Федеральное агентство по образованию

Государственное образовательное учреждение

Высшего профессионального образования

Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого

Кафедра практической психологии и педагогики

Курсовая работа

**на тему:**

**Формы выражения агрессии у детей в младшем школьном возрасте**

**агрессивность психология младший школьный**

Тула – 2009

**Содержание**

Введение

1. Агрессия и формы ее проявления у младших школьников

1.1 Проблема агрессии в работах отечественных и зарубежных психологов

1.2 Психологические особенности младшего школьника

1.3 Формы и особенности проявления агрессии у младших школьников

2. Методические основы экспериментальной работы

2.1 Характеристика диагностической программы

2.2 Описание коррекционной программы

3. Результаты исследования по проблеме агрессии у детей младшего школьного возраста

3.1 Результаты констатирующего эксперимента

3.2 Выводы и рекомендации по результатам экспериментальной работы

Заключение

Литература

Приложение

Введение

Нарушения поведения и других психологических проблем связано с рядом неблагоприятных событий в детстве человека. Поэтому проблема агрессии детей весьма актуальна в наши дни. Современный ребенок живёт в мире, сложном по своему содержанию и тенденциям социализации. Личность ребёнка формируется не сама по себе, а в окружающей его среде. Дети получают сведения об агрессии из семьи, из общения со сверстниками, а также из средств массовой информации. Дети с помощью идентификации стараются подражать поведению любимых героев. Это нередко диктует их агрессивное поведение, которое кажется окружающим не вполне адекватным, тем более что обычно такие дети замкнуты и своими фантазиями ни с кем не делятся.

Сочетание неблагоприятных биологических, психологических, семейных и других социально-психологических факторов искажает весь образ жизни детей. Характерным для них становится нарушение эмоциональных отношений с окружающими людьми. Сам образ жизни, среда, стиль и круг общения способствуют развитию и закреплению девиантного поведения. Таким образом, имеющий место отрицательный микроклимат во многих семьях обуславливает возникновение отчуждённости, грубости, неприязни Интенсивное развитие самосознания и самокритичности приводит к тому, что ребёнок обнаруживает противоречия не только в окружающем мире, но и собственного представления о себе. Проблема агрессии была изучена многими исследователями и учеными: (А.Бандура, К. Лоренц, З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер, Р. Бэрон, Д. Ричардсон, Т.Г. Румянцева и И.Б. Бойко, Э. Фромм, В. Стюдент, А. Басс.)

Целью данной работы является изучение особенностей проявления агрессии у детей в младшем школьном возрасте

Объектом является агрессия младшего школьника.

Предметом являются формы проявления агрессии у детей в младшем школьном возрасте.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме агрессивного поведения детей младшего школьного возраста;
2. выявить формы проявления агрессии;
3. подобрать диагностический материал для исследования;
4. разработать программу психокоррекции агрессивного поведения детей;

В качестве гипотезы выдвинуты следующие положения:

1) Формы выражения агрессии имеют гендерные различия:

а) мальчиком свойственна физическая агрессия;

б) девочкам свойственна вербальная агрессия

2) предположительно что у детей с показателями выше среднего по шкале нейротизма в большей степени выражена агрессия.

В процессе работы нами были использованы следующие методы:

– теоретический: анализ психолого-педагогической литературы;

– эмпирические: констатирующий эксперимент, анкетирование, интервьюирование;

– метод статистической обработки результатов: количественный и качественный анализ.

Исследование проводилось на базе общеобразовательного учреждения Новопавшинской средней школы Дубенского района. Выборку составили 8 человек, в возрасте от 7 до 11 лет, из них 4 мальчика и 4 девочки.

1. Агрессия и формы ее проявления у младших школьников

1.1 Проблема агрессии в работах отечественных зарубежных психологов

Проблема агрессивности одна из самых значительных проблем современной психологии. Эта проблема имеет давнюю историю. Многие исследователи в нашей стране и за рубежом занимались проблемой агрессии, но к одному знаменателю не пришли, так как она сложна и многогранна и, следовательно, одного решения быть не может. Различают агрессию как специфическую форму поведения и агрессивность как психическое свойство личности. Агрессия – осознанные действия, которые причиняют или намерены причинить ущерб другому человеку, группе людей или животному. В психологии термин «агрессия» трактуется по-разному. Э. Фромм определяет агрессию более широко, как причинение ущерба не только человеку или животному, но и вообще всякому неживому объекту. Р. Бэрон и Д. Ричардсон считают что агрессия - это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающего подобного обращения. Из отечественных психологов эту точку зрения разделяют Т.Г. Румянцева и И.Б. Бойко. Они рассматривают агрессию как форму социального поведения, которое реализуется в контексте социального взаимодействия, но поведение будет агрессивным при двух условиях: когда имеют место губительные для жертвы последствия, и когда нарушаются нормы поведения. В свете теории социального научения, предложенной Бандурой, агрессия рассматривается как некое специфическое социальное поведение, которое усваивается и поддерживается в основном точно так же, как и многие другие формы социального поведения. Теория социального научения рассматривает агрессию как социальное поведение, включающее в себя действия, «за которыми стоят сложные навыки, требующие всестороннего научения «Например, чтобы осуществить агрессивное действие, нужно знать, как обращаться с оружием, какие движения при физическом контакте будут болезненными для жертвы, а также нужно понимать, какие именно слова или действия причиняют страдания объектам агрессии. Поскольку эти знания не даются при рождении, люди должны научиться вести себя агрессивно.

Несмотря на различия в определении понятия агрессии у разных авторов, идея причинения ущерба (вреда) другому субъекту присутствует практически всегда.

Агрессивность — свойство личности, заключающееся в готовности и предпочтении использования насильственных средств, для реализации своих целей. Агрессивное поведение чаще всего понимается как мотивированные внешние действия, нарушающие нормы и правила сосуществования, наносящие вред, причиняющие боль и страдания людям. Эмоциональный компонент агрессивного состояния — это чувства, и прежде всего гнев. Но не всегда агрессия сопровождается гневом и не всякий гнев приводит к агрессии. Эмоциональные переживания недоброжелательности, злости, мстительности также часто сопровождают агрессивные действия, но они далеко не всегда приводят к агрессии. Важно помнить и о том, что агрессивность в определенных пределах необходима любому человеку. Агрессивность 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 обстановке, познавать новое, добиваться успеха. В то же время агрессивность в форме враждебности и ненависти способна нанести вред, сформировать нежелательные черты характера — либо задиры, хулигана, либо труса, не способного постоять за себя. И то, и другое негативно сказывается на чувствах ребенка, а в крайних случаях может привести к деструктивному поведению даже в отношении людей, которых ребенок любит.

Чаще всего выделяют следующие виды агрессии:

- физическую — проявляющуюся в конкретных физических действиях, направленных против какого-либо лица, либо наносящие вред предметам (ребенок дерется, кусается, ломает, швыряет предметы);

- вербальную — выражающуюся в словесной форме (ребенок кричит, угрожает, оскорбляет других);

- косвенную — непрямая агрессия (ребенок сплетничает, ябедничает, провоцирует сверстников).

Э. Фромм подразделяет агрессию на пять видов:

- доброкачественную - способствующую поддержанию жизни,

- злокачественную - реакция на угрозу интересам индивида,

- инструментальную - представляет собой жесткость и деструктивность и бывает спонтанной и связанной со структурой личности,,

- псевдоагрессию (непреднамеренная, игровая, самоутверждение) - действие, в результате которого может быть нанесен ущерб, но которым не предшествовали злые намерения,

- оборонительную (нападение, бегство, сопротивление, конформизм) - появляется в момент опасности и носит оборонительный характер,.

Кроме того, при подавлении проявления агрессии и в некоторых других случаях агрессия может быть направлена на самого себя (аутоагрессия) – она выражается в нанесении себе вреда (обкусывании ногтей, выдирании волос, частом травмировании).

1.2 Психологические особенности младшего школьника

Младшие школьники отличаются повышенной эмоциональностью. Их эмоционально-волевая и познавательная сферы окрашены сильными переживаниями. Дети еще не умеют сдерживать свои чувства, контролировать их проявление. Они очень непосредственны, откровенны в выражении радости, горя, печали, страха, удовольствия или неудовольствия. Младшие школьники отличаются большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений, склонностью к аффектам, кратковременным и бурным проявлениям чувств. И только с годами развивается способность их регулировать, сдерживать нежелательные проявления. Наличие признаков импульсивного поведения у младших школьников является возрастной особенностью. В силу своего эгоцентризма ребенок заботится только об удовлетворении своих потребностей. Разумеется, поведение ребенка может в большей или меньшей степени отклоняться от нормального. Незначительные отклонения есть у всех детей. В различные периоды жизни появляется или исчезает стремление к отклоняющемуся поведению.

Младшие школьники стремятся к самоутверждению среди сверстников, им свойственна конформность. В то же время огромное значение для развития их личности приобретают мотивы установления и сохранения положительных взаимоотношений с другими детьми. Получение положительных эмоций – первейшая человеческая потребность. Поэтому желание ребенка заслужить одобрение и симпатию сверстников является одним из основных мотивов его поведения. В младшем школьном возрасте потребность в признании проявляется двояко: с одной стороны, ребенок хочет «быть как все», а с другой – «быть лучше, чем все». Данная потребность выражается в готовности быстрее и лучше выполнить задание — правильно решить задачу, написать или выразительно прочитать текст. Однако стремление к самоутверждению в том случае, если ребенок не способен или затрудняется выполнять то, что от него ожидают (в первую очередь это касается его успехов в школе), может стать причиной проблем в его поведении. Очень часто агрессивные проявления, необоснованные своевольные выходки с целью обратить на себя внимание, «взять верх» над взрослыми, становятся, по существу, примитивными асоциальными формами поведения. В данную категорию, как правило, попадают дети, неуспешные в школе или чрезмерно избалованные родителями, либо те, на которых обращают мало внимания, или же ослабленные, безынициативные, отстающие от сверстников. Во всех случаях такие дети не могут удовлетворить стремление к самоутверждению другими путями и избирают инфантильный бесперспективный способ обратить на себя внимание. Подобные особенности могут обнаруживаться в поведении ребенка со скрытыми еще акцентуациями в развитии личности, что в дальнейшем может проявиться в подростковом возрасте в асоциальном поведении.

Одной из игровых форм в этом возрасте являются «игры–потасовки». И.А. Фурманов выделяет такую игровую форму поведения младших школьников, как «игры-потасовки». Они особенно популярны у мальчиков и, как правило, сопровождаются ударами, преследованием друг друга, борьбой, что подчас сильно раздражает родителей и педагогов. Однако такое поведение едва ли можно признать агрессивным. Во-первых, подобная «возня» детей – это всего лишь форма игры, и, как всякая игровая активность, она является добровольной и приносит удовольствие. Кроме того, если бы ребенку это было неприятно и причиняло страдания, он скорее всего стремился бы избежать общения с агрессором, а не затевал с ним очередную «кучу малу». Во-вторых, игры-потасовки способствуют развитию у детей определенных позитивных функций. В-третьих, хотя игры-потасовки и являются очень распространенной формой выражения детской агрессии, они обычно не мотивированны желанием умышленного нанесения ущерба партнеру. Психологической основой таких игр является желание повеселиться, разрядиться, реализовать те потребности, которые блокированы в реальной жизни.

В младшем школьном возрасте эмоциональное состояние ребенка все в большей степени зависит оттого, как складываются его отношения с товарищами, а не только от успехов в учебе и взаимодействия с учителями. Существенные изменения происходят в нормах, которыми регулируются отношения школьников друг к другу. Если у первоклассников эти отношения регламентируются в основном «взрослыми» нормами – успешностью в учебе, выполнением требований старших, то к 9–10 годам на первый план выступают так называемые «стихийные детские нормы», связанные с отношениями со сверстниками. Суждения младшего школьника о своем прошлом, настоящем и будущем еще достаточно примитивны. Обычно реально ребенок этого возраста живет сегодняшним днем и ближайшим будущим. В целом грядущее для него абстрактно, хотя, когда взрослые рисуют радужную картину его перспектив, он сияет от удовольствия. Намерения стать сильным, умным, мужественным дядей или доброй, приветливой, женственной тетей, безусловно, похвальны, но сегодняшний ребенок предпринимает для этого лишь некие символические усилия, полагаясь на благие порывы.

1.3 Формы проявления агрессии у младших школьников

Агрессивное поведение складывается из трех компонентов: познавательного, эмоционального и волевого. Познавательный компонент заключает в себе понимание ситуации, выделение объекта и обоснование мотива для проявления агрессии. Эмоциональный компонент представляет собой легкое возникновение отрицательных эмоций: гнева, отвращения, презрения, злости. Волевой компонент - это целеустремленность, настойчивость, решительность, инициативность (качества сами по себе вполне положительные). Степень выраженности компонентов в этой триаде может варьироваться. Все они связаны с физиологическими свойствами личности - темпераментом, интраверсией и экстраверсией и пр. Особенности темперамента ребенка могут приводить к формированию способов поведения, которые воспринимаются как агрессивные. Например: дети с холерическим типом темперамента очень активны, разговорчивы, не всегда способны адекватно воспринимать окружающих, им свойственно перебивать, отвлекаться, сложно сидеть на одном месте, что порой создает впечатление неуважения к окружающим. Агрессия часто возникает, когда у ребенка нет «знания» того, как можно реагировать в трудных ситуациях, нет опыта успешного преодоления конфликтных ситуаций. Иногда агрессия оказывается защитной реакцией на происходящее. Если человек воспринимает ситуацию как опасную, то агрессия носит «защитный» характер.

По форме агрессивные действия могут быть самыми разными. Сюда включаются: детские шалости и игры, споры, драки и конфликты; Среди психологических особенностей, провоцирующих агрессивное поведение, обычно выделяют следующие: недостаточное развитие интеллекта, сниженная самооценка, низкий уровень самоконтроля, неразвитость коммуникативных навыков, повышенная возбудимость нервной системы, вследствие различныхпричин (травмы, болезни и пр.).

Формы проявления агрессии:

Физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица.

Косвенная агрессия – действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.).

Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань).

Склонность к раздражению – готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.

Негативизм – оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы.

Из форм враждебных реакций отмечаются:

Обида – зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания.

Подозрительность – недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

Дети черпают знания о моделях поведения из трех источников. Первый - это семья, которая может одновременно демонстрировать агрессивное поведение и обеспечивать ее закрепление. Во - вторых, агрессии они обучаются при взаимодействии со сверстниками, зачастую узнавая о преимуществах агрессивного поведения («я самый сильный - и мне все можно») во время игр. И в третьих, дети учатся агрессивным реакциям не только на реальных примерах, но и на символических. В настоящее время практически не вызывает сомнений тот факт, что сцены насилия, демонстрируемые с экранов телевизоров, способствуют повышению уровня агрессивности зрителя, и в первую очередь детей.

А.Вилкинз считает, что за каждый час телевизионного времени на экране совершается 9 актов насилия и 21 акт приходится на каждый час детских мультфильмов. По мнению автора, телевидение совершает своего рода насилие над детьми и учит их агрессивному поведению. Агрессивное поведение детей - это своеобразный сигнал SOS, крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми самостоятельно ребенок справится не в силах. У агрессивного ребенка хуже развивается самоконтроль, и тогда он попадает в порочный круг.

Дети особенно зависимы от микросреды и конкретной ситуации. Всех агрессивных ребят объединяет одно общее свойство - неспособность понимать других людей. Оно не зависит ни от самооценки, ни от реального положения ребенка в группе. В его основе, по-видимому, лежит особая структура самосознания ребенка: он фиксирован только на себе и изолирован от других. В окружающих людях такой ребенок видит только их отношение к себе - другие выступают для него как обстоятельства жизни, которые либо мешают достижению его целей, либо не уделяют ему должного внимания, либо пытаются нанести вред. Фиксированность на себе, ожидание враждебности со стороны окружающих не позволяют ребенку увидеть других, пережить чувство связи и общности с ними. Поэтому для него так трудны сочувствие, сопереживание или содействие. Такое "волчье" мировосприятие создает ощущение острого одиночества во враждебном и угрожающем окружении, и это порождает все большее противостояние и некую изолированность от остального мира.

2. Методы и основы экспериментальной работы

2.1 Характеристика и описание диагностической программы

Разработанная диагностическая программа была использована на констатирующем этапе формирующего эксперимента, с целью выявления форм проявления агрессии у младших школьников.

Целью данной работы является выявление форм проявления агрессии у детей в младшем школьном возрасте.

Данная программа предназначена для детей от 7 до 10 лет.

Таблица 1.Содержание диагностической программы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название методики и автор | Цель методики | Исследуемые параметры |
| 1 | Тест - опросник Г.Айзенка (детский) | опросник предназначен для изучения индивидуально-психологических черт личности | нейротизм, экстраверсия, интроверсия. |
| 2 | Методика «Как ты поступишь»  Е.В. Гребенкина | диагностика психологических особенностей поведения детей в учебное время | формы проявления агрессии |
| 3 | Проективная методика  «Кактус» | исследование эмоционально-личностной сферы ребенка | степень  агрессивности |

Ниже мы даем описание тех методик, которые были включены в диагностическую программу и использовались для исследования личностных особенностей младших школьников, учащихся 1–5 классов МОУ Новопавшинской СОШ, Дубенского района. Представленная диагностическая программа применялась на констатирующем этапе исследования. Непосредственно сам диагностический материал представлен в приложении к курсовой работе.

# 1. Тест - опросник Г. Айзенка (детский)

Опросник предназначен для изучения индивидуально-психологических черт личности с целью диагностики степени выраженности свойств, выдвигаемых в качестве существенных компонентов личности: нейротизма, экстраверсии, интроверсии. В данном случае нас больше всего интересует шкала нейротизма.

Детям, с агрессивным поведением, свойственно эмоциональная неустойчивость, нестабильность нервной системы. Такие дети очень болезненно реагируют на неудачи и возникающие проблемы, склонны расстраиваться по пустякам, подвержены резким переменам настроения, тревожны и крайне чувствительны ко всему, что с ними происходит.

Таким образом, результаты данной методики помогут нам получить данные об эмоциональной устойчивости и тревожности детей и правильно построить дальнейшую работу с ними.

# 2. Методика «Как ты поступишь» Гребенкина Е.В.

Данная методика является проективной, и относится к классу аддитивных. Методика диагностирует психологические особенности поведения детей в фрустрационных ситуациях т.е. ситуациях когда ребенок находится в состоянии разочарования, испытывает чувство безысходности. В этой методике от обследуемого требуется завершение имеющего начало предложения.

Таким образом, результаты данной методики помогут нам получить данные о том, как дети поступают в ситуации фрустрации, и какие формы агрессии они при этом используют.

# 3. Проективная методика «Кактус»

Данная методика является проективной. Методика исследует эмоционально-личностностные сферы ребенка, наличие агрессивности, ее направление интенсивность. С помощью этой методики мы можем продиагностировать степень агрессивности, а также другие качества личности по которым можно определить какая агрессия свойственна детям.

2.2 Описание коррекционной программы

**Цель программы** снижение уровня агрессивности младшего школьника путем снятия эмоционального напряжения, устранения патологических стереотипов реагирования, повышение самооценки, принятие себя и других.

Предлагаемая программа предназначена для детей 1–5 классов .

Сроки выполнения программы: 7 занятий рассчитаны 1 месяц. Два занятия в неделю длятся 30-40 минут.

**Задачи программы:**

- устранить у ребенка неконтролируемые чувства гнева и злости;

- научить его контролировать свою агрессию, выражать недовольство в приемлемой форме;

- повысить самооценку ребенка, нормализовать эмоциональное состояние и развить чувство эмпатии;

- закрепить положительные коммуникативные модели поведения: устранить ругательства и драчливость ребенка.

Таблица 2.Тематический план занятий по программе

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Кол-во часов |
| 1 | «Знакомимся играя» | 40 мин. |
| 2 | «Наши эмоции» | 30 мин. |
| 3 | «Если я злюсь…» | 40 мин. |
| 4 | «Люби других» | 30 мин |
| 5 | «Учимся быть вежливыми и ответственными» | 40 мин. |
| 6 | «Отношении к своему поведению» | 30 мин |
| 7 | «Учимся уважать других и сдерживать свой гнев» | 40 мин |

Ожидаемые результаты по программе: нормализация эмоционального состояния ребенка, повышение уверенности в себе, развитие эмпатии, социализации и позитивного отношения к другим людям, и как следствие устранение вербальной и невербальной агрессии младшего школьника.

**Содержание программы**

**Занятие 1**»**Знакомимся играя»**

**Цель:** формирование положительной мотивации, заинтересованности детей в занятиях; снятие эмоциональной напряженности: создание атмосферы защищенности и взаимного доверия в группе; диагностика характера и иерархии взаимоотношений детей и статуса каждого ребенка в группе, выявление особенностей эмоционального мира детей; обучение навыкам ауторелаксации.

**Занятие 2 «Наши эмоции»**

**Цель:** снятие эмоциональной напряженности детей; развитие навыков сотрудничества и формирование групповой сплоченности детей; формирование способности к определению эмоционального состояния человека по экспрессии лица.

**Занятие 3 «Если я злюсь…»**

**Цель: развитие** представлений детей о соотношении внутреннего состояния человека и его внешнего выражения; формирование конструктивных навыков эмоционального реагирования в конфликтной ситуации; обучение детей техникам ауторелаксации и снятия первичных агрессивных импульсов.

**Занятие 4 «Люби других»**

**Цель:** игровая коррекция агрессивности; формирование у детей нравственных представлений, чувства эмпатии, сочувствия к окружающим людям, конструктивных способов реагирования в конфликтной ситуации; развитие навыков саморегуляции и самоконтроля.

**Занятие 5 «Учимся быть вежливыми и ответственными»**

**Цель:** отработка приемов невербальной передачи информации; формирование сдержанности и умения вежливо отказать, способности отвечать за свои поступки; коррекция самооценки; создание адекватного представления о своем «Я-образе»; формирование нравственных представлений у детей; поиск конструктивных приемов эмоционального реагирования в конфликтной ситуации.

**Занятие 6 «Отношении к своему поведению»**

**Цель:** развитие способности сознавать и выражать собственное отношение к проблеме агрессивного поведения; отреагирование негативных эмоций через вербализацию чувств; развитие навыков адекватного выражения своего эмоционального состояния; развитие навыков самоконтроля, ауторелаксации и саморегуляции.

**Занятие 7 «Учимся уважать других и сдерживать свой гнев»**

**Цель:** формирование умения соблюдать индивидуальную дистанцию по отношению к другому человеку; игровая коррекция агрессивности, отреагирование негативных эмоций; закрепление навыков самоконтроля, ауторелаксации и саморегуляции.

**3.Результаты исследования по проблеме агрессии у детей младшего школьного возраста**

3.1 Результаты констатирующего эксперимента

Результаты диагностики по проективной методике «Кактус» представлены в таблице 3, и на рисунке 1.

Таблица 3

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Имя | Степень выраженности агрессии (в баллах) |
| 1 | Аня. Ш | 1 |
| 2 | Саша. Е | 9 |
| 3 | Настя. М | 5 |
| 4 | Вика. Б | 4 |
| 5 | Андрей. П | 4 |
| 6 | Настя. К | 3 |
| 7 | Алексей. К | 8 |
| 8 | Иван. А | 3 |



Рисунок 1. **1–3** – низкий уровень; **4–7** – средний уровень; **8–10** – высокий уровень

По полученным результатам для большинства испытуемых характерен средний уровень агрессии он присущь 38% детей в группе. Для детей с средней выраженностью агрессии также характерна импульсивность, открытость, оптимизм, стремление к домашней защите. Для детей с высоким уровнем агрессии 25% характерны те же качества что и на среднем уровне, а также им свойственна демонстративность и стремление к лидерству. Детям с низким уровнем агрессии 37% свойственна интровертность и осторожность.

Результаты диагностики методики «Как ты поступишь» представлены в таблице 4, и на рисунке 2.

Таблица 4

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Ф.И.О. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | Преобладающая форма |
| 1 | Аня Ш. | 2\* | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | вербальная |
| 2 | Саша Е. | 1\* | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | физическая |
| 3 | Настя М. | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | вербальная |
| 4 | Вика Б. | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | вербальная |
| 5 | Андрей П. | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | физическая |
| 6 | Настя К. | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | вербальная |
| 7 | Алексей К. | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | вербальная |
| 8 | Иван А. | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | физическая |



Рисунок 2

По полученным результатам у 3 мальчиков физическая агрессия преобладает над вербальной. Агрессия проявляется в конкретных физических действиях, направленных против какого-либо лица, или наносят вред дерутся, ломают, швыряют предметы; только у одного мальчика вербальная агрессия преобладает над физической он старается выражать негативные чувства через содержание словесных ответов (угрозы, ругань).

У всех девочек вербальная агрессия преобладает над физической. Девочки выражают агрессию в словесной форме они могут кричать, угрожать, оскорблять.

Результаты методики «Айзенка» (шкала нейротизма) представлены в таблице 5, и на рисунке 3.

Таблица 5

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Имя | Показатель нейротизма |
| 1 | Аня. Ш | 12 |
| 2 | Саша. Е | 18 |
| 3 | Настя. М | 15 |
| 4 | Вика. Б | 19 |
| 5 | Андрей. П | 16 |
| 6 | Настя. К | 18 |
| 7 | Алексей. К | 14 |
| 8 | Иван. А | 11 |



Рисунок 3

Низкий уровень от 0 до 5; уровень ниже среднего от 6 до 10; средний уровень от 11 до 16; уровень выше среднего от 17 до 22; высокий уровень от 23 до 24.

По полученным результатам для испытуемых характерен уровень выше среднего и средний уровень по шкале нейротизма.

Средний уровень (от 11 до 16) означает что детям свойственна эмоциональная впечатлительность.

Если уровень выше среднего (от 17 до 22), то появляются отдельные признаки расшатанности нервной системы.

3.2 Выводы и рекомендации по результатам экспериментальной работы

По результатам проведенной экспериментальной работы можно сделать следующие выводы:

Формы выражения агрессии в младшем школьном возрасте являются физическая, вербальная и косвенная. По полученным результатам у мальчиков физическая агрессия преобладает над вербальной, а у девочек вербальная агрессия преобладает над физической. Здесь можно сделать вывод о том что выдвинутая нами первая гипотеза подтвердилась. Вторая гипотеза о том что у детей с показателями выше среднего по шкале нейротизма, в большей степени выражена агрессия, подтвердилась частично, потому что по полученным результатам из 3 человек с высокими показателями подтвердилась только у одного. Из этого следует вывод о том что высокие показатели по шкале нейротизма не всегда соответствуют высокому уровню агрессии. По полученным результатам для большинства испытуемых свойственна эмоциональная впечатлительность, а у некоторых появляются отдельные признаки расшатанности нервной системы.

Для снижение уровня агрессивности младшего школьника была разработана коррекционная программа направленная на снятие эмоционального напряжения, устранения патологических стереотипов реагирования, повышение самооценки, принятие себя и других.

Таким образом, цель нашей курсовой работы достигнута. Выдвинутая нами гипотеза подтвердилась частично.

**Комплекс психологических рекомендаций для педагогов и родителей**

Принципы работы с агрессивными детьми для педагога

Агрессивные дети – это та категория детей, которая наиболее осуждается и отвергается взрослыми. Непонимание и незнание причин агрессивного поведения приводит к тому, что агрессивные дети вызывают у взрослых открытую неприязнь и неприятие в целом.

Взаимодействие со взрослым, готовым понять и принять его, дает агрессивному ребенку бесценный опыт (возможно, первый в его жизни), что взрослые бывают разные, а мир не только плох, что может положительно сказаться на базовом доверии ребенка к людям и миру в целом.

При работе с агрессивным ребенком педагогу важно с уважением относиться к его внутренним проблемам. Агрессивным детям необходимо положительное внимание со стороны взрослого к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций и с которыми самостоятельно они не в состоянии справиться. За агрессивным поведением, как правило, прячется боль, разочарование, отверженность. Агрессия – это реакция на «неудовлетворение базисных психологических потребностей в любви, уважении, принятии и нужности другому человеку» (Гиппенрейтер, 1997).

В целях проведения успешной работы можно выделить следующие принципы, на которых строится взаимодействие педагога с ребенком в ходе совместной работы:

– контакт с ребенком;

– уважительное отношение к личности ребенка;

– положительное внимание к внутреннему миру ребенка;

– безоценочное восприятие личности ребенка, принятие его в целом;

– сотрудничество с ребенком

– оказание конструктивной помощи в отреагировании проблемных ситуаций и наработки навыков саморегуляции и контроля.

У агрессивных детей отмечается высокий уровень мышечного напряжения. Особенно он высок в области рук, лица, шеи, плеч, грудной клетки и живота. Такие дети нуждаются в мышечной релаксации. Релаксационные упражнения лучше проводить под спокойную музыку.

Регулярное выполнение релаксационных упражнений делает ребенка более спокойным, уравновешенным, а также позволяет ребенку лучше понять, осознать чувство собственного гнева. В результате ребенок лучше владеет собой, контролирует свои деструктивные эмоции и действия. Релаксационные упражнения позволяют ребенку овладеть навыками саморегуляции и сохранить более ровное эмоциональное состояние.

**Принципы общения с агрессивными детьми для родителей**

1) Родителям необходимо учиться распознаванию собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с агрессивными детьми, а также приемам регуляции психического равновесия.

2) Родителям необходимо учиться навыкам «ненасильственного» общения, «активному» слушанию, в процессе общения необходимо исключать оценочные высказывания, использовать в общении с ребенком «Я-сообщений» вместо «Ты-сообщений»; исключение угроз и приказов.

3) Родителям необходимо выработать единые требования и правила воспитания в семье, а если возникают затруднения, то обратиться за помощью к педагогам и специалистам школы.

4) Родителям необходимо отказаться от наказаний как основного метода воспитания, переход к методам убеждения и поощрения.

5) Родителям необходимо позаботиться о включении ребенка в работу различных (по интересам) секций, кружков, студий.

**Заключение**

Проведенное нами исследование еще раз подтверждает что в настоящее время в обществе усиливаются агрессивные тенденции. Поскольку агрессия начинает проявляться еще в детстве, актуальной остается проблема агрессивности у младших школьников. В данном исследовании на тему «Формы проявления агрессии у детей младшего школьного возраста» на основе была проведена диагностика. По результатам проведенного исследования были выделены формы выражения агрессии у младших школьников. Можно сказать что младшим школьникам свойственно агрессивное поведение, в различных формах его выражения. Проявление агрессии объясняют биологические и социальные факторы и то что агрессивность может быть не только жестокой, но и нормальной реакцией индивидуума в ходе борьбы за выживание.

По полученным в нашем исследовании результатам, можно сделать вывод, что наша первоначальная гипотеза, получила своё экспериментальное подтверждение. Таким образом, можно сказать, проявление детской агрессии в повышенной или высокой форме можно избежать, принимая во внимания все факторы, которые могут способствовать развитию детской агрессии.

**Литература**

1.Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учеб. пособие. - СПб.: Речь, 2007.

2.Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. - СПб., 1997.

3.Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Учеб. пособие. М: Ось-89, 1999.

4.Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. - М.: Ось-89, 2002.

5.Венгер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика. Практическое руководство. Части 1,2. - М.: Генезис, 2007.

6.Гребенкин Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе: Учебно-методический комплекс. - Ростов-на-Дону: Феникс. 2006.

7.Гребенникова О.В. Игры-релаксации в коррекционной работе с детьми 5-6 лет, проявляющими агрессию и вспыльчивость / / Психолог в детском саду. - 2004.

8.Дубинко Н.А Влияние когнитивных процессов на проявление агрессивности в детском возрасте / / Вопросы психологии. - 2000. - №1.

9.Дубровина И.В., Андреева Ад., Данилова Е.Е, Вохмянина пе. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. средних педагог. учеб. заведений / Под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Академия, 1998.

10.Зимина И.С. Детская агрессивность как предмет педагогического исследования / / Педагогика. - 2003.- №5

11.Ковалев П. Возрастно-половые особенности отражения в сознании структуры собственной агрессивности и агрессивного поведения. - СПб., 1996.

12.Коробейников И.А Нарушения развития и социальная адаптация. М.: Рег Se, 2002.

13.Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло»). - М., 1994.

14.Матюхина М.В., Михальчик Т.С., Прокина Н.Ф. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов / Под ред. М.В. Гамезо и др. - М.: Просвещение, 1984.

15.Панфилова МА. Игротерапия общения М: Гном-Пресс. 2002.

16.Паренс Г. Агрессия наших детей / Пер. с англ. Л.Г. Герцик, А.В. Решетникова. - М.: Форум, 1997.

17.Подласый И.П. Курс лекций по коррекционной педагогике. Для средних специальных учебных заведений. - М.: Владос, 2002.

18.Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности / / психологический журнал. - 1996. - N25.

19.Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. - СПб.: Питер Ком, 1998.

20.Смирнова Е.О. Психологические особенности и варианты детской агрессивности / Е.О. Смирнова, Г.Р. Хузеева / / Вопросы психологии. - 2002. - № 1.

21.Сеемого Н.Я., Семого М.М Проблемные дети: основы диагностической и коррекционной работы психолога. - М.: Аркти, 2000.

22.Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. - Минск: Ильин В.П., 1996.

23.Фурманов И.А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция. - СПб.: Речь, 2007.

24.Фопель К. Как научить детей сотрудничать. - М.: Генезис, 2004.

25.Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. - М.: Генезис, 2005.

26.Чижова С.Ю. Детская агрессивность: 100 ответов на родительские «почему?» / С.Ю. Чижова, О.В. Калинина. - Ярославль: Академия развития и др., 2001.

27.Шилова Е.А. Психодиагностика и коррекция детей с отклонениями в поведении (диагностика, типология, развитие, коррекция). - М.: СТИ, 2000.

28.Петрусь Н.Я. Агрессивный ребенок: особенности педагогического взаимодействия // Журнал «Начальная школа», 2007, №1. – С. 32-36.

29.Румянцева Н.М. Агрессия и контроль.//Вопросы психологии. – 1992.-№ 5,6.-С.35-40.

30.Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии: Методическое пособие. - М.: Фолиум, 1996.

http://WWW.I-U.RU

http://www.FreeCopy.ru

http://www.knigi-psychologia.com

http://www.psychologia.su/tad/agressia/

http://www.adalin.mospsy.ru

http://www.psychology.ru/

**Приложение**

Занятие 1

Материалы: «дневнички» участников тренинга, ручки, цветные карандаши.

Ход занятия

1. Игра «Знакомство»

Каждому участнику предлагается выбрать себе имя, которым он хочет, чтобы его называли другие. Затем дети по очереди (по кругу) повторяют свои имена, придумывают и зарисовывают их символы-образы, например, в виде пиктограммы. Эти символы ребята изображают на обложке или форзаце своих дневничков, как бы подписывая их. Такие пиктограммы позволяют легче запомнить новые имена членов группы.

Примечание: Эта процедура имеет диагностический смысл. Иногда младшие школьники выбирают не те имена, которыми их называют в реальности. Выбор чужого имени может быть признаком неприятия себя. Таким образом проявляется ощущение собственного неблагополучия у ребенка. На первом занятии не следует выяснять, почему школьник назвал себя по-другому, чтобы не «отпугнуть» его. Сделать это можно позднее, когда психолог полностью войдет в доверие к детям, а сами дети адаптируются к новой форме работы.

2. Игра «Гости»

Игра позволяет запомнить новые имена участников тренинга и выявить характер взаимоотношений детей в группе.

Психолог объясняет детям правила игры. Каждый участник на несколько минут закрывает глаза и мысленно представляет себе какой-либо праздник, недавно прошедший или предстоящий вскоре (чаще всего дети представляют свой день рождения). При этом необходимо воссоздать в памяти все подробности и как бы вновь «побывать» на торжестве, ощутить радостную, праздничную атмосферу (можно закрыть глаза на 1—2 минуты и представить себе этот праздник). Затем детям предлагают внимательно посмотреть друг на друга и назвать по именам (которые были названы детьми в предыдущем упражнении) тех членов группы, которых они пригласили бы в этот день к себе в гости.

3. Подвижная игра «Море волнуется...»

Знакомую всем игру мы несколько изменили в соответствии с целью тренинга. Дети выбирают водящего (например, считалочкой), который поворачивается спиной к остальным и произносит известные слова: «Море волнуется — раз...» На счет «три» дети должны замереть в необычной, невероятной позе, изображающей живое существо, передающее какие-либо эмоции. Водящий по очереди подходит к каждому ребенку, «включает» его и старается отгадать, кого и в каком эмоциональном состоянии тот показал. Затем ребенок сам рассказывает, что он попытался представить. В конце игры психолог вместе с группой анализирует выразительные невербальные средства передачи задуманного образа (мимика, взгляд, жесты, положение туловища, сжатые кулаки, «выпущенные когти» и т.п.), обсуждает, насколько удачным был их выбор.

4. Этюд «Слушаем себя» (упражнение на ауторелаксацию)

Детям предлагается принять удобную позу, на 1—2 минуты закрыть глаза, расслабиться и «прислушаться к себе», как бы «заглянуть в себя» и подумать, что каждый чувствует в данный момент, какое у него настроение. В это время психолог рисует мелом на доске (или использует заранее приготовленный плакат) схематические изображения различных эмоциональных состояний человека: радости, злости, страха, грусти, удивления, спокойствия. Затем тренер просит по очереди каждого из детей, не открывая глаз, рассказать, как он себя чувствует, какое у него настроение (если группа большая, то дети высказываются по желанию). После этого психолог предлагает ребятам открыть глаза и посмотреть на схематические изображения различных эмоциональных состояний. Вместе с психологом обсуждаются особенности лицевой экспрессии в каждом случае: положение и форма бровей, уголков рта, глаз.

Примечание: Упражнение позволяет диагностировать эмоциональное самочувствие участников тренинга, степень принятия ими формы и методов работы в ней. Затем психолог просит детей быстро и схематично изобразить в дневничках свое состояние, настроение (образцом служат рисунки на доске или на плакате).

5. Упражнение «Шестое чувство»

В первой части задания детям предлагается ответить на ряд вопросов, но не от своего лица, а от лица всех членов группы, то есть так, как, по их мнению, ответило бы большинство. Ответы записываются ребятами, но не произносятся вслух, иначе игра не состоится, «не будет интересно». Вопросы могут быть такими:

1) Какой у большинства участников тренинга самый любимый день недели?

2) Какое самое любимое время года?

3) Какое самое любимое число?

4) Какую геометрическую фигуру выбрала бы группа?

5) Что хотели бы участники тренинга сделать в данный момент?

Напротив номеров вопросов необходимо записать или нарисовать (если это геометрическая фигура) только один вариант ответа.

После выполнения первой части задания психолог вновь зачитывает вопросы и ответы на них, а каждый ребенок поднимает руку в том случае, если прозвучал его вариант. Производится экспресс-обработка результатов. Наибольшее количество одинаковых ответов, а опрос считается отражением мнения группы, дети определяют по количеству поднятых рук. Например, тренер говорит: «Понедельник» — и смотрит, сколько учащихся подняли руки; затем: «Вторник», — и вновь подсчитывается количество поднятых рук, и т.д.

Плюс данного задания состоит в том, что дети тут же получают информацию о степени развития у себя «шестого чувства».

Примечание: Это упражнение используется как метод изучения степени единства группы. Оно проводится повторно на заключительном этапе тренинга, чтобы сравнить, насколько выросла групповая сплоченность детей. Вопросы в этом случае должны быть аналогичными по сложности. Если упражнение выполняется среди ребят, которые не знают друг друга, то оно дает первичную информацию об особенностях группы. Если же упражнение выполняется в классе, где дети хорошо знакомы, то может выявить уровень сплоченности коллектива.

6. Рисование на тему «Мой самый счастливый день»

Детям предлагается в течение 2—3 минут вспомнить и нарисовать самый счастливый день в своей жизни, подумать, какие чувства они испытывали в тот день, чем он запомнился, и «поделиться» своей радостью с другими детьми.

Затем группа обсуждает рисунки, после чего психолог желает детям, чтобы в их жизни было побольше счастливых дней, и обращает внимание на то, что часто это зависит от них самих. Примечание: Рисование способствует невербальному выражению переживаний, о которых не каждый ребенок может рассказать другим. Анализ высказываний, цветовых решений и содержания рисунков детей дает возможность отчасти диагностировать уровень их притязаний (что ребенку «надо для счастья»), расширяет объем информации о каждом конкретном ученике, которой владеет психолог.

Доброжелательное обсуждение рисунков, понимание чувств детей и стимулирующая похвала тренера снимают барьеры в общении, эмоциональную напряженность и создают чувство защищенности в группе.

7. Этюд «Радуга» (упражнение на ауторелаксацию)

Дети садятся поудобнее, закрывают глаза и в течение 1—2 минут представляют себе легкую воздушную радугу, прекрасную игру красок и себя в спокойном, приятном состоянии, отдыхающими. Психолог «навеивает» на детей приятные ощущения безмятежности, расслабленности. Затем обсуждается, какие чувства испытывали ребята во время выполнения упражнения, что ощущали, кто «видел» что-нибудь необычное.

Заканчивается упражнение тем, что дети встают, прогнувшись, потягиваются и движениями рук над головой изображают дугу радуги (одновременно разминая мышцы).

8. Этюд «Улыбка по кругу»

Все берутся за руки и «передают» улыбку по кругу: каждый ребенок поворачивается к своему соседу справа или слева и, пожелав чего-нибудь хорошего и приятного, улыбается ему, тот улыбается следующему т.д. Можно образно «взять улыбку» в соединенные ладони и бережно «передавать» ее по кругу, из рук в руки. Это упражнение может стать своеобразным ритуалом прощания на все время работы с группой.

Психолог интересуется впечатлениями детей от занятия, благодарит за работу и приглашает на следующую встречу.

Занятие 2

Материалы: дневнички, ручки, цветные карандаши, набор карточек или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека.

Ход занятия

1. Подвижная игра «Пожалуйста...»

Ведущий дает команду, выполнять которую дети должны только при условии, если она сопровождается определенным обращением, например: «Группа...», «Класс...» и т.д. Для этого занятия мы выбрали слово «пожалуйста». Если оно не прозвучало, а некоторые ребята выполнили команду, они выбывают из игры. Команды могут быть самыми различными, например: «налево», «направо», «кругом» или «правую руку вверх», «левую руку в сторону» и т.п.

Примечание: Игра развивает внимание детей и помогает им снять эмоциональное напряжение в начале занятия.

2. Упражнение «Наши эмоции»

Предлагается серия заданий:

1. Назвать эмоциональные состояния (чувства, настроения), изображенные на карточках.

2. Разделить листок дневничка на две половины и перерисовать схематические изображения так, чтобы справа оказались эмоциональные состояния, которые детям нравятся, а слева те, которые не нравятся.

После выполнения задания ребята по очереди называют эмоциональные состояния, изображения которых оказались слева, затем — справа, и объясняют, почему они им нравятся или не нравятся.

3. Определить свое настроение, эмоциональное состояние в данный момент, схематически изобразить в своем дневничке и кратко объяснить его причину.

Примечание: Для выполнения данного упражнения тренеру понадобится набор из шести карточек или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека, например: радости, страха, злости, грусти, вины, спокойствия. Можно нарисовать их мелом на доске. При обсуждении различных эмоциональных состояний психолог обращает внимание учащихся на особенности лицевой экспрессии: форма глаз и бровей, форма губ, положение уголков рта и т.д.

В ходе упражнения психолог следит за эмоциональным состоянием детей в группе.

Выполнение упражнения возможно либо парами, либо мини-группами по 3—4 человека.

3. Упражнение «Не нравится — Нравится»

После обсуждения причин того или иного эмоционального состояния детей тренер просит участников разделить чистый листок дневничка на две половины и слева записать ответы на вопросы:

1) Что мне не нравится в школе?

2) Что мне не нравится дома?

3) Что мне не нравится в жизни вообще?

После этого предлагается серия позитивных вопросов, ответы на которые дети записывают в правой части листа:

1) Что мне нравится в школе?

2) Что мне нравится дома?

3) Что мне нравится в жизни вообще?

Дети по очереди рассказывают о том, что им не нравится, затем о том, что им нравится. Важно соблюдать последовательность обсуждения ответов: сначала негативные, потом позитивные, чтобы показать, что в жизни все не так уж и плохо, есть позитивные моменты и хорошие люди.

Примечание: упражнение позволяет получить информацию о характере взаимоотношений ребенка с одноклассниками, членами семьи, окружающими; о том, какие место и роль определяет для себя ребенок в классе, в семье; как он воспринимает себя среди сверстников, родных, в окружающем мире.

4. Упражнение «Продолжи предложение»

Разрабатывается серия проективных вопросов — незаконченные предложения. Учащимся предлагается закончить их первыми приходящими на ум фразами, не размышляя слишком долго, так как правильных или неправильных ответов здесь быть не может. На свободной странице дневничка дети записывают только продолжения следующих фраз: «Больше всего я боюсь...»; «Меня огорчает...»; «Я злюсь, когда...».

Примечание. По ответам можно судить о способности ребенка к рефлексии собственных переживаний. Реакция «не знаю» свидетельствует о недостаточном развитии этой способности или, возможно, о высокой значимости для ребенка какой-либо проблемы.

5. Ролевое проигрывание ситуации «Дай мне книгу!»

Психолог предлагает детям представить себя в следующей ситуации: «Ученик приходит в класс и видит на столе интересную книгу в красивом переплете. Ему очень хочется взять ее и полистать, взглянуть на картинки. Он приближается к столу, но в этот момент книгу берет его товарищ. А посмотреть книгу так хочется! Как быть? Как ее заполучить?»

Дети проигрывают ситуацию по очереди парами. Наиболее распространенные варианты получения книги:

а) попытка отобрать ее силой, вплоть до драки;

б) намерение овладеть книгой хитростью, обманом («Давай побежим наперегонки, кто быстрее! Только ты книгу положи...»);

в) покупка или бартер (обмен книги на деньги или другую вещь);

г) просьба («Дай, пожалуйста» или «Давай вместе почитаем»).

После проигрывания ситуации всеми участниками тренинга обсуждаются варианты ее разрешения, и детьми совместно с психологом делается вывод о том, что наиболее конструктивная форма достижения результата (получения книги) — вежливая просьба.

Примечание: Выполнение этого задания позволяет детям немного подвигаться и расслабиться, снять усталость и эмоциональное напряжение.

6. Упражнение «Лесенка»

Глядя на образец, изображенный психологом на доске или отдельном листе, дети рисуют в своем дневничке две лесенки, состоящие из пяти ступенек. После этого тренер объясняет суть задания: «Представьте себе, что всех ребят вашего класса рассадили на лесенке, соблюдая следующий порядок. На первой — верхней — ступеньке оказались самые прилежные, самые умные ребята, которые отлично учатся, старательно выполняют все задания в классе и дома, аккуратно заполняют тетрадки и т.д. На второй ступеньке разместились «хорошисты», прилежные, старательные, но иногда невнимательные, допускающие ошибки. И так далее. Как вы считаете, какие ребята окажутся на пятой, самой нижней ступеньке? А теперь, пожалуйста, подумайте, куда посадили бы вас, и на одной лесенке нарисуйте схематически себя. На второй же изобразите себя на той ступеньке, на которой вы бы хотели оказаться, то есть как бы вы хотели учиться».

Примечание: Результаты упражнения «Лесенка» дают информацию о характере самооценки каждого учащегося и об уровне его притязаний в сфере учебной деятельности.

Занятие 3

Материалы: дневнички участников тренинга, ручки, цветные карандаши.

Ход занятия

1. Этюд «Зарядка для лица»

Психолог предлагает участникам тренинга изобразить, используя выразительные средства мимики, различные эмоциональные состояния человека: радость, грусть, удивление, обиду, печаль, удовольствие, злость, гнев, ярость. При этом тренер акцентирует внимание на том, что, сидя в кругу, дети имеют возможность как бы видеть себя со стороны. После выполнения «зарядки» участники делятся впечатлениями: что ощущали, когда изображали положительные эмоции и когда демонстрировали негативные? Как изменялось внутреннее состояние в каждом случае?

2. Этюд «Слушаем себя» (упражнение на ауторелаксацию).

После выполнения хорошо знакомого этюда дети по очереди смотрят друг на друга и пытаются отгадать, кто в каком эмоциональном состоянии находится. После высказывания версий товарищей участник сам называет свое эмоциональное состояние. В завершение обсуждается, всегда ли внутреннее состояние человека можно определить по лицу.

3. Ролевое проигрывание модели желательного поведения в ситуации «Меня обидели»

Так как конфликтные ситуации, в которых наиболее часто оказываются младшие школьники, достаточно типичны, тренер предлагает детям проиграть 2—3 из них. При этом необходимо использовать как можно больше вариантов реагирования. Во время краткого обсуждения ребята вместе с тренером делают вывод о том, какие способы эмоционального реагирования являются наиболее конструктивными и эффективными в разрешении конфликта. Психолог подчеркивает, что именно к ним нужно прибегать в проблемных ситуациях.

4. Беседа «Как выпустить пар?»

Логическим переходом от возбуждения, испытываемого человеком в конфликтной ситуации, к спокойствию и умиротворенности является ауторелаксация. Как сдержаться, быстро успокоиться, не наделать глупостей в состоянии горячности? Тренер сообщает детям о том, что существуют специальные приемы — техники, помогающие сравнительно быстро «выпустить пар», когда человека разозлили, обидели и т.п. Самый простой способ — это посчитать до десяти, прежде чем начать действовать.

5. Упражнение «Посчитай до десяти»

Психолог предлагает детям вспомнить свое внутреннее состояние в одной из проигранных ситуаций (обиду, гнев, злость) и попытаться воспроизвести его. После этого необходимо задержать дыхание и, прежде чем начать что-то делать или говорить, посчитать до десяти. Вместе с тренером дети отрабатывают данный прием и затем обсуждают, как трансформировалось их состояние. Изменилось ли первоначальное намерение выбора способа реагирования? Каким оно было и каким стало? Кому это упражнение помогло сдержаться? В качестве своеобразного домашнего задания тренер предлагает детям при случае использовать данный прием и на следующем занятии рассказать всем членам группы об эффекте, который он дал.

6. Упражнение «Воздушный шарик» (на ауторелаксацию).

В конце занятия тренер предлагает детям отдохнуть и расслабиться, выполнив упражнение «Воздушный шарик». Ребята встают в круг на некотором расстоянии друг от друга. Психолог говорит: «Давайте сделаем воздушный шарик. Поднимите руки вверх, изображая шарик. Глубоко вдохните — наполните шарик воздухом и задержите дыхание. А теперь медленно выпустите из шарика воздух — выдохните. Руки медленно опускаются вниз. Шарик сдулся и стал похож на тряпочку: голова склонилась на грудь, руки расслабленно опущены вдоль туловища. Всем ли удалось снять усталость? Повторим еще раз». Упражнение выполняется 2—3 раза. Психолог обращает внимание детей на то, что это упражнение также можно использовать для снятия гнева или злости. Если не поднимать вверх руки, то его можно сделать незаметно для окружающих, потихоньку успокаивая себя.

7. Этюд «Улыбка по кругу». Ритуал прощания.

Занятие 4

Материалы: дневнички участников тренинга, ручки, цветные карандаши, небольшое зеркало.

Ход занятия

1. Упражнение «Кулачки» (на ауторелаксацию и саморегуляцию).

Психолог обучает детей следующей технике. Необходимо встать прямо, опустить руки вдоль туловища, сильно, до боли, сжать кулаки и затем очень медленно их разжать. Детям следует обратить внимание на разницу между ощущениями, которые они испытывают в напряженном и в расслабленном состояниях. Так, при расслаблении кисти руки может ощущаться легкое покалывание. Дети рассказывают о своих впечатлениях.

Тренер сообщает ребятам, что это упражнение позволяет сдержать первый импульс, побуждающий к физической агрессии. Еще большего эффекта можно добиться при одновременном использовании 2—3 приемов. Например, если внезапно появилось желание ударить кого-то, можно выполнить упражнения «Воздушный шарик» (глубокое дыхание), «Кулачки» и «Досчитай до десяти». Чем больше техник одновременно применяется, тем быстрее можно успокоиться, найти более конструктивный и достойный выход из сложившейся ситуации.

2. Беседа по картинке

Детям демонстрируется приготовленная заранее сюжетная картинка с изображением драки. Причина спора также должна присутствовать на иллюстрации. Предлагается составить рассказ по картинке. Что произошло? Что чувствует каждый участник драки? Что он пытается отстоять, доказать таким образом? Как по-другому можно было бы решить спор? Какие выражения лиц у изображенных детей? Каково внутреннее состояние каждого участника драки, представленной на картинке? Все ли об их внутреннем состоянии можно узнать по лицам? Что испытывали бы вы, будучи в роли первого, а затем — второго драчуна?

Психолог постоянно акцентирует внимание детей на чувствах участников конфликта при различных способах его решения. Что переживают другие люди, сталкиваясь с агрессивными проявлениями? Какое впечатление складывается у них об агрессивном человеке? А что испытывают люди, если проблема решается другим, более конструктивным способом (например, когда ситуация переводится из конфликтной в юмористическую)?

Главным итогом беседы должен стать вывод о том, что агрессивное поведение человека не способствует формированию у окружающих позитивного мнения о нем. Внешние проявления силы еще не свидетельствуют о внутренней силе характера. Агрессия может быть расценена как наглость, невоспитанность, неумение сдерживать и контролировать себя. Кроме того, даже словами можно жестоко обидеть хорошего человека, ведь он не заслуживает такого обращения. Всегда нужно задавать себе вопрос: какие чувства вызовут у других ваши фразы или действия, и стоит ли так поступать?

Участники тренинга по очереди отрабатывают различные конструктивные способы реагирования в конфликтной ситуации, изображенной на картинке.

3. Беседа «Почему мы деремся?»

После проигрывания эффективных способов неагрессивного реагирования психолог подводит детей к тому, что зачастую причина конфликта, драки настолько несущественна, что когда повздоривших спрашивают о ней, они и сами не могут вспомнить, из-за чего все началось. А сколько обидных слов уже незаслуженно выслушала каждая сторона, сколько неприятных ощущений испытано, в том числе и физическая боль.

Что же чаще всего служит поводом для драки? Участники тренинга вместе с психологом формулируют типичные мотивы и причины детских драк. Тренер объясняет ребятам, что в подавляющем большинстве случаев можно не доводить дело до рукопашной. Демонстрировать физическую силу лучше в спортивном или тренажерном зале. Однокласснику, попавшему в немилость, стоит, наоборот, предложить поддержку (например, физическую защиту, если он слаб). Если же тебя провоцируют, тем более нужно проявить силу характера и сдержанность (когда сохранить хладнокровие достаточно трудно, можно незаметно воспользоваться специальными техниками).

Итак, у нас всегда есть выбор, как поступить в той или иной ситуации. Можно проявить агрессию и вызвать тем самым нежелательные последствия; можно оставаться пассивным и равнодушным, и тогда тебя просто не будут уважать и воспринимать всерьез; а можно быть уверенным в себе и при этом вести себя достойно, не опускаясь до уровня потасовок, не способствуя ухудшению своего авторитета и не причиняя боли другим — ни физической, ни моральной. Но выбор этот в любой ситуации должен сделать сам человек.

4. Этюд «Я в гневе»

И наконец, психолог предлагает детям вспомнить ситуацию, когда они не просто злились, а пребывали в бешенстве, ощутить свой гнев и изобразить себя в этом состоянии. После выполнения задания обсуждается, какие физические характеристики сопровождают проявления гнева: покраснение кожи лица, учащение пульса, соответствующая мимика и т.д. Затем детям предлагают посмотреть в зеркало в момент ярости, чтобы увидеть себя глазами окружающих. Какое впечатление создает разгневанный человек?

В качестве вывода психолог резюмирует: когда вы разгневаны, нелишним будет вспомнить свое отражение в зеркале и представить, как вы выглядите со стороны в настоящий момент. После чего можно выполнить следующее упражнение.

5. Упражнение «Остановись и подумай» (на ауторелаксацию и саморегуляцию).

Это упражнение предполагает использование визуальных образов для расслабления. Дети младшего школьного возраста легко обучаются этой технике, так как им свойственно наглядно-образное мышление.

Для выполнения упражнения необходимо глубоко вздохнуть, набрать в легкие побольше воздуха и напрячь все тело, насколько это возможно (ладони при этом сжимаются в кулаки, руки сильно прижимаются к телу, ноги упираются в пол и т.д.). Затем начинается расслабление, сопровождающееся медленным выдохом. При этом выпускать воздух и расслабляться необходимо как бы сверху вниз: от головы до ступней ног.

Затем детям предлагается вспомнить человека, на которого они когда-то сильно разозлились. Упражнение повторяется. При этом нужно представить, как гнев медленно спускается от макушки через все тело к ногам и уходит через ступни. Психолог говорит детям: «Сейчас вы стоите в луже своего гнева. Выйдите из нее и отойдите в сторону. Теперь вы избавились от своего гнева, вы спокойны, собранны, сдержанны и можете без негативных эмоций поговорить со своим обидчиком».

Занятие 5

Материалы: дневнички участников тренинга, ручки, цветные карандаши.

Ход занятия

1. Этюд «Разговор через стекло» (пантомима)

Детей разбивают на группы по 2 человека. Напарники садятся друг напротив друга. Один из них с помощью мимики и жестов (пантомима) передает другому конкретную информацию, как будто между ними — преграда в виде толстого стекла, и поэтому они не могут услышать друг друга. Какую именно информацию нужно передать, подсказывает тренер. Для начала предлагаются нейтральные варианты, а потом те, которые в дальнейшем будут отрабатываться. Например, один участник показывает другому, что очень на него разозлился (должна быть придумана конкретная причина), и угрожает ему.

После завершения «разговора» дети вместе с психологом анализируют невербальные средства, которые были использованы «нападающим», и обсуждают адекватные пути выхода из этой конфликтной ситуации.

2. Игра «Да»—диалог, «Нет»—диалог»

«Да»-диалог. Двое из группы усаживаются в центр круга и начинают диалог. Один из них произносит любую фразу: о погоде, о прочитанной книге и т.п., постепенно переходя к высказываниям о значимых для собеседника событиях, людях, чертах их характера. Второй игрок сразу же отзывается, соглашаясь со всем, что говорит первый, — это непременное условие.

Остальные ребята следят за тем, чтобы второй участник диалога не начал возражать собеседнику. Иногда сделать это бывает очень нелегко. Но ведь это всего лишь игра, в жизни такая тренировка помогает сдержать себя, подавить излишнюю агрессивность.

«Нет»-диалог. Данная игра аналогична предыдущей, но задание противоположное — второй участник диалога ни в коем случае не должен соглашаться с первым. В это время дети учатся вежливо, но настойчиво возражать и отказывать другим людям, обосновывая причину несогласия так, чтобы собеседник не обиделся.

3. Беседа «Как мы говорим "Нет"«

Психолог в короткой беседе подводит ребят к выводу о том, что иногда лучше согласиться или сказать оппоненту категорическое «нет», чем начинать возбужденно комментировать свое недовольство его высказыванием или просьбой. Это помогает продемонстрировать настойчивое и решительное поведение, обозначить четкую позицию и не ухудшить отношений с собеседником. Кроме того, аргументированный отказ позволяет обосновать несогласие или невозможность выполнить просьбу. В противном случае человек может счесть его за каприз и обидеться.

4. Упражнение «Письмо другу»

Психолог предлагает детям написать письмо своему другу, хорошему знакомому или однокласснику с комментариями по поводу одного из его агрессивных поступков. Необходимо дать оценку поступку, отметить качества человека, способствовавшие такому поведению, и указать пути исправления недостатков. Хорошо, если будут использованы ситуации, действительно имевшие место в данном классе или школе. Можно применить групповую или индивидуальную формы работы.

После выполнения задания следует обсудить, почему в обществе осуждаются подобные поступки, как нужно себя вести в аналогичных обстоятельствах, какие способы решения проблемы наиболее эффективны. Если дети в своих письмах указывают адекватные пути исправления ситуации, это следует обязательно отметить.

На первый взгляд никакого воспитания и «самовоспитания» данное упражнение не предусматривает. Однако для того чтобы написать такое письмо, ребенок должен подобрать убедительные аргументы: почему не следует проявлять агрессию и как нужно поступать. Тем самым ребенок фиксирует и вербализует мотивы и формы неагрессивного поведения, сам вырабатывает и усваивает конструктивные линии поведения.

5. Подвижная игра «Зеркало»

Участников разбивают на пары. Один ребенок демонстрирует движения, а второй должен их асимметрично, зеркально повторять, стремясь к синхронности. Затем партнеры меняются: второй участник задает движения, а первый выполняет функцию его зеркального отражения.

6. Этюд «Улыбка по кругу». Ритуал прощания.

Занятие 6

Материалы: дневнички участников тренинга, ручки, набор карточек или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека.

Ход занятия

1. Этюд «Какой я разный»

Психолог поочередно демонстрирует карточки с изображением различных эмоциональных состояний человека и предлагает участникам тренинга показать себя в этих состояниях. Так, грусть сопровождается соответствующим выражением лица, имитацией слез; радость — улыбкой, доброжелательными рукопожатиями, жестом «О'кей!»; злость — агрессивной жестикуляцией и т.п.

Заканчивается выполнение этюда коллективным выводом о том, что в разные минуты жизни мы испытываем разные чувства, находимся в определенных состояниях и ведем себя в соответствии с ними.

2. Этюд «Два сердитых мальчика»

Двое ребят из группы проигрывают сценку «Мальчики поссорились» (причину называет тренер). Они очень сердиты: сдвинули брови, размахивают руками, наступают друг на друга, вот-вот ввяжутся в драку.

Дети вместе с ведущим анализируют ситуацию в соответствии с логической цепочкой: причина размолвки, формы эмоционального реагирования обоих участников конфликта, поиск конструктивного решения проблемы и адекватных способов реагирования.

3. Беседа «Когда я сержусь...»

Тренер начинает беседу об отношении детей к своей агрессивности. Обсуждается, что обычно люди испытывают в состоянии злости, гнева; какие внутренние ощущения у них возникают в эти моменты; как они выглядят со стороны; как относятся к самим себе в такие минуты.

Дети вместе с тренером отвечают на ряд вопросов. Что чаще всего порождает в людях злость, агрессивность: стремление постоять за себя и за других, защитить собственное достоинство или жестокость, ненависть, недоброжелательность, упрямство? Каким образом обычно проявляется агрессивность: в драках, в оскорблениях, в порче предметов обстановки? Как каждый из вас справляется со своей агрессивностью: дает ей ход или стремится сдерживать?

Затем тренер просит ребят без указания конкретных имен и фамилий припомнить людей, с которыми они когда-либо не поладили, что-то не поделили, на которых особенно злы. Психолог предлагает детям подумать, есть ли у них «враги»?

4. Упражнение «Выставка»

Дети принимают удобную позу, расслабляются, делают 3— 4 глубоких вдоха и закрывают глаза. Ребята представляют, что попали на небольшую выставку, где вывешены фотографии тех, на кого они рассержены либо обижены. Необходимо мысленно походить по выставке, рассмотреть все портреты, выбрать любой из них и остановиться возле него. Затем нужно вспомнить какую-нибудь конфликтную ситуацию, связанную с человеком. чей портрет привлек внимание, и мысленно перенестись в нее. Не открывая глаз, дети представляют, что бы они сделали с обидчиком, что бы сказали ему. Можно предложить ребятам выплеснуть всю свою злость на фотографию, проговаривая реплики вслух и изображая свои действия.

5. Упражнение «Неприятный диалог»

Тренер сообщает ребятам о том, что до сих пор они произносили монолог, обращенный к своему «врагу», то есть говорили ему, что хотели, а он безмолвствовал. Теперь же нужно представить, что он вам отвечает, и между враждующими сторонами происходит неприятный диалог.

Сначала ребенок выказывает свое недовольство воображаемому «врагу», например: «Мне не нравится, что ты..., и поэтому мне хочется обругать (ударить) тебя». Затем слово предоставляется «оппоненту».

После завершения «диалога» анализируется, какие ощущения возникли при подобной форме общения, что испытал каждый член группы: осталось у него столько же злости на своего «врага» либо меньше, а может, это чувство исчезло совсем?

Два последних упражнения дают возможность детям отреагировать свое негативное эмоциональное состояние, связанное с определенным человеком, в безопасной форме. Наиболее ценным результатом выполнения этих упражнений является выработка участниками тренинга собственных вариантов снятия агрессивности. Когда уровень агрессивности большинства ребят снизится, тренер предлагает закончить упражнение, подводит итоги и формулирует выводы вместе с детьми.

В качестве вывода можно использовать следующую притчу:

«Жила-была невероятно свирепая, ядовитая и злобная Змея. Однажды она повстречала мудреца, и он посоветовал ей прекратить обижать людей. Змея, поразившись его доброте, утратила свою злобность и решила жить, не нанося ущерба кому-либо. Но как только люди узнали о том, что Змея не опасна, они стали издеваться над ней: бросать в нее камни, таскать за хвост и т.д. Для Змеи настали тяжелые времена. Мудрец увидел, что происходит, и, выслушав жалобы Змеи, изрек: «Я сказал, чтобы ты перестала причинять людям страдания и боль, но я не говорил, чтобы ты никогда не шипела и не отпугивала обидчиков"«.

Мораль: нет ничего зазорного в том, чтобы шипеть на нехорошего человека или врага, показывая, что вы можете постоять за себя. Только надо быть осторожным и не пускать «яд» в кровь противнику. Можно научиться противостоять злу, не причиняя боль в ответ.

Далее тренер сообщает детям, что упражнения «Выставка» и «Неприятный диалог» являются «безвредными» способами избавления от собственного гнева и снятия агрессивности. Той же цели служит и следующее упражнение.

6. Упражнение «Грязные руки» (на ауторелаксацию и саморегуляцию).

Дети устраиваются поудобнее в расслабленной позе, закрывают глаза, делают 2—3 глубоких вдоха, задерживают дыхание и затем медленно выдыхают воздух. Им необходимо мысленно увидеть человека, на которого они разозлились, и вновь испытать это чувство. Затем ребята представляют, что вся злость на обидчика как бы стекается и концентрируется в кистях рук. Визуализация сопровождается соответствующей формулой самовнушения. Когда все дети проделали это, тренер говорит: «Теперь вся злость находится в кистях ваших рук. Если злости было много, вы ощущаете ее тяжесть. Злость — это неприятное чувство, поэтому кажется, что у вас грязные руки. Так давайте вымоем их хорошенько, смоем злость, и нам станет намного легче и приятнее. Мы ощутим чистоту и свежесть, как после купания. Мы будем готовы разговаривать с любым человеком доброжелательно, сохраняя эту чистоту и свежесть».

7. Этюд «Улыбка по кругу». Ритуал прощания.

Занятие 7

Материалы: дневнички участников тренинга, ручки, набор карточек или плакат со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека.

Ход занятия

1. Подвижная игра «Бой петухов»

Участники разбиваются на пары и встают друг напротив друга, держа руки на поясе. Прыгая на одной ноге и толкаясь плечами, каждый играющий стремится вывести партнера из равновесия. Проигравшим считается тот, кто встанет на обе ноги или коснется второй ногой пола.

Вариант: можно придерживать рукой мысок согнутой ноги. Побеждает тот, кто дольше «пропрыгает».

2. Подвижная игра «Штурм крепости»

Все участники тренинга строят крепость из заранее заготовленного «стройматериала», а затем делятся на две команды. Одна штурмует крепость, другая защищает ее. Затем команды меняются ролями. Основным оружием игроков являются надувные шары, мячи, мягкие игрушки.

3. Подвижная игра «Соблюдай дистанцию»

Тренер объясняет ребятам, что иногда человек может принять нарушение принятой дистанции за проявление недоброжелательного намерения, агрессию. Для всех эта дистанция индивидуальна. Детям предлагается разбиться на пары и найти оптимальную для каждого дистанцию — минимальное расстояние до другого игрока, при соблюдении которого человек чувствует себя свободно. Это пространство очерчивается мелом (в виде окружности) вокруг каждого ребенка. После этого дети начинают экспериментировать. Вступая в разговор, они нарушают очерченную границу, приближаясь, а затем отдаляясь от собеседника.

Продолжить игру можно, используя упражнение «Остановка рук». Участники по-прежнему работают в парах. У одного из них закрыты глаза. Второй постепенно приближает к нему руку. Когда первому игроку покажется, что чужая рука находится от него на расстоянии сантиметра, нужно сказать «Стоп». Вариант: один из участников не просто протягивает к напарнику руку, а подходит сам, далее — аналогично.

Игра заканчивается обсуждением ощущений, вызываемых вторжением другого человека в «личную зону» или чрезмерным отдалением его во время беседы. Делаются выводы о необходимости соблюдать определенную дистанцию при межличностном взаимодействии, общении.

4. Упражнение «Воздушный шарик» (на ауторелаксацию упр. 8, задание №5).

5. Этюд «Слушаем себя» (упражнение на ауторелаксацию).

6. Этюд «Улыбка по кругу» Ритуал прощания.

Методика «Как ты поступишь»

**Ф.И.О.:** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;

**Возраст:** \_\_\_ лет;

**Класс: \_**\_\_;

**«Твоя реакция, если...»**

1. Во время перемены или после уроков группа ребят играет в футбол и отказывается принимать тебя в свой круг.

2. Ты пришел в школу с новой прической и был осмеян одноклассниками и учителями.

3. Одноклассник толкает тебя, когда ты стоишь в очереди в столовую.

4. Твой приятель пытается вовлечь тебя в шуточный «бойцовский поединок», даже когда ты совсем не в настроении играть

5. Кто-либо из знакомых оскорбляет членов твоей семьи

6. Старшеклассник просит одолжить ему небольшую сумму денег.

7. Некто выхватил из твоих рук булочку или шоколадку.

8. Ты желаешь присоединиться к разговору, а тебе дают понять, что не хотят с тобой общаться.

9. Шутки ради некто ставит тебе подножку илиубирает стул, на который ты садишься.

10. На уроке во время твоего ответа кто-либо шепчется за спиной.

11. Ты был осмеян всем классом из-за нелепой ошибки при ответе на вопрос учителя.

12. Некто резко закрывает перед тобой дверь.

**Личностный опросник Айзенка (детский вариант)**

**Дорогой Друг!**

**Просим тебя ответить на интересующие нас вопросы. Это для нас очень важно. Помни, что правильных или неправильных ответов здесь быть не может. Поэтому отвечай сразу, долго не задумывайся.**

**Опросник**

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?

2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать или утешить?

3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-либо спрашивают, если это не на уроках?

4. Бываешь ли ты иногда сердитым, раздражительным, злишься?

5. Часто ли у тебя меняется настроение?

6. Тебе больше нравится быть одному, чем встречаться с другими ребятами?

7. Бывает ли иногда, что тебе мешают уснуть разные мысли?

8. Всегда ли ты сразу делаешь так, как тебе говорят?

9. Любишь ли ты подшутить над кем-нибудь?

10. Ты когда-нибудь чувствовал себя несчастным, хотя для этого не было настоящей причины?

11. Ты веселый человек?

12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?

13. Многое ли раздражает тебя?

14. Тебе нравится такая работа, где надо делать все быстро?

15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя все окончилось хорошо?

16. Тебе можно доверить любую тайну?

17. Можешь ли ты развеселить заскучавших товарищей?

18. Случается ли иногда так, что у тебя без всякой причины сильно бьется сердце?

19. Обычно ты делаешь первый шаг для того, чтобы с кем-нибудь подружиться?

20. Ты когда-нибудь говорил неправду?

21. Сильно ли ты огорчаешься, если люди находят недостатки в работе, которую ты сделал?

22. Любишь литы рассказывать смешные истории, шутить со своими друзьями?

23. Часто ли ты чувствуешь себя усталым без всякой причины?

24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а играешь уже потом?

25. Ты обычно весел и всем доволен?

26. Обидчив литы?

27. Любишь ли ты разговаривать и играть с другими детьми?

28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?

29. Бывает ли так, что у тебя сильно кружится голова?

30. Любишь ли ты поставить кого-нибудь в неловкое положение, посмеяться над кем-нибудь?

31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь очень надоело?

32. Ты любишь иногда похвастаться?

33. Ты чаще всего молчишь в обществе других людей?

34. Ты иногда волнуешься так сильно, что тебе трудно усидеть на месте?

35. Ты быстро решаешься на что-нибудь?

36. Ты иногда шумишь в классе, когда нет учителя?

37. Тебе часто снятся страшные сны?

38. Можешь ли ты забыть обо всем и от души повеселиться среди своих друзей, приятелей, подруг?

39. Тебя легко огорчить чем-нибудь?

40. Случалось ли тебе плохо говорить о ком-нибудь?

41. Можешь ли ты назвать себя беспечным, беззаботным человеком?

42. Если тебе случается попасть в неловкое положение, ты долго потом переживаешь?

43. Ты любишь шумные и веселые игры?

44. Ты всегда ешь все, что тебе предлагают?

45. Тебе трудно отказаться, если тебя о чем-нибудь попросят?

46. Ты любишь часто ходить в гости?

47. Бывают ли такие моменты, когда тебе не хочется жить?

48. Ты когда-нибудь был грубым с родителями?

49. Тебя считают веселым человеком?

50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?

51. Ты больше любишь сидеть в стороне и смотреть, чем самому принимать участие в общем веселье?

52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?

53. Ты обычно бываешь уверен в том, что сможешь справиться с делом, которое тебе поручают?

54. Часто ли ты чувствуешь себя одиноким?

55. Ты стесняешься первым заговаривать с незнакомыми людьми?

56. Часто ли ты решаешься на что-нибудь, когда уже поздно?

57. Когда кто-нибудь из приятелей кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?

58. Ты иногда чувствуешь себя особенно веселым или печальным без всякой причины?

59. Ты считаешь, что трудно получить настоящее удовольствие в гостях, на утренниках, на елке?

60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь не подумав?

## Графическая методика «Кактус»

Методика предназначена для работы с детьми старше 3 лет. Цель : исследование эмоционально-личностной сферы ребенка. При проведении диагностики испытуемому выдается лист бумаги форматом А4 и простой карандаш.

Инструкция: «На листе бумаги нарисуй кактус - таким, каким ты его себе представляешь». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. Обработка данных. При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

 пространственное положение

 размер рисунка

 характеристики линий

 сила нажима на карандаш Кроме того, учитываются специфические показатели, характерные именно для данной методики:

 характеристика «образа кактуса» ( дикий, домашний, женственный и т.д.)

 характеристика манеры рисования ( прорисованный, схематичный и пр.)

 характеристика иголок ( размер, расположение, количество) Интерпретация результатов : по результатам обработанных данных по рисунку можно диагностировать качества личности испытуемого ребенка :

* Агрессивность – 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, расположенный в центре листа.
* Неуверенность в себе, зависимость – маленький рисунок, расположенный внизу листа.
* Демонстративность, открытость – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.
* Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.
* Оптимизм – изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.
* Тревожность – преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.
* Женственность – наличие мягких линий и форм, украшений, цветов.
* Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.
* Интровертированность – на рисунке изображен только один кактус.
* Стремление к домашней защите, чувство семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение домашнего кактуса.
* Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества – изображение дикорастущего, пустынного кактуса.

После завершения рисунка ребенку в качестве дополнения можно задать вопросы, ответы которые помогут уточнить интерпретацию: 1. Этот кактус домашний или дикий? 2. Этот кактус сильно колется? Его можно потрогать? 3. Кактусу нравиться, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют? 4. Кактус растет один или с каким-то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение? 5. Когда кактус подрастет, то, как он изменится (иголки, объем, отростки)?

**агрессивность психология младший школьный**