**Эффективные подходы в профилактике и коррекции агрессивного поведения у детей**

Проблема агрессивности одна из самых значительных проблем современной психологии. Усилилось демонстративное и вызывающее по отношению к взрослым, поведение.

В крайних формах стали проявляться жестокость и агрессивность. Сегодня от проблемы агрессивного поведения уже нельзя отмахнуться как от несуществующей или малозначимой. И решать ее надо в школе. Наличие чрезвычайно высокой концентрации агрессии в подростковой среде делают проблему исследования агрессивности одной из наиболее актуальных проблем современного мира, важной теоретической и практической задачей. Цель данного семинара - повышение уровня психолого-педагогической компетентности по профилактике агрессивного поведения подростков в образовательной среде. В ходе работы каждый педагог получит возможность расширить представления о подростковой агрессии, способах ее профилактики и коррекции, а также познакомиться с практическими приемами (играми и упражнениями) освоения «безвредных» способов разрядки гнева и агрессивности, обучение приема саморегуляции, самообладания.

Агрессивные подростки – какие они?

По каким признакам можно выделить агрессивность подростков?

В какой форме чаще всего проявляется агрессия среди детей школьного возраста 11-16 лет?

Влияет ли средовой фактор на проявление агрессии у детей и подростков?

Среди форм агрессивных реакций, встречающихся в различных источниках, необходимо выделить следующие:

 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 или руководства. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

Факторы проявление агрессивного поведения:

• индивидуальный фактор — психобиологические предпосылки асоциального поведения, которые затрудняют адаптацию ребенка в обществе;

Импульсивность — это устойчивая для человека тенденция действовать под влиянием момента, быстро отвечать на стимул, не анализируя текущую ситуацию и не задумываясь о последствиях. Боле высокий уровень агрессии демонстрируют люди с высоким уровне импульсивности.

Уровень самоконтроля — относительно стабильная или ситуативно заданная способность человека контролировать свое психологическое состояние. Более высокий уровень агрессии демонстрирую люди с низким уровнем самоконтроля.

• психолого-педагогический фактор — дефекты школьного и семейного воспитания;

Некоторые примеры такого фактора:

Непоследовательность родителей в жизни и воспитании детей. Несоответствие правил и норм может привести к тому, что дети становятся центром злобы, агрессивно настраиваются против родителей и общества в целом.

Неприятие со стороны взрослых. Безразличие, устранение от общения с ребёнком, нетерпимость и властность, враждебность к самому факту существования ребёнка — всё это способствует формированию детской агрессивности.

Попустительское отношение, отсутствие внимания к ребёнку со стороны родителей. Дети стремятся привлечь к себе внимание взрослых. 5

Неуверенность родителей, потакание и уступчивость ребёнку. Это может привести к тому, что ребёнок будет использовать агрессивное поведение, чтобы добиться своего.

Агрессивное поведение формируется на почве негативных взаимоотношений как в семье, так и в кругу сверстников.

• социально-психологический фактор — неблагоприятные особенности взаимодействия ребенка с ближайшим окружением в семье, на улице, в коллективе сверстников;

Особенности семейных отношений. Сюда относятся сплочённость семьи или разлад, близость родителей и ребёнка, характер взаимоотношений между братьями и сёстрами, стиль семейного руководства (чрезмерно суровые наказания, отсутствие контроля, опыт насилия).

Влияние средств массовой информации. В частности, демонстрация насилия.

Расширение социальной среды. Например, причисление себя к какой-либо неформальной группе молодёжи, стремление поддерживать свой статус в этой группе.

• личностный фактор — активно-избирательное отношение ребенка к предпочитаемой среде общения, к нормам и ценностям своего окружения, к педагогическим воздействиям семьи, школы, общественности, а также личные

Личностные особенности. Например, повышенная раздражительность, тенденция усматривать враждебность в чужих действиях, высокий локус контроля, склонность к чувству стыда.

• ценностные ориентации и личная способность к саморегулированию поведения;

• социальный фактор, определяющийся социально-экономическими условиями.

Материальное неблагополучие семьи. Когда ребёнок не имеет возможности исполнить свои материальные желания, он может стать агрессивным по отношению к сверстникам и родителям.

Агрессивное поведение часто формируется в детстве под влиянием окружения, родителей, родственников, сверстников. Ребёнок «учится» агрессии, наблюдая, как люди вокруг него проявляют гнев и ненависть.

Существует две формы проявления агрессивного поведения у младших

школьников:

 недеструктивная агрессивность – это механизм удовлетворения потребности, достижения цели и способности к адаптации. Такая форма агрессивного поведения стимулирует ребенка к конкуренции в обществе, защите своих прав и интересов и служит для развития познания и способности положиться на себя;

 враждебная деструктивность – это непросто враждебное поведение, но и желание причинить боль, получить удовлетворение от этого. Результатом такого поведения обычно являются конфликты, фиксация агрессивного поведения, снижение адаптивных возможностей ребенка и формирование агрессивности чертой личности.

К психологическим особенностям, провоцирующим агрессивное поведение детей младшего школьного возраста, относятся:

 слабое развитие интеллекта и коммуникативных навыков;

 низкий уровень саморегуляции;

 низкая самооценка;

 разлад в отношениях со сверстниками.

Дети, проявляющие агрессивность обычно импульсивны, вспыльчивы и раздражительны. Преобладающими чертами эмоционально-волевой сферы таких детей являются эмоциональная неустойчивость, тревожность, конфликтность, враждебность, низкая способность к самоконтролю.

Подростковая агрессия – одна из самых обсуждаемых проблем в современном психологическом пространстве. Тревожащие моменты в поведении подростка - такие как агрессивность, жестокость, повышенная тревожность принимают устойчивый характер обычно в процессе стихийно – группового общения, складывающегося в различных компаниях. Проявлению агрессивности способствуют недостатки воспитания, осуществляемые в различных институтах социализации, в том числе не только семьи, школы, но и СМИ. Данные современной науки убеждают, что агрессивный подросток – это прежде всего обычный ребенок, которому свойственна нормальная наследственность. Черты, качества агрессивности он приобретает под воздействием ошибок, недоработок, упущений в воспитательной работе, сложностей в окружающей его среде. Агрессивность в личностных характеристиках подростка формируется в основном как форма протеста против не понимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе, что проявляется в соответствующем поведении.

Проявление особенностей агрессивного поведения подростков:

В теориях возникновения агрессии у подростков мы можем выделить две основные тенденции. Речь идет либо о преимущественно биологическом механизме, в котором подчеркивается роль нейрофизиологических медиаторов и функционального состояния глубинных структур мозга, либо на первый план выдвигается динамическая теория агрессивного поведения, предполагающая, что основным механизмом агрессии является патологическое личностное развитие, особенно в период жизненных кризисов. Часто признаки разлада личности проявляются в виде болезненного отношения к восприятию собственного Я окружающими людьми, одиночества и оторванности от мира, несоответствия своего Я неким, зачастую ложным, идеалам, ощущения утраты целостности внутреннего мира сопутствуют жестокой агрессии.

Агрессивность подростков можно выделить по следующим признакам:

1.Частые случаи действий против других подростков (насмешки, побои, лишение какого-либо предмета).

2.Частые эпизоды гневных выкриков или приступы плохого настроения.

3.Постоянное противоречие родителям, педагогам и другим авторитетным взрослым.

4.Многочисленные поступки, направленные на разрушение.

Внутри подросткового возраста, как у мальчиков, так и у девочек, существуют возрастные периоды с более высоким и более низким уровнем проявления агрессивного поведения. Так установлено, что у мальчиков имеются два пика проявления агрессии: 12 лет и 14-15 лет. У девочек также обнаруживаются два пика: наибольший уровень проявления агрессивного поведения отмечается в 11 лет и в 13 лет.

Говоря об особенностях агрессии в подростковом возрасте необходимо учитывать тот факт, что подросток растет в семье, семья является почти всегда основным фактором социализации, она же является главным источником живых примеров агрессивного поведения для большинства детей. Становление агрессивного поведения у подростков - сложный процесс, в котором участвуют многие факторы. Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, а также массовой информации. Дети учатся агрессивному поведению, как посредством прямых подкреплений, так и путем наблюдения агрессивных действий, пытаясь пресечь негативные отношения между своими детьми, родители могут ненамеренно поощрять то самое поведение, от которого хотят избавиться. Родители, которые применяют крайние суровые наказания и не контролирующие занятия детей, могут обнаружить, что их дети агрессивны и непослушны. На становление агрессивного поведения влияют степень сплоченности семьи, близости между родителями и ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семейного руководства. Дети, у которых в семье сильный разлад, чьи родители отчуждены и холодны, сравнительно более склонны к агрессивному поведению. Подростки получают сведения об агрессии также из общения со сверстниками. Они учатся вести себя агрессивно, наблюдая за поведением других детей (например, одноклассников). Таким образом, все вышеперечисленные факторы должны учитываться родителями, педагогами, психологами и обществом в целом при взаимодействии с подростками, потому что агрессию легче предотвратить, чем потом корректировать агрессивное поведение.

 «Методы профилактики и коррекции агрессивного поведения у подростков»

Коррекционная работа по профилактике агрессивного поведения с подростками имеет свои особенности. С самого начала, параллельно, необходимо начинать работу с семьёй. После диагностики семейных отношений и степени их дисгармоничности должна следовать коррекционная работа как индивидуальная, так и групповая. Но основной акцент следует делать на индивидуальной работе с подростком. Особое место в коррекционной работе следует уделять формированию круга интересов подростка также на основе особенностей его характера и способностей. Педагоги могут дать рекомендации родителям:

 -вести детей в спортивные школы, приучать дома к ежедневной гимнастике, давать им гантели и эспандеры, боксёрские перчатки. Пусть колотят друг друга в мирной драке. Только бы не допустить, чтобы агрессия накапливалась, подобно статическому электричеству;

 - приобщение агрессивных подростков к различным видам социально признаваемой деятельности – трудовой, спортивной, художественной, организаторской и других;

 – важно соблюдать принципы общественной оценки, преемственности, чёткого построения этой деятельности.

 Воспитательно-профилактическая деятельность не может ограничиваться лишь мерами индивидуального воздействия и коррекции, применяемыми непосредственно к несовершеннолетнему. Социального оздоровления и социально-педагогической коррекции требует неблагоприятная среда, которая вызывает социальную дезадаптацию несовершеннолетнего. Таким образом, для профилактики агрессивного поведения необходимо научить подростков навыкам позитивного общения, взаимодействия с другими членами социума, умения находить альтернативные мирные пути решения конфликтов. Большую важность также имеют навыки совместной работы, поэтому этому следует особое внимание, в частности в рамках школы. Ведущая роль в предупреждении и коррекции агрессивности у детей и подростков принадлежит семье, родителям. Однако велико значение и педагогов, и, разумеется, психологов.

Упражнение: «Как избавиться от гнева»

1.Предоставить детям приемлемые методы для выражения гнева безопасным способом во внешнем плане.

2.Помочь детям эмоционально отреагировать гнев и ситуацию в целом «здесь и теперь». В этих случаях хорошо прорисовать гнев красками или вылепить из пластилина -зрительно обозначить. Часто у детей этот образ отождествляется с обидчиком, с тем объектом, которому непосредственно адресован их гнев.

3.Дать возможность прямого вербального контакта с чувством гнева: пусть выскажут все тому, кому следует — образу, отождествленному с обидчиком, которому непосредственно адресован их гнев. Обычно после того, как дети полностью выговорятся (иногда они кричат и плачут при этом), происходит трансформация зрительного образа гнева в позитивную сторону; дети становятся более спокойными и открытыми к дальнейшей работе.

4.Обсудить с детьми то, что заставляет их гневаться, ситуации, когда это чаще всего случается, как они это обнаруживают и как ведут себя в это время. Важно, чтобы ребенок научился осознавать и понимать свой гнев и оценивать ситуацию, чтобы сделать выбор между неуправляемым (асоциальным) его проявлением и проявлением в приемлемой в социальном отношении форме.

5.Оказать помощь в выработке адекватного отношения к конкретным проявлениям жестокости (в том числе через сочувствие по поводу пережитого, выражение собственного отношения к таким действиям).

Рекомендации педагогам по профилактике агрессии

Нужно помнить, что резкое подавление агрессии, строгие наказания могут привести к закреплению негативного поведения. Строгость педагога может привести к подавлению агрессивных импульсов у ребенка в его присутствии, но зато потом, в отсутствие педагога, они выплескиваются. Отсутствие наказаний также приводит к закрепление агрессивности. Поэтому перед педагогом стоит достаточно трудная задача — выбрать оптимальные способы разумного подавления агрессивности. Ребенку обязательно нужно разъяс¬нять справедливость наказания, чтобы итогом стало появление чувства вины, но не страха и враждебности к учителю.

Рекомендации педагогам:

1. По возможности игнорировать вызывающие поступки ребенка с признаками агрессии (в допустимых формах) и поощрять его хорошее поведение.

2. Ограничивать во время уроков до минимума отвлекающие факторы. Этому может способствовать, в частности, оптимальный выбор места за партой для агрессивного ребенка — в центре класса напротив доски.

3. Предоставить ребенку возможность быстро обращаться за помощью к учителю в случаях затруднения.

4. Строить учебные занятия по четко распланированному, стереотипному распорядку.

5. Предусматривать во время учебного дня возможности для двигательной «разрядки»: занятия физическим трудом, спортивные упражнения.

6. Научить детей, испытывающих эмоциональные затруднения, правильно направлять, проявлять свои чувства.

Необходимо помочь ребенку научиться адекватным формам реагирования на те или иные ситуации и явления внешней среды, а не подавлять свои эмоции.

7. Не оценивать чувства ребенка, не требовать, чтобы он не переживал того, что в данный момент переживает. Как правило, бурные аффективные реакции — результат длительного зажима эмоций.

Как только педагог видит такие проявления, необходимо прореагировать: «Ты сейчас сердишься, может быть, хочешь побыть один? Или расскажешь, что происходит?» В этот момент на учителя может вылиться море негативных эмоций, но он должен помнить о возможности в любой момент самортизировать ситуацию спокойной интонацией в голосе и своей внутренней уверенной позицией. Эффективность профилактики и коррекции агрессивности детей зависит от готовности педагога к такой работе и заключается в оптимизации его деятельности и взаимодействия с учениками, в умении адекватно реагировать на факторы, провоцирующие агрессивность в условиях школы. Коррекция агрессивного поведения школьника может быть успешной при соблюдении ряда условий: педагог осознает необходимость оказания индивидуальной помощи ребенку; имеет соответствующую психолого-педагогическую и медико-социальную подготовку; способен распознать специфические проявления агрессивного поведения и понять, что стоит за ними; умеет правильно выстраивать взаимодействие с ребенком. При этом ребенок готов принять помощь со стороны педагога.

Как вести себя, когда ребенок проявляет агрессию.

1. В случае незначительной агрессии – спокойное отношение.

- переключение внимания, например предложение какого-либо задания: «Помоги мне, пожалуйста достать книгу, ты же выше меня»;

- позитивное обозначение поведения: «Ты сердишься потому, что ты утомился»;

- полное игнорирование реакций.

2. Акцентирование внимания на поведение, а не на личность.

После того, как ребенок успокоится, можно обсудить с ним его поведение. Следует описать его действия, слова, не давая при этом никакой оценки. Обсуждать только конкретные факты, которые происходили «здесь и сейчас». Постараться продемонстрировать, что агрессия больше всего вредит ему самому.

Один из приемов снижения агрессии – это установление обратной связи:

- констатация факта («Ты ведешь себя агрессивно»);

- констатирующий вопрос («Ты злишься?»);

- раскрытие мотивов поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь показать, что ты сильнее?»);

- озвучивание своих чувств по отношению к поведению ребенка («Мне не нравится, когда со мной грубо разговаривают», «Я злюсь, когда на меня громко кричат»);

- апелляция к правилам поведения («Мы с тобой договаривались!»).

Давая обратную связь, взрослый должен проявить заинтересованность, твердость и доброжелательность. Ребенок должен понять, что родители (педагог) хорошо относятся к нему самому, но против того, как он себя ведет.

3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Несмотря на то, что когда ребенок демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает у взрослых негативные эмоции, взрослым нужно признать естественность и нормальность этих переживаний. Когда взрослый управляет своими эмоциями, то не подкрепляет агрессивное поведение ребенка и сохраняет с ним хорошие отношения. А также транслирует, как можно и нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

4. Снижение напряжения ситуации.

Это одна из главных задач взрослого, которая стоит на первом месте.

Однако, взрослые часто допускают ошибки, которые только усиливают напряжение и агрессию:

- повышение голоса;

- демонстрация власти («Будешь делать так, как я скажу!»);

- высмеивание, сарказм;

- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;

- использование физической силы;

- непреклонное настаивание на своей правоте;

- «чтение морали»;

- наказание или угроза наказания;

- сравнения ребенка с другими детьми не в его пользу;

- обобщения («Вы все одинаковые!», «Ты, как всегда…»);

- команды и давление;

- оправдания, подкуп, награды.

5. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку очень трудно признавать свою неправоту. Страшнее всего для него – публичное осуждение. Используя различные защитные механизмы поведения, дети стараются этого избежать. Необходимо:

- публично минимизировать вину(«Ты не хотел его обидеть», «Ты плохо себя чувствуешь»), но в личной беседе показать истину;

- не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить ваше требование по-своему;

- предложить компромисс.

6. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Это самое важное условие воспитания «контролируемой агрессии» у ребенка. Чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей. Поведение взрослого, позволяющего показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- внимательное (активное) слушание. Это слушание, без анализа и оценок, позволяющее собеседнику высказаться. Все, что необходимо – это поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился;

- пауза, дающая ребенку возможность успокоиться;

- прояснение ситуации наводящими вопросами;

- признание чувств ребенка;

- юмор.

Дети очень быстро и охотно перенимают модели конструктивного поведения. Главное – искренность взрослого и соответствие его действий словам.

Способы построения отношений

1. Гиперактивно-агрессивный ребенок.

Воспитываясь в семье по типу «кумира», в атмосфере вседозволенности, попадая в коллектив сверстников, могут становиться агрессивными.

Необходимо грамотно выстраивать систему ограничений, используя, в том числе и игровые ситуации с правилами.

Стимулируйте у детей умение признавать собственные ошибки. Учите их не сваливать свою вину на других. Развивайте чувство эмпатии, сочувствия к другим – сверстникам, взрослым и ко всему живому.

2. Агрессивно-обидчивый и истощаемый ребенок.

Обидчивость ребенка может быть связана не только с недостатками в воспитании или трудностями обучения, но и с болезнью роста, особенностями созревания нервной системы и организма. Повышенная чувствительность, раздражительность, ранимость могут провоцировать агрессивное поведение.

Помогите ребенку разрядить психическое напряжение, повозитесь вместе с ним в шумной игре. И стремитесь избегать ситуаций перенапряжения, если ребенок почти всегда агрессивен.

3. Агрессивный ребенок с оппозиционно-вызывающим поведением.

Если ребенок часто грубит, но не всем, а только родителям и знакомым ему людям, то, наверное, в ваших взаимоотношениях что-то не так. Вы редко занимаетесь и общаетесь с ребенком; вы уже не образец для подражания, как раньше; ребенку скучно, нечем заняться, и он переносит на вас собственное настроение и проблемы, перекладывает ответственность за свое поведение.

Попытайтесь решать проблемы вместе, в сотрудничестве с ребенком, но не за него.

4. Агрессивно-боязливый ребенок.

Враждебность, подозрительность могут быть средством защиты ребенка от мнимой угрозы, «нападения».

Работайте со страхами, моделируйте, т.е. создавайте, опасную ситуацию и вместе с ребенком преодолевайте ее; при этом ситуация должна быть на грани приятного с неприятным с преобладанием приятного.

5. Агрессивно-бесчувственный ребенок.

Есть дети, у которых способность к эмоциональному отклику, сопереживанию, сочувствию к другим нарушена. Причины могут быть в неблагоприятных условиях семейного воспитания, нарушениях интеллектуального развития ребенка, а также в чертах эмоциональной холодности, черствости, уплощенности, повышенной эмоциональной возбудимости, которые передаются от родителей или близких ребенка. При этом ему трудно понять, что другому, т.е. обиженному плохо или больно.

Старайтесь стимулировать гуманные чувства у такого ребенка: жалейте, гладьте кошек и собак; обращайте внимание ребенка на грустное, подавленное состояние другого человека и стимулируйте желание помочь. Если это не помогает, приучайте ребенка нести ответственность – «отрабатывать» за свое агрессивное поведение («А теперь иди и извинись», «Погладь по голове», «Пожми руку», «Предложи игрушку обиженному тобой ребенку» и т.п.)

Упражнение «Добрый и злой мячик».

Цель: направлено на рефлексию агрессивного ребенка.

Ребенку дают мяч (например, теннисный), просят его со всей силы ударить мяч об стенку и поймать его. Мяч с силой отлетает в ребенка. Затем, ребенка просят ударить мяч ласково. Мяч прилетает обратно в руки. Во время игры с ребенком проводится беседа о том, что как кинешь мячик, так он и вернется. Этот вывод необходимо помочь ребенку перенести на социальные ситуации общения: «Как относишься к людям, так и они в ответ относятся к тебе».

Упражнение «Волшебные очки».

Цель: развитие толерантности, эмпатии.

Ведущий объявляет: «Я хочу показать вам волшебные очки. Тот, кто их наденет, видит только хорошее в других, даже то, что человек прячет от всех. Вот сейчас я примерю эти очки… ой, какие вы все красивые, веселые, умные!». Подходя к каждому ребенку, ведущий называет какое-либо его хорошее качество. «А теперь мне хочется, чтобы вы по очереди примерили эти очки и хорошенько рассмотрели своего соседа. Может быть, вы заметите то, чего раньше не замечали».

Упражнение «Клоуны ругаются».

Цель: снятие вербальной агрессии.

Участники превращаются в клоунов, которые ругаются друг на друга «Овощами и фруктами». Участникам разрешается менять партнеров, «ругаться» вместе или по очереди. Ведущий руководит игрой, останавливает, если используются другие слова или физическая агрессия. Затем игра продолжается, изменяя эмоциональный настрой. Клоуны ласково называют друг друга цветами. Интонирование должно быть адекватным.

Упражнение «Битва на шарах».

Цель: отреагирование агрессии.

Участники выбирают для себя шары и надувают их. При надувании можно предложить им вдохнуть вместе с воздухом в шар всю свою злость, обиду, гнев и т.п. ведущий делит группу на пары. Взяв шары, пары выстраиваются напротив друг друга. По команде ведущего, сначала один участник из пары становится нападающим, другой только отражает нападение, не имея права самому нападать. По сигналу участники меняются ролями. Затем группа делится на две команды. Между командами оставляется расстояние около 2-х метров. Участники выстраиваются в линию напротив друг друга. На полу обозначается граница, через которую нельзя переступать. В руках каждого участника надутый воздушный шар. По сигналу ведущего необходимо «забомбить» группу противника шарами. Побеждает та команда, на территории которой окажется меньшее количество шаров. Обсуждение.

Упражнение «Жужа».

Цель: научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.

«Жужа» сидит на стуле. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются. «Жужа» терпит, но когда ей это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто ее обидел больше всех, тот и будет «Жужей». Ведущий следит, чтобы дразнилки были не слишком грубыми. Обсуждение.

Упражнение «Золотая рыбка».

Цель: снятие агрессивности, развитие навыков общения.

Все встают в круг, плотно прижавшись, друг к другу плечами, ногами, взявшись за руки. Это сеть. Водящий – золотая рыбка стоит в кругу. Его задача – выбраться из круга, а задача остальных не выпустить рыбку. Если водящему долго не удается выбраться из сети, ведущий просит участников помочь рыбке.

Упражнение «Рубка дров».

Цель: помочь детям переключится на активную деятельность после долгой сидячей работы, почувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее во время игры.

Ведущий говорит: «Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают? Покажите как нужно держать топор. В каком положении должны находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор высоко над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!».

Упражнение «Маленькое привидение».

Цель: научить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.

Мы будем играть роль маленьких добрых приведений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить.

Упражнение «Апельсин».

Цель: обучить ребенка управлять своим гневом и снизить уровень личностной тревожности.

Ребенок лежит на спине, голова слегка на бок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Ребенку нужно представить, что к его правой руке подкатывается апельсин, пусть он возьмет его в руку и начнет выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень сильно напряжена 8-10 секунд). «Теперь необходимо разжать кулак, откатить апельсин, ручка теплая, мягкая, отдыхает». Затем апельсин подкатился к левой руке. И та же процедура с левой рукой. Желательно делать упражнение 2 раза (при этом поменять фрукты) если оно выполняется только одно; если в комплексе с другими упражнениями – достаточно 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 коррекция носила системный, комплексный характер. В целях эффективности проводимой коррекции необходима также работа с родителями агрессивного ребенка.