

Проект
«Коррекция агрессивного поведения
у детей 6-7 лет»

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

Учителя в школе отмечают, что агрессивных детей становится с каждым годом все больше, с ними трудно работать, и, зачастую, учителя просто не знают, как справиться с их поведением. Единственное педагогическое воздействие, которое временно спасает, — это наказание или выговор, после чего дети на какое-то время становятся сдержаннее, и их поведение начинает соответствовать требованиям взрослых. Но такого рода педагогическое воздействие скорее усиливает особенности таких детей и ни в коей мере не способствует их перевоспитанию или стойкому изменению поведения к лучшему.

Ученые определили, что агрессивность значительно помолодела. Если раньше речь шла о начальных проявлениях агрессивности преимущественно в подростковом возрасте, то теперь данная проблема стала актуальной и для начальной школы, а зачатки агрессивности в поведении детей все чаще наблюдаются уже в дошкольном возрасте. Агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

В последние годы учителя начальных классов отмечают тенденцию к увеличению уровня агрессивности детей: они более шумные, крикливые, неусидчивые, «моторные», быстрее и легче вступают в конфликты, неуступчивы, драчливы. Из бесед с родителями также можно заключить, что дети теперь стали агрессивнее, чем раньше. С ними трудно справиться, они часто бывают жестоки. В стремлении достичь своей цели они манипулируют родителями. В газетах стали чаще сообщать об агрессивных «выходках» детей школьного возраста по отношению и к своим сверстникам, и к людям «старшего возраста». Статистика фиксирует как общее увеличение правонарушений несовершеннолетних, так и количество тяжких преступлений в этой возрастной группе.

Да и вообще вряд ли можно представить, что кого-то обошла стороной детская и подростковая агрессивность, что кто-то ни разу прямо или косвенно не сталкивался с жестокостью детей в семье, школе, в каком-либо коллективе, группе подростков.

Исследования и многолетние наблюдения показывают: агрессивность, сложившаяся в детстве, остается устойчивой чертой и сохраняется на протяжении дальнейшей жизни человека. Можно полагать, что уже в дошкольном возрасте складываются определенные внутренние предпосылки, способствующие ее проявлению. Дети, склонные к насилию, существенно отличаются от своих миролюбивых сверстников не только внешним поведением, но и психологической характеристикой. Изучить эти характеристики чрезвычайно важно, чтобы понять природу явления и своевременно преодолеть опасные тенденции.

Профилактическая работа с агрессивными детьми должна быть направлена на устранение причин агрессивного поведения, а не ограничиваться лишь снятием внешних проявлений нарушенного развития. При построении коррекционных мероприятий следует учитывать не только симптоматику (формы агрессивных проявлений, их тяжесть, степень отклонения), но и отношение ребенка к своему поведению. Наиболее эффективным средством коррекции в младшем школьном возрасте выступает игровая деятельность, специально организуемая педагогом. Именно это может служить не только целям коррекции, но и дать ценный диагностический материал, позволяющий увидеть проблему глазами ребенка.

Цель проекта: устранение агрессивного поведения младших школьников.

Задачи:

- осуществить комплексный подход к профилактике и коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста;
- оказать помощь в решении проблем агрессивного ребенка;
- снизить уровень агрессивности детей;
- создать благоприятные условия для адекватного восприятия и принятия детей с повышенной агрессией;
- оказать помощь родителям и педагогам в работе с агрессивными детьми.

Концептуальные основы проекта:

1. Педагогизация окружающей среды – интеграция и координация усилий всех субъектов воспитания.
2. Принцип личностной направленности – учёт индивидуальных склонностей и интересов, своеобразие характеров, упор на личностное достоинство ребенка, опора на положительные качества.
3. Единство и взаимодополняемость психологических и педагогических методов.
4. Комплексный и системный подход к диагностике, профилактике и коррекции.
5. Учёт возрастных и индивидуально-личностных особенностей младших школьников.
6. Принцип единства образования, организация досуга и индивидуальной помощи и поддержки детей агрессивного поведения.

Субъекты реализации проекта: социальный педагог, психолог, классный руководитель, родители, дети.

Идея проекта:

Определение и обоснование комплекса психолого-педагогических условий (включение детей и родителей в совместную с педагогами деятельность, организация личностно-ориентированного взаимодействия), способствующего преодолению агрессивного поведения детей младшего школьного возраста.

Особенность проекта:

Социальный педагог, психолог, классный руководитель совместно проводят комплекс мероприятий по профилактике и коррекции агрессивного поведения младших школьников. Создается группа детей с агрессивным поведением, которые на протяжении учебного года посещают данные занятия.

Этапы проекта: констатирующий этап (сентябрь-ноябрь); формирующий этап (декабрь-апрель); контрольный этап (май).

Проект реализуется на базе: МБОУ СОШ

Срок реализации проекта: учебный год.

План реализации проекта:

1. Констатирующий этап.

Цель: выявление агрессивных детей и причин, обуславливающих эмоциональную нестабильность.

Методы: - наблюдение;

- беседа, анкетирование родителей и педагогов;

- проективные методики.

2. Формирующий этап.

Цель: реализация мероприятий по устранению выявленных проблем. Направления работы формирующего этапа:

- консультационная работа с родителями и педагогами, направленная на снятие провоцирующих факторов агрессивного поведения у детей;

- обучение ребёнка конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации, снятие деструктивных элементов в поведении;

- обучение ребёнка техникам и способам управления собственным гневом, развитие контроля над деструктивными эмоциями;

- снижение уровня личностной тревожности;

- формирование осознания собственных эмоций и чувств других людей, развитие эмпатии;

- развитие позитивной самооценки;

- обучение ребёнка отреагированию (выражению) своего гнева приемлемым способом, безопасным для себя и окружающих, а также выражению негативной ситуации в целом.

В содержании мероприятий используются игры, упражнения, разработки таких отечественных и зарубежных авторов, как: М.И.Чистякова[74], С.И. Семенака [61], Т.П.Смирнова[65], К. Фопель [69].

В качестве основных методов и приёмов используются: имитационные игры; социально-поведенческий тренинг; психогимнастика; чтение (слушание аудиокниг) и обсуждение художественных произведений; просмотр и анализ фрагментов мультипликационных фильмов с последующим моделированием новых версий;

дискуссия; диагностика эмоционального состояния, отношения ребёнка к обсуждаемой проблеме; обыгрывание конфликтных ситуаций и моделирование выхода из них; выражение своего эмоционального состояния в рисунке, музыке.

3. Контрольный этап.

Цель: определение эффективности проведённых мероприятий.

Критериями эффективности проводимой коррекционно-развивающей работы с детьми служат:

- сокращение (или исчезновение) в поведении детей агрессивных тенденций, появление доброжелательности;
- преобладание положительных эмоций;
- способность сдерживать нежелательные эмоции или приемлемых способов их проявления (не причиняя вред другим);
- изменение характера детских рисунков.

Критериями эффективности проводимых мероприятий с родителями и педагогами служат:

- знания педагогов и родителей индивидуально-психологических особенностей агрессивного ребёнка;
- отказ от наказаний как основного метода воспитания, переход к методам убеждения и поощрения;
- включение ребенка в работу различных (по интересам) секций, кружков, студий.

Методические материалы по реализации проекта.

- [Цикл коррекционно-развивающих занятий "Если добрый ты..."](#) (Приложение 1)
- Рекомендации по работе с агрессивными детьми (Приложение 2)
- Пакет методик диагностики агрессивного поведения младших школьников (Приложение 3)
- Материал для консультаций или бесед с родителями и педагогами. (Приложение 4)

Ожидаемые результаты проекта.

Дети: нормализация эмоционального состояния; повышение уверенности в себе, развитие эмпатии; успешная социализация, позитивное отношение к другим людям; избавление или сведение к минимуму вербальной и невербальной агрессии.

Родители: повышение информированности об индивидуально-психологических особенностях агрессивного ребёнка;

выработка единых требований и правил воспитания в семье; отказ от наказаний как основного метода воспитания; приобретение навыков "ненасильственного общения" - "активное слушание", исключение угроз и приказов и т.д.

Педагоги: распознавание собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с агрессивным ребёнком; приобретение навыков "ненасильственного общения" - исключение оценочности в общении.

Цикл коррекционно-развивающих занятий «Если добрый ты...»

по оказанию психолого-педагогической помощи детям младшего школьного возраста по преодолению агрессивных тенденций в условиях социально одобряемых форм поведения.

Цикл включает 21 занятие, в процессе которых классный руководитель, социальный педагог и педагог-психолог должны решать ряд важных *задач*:

- раскрывать сущность полярных понятий – «добро» и «зло» и эмоций, которые им соответствуют;
- знакомить детей с характеристикой эмоциональных состояний, присущих человеку;
- развивать умение видеть эмоциональное состояние другого и собственный эмоциональный образ, соотнося его с конкретной ситуацией;
- развивать эмоциональную произвольность;
- формировать конструктивные способы управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности, разрешать конфликтные ситуации и др.)

В соответствии с поставленными задачами занятия строятся в интересной, занимательной для детей форме. В содержании занятий использованы игры, упражнения, разработки таких отечественных и зарубежных авторов, как: М.И.Чистякова, С.И.Семенака, Т.П.Смирнова, К.Фопель.

В качестве основных *методов и приёмов* используются:

- имитационные игры;
- социально-поведенческий тренинг;
- психогимнастика;
- чтение (слушание аудиокниг) и обсуждение художественных произведений;
- просмотр и анализ фрагментов мультипликационных фильмов с последующим моделированием новых версий;
- дискуссия;
- диагностика эмоционального состояния, отношения ребёнка к обсуждаемой проблеме;
- обыгрывание конфликтных ситуаций и моделирование выхода из них;
- выражение своего эмоционального состояния в рисунке, музыке.

Продолжительность занятий – по 30 минут два раза в неделю в течение двух с половиной месяцев.

Каждое занятие строится на уважении, доверии, взаимопонимании, взаимопомощи. Для самовыражения ребёнка каждое занятие предусматривает использование рисуночных методик, в основе которых лежит моделирование ситуации успеха и ощущения удовольствия. Решению этой задачи способствует использование доступных каждому ребёнку приёмов: например, дорисовывание пиктограмм, рисование по контуру. «кляксография» и др. Каждое занятие заканчивается слушанием приятной музыки, исполнением весёлых детских песен, что, в свою очередь, способствует фиксации положительных эмоций и поддержанию интереса к занятиям.

Тематика и содержание занятий расширяются и дополняются в зависимости от проблем конкретных детей.

Тематическое планирование занятий

№ занятия тема	Дата	Цель занятия	Содержание (Игры и упражнения)	Ответствен- ные
1. Мы начинаем!		попытаться раскрыть сущность полярных понятий «добро» и «зло», показать, каким эмоциональным состояниям они соответствуют; развивать	- «Музыкальное настроение» - «Знакомство со сказочными персонажами, игровая ситуация» - «Беседа о добрых и злых людях»	Классный руководитель социальный педагог психолог

		умение дифференцировать эмоциональный мир человека по мимике, жестам, пантомимике	(фрагмент м/ф «Приключения кота Леопольда») <ul style="list-style-type: none"> - «Тренинг эмоций» - Рисование на тему «Добрый и злой» - «Поём все вместе!» 	
2. Наше настроение		познакомить детей с понятием «настроение» и его проявлением у добрых и злых людей; показать в доступной форме изменчивость настроения; развивать умение понимать настроение другого человека; познакомить со способами управления и регуляции настроения; диагностировать эмоциональное состояние детей	«Выставка картин» <ul style="list-style-type: none"> - «Оценка настроению» - «Волшебный мешочек» - «Расскажи о своём настроении» - Слушание рассказа «Потерялась...», беседа с детьми - «Жмурки» - «Рисую своё настроение» - «Поём все вместе!» 	Классный руководитель социальный педагог психолог
3. Хорошо ли быть злым?		продолжить знакомство с полярными понятиями «добро» - «зло»; закреплять умение определять эмоциональное состояние близких людей, знакомых, побуждать к оказанию помощи; учить детей конструктивным способам снятия напряжения, связанного с чувством злости	- Беседа «Почему иногда бывает плохое настроение, и как его исправить?» (с предварительным рисованием разных эмоциональных состояний близких людей) -Игра «Цветик-семицветик» - Этюды «Гневная гиена», «Разъярённая медведица», анализ этюдов - «Придумывание историй» - Слушание сказки «Заяц, петух и лиса», беседа с детьми - Игра «Кляксы» - «Поём все вместе!»	Классный руководитель социальный педагог психолог
4. Учимся справляться с гневом		продолжать учить детей различать эмоции злости и радости; упражнять в регуляции своего эмоционального состояния; познакомить детей со способами выражения отрицательных эмоций и	- «Выставка картин» (из клякс) - «Тренинг эмоций» - Игра «Жужа», анализ игры - «Способы выпустить из себя злого дракона» - Упражнение-тренинг «Злюка», анализ	Классный руководитель социальный педагог психолог

		управления ими	- Рисую «Злость» - «Поём все вместе!»	
5. Что делать, если ты злишься?		продолжать знакомство детей сл способами снятия напряжения; учить различать добрые и злые чувства и поступки; закреплять способы саморегуляции поведения (снятие отрицательных эмоций)	- «Выставка картин «Злость», анализ - «Способы выпустить из себя злого дракона» - Чтение отрывков из книги Э.Кейри «Я злюсь» (чтение активное: дети по ходу чтения отвечают на вопросы, додумывают ситуации и знакомятся с новыми способами саморегуляции своего эмоционального состояния: замесить тесто «понарощку», высказать свои чувства, попросить помощи, «смыть» дурные чувства) - игра-драматизация «Всё сломал...» - «Дорисуй!» -«Поём и танцуем!»	Классный руководитель социальный педагог психолог
6. Настроение Бабы-Яги		продолжать учить детей на примере сказочных персонажей различать и понимать характер эмоционального состояния людей; упражнять в выражении противоположных эмоциональных состояний (весёлый-грустный), учить дифференцировать поступки персонажей и давать им моральную оценку	- Просмотр фрагмента м/ф «Ивашка из двorca пионеров», обсуждение - «Тренинг эмоций» - Упражнение «Угадай настроение Бабы-Яги» - «Рисую Бабу-Ягу в определённом настроении», анализ -«Слушаем и подпеваем!» (например, частушки Бабок-Ёжек из м/ф)	Классный руководитель социальный педагог психолог
7. Поговорим о доброте		обобщить представления детей о доброте и эмоциональных состояниях, которые соответствуют этому понятию, вызвать стремление совершать добрые поступки; учить передавать эмоциональное состояние человека с	- «Угадай настроение по рисунку» - Упражнение «Помоги волшебнику» - Упражнение «Выручи из беды» - Чтение (слушание) рассказа Л.Н.Толстого «Старик сажал яблони», анализ	Классный руководитель социальный педагог психолог

		помощью мимики, речи, рисунка, формировать позитивный образ своего «Я»	- Упражнение рисуем музыку (лучше выбрать спокойную, мягкую композицию)	
8. Ссора		развивать умение анализировать поступки, находить причину конфликта, дифференцировать противоположные эмоциональные переживания: дружелюбие и враждебность; знакомить детей с конструктивными способами решения конфликтных ситуаций, способствовать их усвоению, использованию в поведении	- Слушание стихотворения «Поссорились», анализ - «Тренинг эмоций» - Упражнение «Дружба начинается с улыбки» - «Проблемная ситуация» (усвоение правил поведения в сложных ситуациях) - «Рисование на тему»	Классный руководитель социальный педагог психолог
9. Как справиться с упрямством		учить детей анализировать своё эмоциональное состояние; познакомить детей с правилами доброжелательного поведения; формировать навыки саморегуляции поведения, контроля эмоций	- Слушание узбекской народной сказки «Упрямые козы», анализ - «Тренинг эмоций» - Игра «Сказка наоборот» - Игра «Два барана» - Слушание и анализ истории «Два капитана» - Правила доброжелательного поведения «Будь внимателен к другому» - «Смешной рисунок»	Классный руководитель социальный педагог психолог
10. Чувства одинокого человека		развивать умение анализировать своё эмоциональное состояние, вербализировать собственные переживания; закреплять знание правил доброжелательного поведения; формировать внимательное отношение к другим людям; во время игр снимать негативные эмоции детей	- «Два дерева «Радость» и «Печаль» (цветопись настроения) - «Будь внимателен к другому» - Игра «Тень» - Игра «Закончи предложение» - «Тренинг эмоций» - «Поём все вместе!»	Классный руководитель социальный педагог психолог
11.		познакомить детей с	- Слушание стихотворения	Классный

<p>Знакомство с понятием «Физическая и эмоциональная боль»</p>		<p>понятием «физическая и эмоциональная (душевная) боль»; научить различать ощущения, которые люди испытывают во время физической и эмоциональной боли; развивать умения управлять эмоциями, сопровождающими боль</p>	<p>«Лягушонок прыгал по дорожке», анализ - «Тренинг эмоций» - Беседа «Боль физическая, боль душевная» - Слушание текста «Мальчики во дворе», анализ - «Тренинг эмоций» - Рисование на тему «Медвежонок выздоровел»</p>	<p>руководитель социальный педагог психолог</p>
<p>12. Учимся понимать чувства других людей</p>		<p>закрепить понятия «физическая и эмоциональная боль», учить детей понимать чувства, переживаемые другими, стимулировать желание оказать помощь, утешить; развивать чувство доброты, формировать навыки социального поведения</p>	<p>- «Тетрадь моих достижений» - Игры-драматизации, анализ - Упражнение «Негаданная радость» - Рисование на тему «Волшебные цветы» («роза», «лилия», «репей», «резеда», рисование под музыку)</p>	<p>Классный руководитель социальный педагог психолог</p>
<p>13. Учимся доброжелательности</p>		<p>развивать стремление к дружелюбию по отношению к другим; учить правильно выражать своё эмоциональное состояние в поведении; развивать положительную самооценку</p>	<p>- Просмотр мультфильма «Варежка», анализ - Чтение стихотворения «Утешение», анализ - Чтение рассказа «Самое страшное», тренинг эмоций - «Сочиним истории-продолжения» - Рисование на тему «Мой верный друг – собака» (рисование под музыку)</p>	<p>Классный руководитель социальный педагог психолог</p>
<p>14. Животные – наши друзья</p>		<p>развивать у детей чувство доброты, сопереживания, стремление поддерживать других; формировать доброжелательное отношение к животным, формирование и осознание желания обрести в животном друга</p>	<p>- Представление детям «Кошки Марыси» (фото котят, игрушка кошки, возможен и живой котёнок) - Игра «Мышь и мышеловка» - Слушание стихотворения И.Токмаковой «Ничья кошка», придумываем с детьми конец истории - Слушание стихотворения Е.Благиной «Котёнок», беседа - Игры-драматизации (по</p>	<p>Классный руководитель социальный педагог психолог</p>

			стихотворению «Котёнок») - Рисование на тему «Мой котёнок» - Хоровод «Рыжий кот Мурлыка»	
15. Учимся анализировать поведение в конфликтной ситуации		развивать умение анализировать конфликтные ситуации, развивать эмоциональную устойчивость в ситуациях проявления агрессии; формировать адекватные формы поведения и коммуникативные навыки, развивать умение снимать эмоциональное напряжение	- Слушание песенки старухи Шапокляк «Кто людям помогает...», беседа - «Тренинг эмоций» - анализ конфликтных ситуаций «Как бы ты поступил?» - Слушание рассказа Ю.Ермолаева «Лучший друг», анализ - Игра «Угадай настроение» - Рисование на тему «Моё настроение» - «Поём все вместе!»	Классный руководитель социальный педагог психолог
16. Учимся управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях		развивать умения управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях, знакомить с конструктивными способами разрешения конфликтов; формировать осознанное понимание нравственного смысла художественных произведений; развивать понимание чувства обиды, учить выражать его с помощью мимики	- Слушание рассказа «Антошкина история», дискуссия с детьми - Слушание рассказа В.Осеевой «Отомстила», анализ - Поведенческий тренинг - Игра «Падающая башня» - Рисование «Дерево радости» - «Поём все вместе!»	Классный руководитель социальный педагог психолог
17. Добрые и злые поступки		продолжать учить детей управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях; знакомить со способами разрешения конфликта, снятия напряжения, формировать осознанное отношение к социальным нормам поведения, закреплять навыки доброжелательного	- Слушание стихотворения Р.Сефа «Доброта», дискуссия - Рассматривание и анализ иллюстраций с проблемным содержанием - «Тренинг эмоций» - Упражнение «Добрый – злой» - Игра «По кочкам» - «Дорисуй картинку» - Упражнение «Танец»	Классный руководитель социальный педагог психолог

		поведения в повседневной жизни		
18. Позиция «ненасилия»		развивать у детей умения анализировать собственное поведение и поступки других, формировать позицию ненасилия, развивать воображение и снимать эмоциональное напряжение, путём рисуночной терапии	- Просмотр м/ф «Ну, погоди!», беседа - «Тренинг эмоций» - Сочинение новой версии очередной серии м/ф «Ну, погоди!» - Поведенческий тренинг - Анализ собственных поступков - Игра «Хорошо – плохо» - Рисование «Графическая музыка»	Классный руководитель социальный педагог психолог
19. Знакомство детей со способами реагирования на гнев взрослых		закреплять навыки конструктивного поведения в конфликтных ситуациях, развивать эмоциональную произвольность, эмпатию, формировать осознанное отношение к социальным нормам поведения, положительный образ «Я»	Игра-драматизация «Антошка разбил вазу, анализ - Игра-драматизация с разными сценариями «Разрисовал мелками стену...», анализ - Слушание рассказа В.Осеевой «Кто наказал его?», беседа, поиск выхода - «Тренинг эмоций» - Рисование на тему «Какой я?» (рисование сопровождается звучанием спокойной музыки)	Классный руководитель социальный педагог психолог
20. Дружба - неприязнь		учить детей дифференцировать ощущения дружбы и неприязни, чувствовать эмоциональное состояние другого человека, закреплять знания правил доброжелательного поведения, развивать способность находить в реальной жизни ситуации, аналогичные по своему нравственному содержанию таким, о которых они читали в книжках	- Просмотр м/ф «Трям, здравствуйте!», беседа - «Тренинг эмоций» - Поведенческий тренинг №1 «Как помочь Плаксе?» - Поведенческий тренинг №2 «Как помочь Злюке?» - «Дорисуй личико!» («Плакса», «Злюка», «Резвушка») - «Поём все вместе!»	Классный руководитель социальный педагог психолог
21. Наши		продолжать закреплять	- Слушание русской народной	Классный

мечты		<p>знания о поведении в конфликтных ситуациях, учить сознательно управлять своими эмоциями, формировать дружелюбное отношение к окружающим; способствовать формированию адекватной самооценки</p>	<p>сказки «Лиса и Заяц», обсуждение - Моделирование детьми сцены примирения Зайца и Лисы - Просмотр м/ф «Осенние кораблики», беседа - Игра «Цветик-семицветик» - Рисование на тему «Моя мечта»</p>	<p>руководитель социальный педагог психолог</p>
--------------	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------

Рекомендации по работе с агрессивными детьми

- ✓ Доверие к ребёнку - основное правило.
- ✓ Старайтесь быть примером для ребенка.
- ✓ Уважайте ребенка как личность, имеющую право на свою точку зрения.
- ✓ Не обманывайте ребенка.
- ✓ Учите правильно оценивать свои поступки и поступки других людей.
- ✓ Не ставьте целью добиться полного послушания с первого слова, дайте возможность убедиться ребенку, в чем он прав или не прав.
- ✓ Если ребенку нужна помощь, дела откладывайте на потом.
- ✓ Выход из безвыходного положения - шутка.
- ✓ Работа с агрессивными детьми – это совместная, трудоемкая работа и учителя, и родителей.
- ✓ Агрессивные дети часто бывают вооружены.
- ✓ Никогда не позволять себе оскорбить их, в диалоге не использовать жаргонные и бранные слова — это не даст им права оскорблять Вас и не демонстрировать в поведении все, на что они способны.
- ✓ Общение на равных, но не впадать в зависимость от них.
- ✓ В открытую не бороться, т. к. это усугубит отношения. Следует учитывать особенности, бурные реакции.
- ✓ Останавливайте спокойно, с невозмутимым лицом, действуйте при минимуме слов.
- ✓ Обсуждайте поведение только после успокоения.
- ✓ Мстительны, иногда годами ждут, чтобы отомстить, поэтому лучше не отвергать их.
- ✓ Выясните, как возникает агрессивное поведение и каково возможное решение.
«Имя... , ты расстроился, потому что Ты можешь переживать, не имевши права

обижать других. Что нужно сделать, чтобы успокоиться и при этом ни на кого не нападать?» Предлагайте что-то свое только в дополнение сказанному.

- ✓ Нельзя угрожать и шантажировать, т. к. в какой-момент это перестает действовать и Вы будете неубедительны и бессильны.
- ✓ «Воинственность» ребенка можно успокоить своим спокойствием.
- ✓ Свое плохое настроение не разряжать на нем.
- ✓ Найти повод похвалить его, особенно это хорошо спустя некоторое время после наказания. Ребенок убедится, претензии были к его поступку, а не к личности в целом.

Пакет методик диагностики агрессивного поведения младших школьников

Ребенок глазами взрослого (опросник)

Ф.И.О. ребенка _____

Возраст _____ Дата заполнения _____

Заполнил: родитель, психолог, педагог _____

Подчеркните, насколько выражены ситуационно-личностные реакции агрессивности у ребенка: 0 - нет проявлений агрессивности, 1 - проявления агрессивности наблюдаются иногда, 2 - часто, 3 - почти всегда, 4 - непрерывно. Добавьте те, которые не указаны.

Признаки проявления агрессивности у ребенка	Как проявляется агрессивность	Как часто наблюдается
Вегетативные признаки	<ul style="list-style-type: none"> краснеет (бледнеет) в состоянии раздражения, гнева облизывает губы в состоянии раздражения, гнева 	01234 01234
Внешние проявления агрессивности	<ul style="list-style-type: none"> кусает губы в состоянии раздражения сжимает кулаки в состоянии раздражения, гнева сжимает губы, кулаки, когда обижают тревожное напряжение разрешается гневом 	01234 01234 01234 01234
Длительность агрессии	<ul style="list-style-type: none"> после агрессивной реакции не успокаивается в течение 15 мин. после агрессивной реакции не успокаивается в течение 30 мин 	01234 01234
Чувствительность к помощи взрослого	<ul style="list-style-type: none"> помощь взрослого не помогает ребенку овладеть собственной агрессией помощь взрослого не помогает ребенку успокоиться замечания в словесной форме не тормозят проявления вербальной агрессии 	01234 01234 01234

	<ul style="list-style-type: none"> • замечания в словесной форме не тормозят проявления физической агрессии • чувство неприязни к другим не корректируется извне 	01234 01234
Особенности отношения к собственной агрессии	<ul style="list-style-type: none"> • ребенок говорит, что поступил "плохо", но все равно продолжает вести себя агрессивно • ребенок не воспринимает собственные агрессивные действия, как таковые 	01234 01234
Недостаточность проявления гуманных чувств	<ul style="list-style-type: none"> • стремится делать назло другим • проявляет безразличие к страданиям других • стремится причинить другому страдание • у ребенка не возникает чувства вины после агрессивных действий 	01234 01234 01234 01234
Реакция на новизну	<ul style="list-style-type: none"> • новизна (непривычность обстановки) не тормозит проявления агрессивности • в новой, незнакомой обстановке проявляет агрессивные реакции 	01234 01234
Реакция на ограничение	<ul style="list-style-type: none"> • при попытке удержать в состоянии гнева яростно сопротивляется 	01234
Реактивность (чувствительность агрессии других)	<ul style="list-style-type: none"> • проявляет агрессивные реакции первым • первым отнимает игровой предмет, игрушку у другого ребенка • проявляет агрессивные реакции на агрессивные действия других • толкается, когда обижают • бьет других детей, если ребенка случайно толкнули 	01234 01234 01234 01234 01234
Чувствительность присутствию других	<ul style="list-style-type: none"> • ситуация совместной деятельности провоцирует агрессивное поведение у ребенка • присутствие других (детей, взрослых) • провоцирует агрессивность у ребенка • щиплет на глазах у всех • толкает сверстника на глазах у всех 	01234 01234 01234 0 1234 01234
Физическая направленная агрессия, предмет	<ul style="list-style-type: none"> • ломает постройку на глазах у всех • ребенок стремится разорвать игровую предметную карточку, книжку • ребенок бросает предмет об стенку • ребенок стремится бросить мяч в другого человека сильнее, чем это требуется по правилам игры • отрывает кукле руки, ноги 	01234 01234 01234 01234 01234
Агрессия, направленная на сверстников	<ul style="list-style-type: none"> • толкает других детей в состоянии раздражения • походя, мимоходом ударяет встречающих • бьет других детей в состоянии раздражения • ударяет детей и внезапно успокаивается • стремится ткнуть в глаз (пальцем, предметом) • кусает других детей в состоянии раздражения 	01234 01234 01234 01234 01234 01234
Агрессия, направленная на себя	<ul style="list-style-type: none"> • просит себя стукнуть еще раз • берет на себя вину за других • рвет на себе волосы • щиплет себя в состоянии раздражения 	01234 01234 01234 01234 01234

	<ul style="list-style-type: none"> • кусает себя в состоянии раздражения 	
Агрессия, направленная на взрослого (в раннем и дошкольном возрасте)	<ul style="list-style-type: none"> • бьет родителей по руке за то, что они не дают разбрасывать игрушки 	01234
	<ul style="list-style-type: none"> • бьет чужого взрослого по руке за то, что он не дает разбрасывать игрушки и т.п. 	01234
	<ul style="list-style-type: none"> • тянет взрослого за волосы только при нарастании утомления или пресыщения 	01234
	<ul style="list-style-type: none"> • в состоянии пониженного настроения бьет чужого взрослого кулачком 	01234
	<ul style="list-style-type: none"> • в состоянии пониженного настроения бьет родителя кулачком 	01234
	<ul style="list-style-type: none"> • царапает взрослого 	01234
	<ul style="list-style-type: none"> • беспричинное недоброжелательное отношение к члену семьи 	01234
	<ul style="list-style-type: none"> • больно бьет ногой бабушку 	01234
		01234 01234
Вербальная (словесная) агрессия	<ul style="list-style-type: none"> • говорит обидные, грубые слова детям 	01234 01234
	<ul style="list-style-type: none"> • говорит обидные слова взрослым 	01234 01234
	<ul style="list-style-type: none"> • говорит нецензурные слова детям 	
	<ul style="list-style-type: none"> • говорит нецензурные слова взрослым 	
Агрессивность в виде угрозы	<ul style="list-style-type: none"> • замахивается, но не ударяет другого 	01234 01234
	<ul style="list-style-type: none"> • пугает другого 	
Агрессия направленная на животных	<ul style="list-style-type: none"> • щиплет кошку 	01234 01234
	<ul style="list-style-type: none"> • выкручивает кошке хвост 	01234
	<ul style="list-style-type: none"> • специально наступает на лапы собаке 	01234
	<ul style="list-style-type: none"> • отрывает крылышки насекомым 	
Агрессия разных видов и направленности	<ul style="list-style-type: none"> • агрессия (физическая, словесная, скрытая, в виде угроз), направленная на все окружающее (предметы, близких людей, животных и пр.) 	01234
Неупорядоченные проявления агрессии	<ul style="list-style-type: none"> • плюется в состоянии раздражения 	01234

Чтобы определить уровень агрессивности у ребенка, сложите полученные баллы.

Уровень I - от 0 до 67 баллов. Вероятнее всего, что у ребенка нет опасности закрепления ситуационно-личностных реакций агрессии как патохарактерологических; ребенок самостоятельно овладевает собственной агрессивностью.

Уровень II - от 67 до 134 баллов. Есть опасность закрепления агрессивных реакций как патохарактерологических; ребенку требуется помощь в овладении собственным поведением.

Уровень III - от 134 до 201 балл. Ребенку требуется значительная психолого-педагогическая и медикаментозная помощь в овладении агрессивностью как расстройством поведения и эмоций.

Уровень IV - от 201 до 268 баллов. Психолого-педагогическая помощь взрослого почти не оказывает влияние на агрессивное поведение, требуется медикаментозная помощь ребенку.

Помните, что если ситуационно-личностные реакции агрессии проявляются устойчиво не менее 6 месяцев, то это требует особого внимания со стороны взрослого.

Анкета «Критерии агрессивного ребенка»

1. Временам кажется, что в него вселился злой дух.
2. Он не может, промолчат, когда чем-то недоволен.
3. Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.
4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.
5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что-то разбивает, потрошит.
6. Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.
7. Он не прочь подразнить животных.
8. Переспорить его трудно.
9. Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает.
10. Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.
11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все на-оборот.
12. Часто не по возрасту ворчлив.
13. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.
14. Любит быть первым, командовать, подчинят себе других.
15. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виновных.
16. Легко ссорится, вступает в драку.
17. Старается общаться с младшими и физически более слабыми.
18. У него нередко приступы мрачной раздражительности.
19. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.
20. Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.

Критерии оценки:

Высокая агрессивность – 15-20 баллов,

Средняя агрессивность – 7-14 баллов,

Низкая агрессивность – 1- 6 баллов.

«Кактус»

графическая методика М.А. Панфиловой

Цель – выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности.

Инструкция. На листе бумаги (формат А4) нарисуй кактус, такой, какой ты его себе представляешь!

Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. Ребенку дается столько времени, сколько ему необходимо. По завершении рисования с ребенком проводится беседа. Можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Кактус домашний или дикий?
2. Его можно потрогать? Он сильно колется?
3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают: поливают, удобряют?
4. Кактус растет один или с каким то растением по соседству?
5. Если растет с соседом, то, какое это растение?
6. Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

Обработка результатов и интерпретация

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

- пространственное положение
- размер рисунка
- характеристики линий
- сила нажима на карандаш

Агрессия - наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.

Импульсивность - отрывистые линии, сильный нажим

Эгоцентризм, стремление к лидерству - крупный рисунок, в центре листа

Зависимость, неуверенность - маленький рисунок внизу листа

Демонстративность, открытость - наличие выступающих отростков, необычность форм
Скрытность, осторожность - расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса
Оптимизм - использование ярких цветов, изображение «радостных» кактусов
Тревога - использование темных цветов, преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии
Женственность - наличие украшения, цветов, мягких линий, форм
Экстравертированность - наличие других кактусов, цветов
Интровертированность - изображен только один кактус
Стремление к домашней защите, чувство семейной общности - наличие цветочного горшка, изображение домашнего кактуса
Стремление к одиночеству - изображен дикорастущий кактус, пустынный кактус

Проективная методика «Несуществующее животное»

Ребенку дается инструкция придумать и нарисовать несуществующее животное, затем назвать его несуществующим именем.

Метод исследования построен на теории психомоторной связи. Для регистрации состояния психики используется исследование состояния моторики (в частности, моторики доминантной руки), зафиксированное в виде графического следа движения (рисунка).

По своему характеру тест относится к проективной методике. Статистической проверке или стандартизации не подвергается, поэтому анализируется подобно свободному рисунку; результат анализа может быть представлен в описательных формах.

Экспериментальный материал.

Для исследования лучше использовать белый или слегка кремовый, не глянцевый лист бумаги; набор цветных карандашей средней мягкости.

Интерпретация рисунка.

При интерпретации рисунка в качестве показателей, свидетельствующих о наличии у подростка агрессии, можно выделить следующие:

- рот с зубами;
- присутствие на голове дополнительных деталей (рога — защита, в сочетании с

другими признаками агрессии);

- когти, иглы, щетина;
- контур фигуры выполнен в острых углах.

Данные, полученные при интерпретации рисунка по перечисленным выше показателям, заносятся в таблицу, где знаком "+" обозначается наличие того или иного признака.

Интерпретация данных проективной методики «Несуществующее животное».

Данные проективной методики «Несуществующее животное» фиксируются в форме таблицы или в письменном виде по следующим критериям:

ПОЛОЖЕНИЕ РИСУНКА НА ЛИСТЕ. В норме рисунок расположен по средней линии стандартного вертикального листа. Положение рисунка ближе к верхнему краю листа (чем больше, тем выраженнее) трактуется как высокая самооценка, недовольство собственным положением в социуме и недостаточность признания со стороны окружающих; претензия на продвижение, тенденция к самоутверждению, претензия на признание.

Положение рисунка в нижней части — обратные показатели: неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, неуверенность, незаинтересованность в своем социальном положении, признании, отсутствие тенденции к самоутверждению.

ЦЕНТРАЛЬНАЯ СМЫСЛОВАЯ ЧАСТЬ ФИГУРЫ (голова или заменяющие ее детали). Голова, повернутая вправо — устойчивая тенденция к деятельности — почти все, что задумывается или планируется, осуществляется или, по крайней мере, начинает осуществляться, если даже не доводится до конца (человек активно переходит к реализации своих планов, наклонностей).

Голова, повернутая влево — тенденция к рефлексии, размышлению. Испытуемый «не человек действия», лишь незначительная часть замыслов реализуется или начинает реализовываться. Нередки нерешительность, страх, боязнь перед активным действием (что именно, надо выяснить дополнительно).

Положение в фас, т. е. голова, направленная на рисующего, трактуется как эгоцентризм. На голове расположены детали, соответствующие органам чувств — уши, рот, глаза.

Глазам придается особое значение. Это символ присущего человеку страха (японский рисунок после Хиросимы). Это значение особенно подчеркивается резкой подрисовкой радужки. Обратите внимание на наличие или отсутствие ресниц. Ресницы — показатель истероидно-демонстративных манер. Для мужчин — женственные черты характера с подрисовкой радужки или зрачка совпадают редко. Ресницы — это также заинтересованность в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придание этому большого значения.

Значение детали «уши» прямое: заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих для себя (дополнительно по другим показателям, по их сочетанию определяется, предпринимает ли испытуемый что-либо для положительной оценки или только дает соответствующие реакции на окружающих: радость, гордость, обида, огорчение, не изменяя при этом своего положения).

Деталь «Рот» можно оценивать следующим образом. Приоткрытый рот в сочетании с языком — болтливость, в сочетании с подрисовкой губ трактуется как чувственность. Иногда и то, и другое вместе. Открытый рот без подрисовки губ и языка, особенно зачерченный, трактуется как легкость возникновения страхов и опасений, недоверия. Рот с зубами — вербальная агрессия, в большинстве случаев защитная: огрызается, защищается, грубит в ответ на осуждение или порицание. Для детей и подростков значение рта округлой формы означает боязливость и тревогу. Увеличенный (по отношению к фигуре в целом) размер головы говорит о том, что испытуемый ценит рациональное начало, а, возможно, и эрудицию в себе и окружающих.

На голове часто расположены дополнительные детали: рога — защита, агрессия (определить в сочетании с другими признаками агрессии — ногтями, щетиной, иглами). Характер этой агрессии — спонтанный или защитно-ответный.

Перья — тенденция к самоукрашению или к самооправданию и демонстративности.

Грива, шерсть, подобие прически — чувственность, подчеркивание своего пола, иногда ориентировка на свою сексуальную роль.

НЕСУЩАЯ ЧАСТЬ ФИГУРЫ (опорная - ноги, лапы, постаменты). Рассматривается основательность этой части фигуры по отношению к размеру всей фигуры и по форме — основательность, обдуманность, рациональность принятия

решений, опора на существенную и значимую информацию, на существенные положения. В противном случае — поверхностность и неосновательность суждений, легкомысленность выводов, иногда импульсивность принятия решений — особенно при полном или частичном отсутствии ног. Обратит внимание на характер соединения ног с корпусом: соединены точно, тщательно или небрежно, слабо, или не соединены совсем. Это характер контроля над своими рассуждениями, выводами, решениями. Однотипность и однонаправленность, а также повторяемость формы ног любых элементов в одной части — конформность суждений и установок в принятии решений, стационарность, банальность. Разнообразие в положении этих деталей говорит о своеобразии установок и суждений, самостоятельности, небанальности, соответственно необычности формы, даже о творческом начале в норме или инакомыслии (ближе к патологии).

ЧАСТИ, ВОЗВЫШАЮЩИЕСЯ НАД УРОВНЕМ ФИГУРЫ, могут быть функциональные или украшающие. Крылья, дополнительные ноги, щупальца, детали панциря, перья, бантик, что-то вроде завитушек, кудрей, цветков. Первые — это энергия, охват разных областей человеческой действительности, уверенность в себе, самораспространение с неделикатными, неразборчивыми утешениями окружающих, либо любознательность, «соучастие» как можно в большем количестве мероприятий, завоевание себе места под солнцем увлеченность своей деятельностью, смелостью мероприятий — соответственно значению символа (щупальца, крылья и т.д.). Вторые — демонстративность, склонность к обращению на себя внимания, манерность.

Хвосты — выражают отношение к собственным действиям или поступкам, или решениям, размышлениям, вербальной продукцией — по тому, повернут ли хвост вправо (+) на листе или влево (-), судят об окраске этого отношения, которая выражена в направлении хвоста. Вверх — уверенно, положительно, бодро. Хвост же, падающий вниз, показывает недовольство собой, подавленность, сожаление, раскаяние и т.д. Особое внимание следует обратить на хвосты, состоящие из нескольких, иногда повторяющихся звеньев. Особенно на пышные, длинные, разветвленные. Их направленность также имеет значение: вправо — по поводу своих действий и поведения, влево — по поводу своих мыслей, решений, пропущенного момента, собственной нерешительности.

КОНТУР ФИГУРЫ. Важно наличие или отсутствие выступов (типа шипов, панциря, игл, прорисовки или затемнения линий контура). Это защита от окружающих. Агрессивная защита, если рисунок выполнен в острых углах; страх или тревога, если есть затемнение контурной линии; опасение и подозрительность, если поставлены щиты; «заслоны», направленные вверх - против людей, реально имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т.е. против старших по возрасту, родителей, учителей, начальников, руководителей. Направленность: защиты вниз — против насмешек, непризнания, отсутствия авторитетов у нижестоящих подчиненных, боязнь осуждений. Боковые — дифференцированная опасливость, готовность к защите и самозащите любого порядка и в разных ситуациях. То же самое — элементы защиты, расположенные не по контуру, внутри контура, на самом корпусе животного. Справа — больше в процессе деятельности (реальной), а слева — защита своих мнений, убеждений.

ОБЩАЯ ЭНЕРГИЯ оценивается количеством изображенных деталей: только ли необходимое, чтобы дать представление о животном (тело, голова, конечности и т.д.) с заполнением контуров без штриховки и дополнительных линий или же имеет место щедрое изображение не только необходимых, но и усложняющих конструкцию деталей (дополнительных). Соответственно, чем выше энергия, тем больше деталей, и, наоборот, отсутствие таковых — экономия энергии, астеничность, органика: хроническое соматическое заболевание. То же подтверждается характером линий: при астении — слабая, паутинообразная. Обратный же характер линии не является полярным (жирная с нажимом), это не энергия, а тревожность. Особенно обратите внимание на резко продавленные линии, видимые даже с обратной стороны (судорожный, высокий тонус мышц рисующей руки — резкая тревожность). Обратите внимание также на то, какая деталь, какой символ выполнен подобным образом, к чему привязана тревожность.

ТЕМАТИЧЕСКИ животные делятся на угрожающих, угрожаемых и нейтральных. Это отношение испытуемого к своему «Я», представление о своем положении в мире, об идентификации себя по значению с животными. В данном случае, рисуемое животное — представитель самого рисующего. **УПОДОБЛЕНИЕ ЖИВОТНОГО ЧЕЛОВЕКУ**, начиная с постановки животного в положение прямохождения (две лапы, вместо четырех и т.д.), кончая одеванием животного в человеческую одежду, включая похожесть морды

на лицо, ног и лап на руки — свидетельствуют об инфантилизме, эмоциональной незрелости. Механизм сходен с аллегорическим значением животных и их характеров в сказках, притчах. Фигура круга, особенно ничем не заполненного, символизирует тенденцию к сокрытию, замкнутости своего внутреннего мира, нежелание давать сведения о себе окружающим, наконец, нежелание подвергаться тестированию. Обратите внимание на акцент сексуальных признаков — вымени, сосков, груди при человеческой фигуре. Это отношение к полу, вплоть до фиксации на проблемах секса. Редко и очень необычно обращает на себя внимание вмонтировка механических частей в живую часть животного — постанова на постамент, танковые или транспортные гусеницы, треножник, прикрепление к голове пропеллера, винта, проводов, вмонтирование в глаза электроламп, проводов в тело или конечности, рукояток и клавиш, антенн и т.д. Это наблюдается, главным образом, у больных шизофренией и редко у глубоких шизоидов.

ТВОРЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ выражены обычно количеством сочетающихся в фигуре элементов. Банальность, отсутствие творческого начала принимает форму готового, существующего животного.

НАЗВАНИЕ может выражать рациональное соединение смысловых частей («Летающий заяц», «Бегемот»). Другие варианты словообразования с книжно-научным, иногда латинским суффиксом или окончанием («Реболетиус», «Воплиолярис»). Первое — рациональность, направленная установка на определенную ориентацию. Второе — демонстративность (разума, эрудиции). Встречаются названия поверхностно-звуковые без всякого осмысления («Гряктер», «Лелые»), знаменующие легкомыслие. Наблюдаются и ироническо-юмористические названия («Рипочурка», «Давашпор», «Пузыриес»), характеризующие соответствующее отношение к окружающему. Инфантильные названия имеют обычно повторяющиеся элементы («Трутру»). Склонностям к фантазированию (чаще всего защитного порядка) выражается непомерно длинным названием.

Наличие тех или иных качеств говорит о том, что у подростка наблюдается агрессивное поведение

Опросник Басса-Дарки

Опросник Басса-Дарки разработан А. Басс и А. Дарки в 1957 г. и предназначен для диагностики агрессивных и враждебных реакций. Под агрессивностью понимается

свойство личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-объектных отношений. Враждебность понимается как реакция, развивающая негативные чувства и негативные оценки людей и событий. Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций:

1. Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.
2. Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.
3. Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
6. Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
7. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).
8. Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Инструкция. Прочитывая или прослушивая зачитываемые утверждения, примеряйте, насколько они соответствуют вашему стилю поведения, вашему образу жизни, и отвечайте одним из возможных ответов: «да» и «нет».

Опросник

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 выполняю.
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.

Обработка результатов и интерпретация

Ответы оцениваются по 8 шкалам.

1. Физическая агрессия (k=11):	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 1, 25, 31, 41, 48, 55, 62, 68
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 9, 7
2. Вербальная агрессия(k=8):	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 33, 66, 74, 75
3. Косвенная агрессия (k=13):	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 26, 49
4. Негативизм (k=20):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 4,12,20,28,
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 36
5. Раздражение (k=9):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 11, 35, 69
6. Подозрительность (k=11):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59

"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 33, 66, 74, 75
7. Обида (k=13):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 5, 13, 21, 29, 37, 44, 51, 58
8. Чувство вины (k=11):	
"да"= 1, "нет" = 0	вопросы: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54,61,67

Индекс агрессивности включает в себя 1, 2 и 3 шкалу; индекс враждебности включает в себя 6 и 7 шкалу.

Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 ± 4 , а враждебности – $6-7 \pm 3$. При этом обращается внимание на возможность достижения определенной величины, показывающей степень проявления агрессивности.

Пользуясь данной методикой, необходимо помнить, что агрессивность, как свойство личности, и агрессия, как акт поведения, могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы личности. Поэтому опрос-ником Басса-Дарки следует пользоваться в совокупности с другими методиками: личностными тестами психических состояний (Кэттелл, Спилберг), проективными методиками (Люшер) и т.д.

Приложение 4

Материал для консультаций или бесед с родителями и педагогами

Тема: « О действенных дисциплинарных методах»

Уважаемые родители! Дисциплина... Для многих это неприятное слово Оно напоминает об отце с ремнём, угрозах, шлепках и прочих унижительных карах. Однако дисциплина заключается не в этом. Само слово, взятое из латыни и означающее «учить», изначально не имело ничего общего с правилами и наказаниями. Приучать малыша к дисциплине – значит заронить в его душу семена самоконтроля. Сразу они не прорастут, однако, при правильном «питании» станут основой будущего поведения. Единого правильного способа приучить малыша к дисциплине не существует, зато есть несколько хорошо действующих методов. Какой Вам выбрать и когда им воспользоваться, зависит от личности ребёнка, Вашего характера и специфики обстоятельств.

Отметьте хороший поступок ребёнка. Большинство детей рано усваивают, что хорошее поведение не так привлекает родительское внимание, как шалости. Мама уже полчаса не поднимает взгляд от книжки? Самое время пошалить, а результаты будут совершенно определённые. Поэтому в следующий раз, когда малыш поступит нехорошо, чтобы привлечь Ваше внимание, отреагируйте как можно сдержаннее (он добивается именно сильной реакции, пусть даже негативной). Зато когда он бережно переворачивает страницы Вашей книги или тихо играет, пока Вы моете посуду, не скупитесь на похвалу. Живо откликайтесь на хорошее поведение ребёнка, а не на его проступки.

Наказание должно соответствовать проступку. Ребёнок вряд ли в достаточной мере оценит, что лишён телепередачи из-за шедевра, который он изобразил цветным мелком на обоях. Зато ему наверняка станет ясна Ваша цель, если Вы немедленно уберёте мелки и вернёте их только после обеда.

Дайте ребёнку пострадать от неизбежных последствий его неправильного поведения. Один из главных уроков, который преподносит жизнь, состоит в том, что любое действие имеет результат. Не старайтесь каждый раз защитить малыша от последствий его проступков (если они не были случайными), не исправляйте их молниеносно.

Рассмотрите возможность «перерыва». Не все специалисты согласны с тем, что «перерыв» является разумным способом приучить ребёнка к дисциплине, однако, многие родители не могут без него обойтись. Степень его эффективности, очевидно, зависит от

мнения родителей и от характера ребёнка. Идея метода состоит в том, чтобы дать вышедшему из-под контроля ребёнку время самостоятельно успокоиться и взять себя в руки. Очень часто время на «лавочке штрафников» помогает нейтрализовать взрывоопасную ситуацию. Применяя этот метод, помните, что прибегать к нему можно только в тех случаях, когда ребёнок совершает неприемлемые поступки после Ваших предупреждений, а не первое нарушение. Место, выбранное для «перерыва», должно быть безопасным и в пределах видимости родителей (нельзя запира́ть ребёнка в туалете или в тёмной комнате). Не пользуйтесь детской кроваткой или комнатой: эти места должны вызывать у ребёнка только положительные эмоции. Отпускать ребёнка с должен тот взрослый, который отправил его на «перерыв». И учтите, что очень ранимые малыши, когда их отправляют в угол, чувствуют себя брошенными и начинают безутешно рыдать. При таких обстоятельствах «перерыв» не лучший способ приучить ребёнка к дисциплине. Постарайтесь также не передозировать «перерывы» и не делать их своей единственной методикой. Приберегите их для действительно серьёзных нарушений.

Честно предупредите. Если Вы застали ребёнка в момент, когда он собирается совершить что-нибудь нехорошее или уже делает это, предупредите: «Если ты не прекратишь, пока я сосчитаю до трёх, то я...» Затем, разумеется, Вам следует сдержать обещание, иначе Ваши слова лишатся всякого смысла.

Объясните, за что наказываете. Даже самый маленький ребёнок может понять, что Вы отобрали игрушку, потому что он швырнул её в сестру, или поставили его в угол, потому что застали в момент, когда он обрывал листья с фикуса. Просто, доходчиво объясните ребёнку, за что он получил наказание.

Не откладывайте наказание. У детей короткая концентрация внимания. Вполне возможно, что, когда Вы закончите гневную тираду, ребёнок уже забудет, за что его наказывают. Если Вы наказываете ребёнка после обеда за утренний проступок, можете быть уверены: никакой связи в мозгу у ребёнка между проступком и вашим наказанием не возникнет.

Повторите, за что наказываете. Когда наказание уже позади, неплохо коротко напомнить о событиях, которые привели к нему.

Простите и забудьте. После того как малыш «расплатился» за своё поведение, жизнь должна вернуться в нормальное русло. Ни затаённая обида, ни нравоучительные нотации с Вашей стороны не допустимы. Не должно быть также усиленного внимания или задабривания, иначе малыш подумает, что Вы раскаиваетесь в том, что наказали его.

Юмор на службе дисциплины. Юмор облегчает жизнь. Он поднимает настроение и делает дисциплинарные методы эффективными, не даёт кричать или злиться и позволяет малышу уступить. Если Вы почаще будете воспринимать друг друга с юмором, это добавит Вам и Вашему ребёнку солнечных дней.

Тема: «Как помочь агрессивному ребёнку»

Как вы думаете, почему дети дерутся, кусаются и толкаются, а иногда в ответ на какое-либо, даже доброжелательное, обращение «взрываются» и бушуют?

Причин такого поведения может быть много. Но часто дети поступают именно так потому, что не знают, как поступить иначе. К сожалению, их поведенческий репертуар довольно скуден, и если мы предоставим им возможность выбора способов поведения, дети с удовольствием откликнутся на предложение, и наше общение с ними станет более эффективным и приятным для обеих сторон.

Этот совет (предоставление выбора способа взаимодействия) особенно актуален, когда речь идет об агрессивных детях. Работа воспитателей и учителей с данной категорией детей должна проводиться в трех направлениях:

1. Работа с гневом. Обучение агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева.
2. Обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.
3. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию и т.д.

Работа с гневом

Что такое гнев? Это чувство сильного негодования, которое сопровождается потерей контроля над собой. К сожалению, в нашей культуре принято считать, что проявление гнева — недостойная реакция. Уже в детском возрасте нам внушают эту

мысль взрослые — родители, бабушки, дедушки, педагоги. Однако психологи не рекомендуют каждый раз сдерживать эту эмоцию, поскольку таким образом мы можем стать своеобразной «копилкой гнева». Кроме того, загнав гнев внутрь, человек скорее всего рано или поздно все же почувствует необходимость выплеснуть его. Но уже не на того, кто вызвал это чувство, а на «подвернувшегося под руку» или на того, кто слабее и не сможет дать отпор. Даже если мы очень постараемся и не поддадимся соблазнительному способу «извержения» гнева, наша «копилка», пополняясь день ото дня новыми негативными эмоциями, в один прекрасный день все же может «лопнуть». Причем не обязательно это завершится истерикой и криками. Вырвавшиеся на свободу негативные чувства могут «осесть» внутри нас, что приведет к различным соматическим проблемам: головным болям, желудочным и сердечно-сосудистым заболеваниям. К. Изард публикует клинические данные, полученные Холтом, которые свидетельствуют о том, что человек, постоянно подавляющий свой гнев, более подвержен риску психосоматических расстройств. По мнению Холта, невыраженный гнев может стать одной из причин таких заболеваний, как ревматический артрит, крапивница, псориаз, язва желудка, мигрень, гипертония и др.

Именно поэтому от гнева необходимо освобождаться. Конечно, это не означает, что всем дозволено драться и кусаться. Просто мы должны научиться сами и научить детей выражать гнев приемлемыми, неразрушительными способами.

Поскольку чувство гнева чаще всего возникает в результате ограничения свободы, то в момент наивысшего «накала страстей» необходимо разрешить ребенку сделать что-то, что, может быть, обычно и не приветствуется нами. Причем тут многое зависит от того, в какой форме — вербальной или физической выражает ребенок свой гнев.

Например, в ситуации, когда ребенок рассердился на сверстника и обзывает его, можно вместе с ним нарисовать обидчика, изобразить его в том виде и в той ситуации, в которой хочется «оскорбленному». Если ребенок умеет писать, можно позволить ему подписать рисунок так, как он хочет, если не умеет — сделать подпись под его диктовку. Безусловно, подобная работа должна проводиться один на один с ребенком, вне поля зрения соперника.

Этот метод работы с вербальной агрессией рекомендует В.Оклендер. В своей книге «Окна в мир ребенка» она описывает собственный опыт применения такого подхода.

После проведения такой работы дети дошкольного возраста (6—7 лет) обычно испытывают облегчение.

Правда, в нашем обществе не приветствуется такое «вольное» общение, тем более употребление бранных слов и выражений детьми в присутствии взрослых. Но, как показывает практика, не высказав всего, что накопилось в душе и на языке, ребенок не успокоится. Скорее всего он будет выкрикивать оскорбления в лицо своему «врагу», провоцируя его на ответную брань и привлекая все новых и новых «зрителей». В результате конфликт двоих детей перерастет в общегрупповой или даже в жестокую драку.

Возможно, не удовлетворенный сложившейся ситуацией ребенок, который боится по тем или иным причинам вступать в открытое противодействие, но тем не менее жаждет мести, выберет и другой путь: будет подговаривать сверстников, чтобы те не играли с обидчиком. Такое поведение работает, как мина замедленного действия. Неизбежно разгорится групповой конфликт, только он будет дольше «зреть» и охватит большее количество участников. Метод, предложенный В.Оклендер, может помочь избежать многих неприятностей и будет способствовать разрешению конфликтной ситуации.

Еще один способ помочь детям легально выразить вербальную агрессию — поиграть с ними в игру **«Обзывалки»**. Опыт показывает, что у детей, получивших возможность выплеснуть с разрешения педагога негативные эмоции, а вслед за этим услышавших что-то приятное о себе, уменьшается желание действовать агрессивно.

Помочь детям доступным способом выразить гнев, а педагогу — беспрепятственно провести занятие может так называемый «Мешочек для криков» (в других случаях — «Стаканчик для криков», «Волшебная труба “Крик”» и др.). Перед началом урока каждый желающий ребенок может подойти к «Мешочку для криков» и как можно громче покричать в него.

Таким образом он «избавляется» от своего крика на время занятия. После занятия дети могут «забрать» свой крик обратно. Обычно в конце урока дети с шутками и смехом оставляют содержимое «Мешочка» учителю на память.

В арсенале каждого педагога, безусловно, есть множество способов работы с вербальными проявлениями гнева. Мы привели лишь те, которые оказались

эффективными в нашей практике. Однако далеко не всегда дети ограничиваются вербальной (словесной) реакцией на события. Очень часто импульсивные дети сначала пускают в ход кулаки, а уж потом придумывают обидные слова. В таких случаях нам также следует научить детей справляться со своей физической агрессией.

Воспитатель или учитель, видя, что дети «распетушились» и уже готовы вступить в «бой», может мгновенно отреагировать и организовать, к примеру, спортивные соревнования по бегу, прыжкам, метанию мячей. Причем обидчики могут быть включены в одну команду или находиться в командах-соперницах. Это зависит от ситуации и от глубины конфликта. По завершении соревнований лучше всего провести групповое обсуждение, во время которого каждый ребенок сможет выразить чувства, сопутствующие ему при выполнении задания.

Конечно, проведение соревнований и эстафет не всегда целесообразно. В таком случае можно воспользоваться подручными средствами, которыми необходимо оборудовать каждую группу детского сада и каждый класс. Легкие мячики, которые ребенок может швырять в мишень; мягкие подушки, которые разгневанный ребенок может пинать, колотить, резиновые молотки, которыми можно со всей силы бить по стене и по полу; газеты, которые можно комкать и швырять, не боясь что-либо разбить и разрушить, — все эти предметы могут способствовать снижению эмоционального и мышечного напряжения, если мы научим детей пользоваться ими в экстремальных ситуациях.

Понятно, что в классе во время урока ребенок не может пинать консервную банку, если его толкнул сосед по парте. Но каждый ученик может завести, например, «Листок гнева» (см. *рис. 1*). Обычно он представляет собой форматный лист, на котором изображено какое-либо смешное чудовище с огромным хоботом, длинными ушами или восемью ногами (на усмотрение автора). Хозяин листа в момент наибольшего эмоционального напряжения может смять, разорвать его. Этот вариант подойдет в том случае, если приступ гнева охватил ребенка во время урока.



Рис. 1

Однако чаще всего конфликтные ситуации возникают на переменах. Тогда с детьми можно проводить групповые игры (некоторые из них описаны в разделе [«Как играть с агрессивными детьми»](#)). Ну а в группе детского сада желательно иметь примерно такой арсенал игрушек: надувные куклы, резиновые молотки, игрушечное оружие.

Правда, многие взрослые не хотят, чтобы их дети играли с пистолетами, ружьями и саблями, даже игрушечными. Некоторые мамы не покупают сыновьям оружия вовсе, а воспитатели запрещают приносить его в группу. Взрослым кажется, что игры с оружием провоцируют детей на агрессивное поведение, способствуют появлению и проявлению жестокости. Однако ни для кого не секрет, что, даже если у мальчиков нет пистолетов и автоматов, большинство из них все равно будет играть в войну, используя вместо игрушечного оружия линейки, палки, клюшки, теннисные ракетки. Образ воина-мужчины, живущий в воображении каждого мальчишки, невозможен без украшающего его оружия. Поэтому из века в век, из года в год наши дети (и не всегда это только мальчишки) играют в войну. И кто знает, может быть, это и есть безобидный способ выплеснуть свой гнев. Кроме того, всем известно, что именно запретный плод особенно сладок. Настойчиво запрещая игры с оружием, мы тем самым способствуем возбуждению интереса к этому виду игры. Ну а тем родителям, которые все-таки выступают против пистолетов, автоматов, штыков, можно посоветовать: пусть

попробуют предложить ребенку достойную альтернативу. Вдруг получится! Тем более что существует множество способов и работы с гневом, и снятия физического напряжения ребенка. Например, игры с песком, водой, глиной.

Из глины можно слепить фигурку своего обидчика (а можно даже нацарапать чем-то острым его имя), разбить, смять ее, расплющить между ладошками, а затем при желании восстановить. Причем именно то, что ребенок по собственному желанию может уничтожать и восстанавливать свое произведение, и привлекает детей больше всего.

Игра с песком, как и с глиной, тоже очень нравится ребятам. Рассердившись на кого-либо, ребенок может закопать фигурку, символизирующую врага, глубоко в песок, попрыгать на этом месте, налить туда воды, прикрыть кубиками, палками. С этой целью дети часто используют маленькие игрушки из «киндер-сюрпризов». Причем иногда они сначала помещают фигурку в капсулу и только после этого закапывают.

Закапывая-раскапывая игрушки, работая с сыпучим песком, ребенок постепенно успокаивается, возвращается к играм в группе или приглашает сверстников поиграть в песок вместе с ним, но уже в другие, совсем не агрессивные игры. Таким образом, мир восстанавливается.

Небольшие бассейны с водой, размещенные в группе детского сада, — настоящая находка для воспитателя при работе со всеми категориями детей, особенно с агрессивными.

О психотерапевтических свойствах воды написано много хороших книг, и каждый взрослый, вероятно, умеет использовать воду в целях снятия агрессии и излишнего напряжения детей. Вот несколько примеров игр с водой, которые придумали сами дети.

1. Одним каучуковым шариком сбивать другие шарики, плавающие на воде.
2. Сдувать из дудочки кораблик.
3. Сначала топить, а затем наблюдать, как «выпрыгивает» из воды легкая пластмассовая фигурка.
4. Струей воды сбивать легкие игрушки, находящиеся в воде (для этого можно использовать бутылочки из-под шампуня, наполненные водой).

Мы рассмотрели первое направление в работе с агрессивными детьми, которое условно можно назвать «работа с гневом». Хотелось бы отметить, что гнев не обязательно приводит к агрессии, но чем чаще ребенок или взрослый испытывает

чувство гнева, тем выше вероятность проявления различных форм агрессивного поведения.

Обучение навыкам распознавания и контроля негативных эмоций

Следующим очень ответственным и не менее важным направлением является обучение навыкам распознавания и контроля негативных эмоций. Далеко не всегда агрессивный ребенок признается, что он агрессивен. Более того, в глубине души он уверен в обратном: это все вокруг агрессивны. К сожалению, такие дети не всегда могут адекватно оценить свое состояние, а тем более состояние окружающих.

Как уже отмечалось выше, эмоциональный мир агрессивных детей очень скуден. Они с трудом могут назвать всего лишь несколько основных эмоциональных состояний, а о существовании других (или их оттенков) они даже не предполагают. Нетрудно догадаться, что в этом случае детям сложно распознать свои и чужие эмоции.

Для тренировки навыка распознавания эмоциональных состояний можно использовать разрезные шаблоны, этюды М.И. Чистяковой, упражнения и игры, разработанные Н.Л. Кряжевой, а также большие таблицы и плакаты с изображением различных эмоциональных состояний (см. рис. 2).



Рис. 2

В группе или классе, где находится такой плакат, дети обязательно перед началом занятий подойдут к нему и укажут свое состояние, даже если педагог не просит их об этом, так как каждому из них приятно обратить внимание взрослого на себя.

Можно научить детей проводить обратную процедуру: самим придумывать названия эмоциональных состояний, изображенных на плакате. Дети должны указать, в каком настроении находятся забавные человечки. Пример такого плаката приводится на *рис. 3*.



Рис. 3. Какое настроение у этих человечков?

Еще один способ научить ребенка понимать свое эмоциональное состояние и развить потребность говорить о нем — рисование. Детей можно попросить сделать рисунки на темы: «Когда я сержусь», «Когда я радуюсь», «Когда я счастлив» и т.д. С этой целью разместите на мольберте (или просто на большом листе на стене) заранее нарисованные фигурки людей, изображенных в различных ситуациях, но без прорисованных лиц. Тогда ребенок сможет при желании подойти и завершить рисунок.

Для того чтобы дети могли верно оценивать свое состояние, а в нужный момент и управлять им, необходимо научить каждого ребенка понимать себя, и прежде всего — ощущение своего тела. Сначала можно потренироваться перед зеркалом: пусть ребенок скажет, какое настроение у него в данный момент и что он чувствует. Дети очень чутко воспринимают сигналы своего тела и с легкостью описывают их. Например, если ребенок злится, он чаще всего определяет свое состояние так: «Сердце колотится, в животе щекотно, в горле кричать хочется, в пальцах на руках как будто иголки колют, щекам горячо, ладошки чешутся и т.д.».

Мы можем научить детей точно оценивать эмоциональное состояние и, значит, вовремя реагировать на сигналы, которые подает нам тело. Режиссер фильма «Деннис-угроза» Дейв Роджерс много раз на протяжении всего действия обращает внимание зрителей на скрытый сигнал, который подает главный герой фильма — шестилетний Деннис. Всякий раз, перед тем как мальчишка созорничает, мы видим его беспокойные бегающие пальцы, которые оператор показывает крупным планом. Затем мы видим «горящие» глаза ребенка, и только после этого следует очередная шалость.

Таким образом, ребенок, если он верно «расшифрует» послание своего тела, сам сможет понять: «Мое состояние близко к критическому. Жди бури». А если ребенок к тому же знает несколько приемлемых способов выплескивания гнева, он может успеть принять правильное решение, тем самым предотвратив конфликт.

Конечно, обучение ребенка распознаванию своего эмоционального состояния и управлению им будет успешным лишь в том случае, если она будет проводиться систематически, изо дня в день, в течение довольно длительного времени.

Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию

Агрессивные дети, как правило, имеют низкий уровень эмпатии. Эмпатия — это способность чувствовать состояние другого человека, умение вставать на его позицию. Агрессивных же детей чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо. Считается, что если агрессор сможет посочувствовать «жертве», его агрессия в следующий раз будет слабее. Поэтому так важна работа педагога по развитию у ребенка чувства эмпатии.

Одной из форм такой работы может стать ролевая игра, в процессе которой ребенок получает возможность поставить себя на место других, оценить свое поведение со стороны. Например, если в классе произошла ссора или драка, можно в кругу разобрать эту ситуацию, пригласив в гости Котенка, или Тигренка, или любых известных детям литературных героев. На глазах у ребят гости разыгрывают ссору, похожую на ту, которая произошла в группе, а затем просят детей помирить их. Дети предлагают различные способы выхода из конфликта. Можно разделить ребят на две группы, одна из которых говорит от имени Тигренка, другая — от имени Котенка. Можно дать детям возможность самим выбрать, на чью позицию им хотелось бы встать и чьи интересы

защищать. Какую бы конкретную форму проведения ролевой игры вы ни выбрали, важно, что в конечном итоге дети приобретут умение вставать на позицию другого человека, распознавать его чувства и переживания, научатся тому, как вести себя в сложных жизненных ситуациях. Общее обсуждение проблемы будет способствовать сплочению детского коллектива и установлению благоприятного психологического климата в классе.

Во время подобных обсуждений можно разыгрывать и другие ситуации, которые чаще всего вызывают конфликты в коллективе: как реагировать, если товарищ не отдает нужную тебе игрушку, что делать, если тебя дразнят, как поступить, если тебя толкнули и ты упал, и др. Целенаправленная и терпеливая работа в этом направлении поможет ребенку с большим пониманием относиться к чувствам и поступкам других и научиться самому адекватно относиться к происходящему.

Кроме того, можно предложить детям организовать театр, попросив их разыграть определенные ситуации, например: «Как Мальвина поссорилась с Буратино». Однако, прежде чем показать какую-либо сценку, дети должны обсудить, почему герои сказки повели себя тем или иным образом. Необходимо, чтобы они попытались поставить себя на место сказочных персонажей и ответить на вопросы: «Что чувствовал Буратино, когда Мальвина посадила его в чулан?», «Что чувствовала Мальвина, когда ей пришлось наказать Буратино?» и др.

Подобные беседы помогут детям осознать, как важно побыть на месте соперника или обидчика, чтобы понять, почему он поступил именно так, а не иначе. Научившись сопереживать окружающим людям, агрессивный ребенок сможет избавиться от подозрительности и мнительности, которые доставляют так много неприятностей и самому «агрессору», и тем, кто находится с ним рядом. А как следствие — научится брать на себя ответственность за совершенные им действия, а не сваливать вину на других.

Правда, взрослым, работающим с агрессивным ребенком, тоже не помешает избавиться от привычки обвинять его во всех смертных грехах. Например, если ребенок швыряет в гнев игрушки, можно, конечно, сказать ему: «Ты — негодник! От тебя одни проблемы. Ты всегда мешаешь всем детям играть!» Но вряд ли такое заявление снизит эмоциональное напряжение «негодника». Наоборот, ребенок, который и так уверен, что

он никому не нужен и весь мир настроен против него, обозлится еще больше. В таком случае гораздо полезнее сказать ребенку о своих чувствах, используя при этом местоимение «я», а не «ты». Например, вместо «Ты почему не убрал игрушки?» можно сказать: «Я расстраиваюсь, когда игрушки разбросаны».

Таким образом, вы ни в чем не обвиняете ребенка, не угрожаете ему, даже не даете оценки его поведению. Вы говорите о себе, о своих ощущениях. Как правило, такая реакция взрослого сначала шокирует ребенка, ожидающего града упреков в свой адрес, а затем вызывает у него чувство доверия. Появляется возможность для конструктивного диалога.

Тема «Как играть с агрессивными детьми»

На первых этапах работы с агрессивными детьми мы рекомендуем подбирать такие игры и упражнения, с помощью которых ребенок мог бы выплеснуть свой гнев. Существует мнение, что этот способ работы с детьми неэффективен и может вызвать еще большую агрессию. Как показывает наш многолетний опыт проведения игровой терапии, на первых порах ребенок действительно может стать более агрессивным (и мы всегда предупреждаем родителей об этом), но через 4—8 занятий «маленький агрессор» начинает вести себя более спокойно. Если педагогу трудно справиться с гневом ребенка, стоит обратиться к специалисту и вести работу параллельно с психологом.

Перечисленные ниже игры способствуют снижению вербальной и невербальной агрессии и являются одним из возможных способов легального выплескивания гнева: «Обзывалки», «Два барана», «Толкалки», «Жужа», «Рубка дров», «Да и нет», «Тух-тиби-дух», «Ворвись в круг».

Психолог Я.А. Павлова рекомендует педагогам включать агрессивных детей в совместные игры с неагрессивными. При этом воспитатель должен находиться рядом и в случае возникновения конфликта помочь ребятам разрешить его прямо на месте. С этой целью полезно провести групповое обсуждение события, которое привело к обострению отношений. Следующим шагом может стать совместное принятие решения о том, как наилучшим образом выйти из создавшегося положения. Выслушивая сверстников, агрессивные дети будут расширять свой поведенческий репертуар, а видя в процессе игры, как другие мальчики и девочки избегают конфликтов, как они реагируют на то, что кто-то другой, а не они, побеждает в игре, как отвечают на обидные слова или шутки

сверстников, агрессивные дети понимают, что совсем не обязательно прибегать к физической силе, если хочешь чего-то добиться. С этой целью можно использовать такие игры, как «Головомяч», «Камушек в ботинке», «Давайте поздороваемся», «Король», «Ласковые лапки», и другие.

Для снятия излишнего мышечного напряжения можно использовать игры, способствующие релаксации, описание которых дается в главе «Как играть с тревожными детьми».

Подвижные игры

«Обзывалки»

Цель: снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме.

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

Игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

«Два барана»

Цель: снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность «легальным образом» выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло.

Воспитатель разбивает детей на пары и читает текст: «Рано-рано два барана повстречались на мосту». Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача — противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издавать звуки «Бе-е-е». Необходимо соблюдать «технику безопасности», внимательно следить, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

«Доброе животное»

Цель: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы — одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох — делаем шаг вперед, на выдох — шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох — 2 шага назад. Вдох — 2 шага вперед. Выдох — 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

«Тух-тиби-дух»

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

«Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово «Тух-тиби-дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами. В этой игре заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться».

«Попроси игрушку» — вербальный вариант

Цель: обучить детей эффективным способам общения.

Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берет в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т.д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику 1: «Ты держишь в руках игрушку (тетрадь, карандаш), которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему другу. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить игрушку

у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать». Инструкция участнику 2: «Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали». Затем участники 1 и 2 меняются ролями.

«Попроси игрушку» — невербальный вариант

Цель: обучение детей эффективным способам общения.

Упражнение выполняется аналогично предыдущему, но с использованием только невербальных средств общения (мимики, жестов, дистанции и т.д.).

После проведения обоих его вариантов (вербального и невербального) можно обсудить упражнение. Дети по кругу могут поделиться своими впечатлениями и ответить на вопросы: «Когда было легче просить игрушку (или другой предмет)?», «Когда тебе действительно хотелось ее отдать? Какие нужно было произносить слова?»

Эту игру можно повторять несколько раз (в разные дни), она будет полезна особенно тем детям, которые часто конфликтуют со сверстниками, так как в процессе выполнения упражнения они приобретают навыки эффективного взаимодействия.

«Прогулка с компасом»

Цель: формирование у детей чувства доверия к окружающим.

Группа разбивается на пары, где есть ведомый («турист») и ведущий («компас»). Каждому ведомому (он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнеру руки на плечи) завязывают глаза. Задание: пройти все игровое поле вперед и назад. При этом «турист» не может общаться с «компасом» на вербальном уровне (не может разговаривать с ним). Ведущий движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий — других туристов с компасами.

После окончания игры дети могут описать, что они чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнера.

«Зайчики»

Цель: дать ребенку возможность испытать разнообразные мышечные ощущения, научить задерживать внимание на этих ощущениях, различать и сравнивать их.

Взрослый просит детей представить себя веселыми зайчиками в цирке, играющими на воображаемых барабанах. Ведущий описывает характер физических действий — силу, темп, резкость — и направляет внимание детей на осознание и сравнение

возникающих мышечных и эмоциональных ощущений. Например, ведущий говорит: «Как сильно зайчики стучат на барабанах! А вы чувствуете, как напряжены у них лапки? Ощущаете, какие лапки твердые, не гнутся! Как палочки! Чувствуете, как напряглись у вас мышцы в кулачках, ручках, даже в плечиках?! А вот лицо нет! Лицо улыбается, свободное, расслабленное. И животик расслаблен. Дышит... А кулачки напряженно стучат!.. А что еще расслаблено? Давайте еще попробуем постучать, но уже медленнее, чтобы уловить все ощущения». Кроме упражнения «Зайчики», рекомендуется проводить упражнения на релаксацию мышц, которые подробно описаны в разделе «Как играть с тревожными детьми».

«Я вижу...»

Цель: установить доверительные отношения между взрослым и ребенком, развивать память и внимание малыша.

Участники, сидя в кругу, по очереди называют предметы, которые находятся в комнате, начиная каждое высказывание словами: «Я вижу...». Повторять один и тот же предмет дважды нельзя.

«Ласковые лапки»

Цель: снять мышечное напряжение рук, помочь снизить агрессивность ребенка, развить чувственное восприятие, способствовать гармонизации отношений между ребенком и взрослым.

Взрослый подбирает 6—7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасался к руке — отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

«Толкалки»

Цель: научить детей контролировать свои движения.

Скажите следующее: «Разбейтесь на пары. Встаньте на расстояние вытянутой руки друг от друга. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями о ладони

своего партнера. По сигналу ведущего начните толкать своего напарника, стараясь сдвинуть его с места. Если он сдвинет вас с места, вернитесь в исходное положение. Отставьте одну ногу назад, и вы почувствуете себя более устойчиво. Тот, кто устанет, может сказать: “Стоп”».

Время от времени можно вводить новые варианты игры: толкаться, скрестив руки; толкать партнера только левой рукой; толкаться спиной к спине.

«Жужа»

Цель: научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.

«Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет «Жужей».

Взрослый должен следить, чтобы «дразнилки» не были слишком обидными.

«Рубка дров»

Цель: помочь детям переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее во время игры.

Скажите следующее: «Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!» Для проведения этой игры можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди.

«Головомяч»

Цель: развивать навыки сотрудничества в парах и тройках, научить детей доверять друг другу.

Скажите следующее: «Разбейтесь на пары и ложитесь на пол друг напротив друга. Лечь нужно на живот так, чтобы ваша голова оказалась рядом с головой

партнера. Положите мяч точно между вашими головами. Теперь вам нужно его поднять и встать самим. Вы можете касаться мяча только головами. Постепенно поднимаясь, встаньте сначала на колени, а потом на ноги. Пройдитесь по комнате».

Для детей 4—5 лет правила упрощаются: например, в исходном положении можно не лежать, а сидеть на корточках или стоять на коленях.

«Аэробус»

Цель: научить детей согласованно действовать в небольшой группе, показать, что взаимное доброжелательное отношение товарищей по «команде» дает уверенность и спокойствие.

«Кто из вас хотя бы раз летал на самолете? Можете ли вы объяснить, что держит самолет в воздухе? Знаете ли вы, какие бывают типы самолетов? Хочет ли кто-нибудь из вас стать Маленьким Аэробусом? Остальные ребята будут помогать Аэробусу “летать”».

Один из детей (по желанию) ложится животом вниз на ковер и разводит руки в стороны, как крылья самолета.

С каждой стороны от него встает по три человека. Пусть они присядут и просунут руки под его ноги, живот и грудь. На счет «три» они одновременно встанут и поднимают Аэробус с поля...

Так, теперь можно потихонечку поносить Аэробус по помещению. Когда он почувствует себя совершенно уверенно, пусть закроет глаза, расслабится, совершит «полет» по кругу и снова медленно «приземлится» на ковер».

Когда Аэробус «летит», ведущий может комментировать его полет, обращая особое внимание на аккуратность и бережное отношение к нему. Вы можете попросить Аэробус самостоятельно выбрать тех, кто его понесет. Когда вы увидите, что у детей все получается хорошо, можно «запускать» два Аэробуса одновременно.

«Бумажные мячики»

Цель: дать детям возможность вернуть бодрость и активность после того, как они чем-то долго занимались сидя, снизить беспокойство и напряжение, войти в новый жизненный ритм.

Перед началом игры каждый ребенок должен скомкать большой лист бумаги (газеты) так, чтобы получился плотный мячик.

«Разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждая из них выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно 4 метра. По команде ведущего вы начинаете бросать мячи на сторону противника. Команда будет такой: «Приготовились! Внимание! Начали!»

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на ее стороне, на сторону противника. Услышав команду «Стоп!», вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячей на полу. Не перебегайте, пожалуйста, через разделительную линию». Бумажные мячики можно будет использовать еще неоднократно.

«Дракон»

Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.

Играющие становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник — «голова», последний — «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

Игры за партами

Для агрессивных детей можно порекомендовать следующие игры за партами: «Драка», «Дудочка» (упражнение описано в разделе «Как играть с тревожными детьми»), «Ловим комаров», «Пальчиковые игры» и другие.

«Глаза в глаза»

Цель: развивать в детях чувство эмпатии, настроить на спокойный лад.

«Ребята, возьмитесь за руки со своим соседом по парте. Смотрите друг другу только в глаза и, чувствуя руки, попробуйте молча передавать разные состояния: «я грущу», «мне весело, давай играть», «я рассержен», «не хочу ни с кем разговаривать» и т.д.

После игры обсудите с детьми, какие состояния передавались, какие из них было легко отгадывать, а какие трудно.

«Маленькое привидение»

Цель: научить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.

«Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко.

Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить». Затем педагог хлопает в ладоши: «Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!»

Тема: «Как правильно вести себя с агрессивным ребенком?»

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем не только для врачей, педагогов и психологов, но и для общества в целом. Актуальность темы несомненна, поскольку число детей с таким поведением стремительно растет. Это вызвано суммацией целого ряда неблагоприятных факторов:

1. ухудшением социальных условий жизни детей;
2. кризисом семейного воспитания;
3. невниманием школы к нервно-психическому состоянию детей;
4. увеличением доли патологических родов, оставляющих последствия в виде повреждений головного мозга ребенка.

Свою долю вносят и средства массовой информации, кино- и видеоиндустрия, регулярно пропагандирующие культ насилия.

В последние годы научный интерес к проблемам детской агрессивности существенно возрос, но, к сожалению, работы большей частью заключают в себе теоретические рассуждения о ее механизмах и проявлениях. В то же время, исследований, основанных на реальном опыте коррекции и терапии, относительно немного. Между тем, особенно важной является помощь дошкольникам, агрессивность которых находится только в стадии становления. Это позволяет предпринять своевременные корректирующие меры.

В данной статье приводятся конкретные практические рекомендации родителям и педагогам по тому, как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессию в

отношении взрослых или сверстников. Экстренное вмешательство при агрессивных проявлениях. В ряде случаев при проявлениях детской или подростковой агрессии требуется срочное вмешательство взрослых. Экстренное вмешательство нацелено на уменьшение или избегание агрессивного поведения в напряженных, конфликтных ситуациях. Для более конструктивного воздействия на агрессивные реакции детей и подростков разработаны специальные рекомендации для педагогов и родителей, но их знание не повредит и психологам.

Следующие правила экстренного вмешательства позволят в конфликтной ситуации обеспечить позитивное разрешение конфликтов.

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

В тех случаях, когда агрессия детей и подростков не опасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:

- полное игнорирование реакций ребенка/подростка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- выражение понимания чувств ребенка ("Конечно, тебе обидно...");
- переключение внимания, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня");
- позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты устал").

Так как агрессия естественна для людей, то адекватная и неопасная агрессивная реакция часто не требует вмешательства со стороны. Дети нередко используют агрессию просто для привлечения к ним внимания. Если ребенок/подросток проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест, и уводят от решения проблемы.

Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло "здесь и сейчас", не припоминая прошлых поступков. Иначе у ребенка возникнет чувство обиды, и он будет не в состоянии критично оценить свое поведение. Вместо распространенного, но неэффективного "чтения морали", лучше показать ему негативные последствия его поведения, убедительно продемонстрировав, что агрессия больше всего вредит ему самому. Очень важно также указать на возможные конструктивные способы поведения в конфликтной ситуации.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи.

Для этого используются следующие приемы:

- констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");
- констатирующий вопрос ("ты злишься?");
- раскрытие мотивов агрессивного поведения ("Ты хочешь меня обидеть?", "Ты хочешь продемонстрировать силу?");
- обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению ("Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит");
- апелляция к правилам ("Мы же с тобой договаривались!").

Давая обратную связь агрессивному поведению ребенка/подростка, взрослый человек должен проявить, по меньшей мере, три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость. Последняя касается только конкретного проступка, ребенок/подросток должен понять, что родители любят его, но против того, как он себя ведет.

3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Родителям и специалистам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми. Когда ребенок или подросток демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции - раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослым нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний, понять характер, силу и длительность возобладавших над ними чувств.

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не

подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

4. Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией - уменьшить напряжение ситуации. Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

- повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
- демонстрация власти ("Учитель здесь пока еще я", "Будет так, как я скажу");
- крик, негодование;
- агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор "сквозь зубы";
- сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт посторонних людей;
- непреклонное настаивание на своей правоте;
- нотации, проповеди, "чтение морали";
- наказания или угрозы наказания;
- обобщения типа: "Вы все одинаковые", "Ты, как всегда...", "Ты никогда не...";
- сравнение ребенка с другими детьми - не в его пользу;
- команды, жесткие требования, давление;
- оправдания, подкуп, награды.

Некоторые из этих реакций могут остановить ребенка на короткое время, но возможный отрицательный эффект от такого поведения взрослого приносит куда больше вреда, чем само агрессивное поведение.

5. Обсуждение проступка.

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. В то же время, обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, и только затем обсуждать в группе или семье (и то не всегда). Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно

обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но, прежде всего, для самого маленького агрессора.

6. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком/подростком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично минимизировать вину подростка ("Ты не важно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить подростку/ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребенку/подростку компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении (то есть на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

7. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитания "контролируемой агрессии" у ребенка - демонстрация моделей неагрессивного поведения. При проявлениях агрессии обе стороны теряют самообладание, возникает дилемма - бороться за свою власть или разрешить ситуацию мирным способом. Взрослым нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- нерефлексивное слушание (*нерефлексивное слушание* - это слушание без анализа (рефлексии), дающее возможность собеседнику высказаться. Оно состоит в умении внимательно молчать. Здесь важны оба слова. Молчать - так как собеседнику хочется,

чтобы его услышали, и меньше всего интересуют наши замечания; внимательно - иначе человек обидится и общение прервется или превратится в конфликт. Все, что нужно делать - поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился.);

- пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- внушение спокойствия невербальными средствами;
- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- использование юмора;
- признание чувств ребенка.

Дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие - искренность взрослого, соответствие его невербальных реакций словам.

Типы агрессии у детей и способы построения отношений.

1. Гиперактивно-агрессивный ребенок.

Двигательно расторможенным детям труднее быть дисциплинированными и послушными. Такие дети, воспитываясь в семье по типу "кумира" или в атмосфере вседозволенности, попадая в коллектив сверстников, могут становиться агрессивными. Необходимо грамотно выстраивать систему ограничений, используя в том числе и игровые ситуации с правилами. Стимулируйте умение у детей признавать собственные ошибки. Учите их не сваливать свою вину на других. Развивайте чувство эмпатии, сочувствия к другим, сверстникам, взрослому и живому миру.

2. Агрессивно-обидчивый и истощаемый ребенок.

Обидчивость ребенка может быть связана не только с недостатками в воспитании или трудностями обучения, но и с болезнью роста, особенностями созревания нервной системы и организма. Повышенная чувствительность, раздражительность, ранимость могут провоцировать агрессивное поведение. Помогите ребенку разрядить психическое напряжение, повозитесь вместе с ним в шумной игре, поколотите что-нибудь. И стремитесь избегать ситуаций перенапряжения, если ребенок почти всегда агрессивен.

3. Агрессивный ребенок с оппозиционно-вызывающим поведением.

Если ребенок часто грубит, но не всем, а только родителям, знакомым ему людям, то, наверное, в ваших взаимоотношениях что-то не так: вы редко занимаетесь и общаетесь с ребенком; вы уже не образец для подражания, как раньше; ребенку скучно, нечем

заняться, и он переносит на вас собственное настроение и проблемы, перекладывает ответственность за свое поведение. Попробуйте решать проблемы вместе, в сотрудничестве с ребенком, но не за него.

4. Агрессивно-боязливый ребенок.

Враждебность, подозрительность могут быть средством защиты ребенка от мнимой угрозы, "нападения". Работайте со страхами, моделируйте, т.е. создавайте опасную ситуацию и вместе с ребенком преодолевайте ее, при этом ситуация должна быть на грани приятного с неприятным с преобладанием приятного.

5. Агрессивно-бесчувственный ребенок.

Есть дети, у которых способность к эмоциональному отклику, сопереживанию, сочувствию к другим нарушена. Причины могут быть в неблагоприятных условиях семейного воспитания, нарушениях интеллектуального развития ребенка, а также в чертах эмоциональной холодности, черствости, уплощенности, повышенной аффективной (эмоциональной) возбудимости, которые передаются от родителей или близких ребенка.

Такой ребенок часто раздражается или, наоборот, равнодушен, толкается, дерется, говорит обидные слова, грубо обращается с животными, и при этом ему трудно понять, что другому, т.е. обиженному, плохо или больно.

Старайтесь стимулировать гуманные чувства у такого ребенка: жалеете, гладьте кошек и собак, ухаживайте за животными; обращайтесь внимание ребенка на грустное, подавленное состояние другого человека и стимулируйте желание помочь.

Если это не помогает, приучайте ребенка нести ответственность, - "отрабатывать" за свое агрессивное поведение ("А теперь иди извинись", - "погладь по голове", - "пожми руку", - "предложи игрушку обиженному тобой ребенку" и т.п.).

