**Введение**

**Актуальность исследования** Проблема агрессивного поведения весьма актуальна в наши дни. Воспитатели, учителя отмечают, что агрессивных детей становится с каждым годом всё больше, с ними трудно работать, и, зачастую, педагоги просто не знают, как справиться с их поведением. Единственное педагогическое воздействие, которое временно спасает, - это наказание, строгий выговор, после чего дети на какое-то время становятся сдержаннее, и их поведение начинает соответствовать требованиям взрослых. Но такого рода педагогическое воздействие неэффективно. Такие «выговоры», «внушения», «беседы», проходящие под устрашающим девизом «То ли ещё будет…» скорее усиливают особенности таких детей и ни в коей мере не способствуют их «перевоспитанию» или стойкому изменению поведения к лучшему.

Взрослые не любят агрессивного поведения детей. Подобные дети их раздражают, и разговор о них, как правило, ведётся в осуждающих терминах: «грубиян», «нахал», «хулиган» - такие ярлыки достаются всем агрессивным детям без исключения, причём не только в образовательном учреждении, но и дома.

А, между тем, наблюдение агрессивных детей и достаточно длительная работа с ними приводят к выводу, полностью совпадающему с мнением известного австралийского психотерапевта В. Оклендер: «Я воспринимаю ребёнка, который обнаруживает деструктивное поведение, как человека, которым движет чувство гнева, отверженности, обиды… У него часто отмечается низкая самооценка. Он не способен, или не хочет, или боится выразить то, что он чувствует, иным способом, потому что, если он это сделает, он может утратить силу, лежащую в основе агрессивного поведения. Он чувствует, что это единственный путь, способствующий выживанию…»

**Объект исследования** агрессивное поведение детей.

**Предмет исследования** особенности агрессии, проявляемой в детском возрасте.

**Цель исследования -** выявить возможности преодоления агрессии и ее дальнейшего предупреждения у детей.

**Гипотеза исследования -** коррекция агрессивного поведения детей будет проходить успешно при выполнении следующих условий:

если упражнения направлены на использование разнообразных способов снятия агрессивности;

если упражнения предлагаются для работы в комплексе.

**Задачи** исследования

. Проанализировать проблемы агрессивного поведения детей в отечественной и зарубежной литературе;

. Рассмотреть особенности детской агрессивности;

. Определить содержание коррекционной работы в детском возрасте;

. Предложить систему методов, техник и упражнений, направленных на коррекцию агрессивного поведения детей.

**Методологическая основа исследования** психологические идеи и концепции классиков отечественной психологической мысли, посвященные проблемам коррекции агрессивности в детском возрасте, научные труды отечественных и зарубежных авторов, среди которых необходимо выделить А. Басса и А. Дарки, которые выделили пять видов агрессии, имеется достаточное количество теоретических и практических разработок в области изучения агрессивного поведения нормально развивающихся школьников. Этим вопросом занимались такие авторы, как З. Фрейд, К. Лоренц, А. Бандура, М. Алвор, П. Бейкер, Г.Б. Монина, Е.К. Лютова, Н.Л. Кряжева, К. Фопель, Ю.С. Шевченко, Э. Фромм выделяет «доброкачественную» и «злокачественную» агрессивность, З. Фрейд впервые сформулировал свое понимание агрессии в работе «По ту сторону принципа удовольствия» (1912). В ней он рассматривал агрессию как соединение Эроса (либидо, созидающего начала) и Танатоса (мортидо, деструктивного начала), с преобладанием последнего.

**Методы исследования**

- Теоретические методы исследования (анализ психолого-педагогической литературы по проблеме коррекции агрессивности у детей), сравнение, выделение главного, выводы;

Эмпирические методы исследования - наблюдение, беседа.

**Теоретическая значимость исследования:** проанализирована психолого-педагогическая литература по вопросам коррекции проявления агрессии детьми.

**Практическая значимость исследования:** получены данные об агрессивном поведении детей, подобраны соответствующие игры, упражнения, беседы. Эти данные могут быть использованы педагогами, психологами, родителями.

**1. Психолого-педагогическая сущность коррекции агрессивного поведения детей**

**.1 Изучение проблемы агрессивного поведения детей в отечественной и зарубежной литературе**

Проблема агрессивного поведения остается актуальной на протяжении всего существования человечества в связи с его распространенностью и дестабилизирующим влиянием. Слово «агрессия» произошло от латинского «agressio», что означает «нападение», «приступ».

В современной литературе дается немало определений понятия «агрессия», тем не менее, в психологическом словаре приведено следующее определение данного термина: «Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и т.п.)» [5, c. 45]

Агрессивность - свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное. (Психологический словарь) Агрессивное поведение может быть непосредственным, т.е. прямо направленным на раздражающий объект или смещенным, когда ребенок по каким-либо причинам не может направить агрессию на источник раздражения и ищет более безопасный объект для разрядки. Поскольку устремленная вовне агрессивность порицается, у ребенка может выработаться механизм направления агрессии на самого себя (так называемая аутоагрессия - самоунижение, самообвинение).

Спонтанная агрессия - это подсознательная радость, которую испытывает личность, наблюдая трудности у других. Реактивная агрессия - проявляется в недоверчивости к людям. [14, c. 58]

В современной литературе предлагаются самые разнообразные классификации агрессии и агрессивного поведения. Одна из наиболее распространенных классификаций предложена такими авторами, как А. Басс и А. Дарки. Они выделили пять видов агрессии:

. Физическая агрессия - использование физической силы против другого лица (драки);

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

. Косвенная агрессия:

направленная (сплетни, шутки);

ненаправленная (крики в толпе, топание ногами);

. Раздражение (вспыльчивость, грубость);

. Негативизм - оппозиционная манера поведения.

Э. Фромм выделяет «доброкачественную» и «злокачественную» агрессивность.

. Агрессия «доброкачественная» (настойчивость, напористость, спортивная злость, мужество, смелость, храбрость, отвага, воля, амбиции). Она способствует поддержанию жизни и является реакцией на угрозу витальным потребностям;

. Агрессия «злокачественная» (насилие, жестокость, наглость, хамство, зло). Такая агрессия не является биологически адаптивной, и она не призвана защищать витальные интересы человека. [30, c. 49]

О. Хухлаева, беря за основу стиль поведения в конфликте, выделяет следующие виды агрессивности:

. Защитная. Возникает тогда, когда при наличии у ребенка активной позиции закрепляется страх перед окружающим миром. Основная функция агрессии в этом случае - защита от внешнего мира, который представляется ребенку небезопасным;

. Деструктивная. Если у ребенка в раннем возрасте отсутствует автономность, способность к самостоятельным выборам, суждениям, оценкам, то в активном варианте у него появляется деструктивная агрессивность;

. Демонстративная. Возникает не как защита от внешнего мира и не причинение вреда кому-либо, а как желание ребенка обратить на себя внимание;

Н.Д. Левитов предлагает следующую классификацию агрессии:

. Типичная для характера человека агрессия;

. Нетипичная для характера человека агрессия (она может отражать начало возникновения новых черт характера);

. Эпизодическая, преходящая агрессия.

Следует отметить, что в жизни чаще всего встречается сочетание некоторых или даже всех видов агрессии. Агрессия в человеческом обществе имеет специфические функции. Во-первых, она выступает средством достижения какой-нибудь значимой цели. Во-вторых, часто агрессия является способом замещения блокированной потребности и переключения деятельности. В-третьих, агрессия используется некоторыми людьми как способ удовлетворения потребности в самореализации, самоутверждении и как защитное поведение. [24, c. 19]

Существуют разнообразные теории появления агрессивности: биологическая причина и недостаточное или плохое воспитание. Спор о том, зол ли человек изначально или же добр, продолжается не одно столетие. Уже в древнейшей философии присутствуют прямо противоположные точки зрения по этому вопросу. Китайский философ Сюн-цзы считал, что человек имеет «злую природу». Другой китайский философ Мэн-цзы провозгласил идею о том, что все люди рождаются добрыми или нейтральными, а зло в них появляется под воздействием общественных факторов.

Подобную идею высказал и продолжил 19 столетий спустя Жан-Жак Руссо. По мнению Lewis DO, в отличие от некоторых биологических видов, ни одна группа людей не показала себя врожденно более агрессивной (хотя иногда какой-нибудь народ оказывался более агрессивным по сравнению с остальными).

З. Фрейд впервые сформулировал свое понимание агрессии в работе «По ту сторону принципа удовольствия» (1912). В ней он рассматривал агрессию как соединение Эроса (либидо, созидающего начала) и Танатоса (мортидо, деструктивного начала), с преобладанием последнего, т.е. как слияние сексуального инстинкта и инстинкта смерти при доминировании последнего. Он утверждал (1933), что Танатос противостоит Эросу, и его целью является возвращение к изначальному неорганическому состоянию. Фрейд считал, что есть механизм нейтрализации внутренней агрессии, который является главной функцией Эго. Но Эго не появляется вместе с рождением ребенка, а формируется в процессе его развития. Вместе с его формированием начинает развиваться и механизм нейтрализации агрессии. [20, c. 74]

Современные психологи, физиологи, этологи, философы до сих пор придерживаются разных точек зрения по этому поводу. Существующие на сегодняшний день теории агрессии по-разному объясняют причины и механизмы агрессивного поведения человека. Одни из них связывают агрессию с инстинктивными влечениями (З. Фрейд, К. Лоренц), Доктор H. Parens, посвятивший свою научную деятельность изучению агрессии у детей, считает безусловным то, что дети уже рождаются с разным уровнем агрессии. Правда он практически идентифицирует агрессию с активностью, считая, что при нормальном развитии личности агрессия трансформируется в активность. В других агрессивное поведение трактуется как реакция на фрустрацию. (Дж. Доллард, Л. Берковитц), в третьих агрессия рассматривается как результат социального научения (А. Бандура).

Имеется множество разновидностей этих подходов. Наибольшее экспериментальное подтверждение получили фрустрационная теория агрессии и теория социального научения. Однако до сих пор идут споры о биологической обусловленности агрессии. К. Лоренц считает агрессию важным элементом эволюционного развития. Наблюдая за поведением животных он пришел к выводу, что агрессия, направленная против собратьев по виду, никоем образом не вредна для этого вида. Напротив, она выполняет функцию его сохранения, т.к. именно агрессия позволяет группе иметь самых сильных и умных особей, и лучших из возможных вожаков. [8, c. 85]

Социальные и биологические науки пришли к тому, что, возможно, наиболее важное влияние на формирование и развитие агрессивного поведения оказывают средовые факторы. К таковым можно отнести порочное воспитание, включающее физические наказания, моральное унижение, социальную и сенсорную изоляцию, табу на эмоциональные проявления, а также такие мега-факторы как скученность (небывалое увеличение плотности населения). Природа человеческой агрессии с трудом поддается анализу.

Рассмотрев феномен агрессии, есть смысл обратиться к пониманию ее причин в разные возрастные периоды. Известно, что агрессивность усиливается в критические возрастные периоды (0, 1, 3, 7, 13, 17 лет). Этот факт рассматривается специалистами как показатель нормального роста организма.

Критерии агрессивного поведения по М. Алворду, П. Бейкеру:

Ребенок:

. Часто теряет контроль над собой.

. Часто спорит, ругается со взрослыми.

. Часто отказывается выполнять правила.

. Часто специально раздражает людей.

. Часто винит других в своих ошибках.

. Часто сердится и отказывается сделать что-либо.

. Часто завистлив, мстителен.

. Чувствителен.

Очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которое нередко раздражают его.

Признаки агрессивности (И.П. Подласый):

. Упрямство, постоянные возражения, отказы даже от легких поручений, игнорирование просьб учителя.

. Драчливость.

. Постоянная или длительная подавленность, раздраженность.

. Беспричинные вспышки гнева, озлобленность.

. Жестокое обращение с животными.

. Стремление оскорбить, унизить.

. Властность, стремление настоять на своем.

. Эгоцентризм, неспособность понять других.

. Эмоциональная глухота. Душевная черствость.

. Самоуверенность, завышенная самооценка.

Выделяют множество факторов, влияющих на появление агрессивности:

. Семья;

а) Стиль воспитания в семье:

гиперопека

гипоопека

б) Эмоциональная близость с ребенком

в) Социально - культурный статус семьи и т.д.

. Индивидуальные особенности человека;) Сниженная произвольность

б) Низкий уровень активного торможения и т.д.;

. Сверстники (через взаимодействие с ними формируется определенная модель поведения);

. Средства массовой информации, которые в настоящее время приобретают все большую значимость в формировании агрессивности не только у детей, но и у всего населения в целом;

. Нестабильная социально - экономическая обстановка. [34, c. 27]

Устойчивые агрессивные тенденции в поведении детей младшего школьного возраста имеют истоки в сфере взаимоотношений со значимыми взрослыми, а таковыми являются родители и учителя.

Главный источник живых примеров агрессивного поведения для большинства детей является семья. Многочисленные исследования показали, что для семей, из которых выходят агрессивные дети, характерны особые взаимоотношения между членами семьи. Подобные тенденции психологами описаны как «цикл насилия». Дети склонны воспроизводить те виды взаимоотношений, которые «практикуют» их родители по отношению друг к другу. Дети, выбирая методы выяснения отношений с братьями и сестрами, копируют тактику разрешения конфликтов у родителей. Когда дети вырастают и вступают в брак, они используют отрепетированные способы разрешения конфликтов и, замыкая цикл, передают их своим детям, посредством создания характерного стиля дисциплины. Достоверно установлено, что жестокое обращение с ребенком в семье не только повышает агрессивность его поведения в отношении со сверстниками, но и способствует развитию склонности к насилию в более зрелом возрасте, превращая физическую агрессию в жизненный стиль личности. Таким образом, дети часто перенимают агрессивные формы поведения у родителей.

Часто агрессивный ребенок ощущает себя отверженным, никому не нужным. Жестокость и безучастность родителей приводит к нарушению детско-родительских отношений и влияет на душу ребенка уверенность, что его не любят. «Как стать любимым и нужным» - неразрешимая проблема, стоящая перед маленьким человеком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. [16, c. 59]

Е.К. Лютова и Г.Б. Монина утверждают, что почти в каждом классе встречается хотя бы один ребенок с признаками агрессивного поведения он нападает на остальных детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения, одним словом, становится «грозой» всего детского коллектива, источником огорчения воспитателей и родителей. Этого драчливого, грубого ребенка очень трудно принять таким, какой он есть, а еще трудней понять.

Научаются агрессивному поведению дети и в ходе взаимодействия с другими детьми. Один из способов научения агрессивным действиям у сверстников - игра. К этим играм можно отнести те, в которых дети толкаются, догоняют друг друга, дразнятся и пр. Кроме того, в этом возрасте наиболее характерна реактивность или так называемая ответная агрессивность на действия сверстников. Часто агрессия может возникать как ответная реакция на неприемлемое поведение окружающих, то есть как акт возмездия за что-либо. [21, c. 93]

Как уже было отмечено, на становление агрессивного поведения оказывает влияние семейное окружение и особенности взаимодействия с другими детьми; но нельзя оставить без внимания и еще один фактор, который особенно в последние годы вызывает серьезную озабоченность и у родителей, и у педагогов, и у психологов. Это влияние средств массовой информации.

Современные дети часто прибегает к агрессии т.к. научаются видеть в ней способ решения жизненных трудностей, т.е. можно говорить о процессе социализации агрессии как результате усвоения навыков агрессивного поведения и развитии агрессивной готовности личности. В пользу этой концепции говорит то, что ребенок, как правило, не выбирает агрессию осознанно, а отдает ей предпочтение, не имея навыков конструктивного решения своих проблем. Агрессию рассматривают как социальное поведение, включающее навыки и требующие научения. Чтобы совершить агрессивное действие, человек должен много знать: например, какие слова и действия причинят страдания, какие приемы будут болезненными и т.п. эти знания не даются при рождении. Люди должны научиться вести себя агрессивно. [1, c. 73]

Усвоение агрессивных реакций на своем опыте играет важную роль, но научение через наблюдение оказывает даже большее воздействие. Человек, ставший свидетелем насилия, открывает для себя новые грани агрессивного поведения, которые ранее отсутствовали в его поведении. Наблюдая агрессивные действия других, человек может пересмотреть ограничения своего поведения: другим можно, значит и мне можно. Постоянное наблюдение сцен насилия приводит к утрате эмоциональной восприимчивости к агрессии и чужой боли. В результате настолько привыкает к насилию, что перестает рассматривать его как неприемлемую форму поведения. [32, c. 50]

Американские социологи подсчитали, что в наиболее популярных телевизионных передачах на каждый час вещания приходится в среднем около 9 актов физической и 8 актов вербальной агрессии. Секс и насилие так или иначе фигурирует более чем в 60% анонсов телепрограмм (по данным представленным Р. Бэрон, Д. Ричардсон). Пока нет подобных социологических данных по России, но очень вероятно, что эта цифра не меньше.

В настоящее время появляется все больше научных исследований, подтверждающих тот факт, что сцены насилия, демонстрируемые в кино или на экранах телевизоров, способствуют повышению уровня агрессивности зрителей.

|  |  |
| --- | --- |
| Факторы | Детерминанты |
| Социальные | Фрустрация (препятствие целенаправленному поведению). Провокация (месть за месть). Характеристика объекта агрессии (пол, раса). Сторонние наблюдатели (те; кто наблюдают за агрессивной ситуацией). |
| Внешние | Шум, температура, запах, теснота личного пространства. |
| Биологические | Аномалии половых хромосом, повреждение коры головного мозга, тип и свойства нервной системы. |
| Индивидуальные | Черты характера (демонстративные не склонны к агрессии, так как ждут социального одобрения). Склонность приписывать дурные намерения другим людям. Повышенная раздражительность (быстро заводятся и обижаются). Низкий уровень самоконтроля. |

Таким образом можно сделать вывод, что агрессивность современных детей является актуальной в нынешних условиях нашей жизни т.к. она носит в себе определенные психологические особенности, затрагивая не только окружающих ребенка людей - родителей, воспитателей, учителей, сверстников, она создает трудности и для самого ребёнка, в его взаимоотношениях с окружающими. Агрессивность не является чем-то безразличным для самого ребёнка, ведь «проявление ребёнком агрессии является следствием наличия у него какого-то серьёзного неблагополучия в ходе его развития». Вследствие крушения моральных устоев, нестабильности в нашей стране, переоценки ценностей, агрессия является нормой в межличностных отношениях. [10, c. 37]

Агрессивность определяет не только нынешнее положение ребёнка в системе общественных связей и отношений, ее влияние на развитие личности носит более долгосрочный характер. Лонгитюдные исследования показывают, что агрессивность достаточно стабильна во времени и велика вероятность того, что агрессия в детстве может перейти в стойкое асоциальное или антисоциальное поведение у подростков. Агрессивное поведение оказывает влияние не только на отношение ребенка с окружающей действительностью, но и определяет развитие всей её личности, различных её сторон. Первоначально агрессивность и жестокость возникают как конкретно - ситуационные явления, источником которых являются внешние обстоятельства.

Общество, в котором мы живем, больное агрессией и нетерпимостью из-за нестабильности материально - бытовых, социально - экономических условий заражает и свое молодое поколение. Опасность состоит в том, что у нового поколения болезнь может стать врожденной и массовой, превратиться из социальной патологии в социальную норму. Если обвинения соседствуют с равнодушием и аморальным поведением родителей и общественности и применением ими физической силы как в конфликтах между собой, так и в отношении ребенка, то в силу детского подражания и отсутствия другого жизненного опыта ребенок убеждается в том, что добиться цели наиболее просто путем агрессии. [26, c. 20]

**1.2 Детская агрессивность: причины возникновения, модели**

Рождаясь, ребенок имеет лишь два способа реагирования - это удовольствие и неудовольствие.

Когда ребенок сыт, у него ничего не болит, пеленки сухие - тогда он испытывает положительные эмоции, которые проявляются в виде улыбки, довольного гуления, спокойного и безмятежного сна.

Если же ребенок испытывает по какой-либо причине дискомфорт, то он свое недовольство проявляет плачем, криком, брыканием. С возрастом ребенок начинает проявлять свои протестные реакции в виде деструктивных действий, направленных на других людей (обидчиков) или ценные для них вещи.

Агрессия в той или иной степени присуща каждому человеку, так как является инстинктивной формой поведения, основной целью которой является самозащита и выживание в мире. Но человек, в отличие от животных, с возрастом приучается трансформировать свои природные агрессивные инстинкты в социально приемлемые способы реагирования, т.е. у нормальных людей происходит социализация агрессии.

Те же люди, которые не научились контролировать свои агрессивные импульсы, испытывают сложности при общении с людьми. В более тяжелых случаях, когда агрессивное поведение становится противоправным, такие люди подвергаются уголовному наказанию и изолируются от общества в места не столь отдаленные. [2, c. 28]

На формирования отношения к миру влияет много причин.

В первую очередь, это душевное состояние матери в период беременности и после родов. Представим простой пример: ребенок появляется на свет в тот момент, когда его мать переживает личную драму, находится в тревоге за свое, а, следовательно, и его будущее, испытывает отчаяние и тоску. Малыш, для которого еще нет разделения на я и не-я, наполняется теми же чувствами, и его первый опыт взаимодействия с окружающим говорит ему о том, что здесь не так уж безопасно, здесь много боли и непредсказуемости, любой может нанести вред.

В будущем это перерастает в недоверие ко всем и ко всему, для него теперь любое проявление извне может означать нападение. Страх и тревога, которые ребенок испытывает при контакте с другими, ведут к тому, что любой сигнал истолковывается им как осуществление его самых худших опасений. Агрессивные вспышки у таких детей выглядят очень неожиданными и непонятными. Также на формирование отношения к миру оказывает влияние проявление родителями безусловной любви к своему ребенку, либо отсутствие таковой. Если родители проявляли искреннюю любовь к своему малышу в любой ситуации, если ребенок понимал, что, не смотря ни на что, его любят, то у него возникало чувство доверия к окружающим. [35, c. 102]

Если же ребенок убеждается в том, что его не любят, или даже ненавидят, то он решает, что хуже уже и быть не может и поэтому становится способным на все. Ему не нужно переживать, что он может потерять объект любви. Зачем ему тот, кто его не любит? Он может ожесточиться, может начать мстить. На этом построены многие триллеры о маньяках-убийцах, где, копаясь в его прошлом, обнаруживают забитого, презираемого, униженного ребенка.

Травмирующее влияние на психику детей оказывают также ссоры взрослых между собой. Когда папа и мама изо дня в день ссорятся, у малыша возникает ощущение приближающейся катастрофы. Несмотря на то, что в семье стараются избегать открытых скандалов, и ссоры происходят «за закрытой дверью», маленький человечек все равно чувствует напряженную атмосферу. И это неудивительно, ведь окружающие малыша взрослые - это его мир, единый и неделимый, такой же, каким был мамин уютный животик. Поэтому любая конфликтная ситуация воспринимается ребенком как угроза для него самого. [3, c. 62]

Вторая причина агрессивности связана с тем, что взрослые вынуждены в некоторых ситуациях запрещать ребенку вести себя определенным образом или с тем, что не всегда родители могут или хотят удовлетворять бесконечные желания своих детей. Здесь родителям важно учитывать два момента.

Во-первых, они должны научиться грамотно устанавливать запреты и, в случае необходимости, применять наказания.

И, во-вторых, важно помнить, что главной потребностью любого ребенка является необходимость чувствовать, что его любят и ценят.

Если ребенок начинает испытывать сомнения по этому поводу, то он будет стараться всячески подкрепить свое чувство ненужности. Поэтому постоянное нытье детей купить им что-нибудь часто является провокацией с их стороны. При этом отказ в желаемом ребенок сразу же трактует так, что его никто не любит, и он никому не нужен. При этом он, конечно, страшно злится. Ведь ребенок любит искренне и не желает допускать, что его любовь безответная. [22, c. 15]

С другой стороны, проблему не решает и выполнение любой прихоти вашего чада, ведь его сомнения могут появляться снова и снова, например, когда он столкнется с невниманием к его переживаниям. Чтобы не допускать такого искаженного взаимодействия, стоит искренне говорить ребенку о том, что вы его любите.

Третья причина - это установление личных границ. Ребенок рождается полностью зависимым от своих родителей, и его основная задача на протяжении всей жизни - это обретение независимости (в первую очередь, от родителей) и самостоятельности. Очень часто этот процесс происходит очень болезненно для обеих сторон и может иметь печальные последствия. Родителям важно понимать, что их дети - это не их частная собственность, и они им не принадлежат. Ребенок призван стать равноправным и равноценным человеческим существом. Есть наиболее важные периоды, когда ребенок решает эту задачу: это 3 года, начало школьной жизни и подростковый период. В эти периоды дети особенно остро реагируют на внедрение в их жизнь, что находит свое выражение в протестных реакциях. Мудрые родители должны это учитывать и предоставить ребенку разумную свободу и независимость. Но в тоже время дети не должны ощущать себя заброшенными, ребенок должен чувствовать, что родители готовы всегда, в случае необходимости, оказать поддержку и помощь.

Также желательно, чтобы у ребенка была своя комната (или хотя бы уголок). Он должен знать, что его границы уважают и не нарушают без его ведома. [31, c. 94]

Социально-культурный аспект деткой агрессивности. Дети черпают знания о моделях поведения из трёх источников.

Первый - это семья, которая может одновременно демонстрировать агрессивное поведение и обеспечивать его закрепление.

Во-вторых, агрессии они также обучаются при взаимодействии со сверстниками, зачастую узнавая о преимуществах агрессивного поведения («Я самый сильный - и мне всё можно») во время игр.

И, в-третьих, дети учатся агрессивным реакциям не только на реальных примерах, но и на символических. В настоящее время не вызывает сомнения тот факт, что сцены насилия, демонстрируемые с экранов телевизоров, способствуют повышению уровня агрессивности зрителя, и в первую очередь, детей.

Диагностические критерии и характерологические особенности агрессивных детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста

Э. Фромм считает, что существуют два вида агрессии - «доброкачественная» и «злокачественная». Первая появляется в момент опасности и носит защитный характер. Как только опасность исчезает, затухает и данная форма агрессии. «Злокачественная» агрессия представляет собой деструктивность, жестокость; бывает спонтанной и связана со структурой личности.

Анализируя агрессивность как свойство личности, американскими психологами, работающими с детьми, были выведены следующие диагностические критерии, позволяющие говорить о наличии данного свойства у ребёнка в той или иной степени. [33, c. 59]

Диагностические критерии:

. Часто (чаще по сравнению с поведением других детей, окружающих ребёнка) теряют контроль над собой.

. Часто спорят, ругаются с детьми и взрослыми.

. Намеренно раздражают взрослых, отказываются выполнять просьбы взрослых.

. Часто винят других в своём «неправильном» поведении и ошибках.

. Завистливы и мнительны.

. Часто сердятся и прибегают к дракам.

О ребёнке, у которого в течение 6-ти и более месяцев одновременно устойчиво проявлялись 4 критерия, можно говорить как о ребёнке, обладающем агрессивностью как качеством личности. И таких детей можно называть агрессивными.

Американский психолог М. Алворд выделяет ряд характерологических особенностей агрессивных детей, которые обозначают внутренние противоречия, проблемные зоны и внутренние конфликты таких детей. Выделение характерологических особенностей весьма важно, так как именно эти особенности агрессивных детей являются предметом коррекционной работы. [11, c. 49]

Характерологические особенности агрессивных детей

. Воспринимают большой круг ситуаций как угрожающих, враждебных по отношению к ним.

. Сверхчувствительны к негативному отношению к себе.

. Заранее настроены на негативное восприятие себя со стороны окружающих.

. Не оценивают собственную агрессию как агрессивное поведение.

. Всегда винят окружающих в собственном деструктивном поведении.

. В случае намеренной агрессии (нападение, порча имущества и т.п.) отсутствует чувство вины, либо вина проявлена очень слабо.

. Склонны не брать на себя ответственность за свои поступки.

. Имеют ограниченный набор реакций на проблемную ситуацию.

. В отношениях проявляют низкий уровень эмпатию.

. Слабо развит контроль над своими эмоциями.

. Слабо осознают свои эмоции, кроме гнева.

. Боятся непредсказуемости в поведении родителей.

. Имеют неврологические недостатки: неустойчивое, рассеянное внимание, слабая оперативная память, неустойчивое запоминание.

. Не умеют прогнозировать последствия своих действий (эмоционально застревают на проблемной ситуации).

. Положительно относятся к агрессии, так как через агрессию получают чувство собственной значимости и силы.

Опыт работы с агрессивными детьми отечественных психологов детских садах и школах позволяет указать ещё на три важнейшие характерологические особенности:

. дети имеют высокий уровень личностной тревожности;

. имеют неадекватную самооценку, чаще низкую;

. чувствуют себя отверженными.

В целях повышения эффективности работы с агрессивными детьми необходимо также проанализировать роль семьи в формировании агрессивного поведения детей, а также особенности самих семей агрессивных детей.

Семьи агрессивных детей имеют свои особенности, присущие только им. Анализ особенностей семей агрессивных детей проводился на основе исследования влияния воспитания и семейных отношений на агрессивное поведение детей, сделанного А. Бандурой (этот краткий анализ особенностей семей агрессивных детей оказывает очень большую помощь в профилактической, просветительской, консультативной работе практического психолога интернатного учреждения). [5, c. 38]

Особенности семей агрессивных детей

. В семьях агрессивных детей разрушены эмоциональные привязанности между родителями и детьми, особенно между отцами и сыновьями. Родители испытывают скорее враждебные чувства по отношению друг к другу; не разделяют ценности и интересы друг друга.

. Отцы часто сами демонстрируют модели агрессивного поведения, а также поощряют в поведении своих детей агрессивные тенденции.

. Матери агрессивных детей не требовательны к своим детям, часто равнодушны по отношению к их социальной успешности. Дети не имеют чётких обязанностей по дому.

. У родителей агрессивных детей модели воспитания и собственного поведения часто противоречат друг другу, и к ребёнку предъявляются взаимоисключающие требования. Как правило, очень жёсткий отец и попустительская мать. В результате у ребёнка формируется модель вызывающего, оппозиционного поведения, которая переносится на окружающий мир.

. Основные воспитательные средства, к которым всегда прибегают родители агрессивных детей, - это:

физические наказания;

угрозы;

лишение привилегий;

введение ограничений и отсутствие поощрений;

частые изоляции детей;

сознательное лишение любви и заботы в случае проступка.

Причём сами родители никогда не испытывают чувства вины при использовании того или иного метода наказания.

. Родители агрессивных детей не пытаются разобраться в причинах деструктивного поведения своих детей, оставаясь равнодушными к их эмоциональному миру.

Агрессия - это способ выражения своего гнева, протеста. А, как известно, гнев - это чувство вторичное. В его основе лежит боль, унижение, обида, страх, которые, в свою очередь, возникают от неудовлетворения базисной, фундаментальной человеческой потребности в любви и нужности другому человеку.

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 ребёнок справиться не в силах. [25, c. 27]

**2. Содержание коррекционной работы агрессивного поведения детей**

**.1 Коррекция агрессивного поведения детей**

агрессивный ребенок поведение коррекция

Для того чтобы результат работы с агрессивным ребёнком был устойчивым, необходимо, чтобы коррекция носила не эпизодический, а системный, комплексный характер, предусматривающий проработку каждой характерологической особенности данного ребёнка. В противном случае эффект от коррекционной работы будет нестойким.

Опираясь на практический опыт работы с агрессивными детьми и анализируя характерологические особенности этих детей, а также их семей, можно выделить 6 ключевых блоков (направлений). Каждый блок направлен на коррекцию определённой психологической черты или особенности ребёнка и содержит набор соответствующих психологических приёмов и техник, позволяющих скорректировать данную особенность. Отдельным, седьмым блоком выделяется работа с родителями и педагогами, направленная на снятие провоцирующих факторов агрессивного поведения у детей. [4, c. 46]



Важно, чтобы работа с агрессивным ребёнком (обладающим качеством «агрессивность») начиналась с этапа отреагирования гнева для того, чтобы дать свободу истинным скрытым переживаниям (обидам, разочарованию, боли). Ребёнок, не пройдя через эту стадию, будет сопротивляться дальнейшей работе и, скорее всего, потеряет доверие к психологу. После этого можно переходить к коррекционной работе, направленной на осознание собственного эмоционального мира, а также чувств других людей; на овладение приёмами контроля своего гнева, а также к развитию адекватной самооценки. [23, c. 91]

Работу можно строить как в индивидуальном порядке (чаще на стадии отреагирования гнева и всей проблемной ситуации в целом), так и в группе. Групповая работа наиболее эффективна в мини-группах (по 5-6 человек). Количество занятий - 1-2 в неделю, продолжительность - 30 минут.

Основные принципы, на которых строится взаимодействие психолога с ребёнком:

уважительное отношение к личности ребёнка;

положительное внимание к внутреннему миру ребёнка;

безоценочное восприятие личности ребёнка, принятие его в целом;

сотрудничество с ребёнком - оказание конструктивной помощи в отреагировании проблемных ситуаций и наработке навыков саморегуляции и контроля.

Система методов и техник коррекционного воздействия

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Характерологические особенности ребёнка | Направления коррекционной работы | Методы и техники коррекционного воздействия |
| 1. Высокий уровень личностной тревожности. Сверхчувствительность к негативному отношению к себе. Восприятие большого числа ситуаций как угрожающих | Снижение уровня личностной тревожности | 1) релаксационные техники: глубокое дыхание, визуальныеобразы, мышечная релаксация, свободное движение под музыку; 2) работа со страхами; 3) ролевые игры |
| 2. Слабое осознание собственного эмоционального мира. Низкий уровень эмпатии | Формирование осознания собственных эмоций, а также чувств других людей, развитие эмпатии | 1) работа с фотографиями, отражающими различные эмоциональные состояния; 2) придумывание историй, раскрывающих причину эмоционального состояния (желательно раскрыть несколько причин); 3) рисование, лепка эмоций; 4) пластическое изображение эмоций; 5) работа с эмоциями через сенсорные каналы; 6) изображение различных предметов и явлений природы, придумывание рассказов от лица этих предметов и явлений; 7) разыгрывание сценок (этюдов), отражающих различные эмоциональные состояния; 8) методика - «я грустный (радостный и т.д.), когда…»; 9) ролевые игры, отражающие проблемную ситуацию, где «агрессор» проигрывает роль «жертвы» |
| 3. Неадекватная (чаще низкая) самооценка. Заранее настроены на негативное восприятие себя со стороны окружающих | Развитие позитивной самооценки | 1) упражнения, направленные на позитивное восприятие образа «Я», активизацию самосознания, актуализацию «Я-состояний»; 2) разработка системы поощрений и наград за имеющиеся и возможные успехи («альбом успехов», медали, дипломы, аплодисменты и т.д.); 3) включение ребёнка в работу различных (по интересам) секций, кружков |
| 4. Эмоциональное «застревание» на той ситуации, которая происходит сейчас. Неумение предвидеть последствия своих действий | Коррекционная работа, направленная на обучение ребёнка отреагированию своего гнева приемлемым способом, а также на отреагирование всей ситуации в целом | 1) выражение гнева безопасным способом во внешнем плане (канализация агрессии); 2) пластическое выражение гнева, отреагирование гнева через движения; 3) многократное (более 100 раз) повторение деструктивного действия безопасным для себя и окружающих способом; 4) рисование гнева, а также лепка гнева из пластилина (глины), обсуждение (если ребёнок хочет), в каких ситуациях он испытывает гнев; 5) «письма гнева»; 6) «галерея негативных портретов»; 7) использование приёмов арт-терапии в целях более полного отреагирования чувств и их позитивной трансформации |
| 5. Слабый контроль над своими эмоциями | Коррекционная работа, направленная на обучение ребёнка управлению своим гневом | 1) релаксационные техники - мышечная релаксация+глубокое дыхание+визуализация ситуации; 2) перевод деструктивных действий в вербальный план («остановись и подумай, что ты хочешь сделать»); 3) ввод правила: «посчитай до 10, прежде чем перейдёшь к действию»; 4) ролевая игра, включающая в себя провоцирующую ситуацию для наработки навыков контроля; 5) сочинение рассказа от имени своего гнева с последующим отражением этого чувства в движениях; 6) осознание своего гнева через сенсорные каналы (на что похож твой гнев? какой он на цвет, на слух, на вкус, на ощупь?); 7) осознание своего гнева через телесные ощущения (сокращения мышц лица, шеи, рук, грудной клетки, живота, которые могут вызвать боль) |
| 6. Ограниченный набор поведенческих реакций на проблемную ситуацию, демонстрация деструктивного поведения | Коррекция, направленная на расширение спектра поведенческих реакций в проблемной ситуации и снятие деструктивных элементов в поведении | 1) работа с картинками, отражающими проблемные ситуации (придумывание различных вариантов рассказов по картинке; 2) разыгрывание сцен, отражающих вымышленные конфликтные ситуации; 3) использование игр, включающих в себя элементы соперничества; 4) использование игр, направленных на сотрудничество; 5) разбор вместе с ребёнком последствий различных поведенческих реакций на проблемную ситуацию, выбор позитивной и закрепление её в ролевой игре; 6) введение на занятиях определённых правил поведения с использованием системы поощрений и привилегий в случае их соблюдения (награды, призы, медали, аплодисменты и т.п.); 7) ведение ребёнком блокнотика в целях обучения самонаблюдению и контролю над поведением; 8) ведение ребёнком вместе с воспитателем (родителями) карты поведения, содержащей личные правила поведения для конкретного ребёнка (например, «держи руки при себе», «говори уважительно со старшими») с использованием наград и поощрений в случае соблюдения этих правил; 9) включение ребёнка в спортивные командные игры (канализация агрессии, взаимодействие в коллективе, соблюдение определённых правил) |
| 7. Работа с родителями и педагогами | Консультативная и коррекционная работа с родителями и педагогами, направленная на снятие провоцирующих факторов агрессивного поведения у детей | 1) информирование педагогов и родителей об индивидуально-психологических особенностях агрессивного ребёнка; 2) обучение распознаванию собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с агрессивными детьми, а также приёмам регуляции психического равновесия; 3) обучение воспитателей и родителей навыкам «ненасильственного» общения - «активное» слушание; исключение оценочности в общении; высказывание «Я-сообщений» вместо «Ты-сообщений», исключение угроз, и приказов, работа с интонацией; 4) отработка навыков позитивного взаимодействия с агрессивными детьми через ролевую игру; 5) помощь семье в плане выработки единых требований и правил воспитания; 6) отказ от наказаний как основного метода воспитания; 7) включение ребёнка в работу различных (по интересам) секций, кружков, студий |

**2.2 Методы, техники, упражнения, направленные на коррекцию агрессивного поведения**

Методы, техники, упражнения, направленные на обучение ребёнка приемлемым способам выражения гнева, а также на отреагирование негативной ситуации в целом. [29, c. 37]

«Отреагирование гнева» (В. Оклендер)

Задача психолога - помощь ребёнку в плане высвобождения его истинных переживаний (боли, обиды), которые часто прячутся за внешним проявлением гнева, также необходимо оказать ребёнку помощь в изменении восприятия ситуации в целом с травмирующего и негативного на более позитивное.

Первая стадия - «предоставлять детям практически приемлемые методы для выражения гнева безопасным способом во внешнем плане».

Вторая стадия - «помочь детям подойти к реальному восприятию чувства гнева, побудить их к тому, чтобы эмоционально отреагировать этот гнев (и ситуацию в целом) прямо «здесь и теперь». В этих случаях хорошо прорисовать гнев красками или вылепить гнев из пластилина - зрительно обозначить свой гнев. Часто у детей образ их гнева отождествляется с обидчиком, с тем объектом, которому непосредственно адресован их гнев.

Третья стадия - «дать возможность прямого вербального контакта с чувством гнева: «пусть скажут всё, что нужно сказать, тому, кому следует». Обычно после того, как дети полностью выскажутся, происходит трансформация зрительного образа гнева в позитивную сторону; дети становятся более спокойными и открытыми к дальнейшей работе.

Четвёртая стадия - «обсуждать с детьми, что заставляет их гневаться, в каких ситуациях это чаще всего происходит, как они это обнаруживают и как ведут себя в это время». Важно, чтобы ребёнок научился осознавать и понимать свой гнев, и далее научился оценивать ситуацию, чтобы сделать выбор между открытым (асоциальным) проявлением гнева или проявлением его в приемлемой в социальном отношении форме.

Упражнения, направленные на обучение ребёнка приемлемым способам разрядки гнева и агрессивности, а также на отреагирование негативной ситуации в целом.

Н первой стадии отреагирования гнева можно использовать следующие методы и способы:

комкать и рвать бумагу;

бить подушку или боксёрскую грушу;

топать ногами;

громко кричать, используя «стаканчик» для криков или «трубу» из плотной бумаги;

пинать ногой подушку или консервную банку;

написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу;

втирать пластилин в картонку.

Упражнение «Пластическое изображение гнева»

(индивидуальное, групповое)

. «Пожалуйста, встань (или сядь) в удобную для тебя, свободную позу. Подумай о той ситуации (человеке), которая вызывает у тебя наибольшее чувство гнева».

. «Сосредоточься на своих ощущениях, отметь, в каких частях (части) тела они наиболее сильные».

. «Пожалуйста, встань и двигайся так, чтобы как можно сильнее выразить те ощущения, которые ты испытываешь. Не контролируй свои движения, вырази чувства».

. Рефлексия:

Легко ли было выполнить упражнение?

В чём ты испытывал затруднение?

Что ты чувствовал во время выполнения упражнения?

Изменилось ли твоё состояние после выполнения упражнения

Упражнение «Рисование собственного гнева (лепка из пластилина, глины)» (индивидуальное)

Примечание: в процессе этого упражнения важно не мешать ребёнку высказывать свое мнение.

Оборудование: листы бумаги для рисования, цветные мелки, фломастеры (пластилин, глина).

. «Пожалуйста, подумай о той ситуации (человеке), которая вызывает у тебя очень сильное чувство гнева, злости».

. «Прислушайся к себе и отметь, в каких частях тела ты максимально ощущаешь свой гнев».

. Когда ребёнок будет рассказывать о своих ощущениях, можно задать вопрос: «На что похож твой гнев? Можешь ли ты изобразить его в виде рисунка или слепить свой гнев из пластилина?»

. Обсуждение рисунка:

Что изображено на рисунке?

Что ты чувствовал, когда рисовал свой гнев?

Можешь ли ты поговорить от лица своего рисунка? (для выявления скрытых мотивов и переживаний)

Изменилось ли твоё состояние, когда ты полностью прорисовал свой рисунок?

. «Что тебе хочется сделать с этим рисунком?»

Некоторые дети мнут, рвут рисунок. Но многие выражают желание нарисовать ещё один вариант рисунка, когда «он изменился».

Обсуждение нового рисунка:

Что ты чувствуешь, когда рисуешь новый вариант?

Поговори, пожалуйста, от лица нового рисунка.

Каким стало твоё состояние теперь?

Упражнение «Галерея негативных портретов» (для детей от 9 лет)

. «Сядьте, пожалуйста, поудобнее, расслабьтесь, глубоко вдохните 3-4 раза, закройте глаза. Представьте, что вы попали на небольшую выставку-галерею: на ней выставлены фотографии (портреты) людей, на которых вы разгневаны, которые вызывают у вас злость, которые, как вам кажется поступили с вами несправедливо».

. «Походите по этой выставке, рассмотрите портреты, обратите внимание, как они выглядят (цвет, размер, отдалённость, выражение лиц). Выберите любой из них и остановитесь возле него. Какие чувства вызывает у вас портрет этого человека?»

. «Мысленно выразите свои чувства, адресуя их портрету. Не сдерживайте своих чувств, мысленно говорите всё, что хочется сказать, не стесняясь в выражениях. А также представьте, что вы делаете с портретом всё, к чему побуждают ваши чувства. После того, как вы сделали это упражнение, сделайте глубокий вдох 3-4 раза и откройте глаза».

. Рефлексия:

Что легко, а что трудно было сделать в этом упражнении?

Что понравилось, что не понравилось?

Кого вы увидели в галерее, кого выбрали, на ком остановились?

Как менялось ваше состояние в процессе выполнения упражнения?

Чем отличаются чувства в начале и в конце упражнения?

Упражнение «Письма гнева» (для детей от 9 лет)

. «Пожалуйста, подумай о том человеке, который вызывает у тебя злость и активное неприятие, а также о тех ситуациях, связанных с этим человеком, где негативные чувства проявлялись особенно сильно и остро».

. «Напиши, пожалуйста, письмо этому человеку. Расскажи честно и искренне о своих переживаниях, о том, что тебе хочется сделать».

Важно, чтобы ребёнок полностью выразил свои чувства, освобождаясь от них (ребёнок должен быть предупреждён, что кроме него это письмо никто никогда не увидит и не прочтёт).

. «Ты написал письмо. Скажи, что тебе хочется сделать с ним?»

. Рефлексия:

Тебе трудно было писать письмо?

Всё ли ты высказал или осталось что-то не высказанным?

Изменилось ли твоё состояние после написания письма?

Упражнение «Осознавание гнева через сенсорные каналы (на что похож твой гнев? какой он на цвет, на слух, на ощупь, на вкус, на запах?)»

Примечание: можно работать с разными словами: «ссора», «гнев», «злость».

. «Выскажитесь, пожалуйста, на тему -

что такое ссора?

как возникает ссора?

был ли в вашей жизни хотя бы один раз, когда ссору начали вы сами?

что вам нравится в ссорах?

что не нравится в ссорах?»

. «Скажите, пожалуйста, если бы ссора имела цвет, то какого бы цвета она была?»

. «А какая ссора на вкус?»

. «А если потрогать ссору, то какая она?»

. «А какая ссора на слух?»

. «Нарисуйте, пожалуйста, ситуацию, в которой у вас произошла ссора, когда вы злитесь на кого-то».

. «Как исправить ситуацию? Как помириться?»

Упражнение «Рецепт: Как сделать ребёнка агрессивным»

(групповое, индивидуальное)

В ходе этой игры дети могут разобраться в том, что они называют агрессивным поведением. Они могут разобраться также в своём собственном агрессивном поведении и исследовать чужое агрессивное поведение.

Упражнение состоит из двух частей. Для выполнения упражнения каждому ребёнку понадобятся бумага, ручка, фломастеры.

Первая часть:

. попросите детей представить агрессивного человека и проследить мысленно, что обычно делает агрессивный человек, как он себя ведёт, что говорит;

. пусть дети возьмут бумагу и напишут небольшой рецепт, следуя которому, можно создать агрессивного ребёнка, а также нарисуют портрет такого ребёнка;

. затем дети зачитывают свои рецепты, изображают агрессивного ребёнка (как он ходит, как смотрит, какоё у него голос, что он делает);

. стоит обсудить с детьми:

что им нравится в агрессивном ребёнке;

что не нравится;

что бы они хотели изменить в таком ребёнке.

Вторая часть:

. попросите детей подумать о том, когда и как они стали проявлять агрессию? Каким образом они могут вызвать агрессию по отношению к себе?

. пусть дети возьмут ещё лист бумаги и разделят его вертикальной линией пополам на левую и правую части. Слева записывается, как окружающие в течение учебного дня проявляли агрессию по отношению к ним. В правой части записывается, как сам ребёнок проявлял агрессию по отношению к другим детям;

. после этого стоит обсудить с детьми:

знают ли они таких детей, которые бывают агрессивными;

как они считают, почему люди бывают агрессивными;

всегда ли стоит прибегать к агрессии в сложной ситуации или можно иногда решать проблему другим способом (например, каким?);

как ведёт себя жертва агрессии;

что можно сделать, чтобы не быть жертвой.

Психологические методы, приёмы, упражнения, направленные на обучение детей навыкам контроля и управления собственным гневом (навыкам саморегуляции)

У агрессивных детей слабо развит контроль над своими эмоциями, а зачастую и просто отсутствует, поэтому важно в коррекционной работе с такими детьми сформировать навыки контроля и управления собственным гневом, обучить детей некоторым приёмам саморегуляции, которые позволят им сохранить определённое эмоциональное равновесие в проблемной ситуации. Важно также, чтобы дети освоили релаксационные техники, поскольку помимо управления негативным состоянием релаксационные техники помогут им снизить уровень личностной тревожности, который у агрессивных детей достаточно высок.

Коррекционная работа в этом направлении заключается:

. в установлении определённых правил, которые помогут детям справиться с собственным гневом;

. в закреплении этих правил (навыков) в ролевой игре (провоцирующей игровой ситуации);

. в обучении релаксационным техникам с применением глубокого дыхания.

Ввод правил

. Прежде чем перейдёшь к действию, скажи себе «Стоп!»

Для более эффективного усвоения навыка следует нарисовать с ребёнком знак «СТОП» в виде кружка с каймой, внутри которого большими буквами написано «СТОП». Можно сделать такой знак из картона и положить его в кармашек.

Всякий раз, когда захочется ударить или толкнуть кого-либо или проявить активную вербальную агрессию, нужно дотронуться до кармашка, где лежит знак «СТОП» или просто представить его. Кайму следует раскрасить в спокойные цвета (синий, голубой, зелёный, золотистый, оранжевый) и побрать соответствующий цвет к слову «СТОП». Например, к синей кайме подойдёт «СТОП» оранжевого или золотого цвета, к голубой - зелёного. Во всяком случае, сочетание цвета должно действовать успокаивающе на ребёнка и нравиться ему.

. Прежде чем перейдёшь к действию, глубоко вдохни и посчитай до 10

. Для особо драчливых детей. Прежде чем перейдёшь к действию, сильно сожми кулаки и разожми их. Так делать до 10 раз.

. Перевод деструктивных действий с физического на вербальный план. Прежде чем перейдёшь к действию, остановись и подумай, что ты хочешь сделать.

. Прочие правила.

К этому типу правил относятся индивидуальные правила, составленные для конкретного ребёнка, в зависимости от характера проявляемой им агрессии (говорит грубо со старшими, портит вещи, больно бьёт и т.д.) Например, такими правилами могут быть: «Говори уважительно со старшими», «Относись бережно к вещам», «Держи руки при себе».

Важно при составлении таких правил отказаться от использования отрицательной частицы «не»: «не дерись», «не ломай», «не груби» и т.д.

Все эти упражнения можно выполнять в ролевой игре как сами по себе, так и в сочетании друг с другом. Многие дети легко делают упражнения 2-5, если сначала им удаётся визуализировать знак «СТОП».

Закрепление правил в ролевой игре

Прежде чем перейти к закреплению правила в ролевой игре:

следует расспросить ребёнка, в какой ситуации чаще всего он злится и ему хочется ударить при этом кого-либо, толкнуть, обозвать, испортить чьи-либо вещи и т.п., составить перечень этих ситуаций;

следует его расспросить, удавалось ли ему иногда сдерживать себя, и если да, то в каких случаях (как правило, это ситуации менее напряжённые для ребёнка), и что помогло ему сдерживать себя («помощники»), и составить список «помощников», если таковые имеются;

затем вводится правило (какое-либо одно!) Его также желательно записать. Далее, если ребёнку 8 и более лет, то его следует попросить представить начало конфликтной ситуации, вспомнить своих «помощников», а также представить, что ему удалось выполнить правило, и проследить в воображении, как при таких условиях развивается ситуация далее;

если ребёнку удалось сделать это упражнение, то берётся провоцирующая ситуация, похожая на одну из тех, что представлены в перечне (но начинать нужно с менее конфликтной), и с учётом введённого правила проигрывается в ролевой игре, где психолог либо сам берёт на себя роль «противника-жертвы», либо приглашает для этой роли другого ребёнка;

с детьми до 7-7,5 лет прежде чем приступить к ролевой игре в провоцирующей ситуации, вместо упражнения на воображение следует для лучшего закрепления навыка проиграть сначала игровую ситуацию с куклами, резиновыми игрушками, человечками из «лего». Для этого психолог вместе с ребёнком сочиняет небольшую историю, отражающую проблемы самого ребёнка и содержащую весь набор его деструктивных поведенческих реакций. Психолог вводит правило. и это правило отрабатывается в игровой ситуации, которая может превратиться в целый спектакль. После того как ребёнок начинает легко следовать установленному правилу в игре, переходят к непосредственно ролевой игре с провоцирующей ситуацией;

для скорейшего закрепления навыка можно использовать поощрительные призы, наклейки, поздравления и т.п.

Релаксационное упражнение «Снежная баба» (для детей до 8 лет)

Из этого упражнения можно сделать небольшую игру, катая при этом по полу воображаемые комья снега. Затем вместе с ребёнком вы лепите «снежную бабу», а ребёнок её изображает.

Итак, «слепили дети во дворе снежную бабу. Красивая снежная баба получилась (нужно попросить ребёнка изобразить снежную бабу). Есть у неё голова, туловище, две руки, которые чуть торчат в стороны, и стоит она на двух крепких ножках… Ночью подул ветер холодный-холодный, и стала наша баба замерзать. Сначала у неё замёрзла голова (попросить ребёнка напрячь голову и шею), потом плечи (ребёнок напрягает плечи), потом туловище (ребёнок напрягает туловище). А ветер дует всё сильнее, хочет разрушить снежную бабу. Упёрлась снежная баба своими ножками (дети сильно напрягают ноги), и не удалось ветру разрушить снежную бабу. Улетел ветер, наступило утро, выглянуло солнышко, увидело снежную бабу и решило её отогреть. Стало солнышко припекать, и начала наша баба таять. Сначала стала таять голова (дети свободно опускают голову), потом плечи (дети расслабляют и опускают плечи), потом руки (мягко опускаются руки), потом туловище (дети, как бы оседая, склоняются вперёд), а потом и ноги (ноги мягко сгибаются в коленях). Дети сначала садятся, а потом ложатся на пол. Солнышко греет, снежная баба тает и превращается в лужицу, растекающуюся по земле».

Затем можно опять слепить снежную бабу по желанию ребёнка.

**Заключение**

В данной работе был рассмотрен феномен агрессивности поведения с точки зрения современной психологии. Анализ теоретического материала показал, что существует множество теорий агрессии. Обобщая их можно сказать, что развитие агрессивности определяется не только конституциональными и физиологическими особенностями индивида, а также - наследственностью, но и влиянием социально - психологических факторов. Формирование агрессивности в детском возрасте обусловлено многими факторами: особенностями взаимоотношений в семье, стилями семейного воспитания, а так же примерами агрессивного поведения, демонстрируемыми взрослыми, сверстниками и телевидением.

Кроме того, в качестве причин проявлений детской агрессивности отмечают:

стремление привлечь к себе внимание сверстников;

стремление получить желанный результат;

стремление быть главным;

защита и месть;

желание ущемить достоинство другого с целью подчеркнуть свое превосходство.

Это причины агрессивности приобретают особое значение для детей, т.к. семья (до прихода ребенка в детское учреждение) является первым этапом социализации ребенка, а социализация его в условиях школы - следующим и проходит, как правило, чрезвычайно сложно.

Множество исследователей отмечают, что коррекция агрессии, направленная на простое подавление ее признаков и проявления является неэффективной. Более эффективные направления работы можно свести к двум основным: ребенок должен либо осознать свою агрессию, либо сублимировать ее в иную форму.

К первому направлению работы относятся методы психологического консультирования, а также тренинги общения.

Ко второму направлению относятся, получившие большое распространение, методы арт-терапии, когда агрессивность сублимируется в творчество.

В соответствии с установленными фактами, нами был разработан и предложен для педагогов и родителей ряд методов, приемов и упражнений основанных на комплексном применении следующих методов: психологического консультирования, тренинга коммуникативных способностей и сублимации агрессии в иные виды деятельности.

Анализируя проделанную нами работу, мы пришли к выводу, что выдвинутая в начале исследования гипотеза: «коррекция агрессивного поведения детей будет проходить успешно при выполнении следующих условий:

если упражнения направлены на использование разнообразных способов снятия агрессивности;

если упражнения предлагаются для работы в комплексе» полностью подтвердилась.

**Список литературы**

1. Агрессия у детей и подростков: Учебное пособие / Под ред. Н.М. Платоновой.-СПб.: Речь, 2006. - 336 с.

. Ануфриев А.Ф. Психодиагностика и коррекция детей с нарушениями и отклонениями в развитии - М.: Ось-89. - 2000.

. Безруких М.М. Проблемные дети. - М.: УРАЛ. - 2000.

. Бенилова С.Ю. Коррекция эмоционально - поведенческих расстройств у детей с нарушениями развития // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. - 2007.- №1.-с. 68-72

. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов.-СПб.: Речь, 2004. - 144 с.

. Ватова Д. Как снять агрессивность детей // Дошкольное воспитание. - 2003 г. - №8. - с. 55-58.

. Ветрова В.В. Уроки психологического здоровья. - М.: Пед. об-во России. - 2000.

. Гамезо М.В. и др. Старший дошкольник и младший школьник-психодиагностика и коррекция развития. - М.: Институт практической психологии Воронеж МОДЭК. - 1998.

. Гонеев А.Д. Лифинцева Н.И. Основы коррекционной педагогики. - М.: Учеб.пособ. для студ. пед. вузов. - 1999.

. Змановская Е.В. Девиантология / психология отклоняющегося поведения, с. 82

. Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика: Учебное пособие для студ. высш. учеб. Заведений.-М.: Издательский центр «Академия». - 2004. - 288 с.

. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. - М.: Рос.пед. агентство. - 1997.

. Колосова С.Л. Детская агрессия. - СПб.:ПИТЕР. - 2004.-120 с.

. Коррекционная педагогика в начальном образовании / Под ред. Кумарина Г.Ф. - М.: Изд. Центр «Академия». - 2001.

. Коррекционная педагогика: Основы обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии: Учеб.пособие для студ. Сред. Пед. учеб. Заведений / Б.П. Пузанов.-М.: Издательский центр «Академия». - 1999. - 144 с.

. Корсаков Н. Неуспевающие дети. - М.: Пед.об-во России. - 2001.

. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. - Екатеринбург: У - Фактория, 2004. - 192 с.

. Кудрявцева Л. Типология агрессия у детей и подростков // Народное образование. - 2005 г. - №9.-с. 193-195.

. Кузнецова Л.Н. Психолого-педагогическая коррекция детской агрессивности. // Начальная школа. - 1999 г. - №3.-с. 24-26.

. Кухранова И. Коррекционно-психологические упражнения и игры для детей с агрессивным поведением. // Воспитание школьников. - 2002. - №10.-с. 31-32.

. Лебедева Л.Д. Арт-терапия детской агрессивности. // Начальная школа. - 2001 г. - №2.-с. 26-30.

. Лоренц К. Агрессия. - М.: - 1994.

. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. - СПб. - 2004.

. Матвеева О.А. Развивающая и коррекционная работа с детьми. - М.:Пед. Общество России. - 2000.

. Немов Р.С. Психология III том. - М.: Владос. - 1999.

. Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития: Пособие для психологов и педагогов.-М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2003. - 128 с. - (Специальная психология)

. Обучение детей с нарушением интеллектуального развития: (Олигофренопедагогика): Учеб. Пособие для студ. высш. и сред. Пед. учеб. заведений // Б.П. Пузанов, - М.: Издательский центр «Академия». - 2000. - 272 с.

. Осипова А.А. Общая психокоррекция. - М.: ТЦ Сфера. - 2000.

. Подласый И.П. Курс лекций по коррекционной педагогике. - М.: Владос. - 2002.

. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. - М.: Владос 1996.

. Рычкрва Н.А. Дезадаптивное поведение детей - М.: Изд-во Гном и Д. - 2000.

. Слободянник Н.П. Формирование эмоционально - волевой регуляции у учащихся начальных школ: 60 конспектов занятий: Практическое пособие.-М.: 2004. - 176 с.

. Смирнова В. Как помочь ребенку осознать свое поведение // Дошкольное воспитание. - 1999.- №5.-с. 75-80

. Смирнова Е. Агрессивные дети. // Дошкольное воспитание. - 2003 г. - №4.-с. 62-67.

. Станкин Н.И. Психологические игры // Специалист.- №9. - 1994.-с. 25-26