ВВЕДЕНИЕ

В наше время, когда людям так не хватает эмоционально-

го контакта и понимания, часто можно встретить агрессивных детей. Сегодня вряд ли кого-то можно удивить статистическими данными о росте детской преступности. Взрослые порой просто не знают, как побороть все возрастающую детскую жестокость, враждебность. Гнев, злоба, месть как формы проявления агрессивности разрушают общество. Большинство ученых считают, что агрессия влечет за собой злонамеренное поведение. Само понятие «агрессия» происходит от

латинского слова «аггеззю» — нападение. В психологическом словаре агрессия определяется как мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам, установленным в обществе, и наносящее вред объектам нападения, приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (Психологический словарь. / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г.Мещерякова. — М.,1997).

Признаки агрессивности могут проявляться уже в детстве.

В качестве основных причин агрессивности у детей можно вы-

делить следующие:

— демонстрация насилия по телевидению;

— экономическое неблагополучие семьи;

— социальная нестабильность в обществе;

— недостатки воспитания;

— неблагополучная семейная обстановка;

— низкий уровень эмоционально-волевой сферы;

— негативное отношение педагога к ребенку;

— несформированность механизмов саморегуляции поведения и др.

Анализ основных причин, ведущих к проявлению и закреплению в поведении агрессивных тенденций, позволяет выделить общий компонент — насилие. Задача взрослых — содействовать формированию у детей позиции ненасилия, которая, по мнению В.А. Ситарова и В.Г. Маралова, выражается в ненасильственных действиях, усиливающих позитивные намерения другой стороны, сохраняющих независимость и автономность и исключающих нанесение ущерба.

У детей в возрасте 7-9 лет агрессия зачастую становится защитным механизмом, что объясняется эмоциональной неустой-

чивостью. Детям сложно разобраться в мире человеческих отношений, освоить язык чувств. Многого еще не зная и не умея, дети часто нарушают установленные нормы, ведут себя неадекватно.

Детская агрессивность рассматривается как социальное явление, поэтому взрослым очень важно найти пути воспитания у детей миролюбия и доброжелательного поведения.

Одним из способов оказания психолого-педагогической помощи детям 7-9 лет по преодолению агрессивных тенденций в условиях социально одобряемых форм поведения является реализация коррекционно-развивающей программы, получившей название «Уроки добра».

Коррекционно-развивающая программа (на основе программы «Уроки добра» СИ. Семенака ) включает проведение занятий, в процессе которых педагог должен решать ряд важных задач:

— раскрывать сущность полярных понятий — «добро» и

«зло» и эмоций, которые им соответствуют;

— знакомить детей с характеристикой эмоциональных состояний,

присущих человеку;

— учить видеть эмоциональное состояние другого и собственный

эмоциональный образ, соотнося его с конкретной ситуацией;

— развивать эмоциональную произвольность;

— учить конструктивным способам 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, имеющиеся в отечественной (М.И. Чистякова, Н.Л, Кряжева, Н.В. Клюева, Ю.В. Касаткина) и зарубежной литературе, а также авторские находки. В качестве основных методов и приемов используются:

— имитационные игры;

— социально-поведенческий тренинг;

— психогимнастика;

— чтение и обсуждение художественных произведений;

— просмотр и анализ фрагментов мультипликационных

фильмов с последующим моделированием новых версий;

— дискуссии;

— диагностика эмоционального состояния, отношения ребенка

к обсуждаемой проблеме;

— обыгрывание конфликтных ситуаций и моделирование

выхода из них;

— примеры выражения своего эмоционального состояния в рисунке, музыке.

Отработка необходимых поведенческих навыков осуществляется через активное участие каждого ребенка в тренинговых упражнениях, под которыми мы понимаем систему методов, приемов, форм, позволяющих осуществлять корреционно - развивающее воздействие на детей, проявляющих признаки агрессивности.

Рекомендуемая продолжительность занятий — по 30 минут

два раза в неделю в течение двух с половиной месяцев. Всю серию занятий можно условно разделить на три группы:

— первая группа занятий предусматривает формирование

у детей знаний об эмоциональном мире человека и способах

управления им. Взрослый создает ситуации для применения

полученных знаний, побуждает детей к оказанию помощи сказочным персонажам, близким, сверстникам;

— вторая группа занятий направлена на формирование у

детей доброжелательного поведения: взрослый создает на

занятиях различные проблемные ситуации, участвуя в

которых дети приобретают необходимые умения управ-

ления негативными эмоциями. Большое внимание уде-

ляется обучению детей конструктивным способам реше-

ния конфликтных ситуаций, развитию способности со-

переживать, сочувствовать;

— в третьей группе занятий акцент сделан на формирова-

нии осознанного отношения детей к социальным нормам

поведения. Взрослый побуждает детей проявлять добро-

желательность в повседневной жизни. В решении этой

задачи поможет использование на занятии «Волшебной

книги», в которую взрослый записывает после обсуждения

добрые поступки детей как на занятии, так и в повседневной жизни.

Поддержанию интереса к занятиям способствует использование сказочных сюжетов: в гости к детям приходят волшебники — добрый и злой, в которого вселились «драконы» (гнев, злость, обида), детям волшебники дарят сказочную тарелочку

и волшебное яблоко, с помощью которых неожиданно появляются разнообразные объекты. Дети знакомятся с мальчиком Антошей, которому они стремятся помочь и т.п.

Поведенческие навыки отрабатываются с помощью разнообразных приемов, указанных ранее. Каждый ребенок имеет право высказать свое мнение, отношение к той или иной ситуации, поэтому отрицательные оценки детского мнения взрослым на занятиях не допускаются. Каждое

занятие строится на уважении, доверии, взаимопонимании, взаимопомощи.

Для самовыражения ребенка каждое занятие предусматривает использование рисуночных методик, в основе которых лежит моделирование ситуации успеха и ощущения удовольствия. Решению этой задачи способствует использование доступных каждому ребенку приемов: например, дорисовывание пиктограмм, рисование по контуру, «кляксография» и др. Каждое занятие рекомендуется заканчивать слушанием приятной музыки или исполнением веселых детских песен, что, в свою очередь, способствует фиксации положительных эмоций и поддержанию интереса к занятиям.

Критерием эффективности проводимой коррекционно-развивающей работы с детьми может служить:

— исчезновение в поведении агрессивных тенденций и появление доброжелательности;

— преобладание положительных эмоций;

— способность сдерживать нежелательные эмоции или применение приемлемых способов их проявления (не причиняя вред другим);

— изменение характера детских рисунков (преобладание ярких, светлых красок, уверенный контур рисунка, выражение положительных эмоций через рисунок).

Тематика занятий может быть расширена и дополнена —

в зависимости от проблем конкретных детей.

Предлагаемая серия коррекционно-развивающих занятий рекомендуется студентам педагогических учебных заведений, воспитателям, учителям, психологам и всем тем, кто заинтересован в сохранении эмоционального благополучия, в формировании эмпатийного поведения детей.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Цель** | **Количество часов** |
| **Раздел I. Формировать у детей знания об эмоциональном мире человека и способах управления им.** | | | |
| **Занятие 1.** | «Добро и зло» | Раскрыть сущность полярных понятий «добро» и «зло», показать, каким эмоциональным состояниям они соответствуют; учить детей дифференцировать эмоциональный мир человека по мимике, жестам, пантомимике. | 1 |
| **Занятие 2.** | «Наше настроение» | Познакомить детей с понятием «настроение» и его проявлением у добрых и злых людей; показать в доступной форме изменчивость настроения; учить детей понимать настроение другого человека; познакомить со способами управления и регуляции настроения; диагностировать эмоциональное состояние детей. | 1 |
| **Занятие 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. | 1 |
| **Занятие 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 управления ими. |  |
| **Занятие 5.** | «Что делать, если ты злишься» | Продолжать знакомство детей со способами снятия напряжения. "Учить различать добрые и злые чувства и поступки; закреплять способы саморегуляции поведения (снятие отрицательных эмоций). | 1 |
| **Занятие 6.** | «Настроение Бабы Яги» | Продолжать учить детей на примере сказочных персонажей различать и понимать характер эмоционального состояния людей; упражнять в выражении противоположных эмоциональных состояний (веселый-грустный), учить дифференцировать поступки сказочных персонажей и давать им моральную оценку. | 1 |
| **Занятие 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 помощью мимики, речи, рисунка, формировать позитивный образ своего «Я». | 1 |
| **Раздел II. Формировать у детей доброжелательное поведение.** | | | |
| **Занятие 8.** | «Ссора» | Учить детей анализировать поступки, находить причину конфликта; дифференцировать противоположные эмоциональные переживания: дружелюбие и враждебность. Знакомить детей с конструктивными способами решения конфликтных ситуаций и способствовать их усвоению и использованию в поведении. | 1 |
| **Занятие 9.** | «Как справляться с упрямством» | Учить детей анализировать свое эмоциональное состояние; познакомить детей с правилами доброжелательного поведения; -формировать навыки саморегуляции поведения, контроля эмоций. | 1 |
| **Занятие 10.** | «Чувства одинокого человека» | Учить анализировать свое эмоциональное состояние, вербализировать собственные переживания; закреплять знание правил доброжелательного поведения; формировать внимательное отношение к другим людям; во время игр снимать негативные эмоции детей. | 1 |
| **Занятие 11.** | «Физическая и душевная боль» | Познакомить детей с понятием «физическая и эмоциональная (душевная) боль»; научить различать ощущения, которые люди испытывают во время физической и эмоциональной боли; учить детей управлять эмоциями, сопровождающими боль. | 1 |
| **Занятие 12.** | «Учимся понимать других людей» | Закрепить понятия «физическая и эмоциональная боль»; учить детей понимать чувства, переживаемые другими; стимулировать желание оказать помощь, утешить; развивать чувство доброты; формировать навыки социального поведения. | 1 |
| **Занятие 13.** | «Учимся доброжелательности» | Развивать стремление к дружелюбию по отношению к другим; учить правильно выражать свое эмоциональное состояние в поведении; развивать положительную самооценку. | 1 |
| **Занятие 14.** | «Животные – наши друзья» | Развивать у детей чувство доброты, сопереживания, стремление поддерживать других; формировать доброжелательное отношение к животным, желание обрести в животном друга. | 1 |
| **Занятие 15.** | «Жизнь как чудо» | Снятие психоэмоционального напряжения, закрепление положитель­ных эмоций, развитие воображения, раскрытие индивидуальных способов поведения. | 1 |
| **Занятие 16.** | «Проблема одиночества» | Отработка различных способов поведения в ситуации одиночества, развитие навыков психологической саморегуляции в ситуации одиночества, совершенствование навыков межличностной коммуникации. | 1 |
| **Занятие 17.** | «Чему мы научились у кошки и собаки» | Тренировка разнообразных способов поведения в жизненных ситуа­циях, развитие навыков рефлексии. | 1 |
| **Раздел III. Формировать осознанное отношение детей к социальным нормам**  **поведения.** | | | |
| **Занятие 18.** | «Конфликтные ситуации» | Учить детей анализировать конфликтные ситуации; развивать эмоциональную устойчивость в ситуациях проявления агрессии; формировать адекватные формы поведения и коммуникативные навыки; развивать умение снимать эмоциональное напряжение. | 2 |
| **Занятие 19.** | «Поведение в конфликте» | Учить детей управлять своими эмоциями в конфликтных ситуациях, конструктивным способам разрешения конфликтов; формировать осознанное понимание нравственного смысла художественных произведений; развивать понимание чувства обиды, учить выражать его с помощью мимики. Взрослый показывает детям Волшебную книгу, в которую они будут записывать добрые поступки. Беседует с детьми о тех добрых делах, которые они успели совершить, вместе с детьми анализирует их и записывает в Волшебную книгу. | 2 |
| **Занятие 20.** | «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 поведения в повседневной жизни. | 1 |
| **Занятие 21.** | Поведенческий тренинг. | Учить детей анализировать собственное поведение и поступки других; формировать позицию ненасилия; развивать воображение и снимать эмоциональное напряжение путем рисуночной терапии. | 1 |
| **Занятие 22.** | «Способы реагирования на гнев» | Закреплять навыки конструктивного поведения в конфликтных ситуациях; развивать эмоциональную произвольность, эмпатию; формировать осознанное отношение к социальным нормам поведения, положительный образ «Я». | 2 |
| **Занятие 23.** | «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. | 2 |
| **Занятие 24.** | «Наши мечты». | Продолжать закреплять знания о поведении в конфликтных ситуациях; учить сознательно управлять своими эмоциями (обидами); формировать дружелюбное отношение к окружающим; способствовать формированию адекватной самооценки. | 1 |
| **Раздел IV. Развивать у детей способность сопереживать, сочувствовать.** | | | |
| **Занятие 25.** | «Друг в беде не бросит» | Расширить и углубить представления детей о доброжела­тельном отношении к окружающим его людям.  Раскрыть значимость моральной поддержки товарищам, которая может быть выражена в сочувствии. Формировать ценностное отношение ребенка к себе и к окружающим его людям. | 1 |
| **Занятие 26.** | «Друг заболел» | Учить детей понимать эмоциональное и физическое состо­яние своего сверстника, поощрять стремление оказать помощь товарищу. Формировать в сознании детей важность и значимость про­явления сочувствия заболевшему товарищу. Воспитывать доброе отношение детей друг к другу. | 1 |
| **Занятие 27.** | «Как помочь больному другу?» | Закрепить и обобщить представления детей о доброжела­тельном отношении к сверстникам. Побуждать детей к проявлению внимания и заботы о забо­левшем товарище. | 1 |
| **Занятие 28.** | «Учимся понимать боль другого» | Учить различать эмоциональные состояния на примере сказочных персонажей.  Способствовать формированию эмпатии, умению оценить ситуацию и поведение окружающих. | 1 |
| **Занятие 29.** | «Друг всегда рядом» | Формировать представление о душевной боли и пережи­вании обиды, причиной которой может быть равнодушное отношение окружающих.Диагностировать проявление эмпатии. | 1 |
| **Занятие 30.** | «День рождения друга» | Развивать потребность в проявлении гуманных чувств к сверстнику.  Побуждать детей быть внимательными к сверстникам и близким. Учить замечать их переживания и ожидания. | 1 |
| Итого |  |  | 34 |