В последние годы научный интерес к проблемам детской агрессивности существенно возрос. Актуальность темы связана со стремительным ростом числа детей с таким поведением.

После изучения соответствующей психолого-педагогической литературы, мной был намечен диагностический этап работы.

**Цель** данного этапа заключалась:

1. Выявить детей, проявляющих агрессивное поведение по отношению к окружающим.
2. Подтвердить или опровергнуть предположение воспитателей о выявленных ими детях с агрессивным поведением.
3. Выявить причину проявления агрессии у данной категории детей.
4. В соответствии с полученными результатами диагностирования спланировать профилактическую и коррекционную работу с детьми.

Для реализации данного направления работы мной были использованы следующие диагностические методики:

1. Э.Вагнер. Хэнд тест.
2. Несуществующее животное.
3. Кактус (для обогащения личностного опыта ребенка дети ознакомлены с разнообразием кактусов – они бывают домашние и дикие, колючие и не колючие, могут расти как по одному, так и семейством).
4. Рисунок «моя семья».
5. Наблюдение за ребенком в свободной и организованной деятельности по схеме.
6. Опрос родителей с помощью опросника родительского отношения А.Я.Варга, В.В.Столин.
7. Анкетирование воспитателей.

В ходе качественной и количественной обработки результатов диагностирования нашли подтверждение предположения воспитателей о выявленных детях с проявлением агрессивного поведения, а так же выявлено еще пятеро детей с проявлением агрессии по отношению к окружающим.

Таким образом, в обследовании приняло участие 40 детей (две старшие группы), выявлено 10 детей, которым необходима коррекционная, профилактическая помощь.

Таким образом, в ходе диагностики, был определен круг детей, проявляющих агрессивное поведение по отношению к окружающим.

 Причинами подобного поведения являются нарушения в эмоционально-личностной сфере, а именно не умение детей договариваться между собой, понимать эмоциональные состояния людей и в соответствии с этим выстраивать взаимоотношения в определенных ситуациях с ними, а так же в сфере детско-родительских отношений, характер и стиль воспитания в семье. На основе, полученных данных спланирована работа с детьми.

На основе, полученных результатов диагностирования мной была спланирована коррекционно-профилактическая работа с детьми.

Изучив психолого-педагогическую литературу по коррекции агрессивного поведения у детей старшего дошкольного возраста, я пришла к выводу, работа будет результативной, если осуществлять ее в следующих направлениях:

1. Работа с детьми - коррекционно-профилактическая.
2. Работа с родителями - просветительская, практические занятия с элементами тренинга.
3. Работа с педагогами - просветительская, практические занятия с элементами тренинга.

В работе с детьми за основу взята программа эмоционально-личностного развития детей Е.В.Котовой «В мире друзей», дополнена программой эмоционального развития детей дошкольного возраста С.В.Крюкова, Н.П.Слободяник «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь», «Психогимнастика» М.И.Чистякова, а также использовалась сетевая психология (интернет ресурсы).

**Цель цикла занятий:** психологическая коррекция агрессивных тенденций в поведении детей старшего дошкольного возраста.

Для реализации поставленной цели планировалось выполнение следующих задач:

1. Обучение навыкам распознавания эмоций и чувств, контроля за своим эмоциональным состоянием, в т.ч. гневом
2. Оптимизация общения ребенка со сверстниками: выработка механизмов эмпатии, сочувствия и доверия, развитие умения взаимодействовать, считаться с другими, совместно решать поставленные задачи
3. Обучение способам отреагирования гнева в приемлемых формах

Занятия проходили с детьми старшего дошкольного возраста численность группы 9-10 человек, 1 раз в неделю, продолжительностью 25-30 минут.

Ожидаемые результаты:

1. Знать название базовых эмоций, понимать свое эмоциональное состояние, распознавать чувства других людей через мимику, жесты, интонацию.
2. Владеть навыками взаимодействия и сотрудничества.
3. Владеть достаточным словарным запасом в области чувств и эмоций.
4. Владеть первоначальными навыками рефлексии.

**Цикл занятий реализовывался поэтапно, а именно:**

1. Знакомство с эмоциями и различными эмоциональными состояниями людей.

**Задачи:**

* познакомить детей с эмоциями и различными эмоциональными состояниями людей.
* закрепить, имеющиеся знания, представления детей об эмоциях и эмоциональных состояниях людей;
* научить понимать собственное эмоциональное состояние, выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, интонацию.

на данном этапе работы занятия включали в себя:

* работу с пиктограммами эмоций;
* обсуждение и «проживание» ситуаций, вызывающих разнообразные чувства (чтение, обсуждение, проигрывание художественных отрывков, этюды);
* графическое изображение эмоций, чувств;
* релаксационные упражнения.

Структура занятий на всех этапах работы была следующая:

1. Ритуал приветствия, позволяет сплачивать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
2. Разминка, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.
3. Основное упражнение, совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия: ролевые игры, сказкотерапия, проигрывание ситуаций, этюды, групповая дискуссия.
4. Рефлексия (при необходимости рефлексия проводится после выполнения конкретного упражнения), оценка занятия: эмоциональная (понравилось — не понравилось, было хорошо — было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).
5. Ритуал прощания, по аналогии с ритуалом приветствия.

Следующий этап работы предполагал

1. Формирование коммуникативных навыков. Обучение детей выражению гнева, злости в приемлемой форме.

**Задачи:**

* научить детей договариваться между собой;
* приходить к общему решению;
* помогать другому в случае затруднения;
* учитывать мнение партнера, подчиняться его требованиям.
* научить ребенка некоторым способам саморегуляции, умению распознавать и контролировать свои эмоции в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.
* выражать гнев неразрушительными способами.

На занятиях использовались преимущественно коллективные задания в игровой форме, совместная деятельность детей: в парах, в малых группах

В ходе диагностического этапа выявлены нарушения в сфере детско-родительских отношений. Воспитатели испытывали затруднения во взаимодействии с детьми, проявляющих агрессивное поведение, а так же с их родителями.

В связи с этим мной разработан цикл мероприятий, позволяющий разрешить выше указанные, проблемы.

|  |  |
| --- | --- |
| **планируемые мероприятия по работе с родителями**  | **планируемые мероприятия по работе с педагогами** |
| 1. Использование наглядной информации в «уголке для родителей» приемной группы (наглядная информация может стать отправным пунктом для размышления родителей о своем ребенке, о причинах возникновения негативного поведения):
* предлагалась информация о стилях родительского воспитания в ответ на агрессивные действия ребенка;
* «шпаргалка для родителей», в которой даны необходимые рекомендации по взаимодействию с ребенком;
* Советы родителям «пять рецептов избавления от гнева»;
* «памятка ребенка-родителям».
1. Осуществлялось индивидуальное консультирование.
2. Цикл занятий с элементами тренинга «вместе с мамой» по возможности в работу включались отцы.
 | 1. Осуществлялось индивидуальное консультирование.
2. Занятия с элементами тренинга «пути успешного взаимодействия с агрессивными детьми».
3. Занятия с элементами тренинга «ступеньки успешного взаимодействия педагога с родителями».
 |

**ПАМЯТКА РЕБЕНКА – РОДИТЕЛЯМ**

* Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я прошу. Я просто испытываю вас.
* Не бойтесь быть твердым со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.
* Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только силой.
* Не давайте обещаний, которые вы не можете выполнять; это ослабит мою веру в вас.
* Не делайте для меня то, что я в состоянии сделать за себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.
* Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращу гораздо больше внимание на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно наедине.
* Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. Мой слух притупляется в это время, и у меня остается мало желания сотрудничать с вами. Будет лучше, если мы поговорим об этом несколько позже.
* Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки – смертный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая при этом, что я ни на что не годен.
* Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня по пустякам. Если вы будете это делать, то я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.
* Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.
* Не слишком защищайте меня от собственных ошибок. Я учусь на собственном опыте.
* Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я вообще перестану задавать вам вопросы и буду искать информацию на стороне.
* Не делайте вид, что вы совершенны и непогрешимы.
* Не беспокойтесь, что я не могу успешно развиваться без внимания и одобрения.
* Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом.
* И кроме того, я вас так люблю, пожалуйста, ответьте мне тем же….

**Советы родителям**

 *5 рецептов избавления от гнева*

**1. Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно:**

**• слушайте его;**

**• проводите с ним как можно больше времени;**

**• делитесь с ним своим опытом;**

**• рассказывайте ему о своем детстве, победах и неудачах.**

**2. Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под воздей­ствием стресса и вас легко вывести из равновесия:**

**• отложите или отмените совместные дела с ребенком;**

**• старайтесь не прикасаться к нему в минуты раздражения;**

**• выйдите из комнаты, в которой находится ребенок.**

**3. Если вы расстроены, дети должны знать об этом, говорите им прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях. В те минуты, когда вы расстроены или разгне­ваны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить:**

**• примите теплую ванну или душ;**

**• сделайте массаж;**

**• выпейте чай;**

**• позвоните друзьям;**

**• потанцуйте под громкую музыку;**

**• расслабьтесь на диване;**

**• спойте что-нибудь;**

**• найдите свой способ.**

**4. Старайтесь предвидеть и предотвращать возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев:**

**• не давайте ребенку играть с теми вещами и предметами, которыми вы очень дорожите;**

**• не позволяйте выводить себя из равновесия;**

**• учитесь предчувствовать наступление срыва.**

**5. К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Поста­райтесь предусмотреть возможные нюансы и подготовить ребенка к предстоящим событиям:**

**• изучите силы и возможности вашего ребенка (например, как долго он может быть занят одним делом, может ли концентрировать внимание);**

**• если вам предстоит первый визит, например, к врачу, отрепетируйте его за­ранее, объяснив ребенку необходимость данного визита.**

**Дети многому учатся у взрослых, и, к сожалению, не только хорошему, но и плохому. Поэтому начните заниматься самовоспитанием. Надеемся, что данные рекомендации вам помогут.**

**"Листок гнева"**

Вы наверняка уже встречались с печатными вариантами такого листа, на котором изображено какое-нибудь чудовище в приступе гнева или вообще-то доброе существо, типа утки, которая пытается в гневе молотком разбить компьютер. Зрительный образ гнева сопровождается такой инструкцией по применению: "В случае припадка ярости скомкать и швырнуть в угол!"

Однако это способ поведения скорее взрослых, детям же просто один раз швырнуть скомканную бумагу в угол обычно недостаточно. Поэтому им стоит предложить разные способы выражения своих негативных эмоций: можно комкать, рвать, кусать, топтать, пинать листок гнева до тех пор, пока ребенок не почувствует, что это чувство уменьшилось и теперь он легко с ним справится. После этого попросите мальчика или девочку окончательно справиться со своим гневом, собрав все кусочки "гневного листа" и выбросив их в мусорку. Как правило, в процессе работы дети перестают злиться и эта игра начинает их веселить, так что заканчивают ее обычно в хорошем настроении.

Примечание. "Листок гнева" можно изготовить самим. Если это будет делать сам ребенок, то получится даже двойная проработка его эмоционального состояния. Итак, предложите ребенку представить, как выглядит его гнев: какой он формы, размера, на что или на кого похож. Теперь пусть ребенок изобразит получившийся образ на бумаге (с маленькими детьми нужно сразу переходить к рисованию, так как им еще сложно изобразить образ словами, что может вызвать дополнительное раздражение). Дальше для расправы с гневом (как описывалось выше) все способы хороши!

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

Осознавание гнева через сенсорные каналы [9]

Ведущие просит детей высказаться по вопросам:

- что такое ссора?

- как она возникает, с чего начинается?

- был ли в вашей жизни хотя бы один раз, когда ссору начали вы сами? И что вы при этом сделали?

- а что вам нравится в ссоре? (если вы часто ссоритесь, значит в ссоре есть что-то привлекательное для вас)

- а что не нравится в ссорах?

- если бы ссора имела цвет, то какого бы цвета она была?

- а какая ссора на вкус?

- а если ссору потрогать, то какая она?

- а какая ссора на слух?

Затем ведущий предлагает нарисовать детям ситуацию, в которой у них произошла ссора (когда они злились или злятся на кого-то).

**Дети комментируют рисунки, и устраивается проигрывание ситуаций и способов выхода из них**

**Игра «Это я. Узнай меня!»**[23]

Ведущий предлагает детям сесть как им удобно: «Сейчас тот, кто первый захочет, отойдет, сядет и повернется к остальным спиной. Все остальные по очереди должны подойти, ласково погладить его по плечу со словами приветствия. Нужно узнать того, кто дотрагивается, и назвать его имя».

**Игра "Попросись на ночлег"**[21]

Помогите детям представить, что все происходит в прошлом веке, когда не было автомобилей и телефонов, да и гостиницы были далеко не везде. Иногда люди сталкивались с такой проблемой, что им негде переночевать в дороге. Тогда им приходилось проситься на ночлег в частные дома. Хозяин дома мог дать страннику приют или прогнать со своего двора, если у него на то были причины.

Выберете того, кто будет играть роль странника.

Дайте ребенку какие-нибудь атрибуты странника: палку, накидку или заплечный мешок, чтобы ему было легче войти в роль. Дальше произносится примерно такой текст: "Ты путник. Ты очень устал за целый день пути, а до пункта назначения еще далеко. Стало смеркаться. Накрапывает дождь. Впереди показались огоньки домов - это деревня. Как тебе хочется оказаться в сухом уютном доме, выпить горячего чая и сладко уснуть. Но времена опасные. Жители стали очень осторожны, они боятся пускать в дом посторонних. Что ж, выбора у тебя нет. Либо ты ночуешь на улице под дождем, либо просишься на ночлег - может быть, кого-то тебе удастся упросить, убедить, уговорить или каким-то другим образом сделать так, что он пустит тебя переночевать".

Во время этой речи юный путник старается изображать то, что говорите: он медленно идет, опираясь на палку, ежится от дождя и холода, прикладывает руку к глазам, чтобы рассмотреть деревню, и т.п. Когда вводная часть игры закончена и ребенок вошел в свою роль, можно переходить к активным действиям.

Пусть остальные члены семьи представят себя жителями деревни, живущими в отдельных домах. Они опасаются проходимцев и преступников или просто не хотят нарушать свой покой, словом изначально они совершенно не горят желанием приютить странника. Дальше ребенок по очереди будет стучаться в дверь каждому из них и пытаться сказать что-то такое, что заставит хозяина пустить его в дом. Путник может пробовать самые разные варианты: от попыток вызвать жалость до лести или шантажа. Но человек, играющий роль хозяина дома, должен только тогда уступить его просьбам, когда у него действительно возникнет такое желание. Если же слова и действия странника вызвали в нем недовольство, то он может закрыть дверь. Тогда путник идет к следующим домам.

После того как путник обошел все дома (успешно или неуспешно), можно продолжить игру.

Наутро жители деревни собрались все вместе и стали обсуждать произошедшее вчера событие - приход чужака в деревню. Они рассказывали, как он пытался их убедить взять его на ночлег и что они чувствовали и думали, когда наблюдали за его словами и действиями.

Затем дети обсуждают свою реакцию на слова путника. Они честно рассказывают, когда они были почти готовы пойти ему навстречу, а когда им хотелось проучить "чужака". После этого совместно с ребенком делается вывод, какая стратегия действий оказалась самой эффективной.

**Упражнение “Попроси игрушку”**[23]

 (вербальный вариант)

Группа делится на пары, один из участников пары берёт в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой участник должен попросить этот предмет.

Инструкция участнику 1:” Ты держишь в руках игрушку (тетрадь, карандаш), которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать”.

Инструкция участнику 2: “Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали”.

Затем участники 1 и 2 меняются ролями. **обучение детей эффективным способам общения**

#### Упражнения, направленные на обучение детей приемлемым способам разрядки гнева и агрессивности

1. Комкать и рвать бумагу.
2. Бить подушку или боксерскую грушу.
3. Топать ногами.
4. Написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу.
5. Втирать пластилин в картонку или бумагу.
6. Посчитать до десяти.
7. Самое конструктивное – спортивные игры, бег.
8. 8. Вода хорошо снимает агрессию.

#### Релаксационные техники, направленные на обучение ребенка управлению своим гневом и снижение уровня личностной тревожности

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. Релаксационные упражнения позволяют ребенку овладеть навыками саморегуляции и сохранить более ровное эмоциональное состояние. Примером может служить упражнение «Апельсин».

#### Упражнение «Апельсин (или лимон)»

Дети лежат на спине, голова чуть набок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Попросите детей представить, что к их правой руке подкатывается апельсин, пусть они возьмут его в руку и начнут выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень сильно напряжена 8-10 сек.)

«Разожмите кулачок, откатите апельсин (некоторые дети представляют, что они выжали сок) ручка теплая ..., мягкая ..., отдыхает...».

Затем апельсин подкатился к левой руке. И та же процедура выполняется с левой рукой. Желательно делать упражнения 2 раза (при этом поменять фрукты), если оно выполняется только одно; если в комплексе с другими упражнениями – достаточного одного раза (с левой и правой рукой).

Для того, чтобы результат работы с агрессивными детьми был устойчивым, необходима проработка каждой характерологической особенности данного ребенка, чтобы коррекционная работа носила системный, комплексный характер. В целях эффективности проводимой коррекции необходима также работа с родителями агрессивного ребенка.