

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Ремонтненская средняя школа № 2»  
Ремонтненского района



Программа психологического сопровождения для обучающегося по  
индивидуальному плану, Шарова Ильи, 3 класс.  
Коррекции агрессивного поведения младших школьников  
«Играя, победишь вражду»,  
на 2020-2021 учебный год

Составитель:

Педагог-психолог

Семенякова Александра Игоревна

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность темы:

Современный мир динамичен, быстр, нестабилен и, вместе с тем, весьма озлоблен. Общество постоянно диктует ценностные ориентиры и качественные характеристики, которыми должен быть наделен представитель социума. Быстро развивающаяся социальная реальность, заставляет человека быть энергичным, мобильным, целеустремленным и напористым. Эти качества, в конечном итоге, могут сделать индивида жестоким и агрессивным.

Эта проблема носит глобальный характер и активно обсуждается в мировой прессе, на интернет форумах, телевизионных передачах, где подчеркивается, что агрессивность и жестокость молодеет.

Довольно часто общественностью поднимаются вопросы, которые касаются случаев детской жестокости не только по отношению к животным, но и к сверстникам. Подобные случаи ужасают выбором способов издевательства в отношении детей друг другу. Такое поведение приводит к тому, что дети перестают адекватно общаться и взаимодействовать с окружающими людьми, теряют связь с социальной действительностью и, как следствие, пользуются нежелательными формами социализации.

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее частых проблем в детском коллективе. Она волнует не только педагогов, но и родителей. Те или иные формы агрессии характерны для большинства младших школьников. Практически все дети ссорятся, дерутся, обзываются и пр. Обычно с усвоением правил и норм поведения эти непосредственные проявления детской агрессивности уступают место просоциальным формам поведения. Однако у определённой категории детей агрессия как устойчивая форма поведения не только сохраняется, но и развивается, трансформируясь в устойчивое качество личности. В итоге снижается продуктивный потенциал ребёнка, сужаются возможности полноценного общения, деформируется его личностное развитие. Агрессивный ребёнок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

Проблема агрессивного поведения младших школьников чрезвычайно актуальна для современного общества. Рост агрессивных тенденций, распространение насилия и жестокости на экране и в средствах массовой информации вызывают озабоченность родителей и педагогов. Свою роль играет также увлечённость детей видео и компьютерными играми агрессивного содержания. Таким образом, агрессивность в детском возрасте, нарушает процесс благоприятной социализации, поэтому профилактика агрессивности в младшем школьном возрасте является актуальной и требующей особого внимания. Проблеме агрессивного поведения личности посвящено большое количество работ, как в отечественной, так и зарубежной психологии.

Неблагоприятное воздействие учебной деятельности, признается основным фактором развития школьной дезадаптации, при которой агрессия понимается как реакция

гиперкомпенсации такими учеными, как: Н.Г.Атаянц, Т.А.Артемова, М.М.Безруких, Е.И.Бережкова, Е.Ю.Борисова, Т.В.Бурменская, Н.В.Вострокнутов, Л.А.Грищенко, С.П.Ефимова, Н.Н.Заваденко, В.Е.Каган, О.А.Карабанова, В.В.Ковалев, С.А.Косабуцкая, Н.Г.Манелис, Г.Р.Новикова, А.С.Петрухин, А.М.Прихожан, Е.Е.Сапогова, Н.Н.Снегинова, В.В.Сорокина, Л.В.Тарабакина, О.А.Таротенко, Т.Ю.Успенская, А.Н.Фомичева и др.

В работах Г.С.Абрамовой, А.Л.Венгер, В.В.Давыдова, Л.Б.Ительсон, Я.Л.Коломенского, В.Я.Ляудис, А.К.Марковой, Д.Б.Эльконина и других в качестве основного новообразования младшего школьного возраста называется новая система экзистенциальных отношений ребенка к себе, к миру, к деятельности, в которой он участвует, что обуславливает развитие его мотивационно-потребностной, морально-нравственной, операционной и других сфер. Эта новая система отношений описывает содержание понятия субъектной активности индивида в ведущей деятельности (А.К.Абульханова — Славская, А.В.Брушлинский, А.А.Волочков, М.И.Воловикова и др.).

Но несмотря на большое количество исследований проблем агрессии, данная проблема остается недостаточно изученной.

Цель данной программы: формирование у агрессивных младших школьников устойчивых поведенческих реакций, обеспечивающих эмоциональную адекватность в контактах с окружающим миром.

Задачи:

- Снизить уровень агрессивности и тревожности;
- Обучить способам регуляции эмоционального поведения;
- Обучить анализу своего внутреннего состояния;
- Обучить детей речевым средствам общения, умению конструктивного общения и выхода из конфликтных ситуаций.

Этапы реализации программы

1. Этап сбора и анализа информации (информационно-аналитическая деятельность).
2. Этап планирования, организации, координации (организационно-исполнительская деятельность).
3. Этап диагностики коррекционно-развивающей образовательной среды (контрольно-диагностическая деятельность).
4. Этап регуляции и корректировки (регулятивно-корректировочная деятельность).

Направления работы по программе отражают её основное содержание:

- диагностическая работа обеспечивает своевременное выявление детей с агрессивным поведением, проведение их комплексного обследования и подготовку рекомендаций по

оказанию им психолого-медико-педагогической помощи в условиях образовательного учреждения;

- коррекционно-развивающая работа обеспечивает своевременную специализированную помощь в освоении содержания образования и коррекцию недостатков в поведенческом развитии детей, способствует формированию универсальных учебных действий у обучающихся (личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных);

- консультативная работа обеспечивает непрерывность специального сопровождения детей с агрессивным поведением и их семей по вопросам реализации дифференцированных психолого-педагогических условий обучения, воспитания, коррекции, развития и социализации обучающихся;

· информационно-просветительская работа направлена на разъяснительную деятельность по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для данной категории детей, со всеми участниками образовательного процесса — обучающимися (как имеющими, так и не имеющими недостатки в развитии), их родителями (законными представителями), педагогическими работниками.

Данная программа разработана для детей младшего школьного возраста.

Практическая значимость работы: данный материал может быть полезен учителям начальных классов, воспитателям группы продлённого дня, родителям обучающихся.

Ожидаемые результаты

Программа позволяет школьникам снизить уровень агрессивности, усваивать групповые правила поведения, создает безопасное пространство для общения, расширяет продуктивность поведенческих реакций.

## 2. Понятие и сущность агрессивного поведения

В современной психологии различают понятия "агрессия" и "агрессивность". Первое обычно рассматривают как отдельные действия и поступки, второе - как относительно устойчивое свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное.

Лонгитюдные исследования показывают, что агрессивность закладывается в детстве, становится устойчивой чертой характера и сохраняется на протяжении всей жизни.

Агрессивность в определенных пределах необходима любому человеку. Она может служить способом самозащиты, отстаивания своих прав, удовлетворения желаний и достижения цели. Выраженная в приемлемой форме агрессивность играет важную роль в способности

ребенка адаптироваться к новой обстановке, познавать новое, добиваться успеха. В то же время агрессивность в форме враждебности и ненависти способна нанести вред, сформировать нежелательные черты характера - либо задиры и хулигана, либо труса, неспособного постоять за себя. И то, и другое может привести к деструктивному поведению ребенка, даже в отношении людей, которых он любит.

При работе с агрессивным поведением необходимо помнить о том, что оно складывается из трех аспектов: познавательного, эмоционального и волевого. Познавательный компонент включает в себе понимание ситуации, выделение объекта и обоснование мотива для проявления агрессии. Эмоциональный компонент представляет собой отрицательные эмоции: гнев, отвращение, презрение, злость. Эмоциональные переживания недоброжелательности, злости, мстительности часто сопровождают агрессивные действия, но не всегда приводят к агрессии. Поэтому так важно учить детей распознавать и регулировать свои эмоции. Наконец, волевой компонент - это целеустремленность, настойчивость, решительность и инициативность. В рамках этого компонента находятся умение преодолевать импульсивность, владение навыками саморегуляции. Степень выраженности компонентов в каждом отдельном случае может варьироваться. Кроме того, уровень агрессивности детей может меняться в зависимости от ситуации, может принимать устойчивые формы.

Агрессивное поведение может вызывать ряд психологических особенностей личности, таких, как:

- сниженная самооценка;
- низкий уровень самоконтроля;
- недостаточное развитие интеллекта;
- неразвитость коммуникативных навыков;
- повышенная возбудимость нервной системы вследствие различных причин (травма, болезни, стресс и пр.).

3. Основные направления педагогической деятельности по коррекции агрессивного поведения младших школьников

### 3.1 Диагностика проблем детей с агрессивным поведением

Причинами возникновения агрессивного поведения детей младшего школьного возраста могут быть особенности семейного воспитания (отвержение, гиперопека, насилие в семье, демонстрация родителями агрессивного отношения к окружающим), стрессы в социальном окружении, индивидуальные особенности ребёнка (впечатлительность, восприимчивость, ведущие к возникновению страхов и тревожности), фрустрация базовых потребностей ребёнка (в движении, самостоятельности, общении со сверстниками), различные заболевания и т.д.

Частой причиной детской агрессивности является семья. Если детство ребёнка сопровождается агрессивным поведением родителей в обыденных жизненных ситуациях (крики, ругань, хамство, унижения, взаимные упрёки и оскорбления), он живёт в атмосфере его неприятия, нелюбви к нему (безразличие, устранение от общения с ребёнком, нетерпимость и властность, унижение, физическое наказание в составе личности).

Существуют разные формы и разные причины агрессивного поведения младших школьников. Оно сопровождается возрастными кризисами (примерно одного года, трёх, семи, десяти лет). Вспышки агрессии могут быть вызваны заболеваниями мозга, воспалительными процессами в организме и т.д., а также быть компенсацией незащищённости или безысходности, выходом накопленного напряжения, средством привлечения внимания и т.д. Возможно, ребёнок просто не знает, как поступить иначе, ведь поведенческий опыт у детей ещё невелик. Агрессия может быть и последствием воспитания. Младшие школьники с агрессивным поведением часто теряют контроль над собой, спорят, ругаются, дразнят животных, ломают игрушки, дерутся, не думают о последствиях своих поступков, недооценивают собственную враждебность, в своих проблемах винят окружающих и обстоятельства, выражают свои чувства действиями, а не словами, их не волнуют страдания жертвы, ответная агрессия, они общаются чаще с младшими и физически более слабыми детьми.

Причинами агрессии могут быть и характерологические особенности младшего школьника, например гиперактивность, склонность к аффективным вспышкам, возникающим по ничтожному поводу, раздражение, эгоцентризм, упрямство.

### 3.2 Формы и методы педагогической поддержки

Коррекционная работа с такими детьми традиционно ведётся по нескольким направлениям.

Во-первых, необходимо научить ребенка способам выражения гнева в приемлемой форме. Сдерживая агрессию, "загоняя" ее внутрь себя, гнев рано или поздно найдет выход, причем интенсивность его выражения будет значительно выше, чем это могло бы быть ранее. Помимо этого, накопление гнева может привести к развитию стресса и другим психологическим и психосоматическим расстройствам.

Во-вторых, необходимо научить ребенка некоторым способам саморегуляции, умению распознавать и контролировать свои эмоции в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.

В-третьих, необходимо дать ребенку возможность выплеснуть накопившуюся двигательную энергию и освободиться от усталости.

И, наконец, не менее важно научить ребенка способам эффективного общения и уверенного поведения, помочь ему овладеть приемами разрешения проблемных ситуаций "мирным" путем, без драк и скандалов, а также формировать у ребенка способности к эмпатии, доверию, сочувствию и сопереживанию.

#### Организационные принципы и условия проведения занятий

Организация деятельности учителя- психолога в рамках программы коррекции агрессивного поведения детей должна строиться с учетом следующих принципов:

гуманизма - утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому ребенку, исключение принуждения и насилия над личностью;

конфиденциальности - информация, полученная учителем в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению. Участие обучающихся, должно быть сознательным и добровольным.

компетентности - учитель четко определяет и учитывает границы собственной компетентности

ответственности – учитель заботится, прежде всего, о благополучии детей и не использует результаты работы им во вред.

В структуре занятий используются разнообразные формы и методы работы:

дискуссия;

работа в парах;

работа в малых группах;

психологическая игра;

визуализация;

ролевое проигрывание ситуаций;

арттерапевтические техники;

проективные методы диагностики эмоциональной сферы;

дыхательная гимнастика.

Требования к проведению коррекционно-развивающей программы:

Программа предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста (7-11 лет), индивидуальная или групповая, максимальная - 9-10 человек.

Занятия проводятся не реже 1 раза в неделю при условии постоянства времени и места. Оптимальный режим проведения занятий - 2 раза в неделю.

Продолжительность занятия - 40 минут.

Длительность программы - 16 занятий.

Групповая работа должна проводиться в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении, в интерьере комнаты должны преобладать спокойные неяркие цвета. Для обеспечения занятий необходимы: бумага, простые и цветные карандаши, ручки, пластилин, мяч, глубокая тарелка, мягкие игрушки, клубок ниток, музыкальный проигрыватель.

Структура занятий включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку и основное упражнение. Ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и ритуал прощания (при необходимости рефлексия проводится после выполнения конкретного упражнения).

Этапы реализации программы:

Ориентировочный этап - 2 занятия.

Задачи: знакомство и установление эмоционально-положительного контакта с ребенком, ориентировка детей в обстановке игровой комнаты, введение норм и правил поведения на занятиях, санкций за их нарушения, разработка ритуалов приветствия и прощания, знакомство детей друг с другом.

Методы и приемы работы: эмпатическое слушание и предоставление детям свободы и инициативы, игры-знакомства.

Этап объективирования трудностей развития и конфликтных ситуаций - 2 занятия.

Задачи: объективирование негативных тенденций личностного развития ребенка в игре и общении со сверстниками и взрослыми, диагностика особенностей поведения и эмоциональной сферы ребенка, обеспечение эмоционального отреагирования ребенком чувств и переживаний, связанных с негативным прошлым опытом взаимодействия.

Методы и приемы работы: методики "Ежик", "Несуществующее животное" и др. арттерапевтические техники, игры с правилами.

Конструктивно-формирующий этап - 8 занятий.

Задача: решение тех задач, на которые направлен тренинг.



Методы и приемы работы: эмпатическое активное слушание, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры с правилами, игровые упражнения на развитие эмпатии, лучшее осознание чувств и эмоций, умения доверять друг другу, релаксационные техники, арттерапевтические методы.

Обобщающе-закрепляющий этап - 4 занятия.

Задача: подведение итогов - чему участники научились, что они теперь умеют и т.д. Перенос нового позитивного опыта в практику реальной жизни ребенка и его отношений с другими людьми.

Методы и приемы работы: проигрывание ситуаций, использование "домашних заданий".

Методы отслеживания эффективности программы:

Структура диагностического исследования состоит из двух срезов: на начало работы по программе (в течение первых встреч) и на момент окончания (на последнем занятии и в последующие дни).

Методика самооценки эмоциональных состояний Н. П. Фетискина "Градусник".

Методика получения обратной связи "Ежик".

Проективная методика "Несуществующее животное".

Для оценки эффективности программы может быть также использована анкета для педагога "Критерии агрессивности ребенка".

Цель программы: научить детей контролировать свои агрессивные устремления и выражать их в формах, приемлемых в обществе.

Задачи:

- учитывать возрастные особенности ребенка
- прививать ему новые формы поведения
- корректировать аффективное поведение
- формировать моральные представления
- регулировать поведение в коллективе

Ожидаемый результат:

- умение владеть собой; развитие интеллектуальных способностей, дающих возможность успевать в учебе

Форма работы:

- Приоритет активных методов.
- Занятия проводятся в виде тренинга, основой которого является игротерапия.  
Способы, применимые к детям, - это «золотые правила» педагогики:
- запрещать, повышать голос, – значит, использовать самые неэффективные приемы преодоления агрессивности. Напротив, выражение вами удивления, недоумения, ограничения по поводу неадекватного поведения ребенка формирует в нем сдерживающие начала;
- на любые позитивные сдвиги в поведении необходимо реагировать сразу же. Это бывает нелегко, но не забывайте, что ребенок хочет постоянно чувствовать, что его принимают и ценят.

Специфические методы коррекции:

- релаксационный тренинг, который используется и в ходе урока, и на специальных занятиях.
- возможность ребенку выплеснуть свою агрессию, сместить ее на другие объекты
- личный пример взрослого, не допускающего при детях вспышек гнева.

Блоки коррекции:

1. Снятие враждебности
2. Социализация агрессивности
3. Коррекция неприятия ребенком самого себя
4. Снятие агрессивности
5. Коррекция конфликтности

### Учебно-тематический план занятий

№	занятия	кол-во часов	Формы практической работы	дата
	Занятие 1 Ориентировочный этап		- создание положительной мотивации и заинтересованности детей в занятиях; - снятие эмоциональной напряженности детей: создание атмосферы защищенности и доверия в группе; - обучение навыкам сотрудничества и дружелюбию во взаимоотношениях с окружающими сверстниками. психологические игры, проективные методы диагностики эмоциональной сферы	09.09
	Занятие 2		- снятие эмоциональной напряженности; - развитие навыков сотрудничества и	16.09

			внимательного отношения друг к другу. психологические игры, дискуссия	
	Занятие 3 Этап объективирования трудностей развития и конфликтных ситуаций		- формирование мотивации совместной деятельности; - изучение агрессивности учащихся путем погружения в сказку; - отреагирование чувства злости, снятие мышечного напряжения; - мышечная релаксация. психологические игры, проективные методы диагностики эмоциональной сферы, дыхательная гимнастика	23.09
	Занятие 4		- формирование мотивации совместной деятельности; - развитие чувства эмпатии, умения распознавать разные эмоциональные состояния; - диагностика актуального эмоционального фона; - формирование позитивного восприятия окружающей действительности, чувства доброты. психологические игры, проективные методы диагностики эмоциональной сферы, дыхательная гимнастика	30.09
	Занятие 5 Конструктивно- формирующий этап		- обучение навыкам восприятия музыки и умения находить соответствующие ей образы; - формирование эмоционального равновесия - развитие навыков анализа агрессивного поведения, причин его вызывающих. психологические игры, арттерапевтические техники	07.10
	Занятие 6		- способствовать снятию эмоционального напряжения; -отреагирование гнева а приемлемой форме;	14.10

			- мышечная релаксация. психологические игры, арттерапевтические техники, дыхательная гимнастика	
	Занятие 7		- обучение приемлемым способам выражения гнева; - развитие чувства эмпатии, умения распознавать разные эмоциональные состояния. психологические игры, арттерапевтические техники	21.10
	Занятие 8		- снятие эмоционального и мышечного напряжения; - формирование навыков позитивного общения; - от реагирование гнева. психологические игры, арттерапевтические техники	11.11
	Занятие 9		- обучение навыкам эффективного взаимодействия, навыкам сотрудничества; - снятие психоэмоционального напряжения. психологические игры	18.11
	Занятие 10		- развитие интереса и способности к пониманию своего внутреннего мира и эмоций других людей, расширение багажа знаний об эмоциональных состояниях; - развитие способности сознавать причины своего агрессивного поведения, поиск путей выхода из конфликтных ситуаций. психологические игры, дискуссия	25.11
	Занятие 11		- развитие чувства эмпатии, умения понимать эмоциональные состояния другого человека;	02.12

			- обучение навыкам контроля и управления гневом. психологические игры, арттерапевтические техники	
	Занятие 12		- развитие умения сочувствовать, сопереживать, навыка тактильного восприятия другого человека; - формирование опыта доверия к окружающим; - формирование навыков сотрудничества. психологические игры	09.12
	Занятие 13 Обобщающе-закрепляющий этап		- создание атмосферы группового доверия и принятия; - снятие негативных настроений, психоэмоционального напряжения; - адаптация к новым способам поведения. психологические игры, дискуссия	16.12
	Занятие 14		- обучение навыкам распознавания мотивов поведения других людей, законов общения с окружающими, возможность получения «обратной связи» своей стратегии поведения; - обеспечение возможности увидеть различные варианты поведения в спорных ситуациях, тренировка применения конструктивных способов разрешения конфликтов. ролевые проигрывания ситуаций, дискуссия	23.12
	Занятие 15		- обучение эффективным способам общения; - формирование позитивной самооценки уверенного поведения. ролевые проигрывания ситуаций, визуализация, психологическая игра	13.01
	Занятие 16		- диагностика актуального эмоционального состояния;	20.01

			<p>- способствовать осознанию детьми своих внутренних возможностей и формирование образа позитивного будущего;</p> <p>- развитие эмпатийного отношения к окружающим, навыков рефлексии;</p> <p>- обобщение и закрепление полученных знаний, навыков.</p> <p>психологические игры, проективные методы диагностики эмоциональной сферы, дискуссия</p>	
--	--	--	---	--

#### Список литературы:

- 1.Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов. - СПб.:Речь, 2006.- 144с.
- 2.Вачков И. В. Групповые методы в работе школьного психолога / И. В. Вачков. - М.:Ось-89, 2002. - 224 с.
- 3.Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство. - М.: Владос-Пресс, 2003. - 160с.
- 4.Долгова А.Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция. - М.:Генезис, 2009. - 216с.
- 5.Залесская О.В., Казанцева О.В. Младшие школьники с ЗПР. Уроки общения: пособие для практического психолога / О. В. Залесская. - М.: Школьная Пресса, 2005. - 28 с.
- 6.Захаров А.И. Психотерапия невротизма у детей и подростков.- Л., 1982. - 216 ГУ, 2004.
- 7.Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. - М.:Генезис, 2000.- 192с.
- 8.Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской терапии. - М.: Класс, 2005. - 336с.
- 9.Практикум по психологическим играм с детьми и подростками/Под редакцией М.Р.Битяновой - СПб, Питер, 2005.- 304с
- 10.Психологическая коррекция агрессивного поведения детей / Т.П.Смирнова. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. - 154с.
- 11.Психодиагностика эмоциональной сферы личности: практическое пособие / авт.-сост. Г. А. Шалимова. - М.: АРКТИ, 2006. - 232 с.
- 12.Справочник по групповой психокоррекции / О.Н.Истратова, Т.В.Эксакусто. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 443с.