняется это упражнение несколько раз, то дети чувствуют разницу между сильно напряженными, и расслабленными мускулами.

4. Упражнение: «Солнышко и тучка»

Солнце зашло за тучку, стало холодно. Чтобы согреться - сжаться в комок, задержать дыхание. Солнце вышло из-за тучки. Жарко, разморило на солнце - расслабиться (на выдохе).

Упражнения на дыхание

- Глубоко вдохнуть, задержать дыхание (сосчитать до 5), затем выдохнуть и расслабиться.

- Глубоко вдохнуть, сжать тело, насколько возможно, затем выдохнуть и расслабить мышцы от макушки до ступней.

5. Ситуативная игра «Предметы помощники»

Детям предлагается самостоятельно решить ситуацию при помощи предметов-помощников, для регулирования собственных агрессивных проявлений.

Детям предлагается ситуация: «Вы собираете с другом корабль, задеваете случайно детали, они упали и рассыпались. Друг стал на вас громко кричать. Чтобы избежать гнева и агрессии с вашей стороны, вы извиняетесь, отходите в сторону и ...».

Участники выбирают предложенные предметы –помощники (пластилин, эспандер, мяч, боксерскую грушу, книжку, и т.д.).

6. Рефлексия. Предлагается участникам рассказать о своих впечатлениях и чувствах, которые получили на занятии.

### Конспект занятия № 16

1.Традиционный ритуал приветствия.

2.Игра «Чемодан тревог».

В это игре простой способ преодоления стресса: участники могут отбросить все, что их беспокоит.

Предложить детям на отдельных листках написать или нарисовать все свои тревоги, беспокойства, волнения и страхи. Сложить записки в чемодан. Убрать чемодан подальше. При желании дети могут рассказать о том, что они убрали в чемодан.

Обсуждение и вопросы.

Какого размера твоя тревога, которую ты бросаешь в чемодан?

Что ты делаешь, когда волнуешься?

Что ты можешь сделать, чтобы восстановить спокойствие?

3.Сказкотерапия: «Волшебное Дерево»

(Звучит спокойная музыка, дети свободно стоят, закрыв глаза). Ведущий произносит следующий текст медленно и спокойно: "Встань рядом своим стулом и выпрями спину. Сделай глубокий вдох и закрой глаза. Почувствуй свои ноги. Они стоят на земле. Представь, что ты дерево и твои корни вырастают глубоко в землю. Представь, что у тебя вырастают новые корни, которые разветвляются в земле. Некоторые из них толстые и сильные, другие более тонкие, они опоясывают все пространство земли вокруг тебя. Представь, что эти корни крепко держат твой ствол и ты стоишь на земле твердо и уверенно. Если хочешь, можешь раскинуть руки и представить, что это ветви, которые тоже раскинуты во все стороны. На ветках растут листья или иголки, которые поглощают солнечный свет. Сквозь твои ветви дует легкий ветерок, листья легко колышутся.

Твои мощные корни поддерживают ствол, и никак ураган не нанесет тебе вреда... Если хочешь, представь, что начинается ужасная буря, которая раскачивает деревья. Твой ствол наклоняется из стороны в сторону, могут сломаться некоторые ветки, но ты так крепко врос в землю, что буря тебя не ломает...

Почувствуй свои корни, ствол и ветви, почувствуй, какой ты крепкий и гибкий. Пусть дует ветер - твои ветви сгибаются под его силой, но не ломаются.

Постепенно ветер прекращается. Солнце выходит из-за туч, и ты наслаждаешься спокойствием, окружающим тебя... Ты снова становишься самим собой. Потянись, сделай глубокий вдох и открой глаза....

4.Изотерапия.

Упражнение «Дерево»

Нарисуй свое дерево. Нарисуй его корни, ствол, ветви". (10 минут.)

После этого дети собираются и обсуждают свои рисунки.

Обсуждение и вопросы:

Какие бури происходят в моей жизни? Для чего мне нужен мощный ствол и крепкие корни? Как мне добиться уверенности в себе?

Дерево питается энергией солнца, получает питательные вещества' из земли и воды, чтобы стать сильным. Что нужно мне, чтобы стать сильным?

5.Рефлексия.

## Конспект занятия № 17

1.Традиционный ритуал приветствия.

2.Участников нацеливают вспомнить упражнения, которые помогают стать уверенными и не дружить с агрессией, гневом (Выполнение по желанию детей)

Психолог: «А теперь, ложитесь удобней, закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию (пауза). Дыхание ровное и спокойное.

3.(Слушание музыкального произведения Чайковский «Осенняя песнь»)

Обсуждение.

Вопросы.

Что вы почувствовали во время звучания музыки?

Помогает ли музыка преодолеть негативные чувства? и.т.д.

Упражнения на дыхание (по выбору обучающихся).

4.Рефлексия.

### Конспект занятия № 18

1.Ритуал приветствия.

Ведущий предлагает зачитать послание от волшебной феи, которая желает узнать, чему научились жители ее волшебной планеты.

2.Игра «Как быть?».

Стоит небольшой старинный дом. Дом над зеленым бугром.

У входа висит колокольчик, украшенный серебром.

И если ты ласково, тихо в него позвонишь, то поверь,

Что в доме проснется старушка, и сразу откроет дверь.

Старушка приветливо скажет:

-Входи, не стесняйся, дружок,

На стол самовар поставит, в печи испечет пирожок.

И будет с тобою вместе чаек распивать до темна.

И старую добрую сказку расскажет тебе она.

Но если, но если, но если...

Ты в этот уютный дом

Начнешь кулаком стучаться,

Поднимешь трезвон и гром,

То выйдет к тебе не старушка, а выйдет ...(кто?).....

После прочтения послания, идет его обсуждение с детьми, делается вывод, что результат зависит от способа выполнения, намерений. Одного и того же можно добиться разными путями, но эти пути также могут привести к разным результатам.

Предлагается детям решить ситуативную задачу.

Ситуация: «Твой друг, вдруг начинает нервничать, раздражаться, обижаться. Ты хочешь помочь другу и советуешь использовать упражнения.... Какие?».

Участники предлагают и выполняют знакомые упражнения для саморегуляции поведения, которые использовались в предыдущих занятиях.

3.Игра – «Похвалилки» (поднятие самооценки и уверенности в себе).

Дети получают карточки по числу участников занятия. На каждой карточке написаны два неоконченных предложения: «Я ценю в тебе...» и «Мне нравится, как ты...»

Ведущий поясняет, что у каждого человека есть положительные черты, но говорить о них и выявлять их гораздо трудней, чем критиковать и насмехаться. Ведущий выражает надежду, что участникам удастся найти положительные черты своих друзей и сообщить им об этом».

Участники по собственному усмотрению заканчивают предложения и вручают адресату. Если адресаты и отправители согласятся, можно прочесть письма вслух. Ведущий также принимает активное участие в игре, высказывает свое мнение и предлагает другим сделать то же самое

4.Рефлексия. Закончи предложения: «Сегодня на занятии я узнал...» «Сегодня на занятии я почувствовал...»

### **Конспект занятия № 19**

1. Традиционный ритуал приветствия.

Ведущий рассказывает о том, что пришла пора покидать волшебную планету. Волшебные занятия подошли к концу. Необходимо попросить школьников рассказать, какие занятия и игры им особо запомнились, какие помогли, чему они научились, какие приемы саморегуляции стали чаще использовать. Мы научились жить дружно и спокойно.

Ведущий говорит, что мы покидаем Волшебную планету и предлагает заселить её несуществующими животными.

2.Проводится проективная методика «Несуществующее животное»

3.Игра «Чудо ладошка. Пять добрых слов на память»

Каждому предлагается обвести свою руку на листе бумаги и на ладошке написать свое имя. Затем лист передается соседу справа, в свою очередь, каждый участник получает рисунок от соседа слева. В одном из «пальцев» чужого рисунка он пишет какое-нибудь привлекательное, на его взгляд, качество его обладателя (например, «ты очень добрый», «ты всегда, заступаешься за слабых» и т.д.). Другой подросток делает запись на другом пальце, и т.д., пока лист не вернется к владельцу. В конце участники забирают листы со своими ладошками в качестве позитивной памяти.

4.Рефлексия.