



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

Деятельность учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения  
младших школьников

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.04.02. Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Психология и педагогика начального образования»

Проверка на объем заимствований:  
85,8 % авторского текста

Работа рекомендована защите  
рекомендована/не рекомендована  
«20» 05 2017 г.  
зав. кафедрой ППиПМ  
Волчегорская Е.Ю.

Выполнила:  
Студентка группы ОФ-208/151-2-1  
Башкайкина Светлана Владимировна

Научный руководитель:  
доктор пед. наук, профессор Шитякова  
Наталья Павловна

Челябинск  
2017 год

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава I. Теоретическое обоснование проблемы профилактики агрессивного поведения младших школьников.....	10
1.1. Сущность, причины и виды агрессивности младших школьников.....	10
1.2. Методы и направления профилактики агрессивного поведения младших школьников.....	22
Выводы по I главе.....	33
Глава II. Организация работы учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников.....	35
2.1. Описание хода экспериментальной работы.....	35
2.2. Реализация программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников во внеурочное время .....	37
Выводы по II главе .....	68
Глава III. Анализ результатов экспериментальной работы.....	70
3.1. Анализ результатов констатирующего этапа работы.....	70
3.2. Анализ результатов контрольного этапа работы.....	79
Выводы по III главе.....	91
Заключение.....	93
Библиографический список.....	98
Приложения .....	105

## **Введение**

Огромное число источников информации позитивного, а также негативного характера ожидает человека в современном мире. Быстрый темп жизни вынуждает его быть энергичным, мобильным, целеустремленным и напористым. Данные качества, в конечном итоге, могут сделать человека жестоким и агрессивным.

В детском коллективе одной из наиболее частых проблем является повышенная агрессивность. Уже в дошкольном, а также младшем школьном возрасте можно наблюдать те или иные формы проявления агрессии. В настоящее время учителя начальных классов фиксируют тенденцию к увеличению уровня агрессивности детей: младшие школьники не умеют в приемлемой форме выражать гнев, становятся раздражительными, быстрее и легче входят в конфликты.

Высокого уровня нравственной воспитанности само по себе образование не обеспечивает. Определенные нравственные качества приобретаются детьми в ходе учебной деятельности. На практике учитель встречается с дефицитом методов, направленных на профилактику агрессивного поведения младших школьников.

Проявления агрессии, особенно в детском возрасте, является одной из первостепенных задач как для психологии и педагогики, так и в целом для социума. Анализ работ (А. Бандуры, Л. Берковиц, П.П. Блонского, Б.С. Братусь, Г.М. Бреслава, Р. Бэрона, К. Бютнера, Л.С. Выготского, В.В. Давыдова, С.А. Завражина, И.С. Зиминной, В.М. Литвишкова, Т.Д. Марцинковской, Г. Паренса и др.) позволяет раскрыть формы агрессии, которые характерны для многих детей. Однако, у некоторых детей агрессия, стабильно проявляемая в поведении, может и сохраняться, и совершенствоваться, переходя в стойкое качество личности. В результате уменьшаются продуктивные возможности ребенка, способность к полноценному взаимодействию, распадается развитие личности.

Агрессивное поведение как явление, его теоретические и методологические основы, описаны в работах Л.О. Андриюшиной [2], С.А. Беличевой [6], Л.И. Божович [9], Л.С. Выготского [15], С.Н. Ениколопова [25], И.С. Зиминной [27], Я.Л. Коломенского [31], С.Л. Колосовой [32], А.Н. Леонтьева [40], А.В. Петровского [53], В.П. Пошивалова [57], Т.Г. Румянцевой [60], И.А. Фурманова [69], Д.Б. Эльконина [79] и др.

Влияние последствий агрессивного поведения на окружающий социум рассматривается в исследованиях Т.Ю. Андрущенко, С.Л. Соловьевой, Н.В. Сорокиной, Г.А. Цукерман, Е.Е. Чернухиной, С.Ю. Чижовой, Ю.В. Щербининой и др.

Виды детской агрессивности представлены в трудах А.Г. Асмолова, П.П. Блонского, Б.С. Братусь, Ю.В. Егоршина, О.Н. Истратовой, А.С. Копового, Ф.З. Майерсона, Л.Ф. Обуховой и др.

Анализ существующей практики профилактики агрессивного поведения показывает, что в настоящее время разработаны и применяются программы, которые ограничивают работу педагога или профилактикой, или коррекцией. Также существуют программы, которые рассчитаны на работу с дошкольниками или подростками. Рассмотренные программы преследуют, в основном, одну цель: коррекция агрессивных тенденций в поведении детей, а также формирование навыка межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Разработчики данных программ предлагают строить работу по профилактике и коррекции агрессивного поведения по следующим направлениям: работа с гневом, обучение самоконтролю, работа с чувствами, конструктивные навыки общения.

Программы профилактики и коррекции агрессивного поведения разработаны Н.В. Павловой [51], О.А. Ширяевой [76], А.Г. Долговой [22] и др.

Таким образом, степень исследования проблемы профилактики агрессивного поведения характеризуется:

- определением понятий «агрессивное поведение», «агрессия»;

- созданием типологии агрессивного поведения детей;
- характеристикой форм агрессии детей;
- описанием факторов агрессивного поведения;
- выявлением взаимосвязи агрессивного поведения с тревожностью детей, их коммуникативностью;
- разработкой программ профилактики агрессивного поведения и программ по его коррекции;
- отсутствием программ, обеспечивающих нивелирование агрессивного поведения за счет осуществления профилактики, обогащения социального опыта и коррекции в комплексе;
- недостатком программ, предназначенных для младших школьников.

В современном обществе значительный интерес обретает проблема агрессии. Это объясняется некоторыми причинами: дегуманизация и общественно-экономическое разделение общества, недостаток образования и семьи, переезд населения, общественное одиночество, распад детских организаций. Все это содействует образованию социального вакуума, повышению количества детской преступности и увеличению агрессивности детей.

По данным И.К. Дубровиной, количество обучающихся младших классов с устойчивой тревожностью и агрессивностью в 2000-2003 гг. составляла от 60 до 65%, а на начало 2014 г. эта цифра превысила 75% [24].

На основании вышеизложенного, **актуальность исследования** обусловлена на следующих уровнях:

- **на социальном** – широким распространением агрессивного поведения детей и подростков, в том числе младших школьников;
- **на научном** - несмотря на достаточно большое количество исследований по проблеме профилактики агрессивного поведения, работ, посвященных деятельности педагога по профилактике агрессивного поведения младших школьников, недостаточно;

- **на практическом** – необходимостью создания методического обеспечения деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников, способствующего реализации основных направлений профилактики в комплексе.

Учитывая все вышеперечисленное, мы сталкиваемся с **противоречием** между необходимостью профилактики агрессивного поведения младших школьников, с одной стороны, и недостаточной разработанностью комплексных программ реализации этого процесса, с другой стороны.

Отсюда вытекает **проблема исследования**: как можно обеспечить комплексный характер деятельности педагога по профилактике агрессивного поведения младших школьников?

**Тема исследования**: «Деятельность учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников».

**Цель**: теоретическое обоснование и экспериментальная проверка результативности комплексной программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников.

**Объект**: профилактика агрессивного поведения младших школьников.

**Предмет**: направления, содержание и методы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников.

В основу исследования положена **гипотеза** о том, что деятельность учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения будет более результативной, если внедрить программу внеурочной деятельности, которая обеспечивает комплексность основных направлений профилактики: предупреждение агрессивного поведения, коррекция агрессивного поведения, обогащение социального опыта детей.

**Задачи**:

1. Рассмотреть сущность, причины и виды агрессивности младших школьников.

2. Изучить методы и направления профилактики агрессивного поведения младших школьников.

3. Выявить проявления агрессивного поведения младших школьников.

4. Проверить результативность разработанной программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы**:

1. Теоретические – анализ отечественной и зарубежной философской, психолого-педагогической и научно-методической литературы, нормативно-правовых, инструктивно-методических и рабочих документов, сравнение, обобщение, синтез.

2. Эмпирические – опрос, эксперимент, наблюдение, анкетирование.

3. Статистические – качественный и количественный анализ результатов исследований.

**Теоретическая значимость:** теоретически обоснована и экспериментально доказана комплексность направлений деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения: предупреждение, обогащение социального опыта, коррекция.

**Практическая значимость** нашего исследования заключается в том, что разработанная нами программа и ее методическое обеспечение способствует снижению проявлений агрессивного поведения, а также может использоваться в деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников.

**База исследования:** исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ № 98 г. Челябинска». В эксперименте приняли участие 50 школьников, обучающиеся 3 класса в возрасте 9-11 лет.

**Этапы исследования:**

На первом этапе исследования (сентябрь-декабрь 2015 г.) изучалась степень изученности проблемы в психолого-педагогической литературе,

анализировались основные понятия, формулировались методологические положения исследования, подбирались методический инструментарий.

На втором этапе (январь-май 2016 г.) проводился констатирующий эксперимент, разрабатывалась программа, анализировались результаты констатирующего эксперимента.

На третьем этапе (сентябрь-декабрь 2016 г.) – проводился формирующий эксперимент, обработка и анализ полученных данных формирующего эксперимента, апробация программы.

На четвертом этапе (январь-май 2017 г.) продолжался формирующий эксперимент, проводилась обработка и анализ полученных данных на этапе контрольного эксперимента, оформление результатов исследования.

Теоретико-методологическую основу работы составили:

- **лично-ориентированный подход** (Бондаревская Е.В., Газман О. С., Гусинский Э.Н, Сериков В.В., Турчанинова Ю. И., Якиманская И.С.), позволивший определить возможность разработки основных направлений профилактической работы с учетом личностных характеристик младшего школьника;
- **системно-деятельностный подход** (В.Г. Афанасьев, Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов, Л. С. Выготский, Л.В. Занков, А.Р. Лурия, Д. Б. Эльконин, В.В. Давыдов), позволивший раскрыть целостность феномена агрессивного поведения, и рассмотреть его как психосоциальное явление современного общества (В. Гоголева, А.Ю. Егоров, Ц.П. Короленко А).
- **аксиологический**, направленный на формирование мировоззренческих представлений о жизненных и личностных ценностях, здоровом образе жизни;
- общие положения методологии педагогической науки (Т.М. Балыхина, И.В. Блауберг, В.И. Загвязинский, В.В. Краевский и др.);
- теории нормального и аномального развития личности (Б.Г. Ананьев, С.А. Беличева, Л.И. Божович, Б.С. Братусь и др.);

- концепции духовно-нравственного воспитания (Н.А. Бердяев, В.И. Додонов, Б.Т. Лихачев, Н.Е. Щуркова и др.).

**Апробация** результатов исследования осуществлялась путем

1. участия в конференциях:

- 1.1. Третий международный конгресс «Непрерывное педагогическое образование: глобальные и национальные аспекты» 21-22 ноября 2016 г., ЮУрГГПУ, Челябинск.
- 1.2. Четырнадцатый Славянский научный собор «Урал. Православие. Культура» 24-25 мая 2016 г., ЧГИК, Челябинск.
- 1.3. Международный молодежный форум «Нравственные императивы в праве, образовании, науке и культуре» 12-14 мая 2016 г., Белгород.

2. публикации результатов исследования:

- 2.1. Статья «Изучение негативных реакций и проявлений агрессивности у младших школьников» в сборнике «Actual aspects of pedagogy and psychology of elementary education», Prague, 2016 г.;
- 2.2. Статья «Православная традиция прощения и профилактика агрессивного поведения» в сборнике «Кирилло-Мефодиевская традиция в культуре России: укрепление духовного единства», Челябинск, 2016 г.;
- 2.3. Статья «Проявление у младших школьников негативных реакций и способность к прощению» в сборнике «Нравственные императивы в праве, образовании и культуре», 13-14 мая 2016 г., Белгород.

**Структура диссертации.** Диссертация состоит из введения, трех глав, выводов по каждой главе, заключения, библиографического списка и приложения. Библиографический список представлен 79 источниками, в тексте работы 25 таблиц, 8 рисунков и 5 приложений.

## **Глава I. Теоретическое обоснование проблемы профилактики агрессивного поведения младших школьников**

### **1.1. Сущность, причины и виды агрессивности младших школьников**

Основными понятиями в данном исследовании являются «агрессия», «агрессивность», «агрессивное поведение».

Большое количество отечественных и западных ученых исследовали данные понятия (А. Басс, Л. Берковиц, Р. Бэрн, Ю.В. Василькова, Л.Д. Зильман, И.Э. Кондракова, Д. Ричардсон, Т.Г. Румянцева и др.)

В переводе с латинского языка «агрессия» означает «нападение», «приступ» [79]. Это явление объединяют с негативными чувствами (гневом), мотивами (желанием навредить), установками (расовыми предубеждениями) и деструктивными поступками.

Необходимо отметить, что разные авторы, работающие над проблемой агрессивности с научной точки зрения, под агрессией понимали и поведение, и состояние, и свойство психики, следовательно, это явление находило отклик во всех формах проявления человеческой психики. Например, многие писали, что под агрессией необходимо понимать некоторое явление, а под агрессивным поведением – определенные действия, совершаемые человеком.

«Агрессивное поведение» в отдельных случаях рассматривается как «агрессия», а чаще - как «агрессивность». Нередко «агрессия» и «агрессивность» изучаются как синонимы. Между тем, по мнению Т.Г. Румянцевой, следует различать «агрессию» как своеобразную форму поведения и «агрессивность» как психическое свойство человека: «Агрессия - это процесс, который имеет особую своеобразную функцию и систему; агрессивность - это определенная структура, которая является составляющей наиболее сложной структуры психических свойств личности» [59].

Как считает Дж. Хоманс, агрессию способна спровоцировать ситуация, которая связана с попыткой восстановить справедливость [72]. Данная позиция также раскрывает причину агрессии.

В психологическом подходе агрессия - это поведение, причиняющее ущерб предметам или людям. Агрессия способна выразиться на физическом уровне (ударить) или на вербальном (несоблюдение прав других людей без физического участия) [53].

В психологическом словаре можно встретить следующее определение: «Агрессия - мотивированное поведение, поступок, нередко наносящий ущерб объектам нападения - атаки либо же физический вред остальным людям, который вызывает у них депрессию, дискомфорт, напряжение, опасение, страх, состояние угнетенности, аномальное психопереживание» [37].

По мнению Б.М. Бим-Бада, данный социальный феномен необходимо рассматривать как упорное желание человека причинить ущерб разного рода находящимся вокруг людям [8]. В общественно-педагогическом течении агрессию изучает Л.В. Мардахаев. Он характеризует ее как все действия, связанные с причинением телесной или моральной травмы другим людям или животному, а, кроме того, причинение вреда неживым предметам [43]. Аналогичную трактовку данного понятия можно встретить в трудах Э. Фромма [68].

Создатель одной из основных монографий, касающихся проблемы агрессии, Дж. Доллард, описывает агрессию как акт, цель которого состоит в причинении ущерба организму [14]. Этот аспект стал основой для множества дальнейших ученых, предрасположенных определять агрессию как ответ враждебности на образовавшуюся иным фрустрацию вне зависимости от того, в какой степени данная фрустрация обладает враждебными намерениями.

Следует подчеркнуть, что описание агрессии в данных подходах обладает некоторой схожестью, и определяет ее, как стойкую черту личности, которая проявляется в деструктивном поведении и противоречит общепринятым нормам и правилам.

Следовательно, агрессию допускается трактовать как биологически подходящую форму поведения, способствующую приспособлению и

адаптации. Также агрессия рассматривается как злость, как поведение, которое противоречит позитивной сути человека.

Позже зарубежные ученые рекомендовали наиболее полное толкование агрессии. Агрессивными считались действия, содержащие в себе ущемление возможностей других через принуждение и наказание; действия, которые воспринимаются человеком как умышленное причинение вреда; действия, которые представляются человеку как несоответствующие общепринятым нормам [38]. Выделяя ситуационную предопределенность агрессивного поведения, сторонники данного подхода не принимали во внимание значимость индивидуальных факторов и отличительных черт, которые создают отличия в агрессивных проявлениях при других одинаковых обстоятельствах.

Р. Бэрн и Д. Ричардсон, изучив ключевые направления, описали три основополагающих подхода к трактованию понятия агрессия в зарубежной психологии [11].

А. Басс - создатель первого подхода, рекомендовал определять агрессию как всякое поведение, которое содержит опасность или причиняющее вред окружающим, как ответ, как физическое действие или опасность данного действия, ущемляющие свободу других людей, вследствие чего тело другого человека ощущает болевые стимулы. Исследователь указывал на важность различения враждебности и агрессивности [5]. Враждебность отличается от агрессивности тем, что предполагает продолжительное, стойкое, отрицательное отношение или систему оценок, которая применяется к окружающим, и выражаются чувством возмущения, недоверчивости и обиды. Враждебный человек не всегда агрессивен, и наоборот.

Автором второго подхода является Л. Берковиц. Он под агрессией понимает негативную установку к другим людям, выражающуюся в весьма негативной оценке объекта-жертвы и демонстрирует враждебное отношение и неприязнь к определенному человеку. Также Л. Берковиц считал, что для

того, чтобы считать действия агрессивными необходимо помнить, что неотъемлемым условием выступает желание нанести обиду или оскорбление.

В рамках третьего подхода, сформулированного Д. Зильманом, происходит ограничение использования термина агрессия исключительно попыткой причинения людям физического ущерба. Отличие между агрессией и враждебностью, согласно теории исследователя, состоит в том, что целью враждебного поведения является причинение скорее морального, чем физического вреда, а агрессивное поведение направлено на нанесение морального и физического вреда [7].

Проанализировав работы А. Басса, Л. Берковиц и др., в нашей работе мы будем рассматривать агрессию как негативную установку к другим людям и любое поведение, содержащее угрозу другому человеку, которое причиняет физический вред людям или вызывает у них негативные переживания, состояния напряженности, испуга, угнетенности и др.

Также значимым, по нашему мнению, считается опыт Н. Д. Левитова и его сторонников изучить агрессию и через поведение, и через психическое состояние, которое имеет собственную феноменологию, этапы и составляющие [39].

Ученые выделяют следующие этапы агрессивного состояния:

- 1) подготовка к агрессии;
- 2) реализация агрессии;
- 3) анализ последствий.

Изучая компоненты агрессии, авторы данного подхода выделяют волевой, познавательный и эмоциональный компоненты. Учитывая особенности и специфические черты проявления агрессии, ученые уделяют наибольшее внимание эмоциональному компоненту [52].

Познавательный компонент агрессивного состояния определяется ориентировкой, которая требует осмысления ситуации, представления объекта атаки и видение собственных «наступательных средств».

Анализируя эмоциональный компонент агрессии российские ученые предлагают изучать, в первую очередь, гнев, так как люди на данных этапах агрессивного состояния испытывают мощную эмоцию гнева, которая в некоторых случаях принимает форму аффекта или ярости.

Одну из общепринятых типологий агрессии предложили А. Басс и А. Дарки [5]. Исследователи описали такие виды агрессии и негативных реакций:

1. **Физическая агрессия** — нанесение физического ущерба другому человеку.
2. **Косвенная** — агрессия, обходным путем нацеленная на другой объект.
3. **Раздражение** — стремление проявлять негативные чувства даже при незначительном возбуждении (раздражительность, резкость).
4. **Негативизм** — протестный стиль поведения от бездейственного сопротивления до интенсивной борьбы вопреки общепринятым нормам.
5. **Обида** — отвращение и зависть к другим людям за реальные или воображаемые поступки.
6. **Подозрительность** — недоверие и осмотрительность к окружающим, а также убеждение в том, что они намереваются причинить вред.
7. **Вербальная агрессия** — высказывание негативных чувств и посредством формы (визг, крик), и с помощью содержания словесных ответов (запугивание, угроза).
8. **Чувство вины** — допустимая уверенность человека в том, что он плохой, у него плохие поступки, а также он чувствует угрызения совести.

Также необходимо рассмотреть понятие «агрессивность».

Ученые (Немов Р.С., Реан А.А., Румянцева Т.Г. и др.) определяют агрессивность как:

- форму социального поведения [45];
- свойство личности [58];

- склонность к проявлению агрессии [44];
- стойкую или временную черту характера, которая проявляется во враждебности человека [60].

Одна из главных характеристик поступков и действий, которые определяют устанавливающиеся отношения среди людей, а, кроме того, результативность персонального развития, по мнению Ю.В. Васильковой, это агрессивность [14].

В. Клайн отмечает, что в агрессивности имеются некоторые здоровые черты, необходимые для жизни [29]. Такие, как: упорство, инициативность, напористость в достижении результата, преодоление преград. Данные качества имеют лидеры.

Агрессивность – такое свойство личности, отражающее стремление агрессивно реагировать при появлении спорной ситуации. Агрессивное действие - это выражение агрессивности, как реакции ситуативного характера. В случае если агрессивные действия периодически повторяются, то это можно характеризовать как агрессивное поведение [30].

Таким образом, необходимо подчеркнуть, что не существует общее, полное понятие агрессивности, однако большинство ученых под агрессивностью понимают специфический тип общественного взаимодействия, характеризующийся внезапным отвращением одним человеком мнения другого, в основном, с использованием физической силы с целью удовлетворения личных нужд.

Большая часть специалистов в области психологии под агрессивностью понимают свойство личности, однако, не каждое действие, которое подкреплено агрессией может быть охарактеризовано как жестокое, поскольку агрессивность человека рассматривается как более моральная категория [56].

Однако важно иметь в виду то, что агрессивность в разумных границах нужна каждому человеку. Она помогает в самообороне, отстаивании своих прав, достижении цели. Проявляемая в оптимальной форме, агрессивность

представляет значимость в адаптации ребенка, познании нового и достижении цели. Если агрессивность выражается как враждебность и ненависть, то она может причинить ущерб, создать отрицательные черты характера - человека, который не способен за себя постоять. И первое, и второе мнение отрицательно влияет на чувства ребенка, а иногда приводит к деструктивному поведению к близким людям. Зачастую предпосылкой детской агрессивности считается семья.

Отдельные случаи агрессивного проявления как способность к адаптации, которое связано с освобождением от фрустрации и беспокойства, можно встретить в работах Реана А.А., Бютнера К. и других известных ученых. Под состоянием фрустрации понимают психическое состояние, которое характеризуется присутствием стимулированной потребности, не обнаруживающей собственного удовлетворения [58, 12].

Предпосылками агрессивности могут быть как особенности человека, так и влияние на него окружающего мира, следовательно, это свойство нередко рассматривается как биполярное явление – как отрицательное выражение человека и как основная функция личности, которая связывается с адаптацией.

Таблица 1.

*Биполярность агрессивности*

<b>Толкование агрессивности</b>	<b>Как проявляется</b>
Агрессивность как вид враждебности	Агрессивные формы поведения: драки, ссоры, обиды, разрушающие действия и т.д.
Агрессивность как адаптация и активность человека	Способ самообороны людей, защита своих интересов, укрепление независимости и самостоятельности личности.

Обобщая вышесказанное, следует отметить, что в психологии под агрессивностью понимают и негативное свойство личности, и важное условие для саморазвития человека, поскольку для осуществления цели и желаемых последствий нужно использовать большое количество разных лидерских качеств (упорство, силу, напористость и др.).

В трудах Заградовой, Осинского А.К., Левитова Н.Д. можно увидеть структуру агрессивного проявления [39]:

1. По направленности:

Агрессия, нацеленная наружу;

Агрессия, нацеленная на себя (аутоагрессия).

2. По цели:

Интеллектуальная агрессия;

Враждебная агрессия.

3. По способу выражения:

Физическая агрессия;

Вербальная агрессия.

4. По степени выраженности:

Прямая агрессия;

Косвенная агрессия.

5. По присутствию инициативы:

Инициативная агрессия;

Оборонительная агрессия.

По мнению Долговой А.Л., детям с агрессивным поведением характерны определенные единые особенности. Это скудность и простота ценностных ориентаций, недостаток увлечений, ограниченность и непостоянность интересов [23]. У таких детей зачастую отмечается повышенная внушаемость, расположенность к подражанию. Для них характерна резкость, раздраженность как к ровесникам, так и к окружающим взрослым, завышенная, непостоянная самооценка, усиленная беспокойность,

боязнь широких социальных контактов, эгоизм, неспособность найти выход из сложных ситуаций, защитные механизмы имеют преимущество над другими, которые регулируют поведение. Но также ребенок, который отличается высоким интеллектуальным и социальным развитием может быть агрессивным, поскольку агрессивность помогает поднять престиж, продемонстрировать свою самостоятельность и взрослость [4].

Ученые выделяют некоторые факторы, способствующие проявлению агрессивности:

1. ситуативные (окружающая обстановка, напряженные ситуации и др.);
2. личностные (темперамент, особенности характера, завышенная или заниженная самооценка);
3. социальные (реклама агрессивных действий в СМИ);
4. поведенческие (действия, создающие неприятности другим людям).

В работе Д.Д. Исаева и И.И. Журавлева [28] в качестве различных, взаимозависимых факторов, которые обуславливают проявления отклонений в поведении, выделены следующие:

Индивидуальный фактор, который функционирует на уровне психических и биологических посылов отклоняющегося поведения, затрудняющего приспособление человека в обществе.

Психолого-педагогический фактор, который проявляется в недостатках школьного воспитания и воспитания в семье.

Социально-психологический фактор, который раскрывает негативные последствия взаимодействия школьника с окружающими.

Личностный фактор, в первую очередь выражающийся в выборе среды общения и принимаемых человеком ценностных ориентациях, индивидуальной возможности саморегулирования своей деятельности.

Социальный фактор, который определяется социальными и общественно-экономическими критериями жизни социума.

Кроме факторов, которые способствуют проявлениям отклоняющегося поведения, психологи выделяют причины, вызывающие у детей устойчивое проявление негативных реакций.

Одним из ученых, который изучал причины детской агрессивности является Д. Хорсанд [73]. Он выделяет следующие:

#### 1. Семейные причины.

- Неприятие ребенка одним из родителей. Одна из базовых причин агрессивности.
- Родители показывают безразличие и враждебность по отношению к ребенку. Агрессивное поведение членов семьи проявляется в повседневных ситуациях (родители сами показывают модели агрессивного поведения).
- В семье нарушены эмоциональные связи. Нарушение происходит как между родителем и детьми, так и между родителями.
- Неуважение к личности ребенка. Некорректная критика, оскорбление, унижение ребенка.
- Гиперопека или гипоопека.
- Жестокий характер одного из родителей. Он старается во всем руководить ребенком, не учитывая его желаний.
- Ограничение в физической активности. Агрессивность спровоцирована запретами старших.

#### 2. Личные причины.

- Предчувствие угрозы в подсознании. В некоторых случаях агрессивность ребенка спровоцирована боязнью.
- Неуверенность в своей защищенности. Появляется, когда родители увлечены собой, а ребенок предоставлен самому себе.
- Собственный негативный опыт. Связывается с характером и типом темперамента ребенка.

- Эмоциональная непостоянность. Дети не всегда могут контролировать эмоциональные всплески.
- Ребенок недоволен собой. Недостаток эмоционального поощрения от взрослых.
- Повышенная вспыльчивость и чувствительность может быть причиной агрессивности.

### 3. Ситуативные причины.

- Плохое самочувствие, усталость. В один день ребенок достаточно спокойно реагирует на провоцирующую ситуацию, а в другой – будет откровенно агрессивным.
- Влияние продуктов питания. Влияние холестерина, который содержится в крови, на агрессивность человека, что подтверждено многочисленными исследованиями.

### 4. Индивидуально-психологические причины.

- Тип темперамента;
- акцентуации характера;
- тип нервной системы.

5. Социально-биологические причины, обусловленные биологическими, половыми, психологическими и социальными причинами. Зачастую агрессивность детей обусловлена установками, предубеждениями и системой ценностей авторитетных для них старших.

### 6. Психологические причины.

- Отсутствие навыков взаимодействия;
- низкий уровень самоконтроля;
- заниженная самооценка;
- плохие отношения с ровесниками.

Следовательно, агрессивность у младших школьников содержит некую причину, которую необходимо осознать и принять. Поскольку ребенок развивается, то не нужно торопиться с выводами «агрессивный», «злой».

Значительнее не беспокоиться, что ребенок не отвечает данным требованиям, а воспитывать его.

Под агрессивным поведением понимают - (франц. *agressif* – порождающий, боевой, от лат. *aggredior* - атакую) – целенаправленные действия, которые причиняют моральный или физический вред окружающим [49].

Агрессивное поведение - форма реагирования на разнообразные негативные в физическом и психическом плане обыденные ситуации, которые вызывают стресс, фрустрацию и прочие неблагоприятные состояния [19].

В. Оклендер делал акцент на том, что обучая приемлемым способам проявления гнева можно производить профилактику агрессивного поведения [50].

Таким образом, агрессивное поведение – это поведение, позволяющее человеку реагировать на разнообразные жизненные ситуации, которые вызывают отрицательные переживания, состояние напряженности, страха и др.

Кроме того, следует обратить внимание на определение негативной реакции. Под негативной реакцией понимается такая реакция, базирующаяся на негативной тревоге человека [25]. В литературе можно встретить такие негативные реакции: негативизм, обидчивость, чувство вины, раздражительность, подозрительность и др.

Детская агрессия воспринимается своеобразно и отталкивается от неосуществленных элементарных потребностей (в еде, независимости действий и др.). С годами совершается перемена форм агрессии: простое физическое нападение снижается, а другие формы повышаются (оскорбление, конкуренция и др.). О. И. Шляхтина выявила, что детская агрессивность обусловлена положением ребенка в группе [77]. Лидеры и отверженные обладают наибольшей частотой проявлений агрессивности. Первые таким способом усиливают свое лидерство, а вторые показывают

недовольство занимаемым положением. Оценивая половое различие можно утверждать, что мальчики чаще используют прямую и физическую агрессию, а девочки — косвенную и вербальную.

Выявив суть базовых понятий, необходимо рассмотреть, с помощью каких методов можно добиться снижения частоты проявлений агрессивности и способствовать профилактике агрессивного поведения.

## **1.2. Методы и направления профилактики агрессивного поведения младших школьников**

Для дальнейшей работы по профилактике агрессивности педагогу необходимо справедливо оценивать проявления агрессивности у обучающихся. С помощью наблюдения несложно выявить агрессию в поведении ученика, если она выражается открыто и явно [48].

Для того чтобы убедиться в безошибочности результатов диагностики, учителю предлагается наблюдать как ребенок действует в других ситуациях, например, как он реагирует на ваши просьбы, поручения, советы, неожиданную перемену ситуации. Можно заявлять о том, что у ребенка проявляются агрессивные действия, в том случае, если, его реакции выражаются неадекватно. Чтобы точно удостовериться, что ребенок обладает агрессивным поведением, ученые предлагают применять специализированные тесты, беседы, сочинения по определенной теме и др. Всегда диагностика ведется так, что ребенок не должен понять истинную цель учителя [71].

Понятие «профилактика» изначально использовалось в медицине, но позже стало массово употребляться в педагогической и психологической областях.

Профилактика (др. греч. «предупреждение») – совокупность различных мероприятий, которые нацелены на предотвращение определенного явления, а также на исключение факторов риска. Главной составной частью системы здравоохранения, которая направлена на

становление у людей медико-социальной деятельности и расположенности к здоровому образу жизни, являются профилактические мероприятия [26].

В литературе можно встретить и другое определение: профилактика – это комплекс муниципальных и социальных, общественно-экономических и медико-санитарных, психолого-педагогических и психогигиенических программ, которые направлены на предотвращение болезней и общее улучшение здоровья [46].

Профилактические мероприятия имеют цель как предотвращение трудностей и неблагоприятных явлений, так и разработка условий для полноценной работоспособности каждого человека и функционирования социума в целом.

Главными направлениями профилактики считаются:

- предотвращение вероятных общественных трудностей любого человека и групп риска;
- сохранение, содействие и охрана приемлемого уровня жизни и самочувствия человека;
- помощь в достижении цели и выявление способностей человека.

Анализируя исследования отечественных ученых, которые изучали проблему детской агрессивности, мы увидели, что внимание передовых исследователей ориентировано на подробный анализ определенного аспекта проблемы детской агрессивности, в то время как, остальные аспекты проблемы не полностью изучены. Г.Э. Бреслав и Т.П. Смирнова акцентируют внимание на психологической коррекции агрессивного поведения и выделяют критерии диагностики [10]. Работа С. Л. Колосовой направлена на описание особенностей, истоков и генезиса детской агрессивности [32], Н. М. Платонова исследует возможности применения разнообразных форм и методов диагностики, коррекции, профилактики агрессивности детей. Она ориентируется, в основном, на подростков [55].

Применение системного подхода дает возможность рассмотреть проблему детской агрессивности в комплексе трех аспектов:

- 1) понятийный (определение агрессивности, уровень и частота проявлений);
- 2) диагностический (совокупность методик, которые направлены на выявление уровня агрессивности);
- 3) коррекционно – развивающий (комплекс игр, упражнений, нацеленных на спад проявлений агрессивности).

С целью профилактики агрессивных проявлений разного генезиса можно использовать достаточный диапазон возможностей [75].

Мы считаем возможными нижеследующие области деятельности учителя:

I. Работа с младшими школьниками, предрасположенными к агрессии.

В литературе представлен алгоритм профилактики агрессивного поведения младших подростков:

1. Определение вида агрессии, так как индивидуальный подход требуется к каждому виду агрессии.

2. Предупреждение естественной агрессии детей:

а) наблюдение за соматикой ребенка. Если данное состояние нарушено, то влияние на него нерезультативно.

б) стратегия психической помощи воспитательному процессу;

в) консультативная практика.

3. Профилактика принужденной агрессии младших школьников. Деятельность, в основном, ориентирована на ликвидацию причин данной агрессии.

4. Предупреждение агрессии детей с неадекватным поведением: обнаружение предпосылок неадекватного состояния ребенка (смена обстановки, особенности личности).

II. Работа с окружающей средой младшего школьника с проявлениями агрессивности:

1. Доказательное влияние педагога на агрессивные реакции младших школьников.

Довольно трудной задачей учителя считается психологическое управление агрессивностью ребенка. Психологами определено, что фронтальные дисциплинарные атаки обычно дают непостоянный, краткосрочный результат. Однако, игнорирование проявлений агрессии понимается детьми как поощрение, и он чувствует безнаказанность. Учителю необходимо помнить, что обострение агрессивности происходит из-за ощущения повышенного беспокойства и неуверенности в одобрении окружающих. Приносит наиболее положительный результат незамедлительное вовлечение агрессивного ребенка в деятельность, когда он получает справедливое поощрение педагога и одноклассников, чем любое отрицательное воздействие. Однако и это имеет кратковременный эффект. Когда агрессивное состояние ребенка проявляется в большей мере, учитель может применять следующие приемы:

- 1) рекомендовать переключить агрессию на неживой объект или действие (скомкать и порвать лист бумаги, изобразить свой гнев, топтать, кричать в «бумажную трубу» и т.д.);
- 2) перевести внимание на определенное задание;
- 3) вспомнить что-то хорошее, найти у себя хорошие качества и др.

Главным правилом педагога является организация совместной работы и принятие ребенка, сосредоточение на помощи в преодолении трудностей, демонстрация способов выхода из конфликтной ситуации.

III. Установление оптимальных эмоциональных отношений агрессивного младшего школьника с ровесниками.

Последние результаты исследований выявили, что дети с агрессивностью почти не выделяются среди неагрессивных сверстников в умственном развитии, произвольности и игровой деятельности. Главное, что отличает агрессивного ребенка – это отношение к ровесникам: сверстника они воспринимают как соперника, конкурента или барьер, который необходимо ликвидировать. Такие дети считают, что действия окружающих имеет цель навредить.

Установлено, что ровесники практически постоянно отстраняются от агрессивного ребенка и объясняют так: «он всегда дерется», «он что-то ломает», «с ним нельзя поиграть». Совместные игры неагрессивных детей с агрессивными, по мнению психолога Я.А. Павловой, помогают наладить взаимоотношения. Присутствие в данном случае психолога и учителя необходимо, и если произойдет конфликт, то нужно указать способы выхода из него. Для этого целесообразно проведение группового обсуждения ситуации, которая имела негативные последствия. Дальнейшими действиями могут быть коллективные решения о конструктивном способе выхода из данного положения [36].

Обсуждая способы поведения со сверстниками, у агрессивных детей будут появляться новые образцы поведения в провоцирующей ситуации. В ходе игры они видят, как одноклассники уходят от конфликтов, как реагируют на оскорбления сверстников и осознают, что не всегда необходимо использовать физическую силу в достижении цели.

#### IV. Работа с родителями агрессивного младшего школьника.

Зачастую обращение родителей агрессивных детей за психологической помощью происходит для того, чтобы попытаться успокоить его, а не для того, чтобы поддержать.

Осуществляя работу с родителями необходимо уходить от негативных воздействий на их самооценку, следует стараться ее сбалансировать, а, кроме того, нужно узнать их отношение к ребенку до рождения. Когда причиной является нежелательное появление ребенка, то необходимо выяснить причины отстранения от ребенка, так как это поможет изменить их отношение. Если ребенок был долгожданным, а отвергать его стали, когда он начал проявлять агрессивность и непослушание, то родителям советуют осознать, что так ребенок откликается на их действия [1].

Родителям до начала работы следует совершить следующие шаги:

- поменять отрицательную установку к ребенку на положительную;
- сменить стиль общения с ребенком;

- увеличить образцы поведения в различных ситуациях с детьми.

Однако родители агрессивного ребенка не всегда идут на контакт, не признают присутствие в поведении своего ребенка повышенного уровня агрессивности, это довольно часто сопровождается желанием упрекнуть других, перевести ответственность с себя.

Проанализировав работы Запорожца А.В. и Марковой Т.А., мы выделили основные **методы профилактики**:

1. Метод, базирующийся на распространении информации. Наиболее употребляемый в профилактике.

Минусы: полученная информация представлена в обобщенном виде, опирается на запугивание, не предоставляет информации о последствиях. (Данный метод недостаточно результативен).

2. Метод, базирующийся на чувственном обучении. У детей, предрасположенных к негативным действиям, отмечается недостаточное развитие эмоциональной сферы, что характеризуется отклоняющимся поведением. В этом подходе эффективно использовать тренинги эмоционального обучения, арт-терапевтические методы, приемы, которые снижают стрессовую ситуацию.

3. Метод, который базируется на воздействии общественных факторов, на том, умеет ли ребенок противостоять отрицательной среде, умении отказать в нужной ситуации.

4. Метод, который базируется на развитии жизненных и социальных навыков, о которых школьникам не было известно, приобретение навыков взаимодействия с окружающими.

5. Метод, базирующийся на совершенствовании такой деятельности, которая является альтернативой снижения отклоняющегося поведения.

6. Метод, базирующийся на сохранении здоровья (дни здоровья и др. мероприятия) [16].

Другие авторы считают **наиболее результативными** следующие методы профилактики агрессивного поведения:

## 1. Обучить детей способам саморегуляции и самоконтроля.

В работе М. Маккей и А. Роджерса предложены некоторые приемы получения самообладания [42]. К примеру, нарисовать на бумаге знак «Стоп» и убрать его в карман. Когда у ребенка возникнет желание сделать что-то негативное, он сможет, увидев этот знак, про себя сказать «Стоп». Но результат можно будет получить после многократных тренировок.

С целью приучения ребенка не сжимать кулаки в негативной ситуации применяются методы релаксации, упражнения, игры и др. В книге К. Фопеля «Как научить детей сотрудничать» представлено много интересных и эффективных упражнений [67].

## 2. Делать акцент на действия, а не на личность.

Проводить конкретную грань между действиями и личностью дает возможность техника объективного отображения поведения. Обсуждать поведение ребенка психологи рекомендуют только после того, как он успокоится.

Необходимо изложить совершаемые им действия при проявлении агрессии (вербальные и физические), но не давать им оценку. Замечания могут вызвать раздражительность и несогласие и могут увести от данной проблемы [3].

Одним из значимых путей уменьшения агрессии является установка обратной связи с детьми. Для этого можно использовать такие приемы, как:

- утверждение факта («твои действия агрессивны»);
- констатирующий вопрос («ты раздражен?»);
- выявление предпосылок к агрессивному поведению («ты хочешь меня оскорбить?», «ты стремишься показать силу?»);
- выявление личных чувств по отношению к нежелательным действиям («меня злит общение в таком тоне»);
- обращение к правилам («мы ведь договаривались с тобой!»).

Реализуя данные приемы педагогу необходимо проявлять следующие качества: дружелюбность, интерес, уверенность.

### 3. Контролировать свои отрицательные эмоции.

Если педагог может управлять собственными негативными эмоциями, то он сохраняет доброжелательные отношения с ребенком и тем самым показывает способы взаимодействия с агрессивными людьми.

### 4. Сокращение напряженной ситуации.

Главной задачей педагога, который сталкивается с проблемой детской агрессивности, является уменьшение напряжения ситуации. Для решения данной проблемы рекомендуется использовать метод арттерапии, ролевые игры и др.

### 5. Анализировать нарушения в действии.

Обсуждать поступок необходимо только после разрешения ситуации, и когда все участники успокоятся. Но откладывать это тоже не следует. Это необходимо делать один на один, в отсутствии свидетелей, и если необходимо, то обсудить в группе. Во время беседы нужно сохранять беспристрастность и спокойствие. Следует детально обговорить отрицательные результаты агрессивных действий, его последствия как для окружающих, так и для самого ребенка. Кроме беседы целесообразно проведение дискуссии, анализа, самоанализа и др.

### 6. Поддерживать положительную репутацию ребенка.

У ребенка, тем более младшего школьника, признание своей неправоты и поражения не всегда происходит. Он очень боится публичного осуждения и негативной оценки. С помощью механизмов защитного поведения ребенок пытается этого избежать. Опасность плохой репутации и получение негативного ярлыка заключается в том, что если она закрепится за ребенком, то станет самостоятельным побудительным мотивом к агрессивным действиям.

Чтобы сохранить положительную репутацию ребенка рационально:

- создавать ситуацию успеха;
- давать оценку в виде словесного суждения;

- наедине продемонстрировать истинное отношение к ситуации, а публично существенно уменьшить вину ребенка («Ты не хотел его оскорбить»);
- предоставить возможность ребенку исполнить требование по-своему, не ждать абсолютного повиновения;
- договориться о компромиссе.

Поскольку, если педагог будет настаивать на абсолютном повиновении (требование выполнить незамедлительно и так, как вы хотите), он может вызвать новую волну агрессии.

#### 7. Демонстрировать образцы конструктивного поведения.

Данный прием является важным условием формирования «регулируемой агрессии» у младших школьников. Взрослому необходимо в своих действиях не проявлять агрессивность. Причем чем меньше ребенок, тем ответ на агрессивные реакции должен быть наиболее доброжелательным. Педагог может использовать следующие методы: демонстрация, пример, театрализация и др.

Поведение взрослого, которое позволяет продемонстрировать модели неагрессивного поведения и направить на уменьшение напряжения конфликтной ситуации, может включать такие приемы, как:

- нерефлексивное слушание, которое позволяет собеседнику высказать свое мнение (сделать паузу, которая позволяет ребенку взять себя в руки;
- с помощью невербальных средств внушать спокойствие;
- используя наводящие вопросы прояснить ситуацию;
- использовать юмор;
- признавать чувства ребенка.

Младшие школьники достаточно стремительно могут перенимать модели неагрессивного поведения. Особенно, если взрослый искренний, а его невербальные реакции соответствуют словам.

Под **коррекцией** понимают систему педагогических и целебных мероприятий, нацеленных на преодоление или снижение недочетов в психическом и физическом развитии [17].

Многими исследователями выделяются следующие направления психологической коррекции агрессивного поведения:

1. Игра (часто применяется для коррекции агрессии у детей младшего возраста).

2. Перемещение в измененную ситуацию из привычной (в том случае, когда есть связь между агрессивностью ребенка и его окружающей средой).

3. Самовыражение в творчестве (с помощью рисования, проектирования, музыкальных занятий и других видов творчества).

4. Переведение агрессии в общественно-полезную работу (общественно-полезный труд, социальная деятельность: помощь старикам и др.).

5. Трансформация агрессии в физическую деятельность: рационально привлекать ребенка к массовым видам спорта (футбол, волейбол и др.), которые требуют навыки партнерства, и, наоборот, высокоагрессивные виды спорта (бокс, карате) не рекомендованы.

6. Участие в тренинговой группе для развития навыков неагрессивного взаимодействия и наилучшей адаптации.

В международной психологической практике утверждают, что одним из самых результативных методов коррекции агрессивного поведения у детей считается поведенческая терапия. Психологи, после проведения данной терапии, описывают результативность ее, в основном, работая с детьми. Главными достоинствами они считают возможность контролировать социальную среду ребенка, возможность влиять на механизмы некорректного поведения ребенка, а также непродолжительная длительность терапии. В то время, как Н.М. Платонова считает главным плюсом данного подхода точность, нацеленность на изменения в поведении, яркий практический характер [56].

Другая группа ученых дополняет этот перечень и называет направления, в рамках поведенческой коррекции, которые, на наш взгляд, более точно соответствуют понятию «направление» как цели движения:

- снижать или ликвидировать агрессивные проявления;
- развивать способность осознавать собственные чувства;
- ослаблять эмоциональные реакции, которые сопутствуют агрессивному поведению;
- развивать способность к адекватным и безопасным способам выражения гнева, релаксации;
- развивать эффективные социальные навыки (неагрессивное разрешение конфликтной ситуации).

Несмотря на наличие достоинств данного вида коррекции, по мнению И. А. Фурманова, имеются значительные недочеты данной терапии:

- 1) техника дает возможность снять симптомы отклоняющегося поведения, однако не способствует снятию причин;
- 2) техника не обладает средствами для профилактики отклонений;
- 3) техника дает непродолжительный результат;
- 4) техника не дает возможность приобрести «эффект переноса» [70].

Конечной целью профилактики агрессивности ребенка является осознание им существования других способов проявления силы и привлечения внимания, которые оказывают наиболее благоприятное впечатление на окружающих. Для таких детей главное получить наслаждение от показа приобретенного способа поведения перед доброжелательным окружением.

## Выводы по I главе

Анализ психолого-педагогической литературы (Немов Р.С., Реан А.А., Румянцева Т.Г и др.) позволил сделать вывод, что в науке изучены и раскрыты сущность, причины и виды агрессивности младших школьников.

Проанализировав работы А. Басса, Л. Берковиц и др., в нашей работе мы будем рассматривать агрессию как негативную установку к другим людям и любое поведение, содержащее угрозу другому человеку, которое причиняет физический вред людям или вызывает у них негативные переживания, состояния напряженности, испуга, угнетенности и др.

Согласно общеизвестной типологии, выделяются следующие виды агрессии и негативных реакций: физическая агрессия, косвенная агрессия, раздражение, негативизм, обида, подозрительность, вербальная агрессия, чувство вины.

Основными причинами детской агрессивности, по мнению ученых, являются: семейные, личные, ситуативные, индивидуально-психологические, социально-биологические, психологические.

Таким образом, агрессивное поведение – это поведение, позволяющее человеку реагировать на разнообразные жизненные ситуации, которые вызывают отрицательные переживания, состояние напряженности, страха и др.

Главными направлениями профилактики считаются:

- предотвращение вероятных общественных трудностей любого человека и групп риска;
- сохранение, содействие и охрана приемлемого уровня жизни и самочувствия человека;
- помощь в достижении цели и выявление способностей человека.

С целью профилактики агрессивных проявлений разного генезиса мы считаем возможными нижеследующие области деятельности учителя:

- работа с младшими школьниками, предрасположенными к агрессии;

- работа с окружающей средой младшего школьника с проявлениями агрессивности;
- установление оптимальных эмоциональных отношений агрессивного младшего школьника с ровесниками;
- работа с родителями агрессивного младшего школьника.

Проанализировав работы Запорожца А.В., Марковой Т.А. и др. мы выделили наиболее результативные методы профилактики агрессивного поведения:

- упражнение, игра и др. (с целью обучения детей способам саморегуляции и самоконтроля);
- ролевая игра, арттерапия и др. (с целью снятия напряжения);
- метод анализа, беседа, дискуссия, самоанализ (цель - умение анализировать нарушения в действии);
- метод создания ситуации успеха, оценка в виде словесного суждения (с целью поддержания положительной репутации ребенка);
- демонстрация, пример, театрализация и др. (цель - демонстрировать образцы конструктивного поведения).

Проанализировав различные позиции в определении направлений коррекционной работы, мы выбрали те из них, которые более точно соответствует понятию «направление» как цели движения: перемещение в измененную ситуацию из привычной; самовыражение в творчестве; переводение агрессии в общественно-полезную работу; трансформация агрессии в физическую деятельность; участие в тренинговой группе для развития навыков неагрессивного взаимодействия и наилучшей адаптации и др.

## **Глава II. Организация работы учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников**

### **2.1. Описание хода экспериментальной работы**

Наше исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ № 98 г. Челябинска».

Выборку составили 50 человек: 25 человек – 3 б класс, 25 человек – 3 в класс. Возраст 9-11 лет. Пол: 29 девочек, 21 мальчик. Способ формирования выборки: формальная группа. 3 б – экспериментальная группа, 3 в – контрольная.

Группы отличались тем, что: в 3 б класс внедрялась программа деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников, а в 3 в классе проводились мероприятия, запланированные учителем. В обеих группах работают учителя со стажем.

Цель экспериментальной работы: проверить результативность программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников во внеурочное время.

Задачи, решаемые нами в процессе экспериментальной работы:

- сформировать выборку;
- подобрать методики для выявления проявлений агрессивного поведения;
- провести констатирующий этап эксперимента;
- обработать полученные данные;
- провести формирующий эксперимент;
- провести контрольный этап эксперимента.

Исследование проводилось в три этапа:

На первом этапе (январь - май 2016 г.) проводился констатирующий эксперимент. Мы провели опрос среди обучающихся для выявления проявлений агрессивного поведения (опросник А. Басса-А. Дарки, адаптированный Г.А. Цукерман), наблюдение по методике А.Г. Долговой и анкетирование учителей (Е.К. Лютова и Г.Б. Монины).

На втором этапе (сентябрь 2016 г.) – проводились обработка и анализ полученных данных, составление программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения.

На третьем этапе (октябрь 2016 - май 2017 г.) проводились формирующий и контрольный эксперимент, обработка и анализ полученных данных, оформление результатов исследования.

Используя методику А. Басса-А. Дарки, адаптированную Г.А. Цукерман (Приложение 1), мы изучили проявления агрессивности и других видов негативных реакций у младших школьников. Данный опросник состоит из 40 утверждений, на которые обучающимся необходимо ответить «да» или «нет». Мы раздали бланки участникам, они ответили на утверждения. Интерпретация результатов проводится по 8 шкалам: физическая агрессия, косвенная агрессия, раздражение, негативизм, обида, подозрительность, вербальная агрессия и чувство вины. Результаты были распределены по уровням:

высокий 4-5 баллов,

средний 3 балла,

низкий 0-2 балла.

Для проверки и уточнения полученных результатов мы применили метод наблюдения за детьми, у которых выявлен высокий уровень по шкале физической агрессии, воспользовавшись бланком наблюдения, составленным на основе материалов, представленных в работе А.Г. Долговой (Приложение 2). Наблюдение проводилось на перемене. Если проявления агрессивности выражены сильно, они оценивались 3 баллами, если умеренно – то 2 баллами, при слабо выраженных проявлениях – 1 баллом. В бланке выделены следующие критерии агрессии:

- физическая агрессия (рвет тетради, толкает сверстников и др.),
- вербальная агрессия (называет обидным словом, кричит и др.),
- аутоагрессия (кусает себя, выдергивает волосы и др.),

– негативизм (с трудом включается в коллективную работу, говорит «не хочу», «не буду» и др.).

С целью уточнения полученных данных мы использовали анкету для учителя «Признаки агрессивности» Е.К. Лютовой и Г.Б. Мониной (Приложение 3). Данная анкета состоит из 19 утверждений, положительный ответ по каждому утверждению оценивается в 1 балл. Предлагались следующие утверждения: Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отплатить ему тем же; легко ссорится, часто вступает в драки; иногда ему без всякой причины хочется выругаться и др. Интерпретация результатов проводится по 3 уровням:

15-19 баллов – высокий уровень агрессивности;

7-14 баллов – средний уровень;

1-6 баллов – низкий уровень.

Таким образом, на констатирующем этапе эксперимента, использованные нами методики направлены на выявление проявлений агрессивности и негативных реакций у младших школьников. На формирующем этапе эксперимента мы апробировали программу деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников во внеурочное время.

В ходе контрольного эксперимента нам предстояло выявить изменения уровня проявлений агрессивности и негативных реакций в результате внедрения в образовательный процесс нашей программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников во внеурочное время «Наши чувства и поступки».

Для этого мы повторно использовали перечисленные выше методики и проанализировали их результаты.

## **2.2. Реализация программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников во внеурочное время**

Учитывая результаты исследования, и проанализировав, существующие программы профилактики и коррекции агрессивного поведения, мы разработали программу деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников «Наши чувства и поступки».

#### Пояснительная записка

Обучающиеся начальных классов находятся в том периоде, когда происходят значительные перемены в осознании социально значимых качеств, а также активное изучение социальной среды. Учение является новой значимой деятельностью младшего школьника. В школе им приобретается вместе с новыми знаниями и умениями некоторый социальный статус. У школьника меняется круг интересов, ценностей, начинает формироваться общественная направленность личности. Учитывая вышеперечисленные факторы, можно утверждать, что именно в данном возрасте наиболее наглядно выражаются отклонения в поведении.

Согласно исследованиям ученых, существует потребность в реализации профилактики детской агрессивности в широкой психолого-педагогической практике, а не ограничиваться деятельностью учреждений, осуществляющих профилактику и коррекцию поведения. По данным И.К. Дубровиной, количество обучающихся младших классов с устойчивой тревожностью и агрессивностью в 2000-2003 гг. составляла от 60 до 65%, а на начало 2014 г. эта цифра превысила 75% [24].

Анализ существующей практики профилактики агрессивного поведения показывает, что в настоящее время разработаны и применяются программы, которые ограничивают работу педагога или профилактикой, или коррекцией («Коррекция агрессивного поведения ребенка младшего школьного возраста» Н.В. Павловой [51], «Авторская программа тренинговых занятий для коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста» Н.В. Нифантьевой [47], «Профилактика агрессивного поведения подростков» О.А. Ширяевой [76], «Программа коррекции

деструктивных агрессивных проявлений в поведении детей младшего школьного возраста» Е.Е. Варламовой [13] и др.).

Также существуют программы, которые рассчитаны на работу с дошкольниками или подростками («Программа по профилактике агрессивного поведения детей дошкольного возраста «Будем дружить»» Н.А. Григорян [18], «Программа индивидуальной коррекции агрессивного поведения ребенка» К.И. Чернокрыловой [74], «Коррекция агрессивного поведения у детей» О.Б. Филлиповой [66], «Программа социально-психологического тренинга по профилактике и коррекции агрессивного поведения детей» А.Г. Долговой [22] и др.).

Рассмотренные программы преследуют, в основном, одну цель: коррекция агрессивных тенденций в поведении детей, а также формирование навыка межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Разработчики данных программ предлагают строить работу по профилактике и коррекции агрессивного поведения по следующим направлениям: работа с гневом, обучение самоконтролю, работа с чувствами, конструктивные навыки общения.

Программ, предназначенных для младших школьников, мы не обнаружили. В связи с вышесказанным и с учетом результатов проведенного исследования мы разработали программу деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения.

Программа составлена с учетом основных нормативно-правовых документов, реализующих программу обучения, воспитания и развития обучающихся начальных классов:

- На международном уровне (Декларация прав ребенка (1959г.), Конвенция ООН о правах ребенка (1989г.);
- На федеральном уровне (Федеральный закон РФ «Об образовании в РФ» (2012 г.), Федеральный закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 года, Конституция Российской Федерации (1993), Семейный кодекс

Российской Федерации, Указы Президента Российской Федерации, Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования).

Программа построена на основе трех методологических подходов:

- **системный** – рассмотрение ребенка как целостного, качественно своеобразного, динамично развивающегося субъекта, являющегося частью более широкой системы «человек-мир», все компоненты программы взаимосвязаны;
- **лично-ориентированный** – изменение содержания, форм и способов профилактической работы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка, его темперамента, целей работы, позиции и возможностей специалистов;
- **аксиологический**, направленный на формирование мировоззренческих представлений о жизненных и личностных ценностях, здоровом образе жизни.

Цель программы:

создание условий для снижения уровня агрессивности и деструктивных форм поведения младших школьников.

Главной особенностью нашей программы является то, что она предполагает деятельность педагога по трем направлениям: предупреждение агрессивного поведения, обогащение социального опыта и коррекция.

Задачи работы по предупреждению агрессивного поведения:

- создание представлений о способах поведения, формирование умения взаимодействовать, развитие навыков рефлексивных действий (предупреждение физической агрессии);
- изучение способов переадресации агрессии, развитие навыков рефлексивных действий (предупреждение негативизма);
- создание представлений о способах поведения, формирование умения общаться (предупреждение вербальной агрессии);

- снятие эмоционального напряжения, развитие творческих способностей личности ребенка, развитие навыков самоконтроля (предупреждение заниженной самооценки, связанной с проявлениями чувства вины).

Задачи по обогащению социального опыта:

- создание условия для принятия детьми таких ценностей как «дружба», «честность», «сострадание», «доверие»;
- формирование коммуникативной культуры, умения общаться и сотрудничать;
- развитие навыков рефлексивных действий.

Задачи по коррекции:

- снятие психоэмоциональных проявлений;
- смягчение агрессивных проявлений;
- обучение способам конструктивного взаимодействия;
- содействие проявлениям позитивных эмоций и переживаний;
- формирование адекватной самооценки;
- обучение способам выражения гнева в приемлемой форме.

Программа рассчитана на 33 часа, 1 час в неделю.

Ожидаемые результаты:

- способность к самоконтролю поведения;
- снижение уровня агрессивности;
- умение вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия;
- способность обучающихся к рефлексии своего поведения;
- принятие приемлемого в обществе поведения;
- проявления самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- понимание ценности здорового образа жизни и реализация в реальном поведении и поступках;
- самооценка поведения на основе понимания моральных норм;

- понимание возможности существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной;
- умение ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- улучшение психологической и социальной комфортности младших школьников как в классном коллективе, так и в семье.

Данная программа составлена по следующим направлениям: предупреждение агрессивного поведения, обогащение социального опыта и коррекция.

В основу программы положены следующие принципы:

- принцип организации активной деятельности воспитуемых;
- принцип гуманизма;
- принцип сотрудничества, личностно-ориентированного взаимодействия;
- принцип систематичности, последовательности и постепенности.

**Данная программа** предполагает использование следующих форм и методов организации деятельности: упражнения, игры, беседы, рисование, тренинги, кластер, синквейн, проект.

#### Тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Цель занятия	Содержание занятия
1	Вводное	1	Знакомство с различными эмоциями, научиться распознавать и изображать различные	Вводная беседа Упражнение «Изобрази эмоцию» Игра «Детский сад» Инсценирование ситуации Рисование пиктограммы эмоций «Вздохмаченные

			эмоции	человечки» под спокойную музыку
	Добро и зло	2	Знакомство с понятием «злость», снятие эмоционального напряжения	Беседа по мультфильму «Добро и зло» Упражнение «Нарисуй злого добрым» Упражнение «Если я злюсь...» Упражнение «Сбрось усталость» Упражнение «Наши эмоции»
			Расширить представление об эмоции «злость», снятие напряжения через игру	Беседа по мультфильму «О доброте» Игра «Уходи, злость, уходи!» Рисование красками «Сердитая рука» Игра «Ласковые лапки» Подвижная игра «Запрещенное движение»
3	Гнев	2	Знакомство с понятием «гнев», развитие умения распознавать эмоциональные состояния	Беседа по мультфильму «Гнев бога Ра» Рассмотрение и обсуждение карточек «Как я справляюсь с гневом» Игра «Стоп-кулак» Игра «Сигналы гнева» Игра «Рубка дров» Упражнение «Листок гнева» Создание кластера «Гнев»

			Расширить представление об эмоции «гнев», учить приемам снятия гнева	Беседа по отрывку из мультфильма «Головоломка» Закончи предложение «Я сержусь, когда ...» Игра «Гнев на сцене» Игра «Недружеский шарж» Создание скульптуры гнева из малярного скотча Игра «Безмолвный крик»
4	Страх	1	Знакомство с понятием «страх», снизить степень страха, снятие психоэмоционального напряжения	Беседа по мультфильмам «Волшебные фонарики» и «Ничуть не страшно» Игра «Что я люблю делать» Рассматривание и обсуждение пиктограммы «Страх» Закончи предложение: «Дети обычно боятся...», «Взрослые обычно боятся» Игра «Продаем страхи» Рисунок «Нарисуй страшного смешным»
5	Эмоциональное восстановление	1	Снятие психоэмоционального напряжения	Беседа по мультфильму «Задом-наперед» Упражнение «Слушаем дыхание» Игра «Король» Упражнение «Лебедь» Игра «Цветок»

				Упражнение «Спящий кролик»
6	Правда и ложь	1	Знакомство с понятиями «правда» и «ложь», оценивание ситуаций, выражение своих чувств	Беседа по мультфильму «О правде и лжи» Анализ ситуаций из рассказа В. Осеевой «Что легче»(герой поступает правильно или нет) Игра «Копилка хороших поступков» Упражнение «Не нравится – нравится»
7	Вежливость	1	Знакомство с понятием «вежливость», анализ ситуаций, формирование навыков произвольного поведения	Беседа по мультфильму «О вежливости» Разыгрывание ситуаций по рассказу В. Осеевой «Волшебное слово» Упражнение «Хорошо-плохо» Игра «Доброе животное» Игра «Попроси игрушку» Упражнение «Волшебная палочка» Игра «Пожалуйста»
8	Дружба	1	Сплочение группы, создание атмосферы единства, научить видеть	Беседа по мультфильму «Дружба» Беседа по рассказу В. Осеевой «Три товарища» Упражнение «Облака»

			положительные качества других	Упражнение «Пять добрых слов» Упражнение «Я дарю тебе ...» Игра «Неожиданные картинки» Упражнение «Комплименты»
9	Доверие	1	Знакомство с понятием «доверие», развитие навыков произвольного поведения	Беседа по мультфильмам «Катина сказка» и «Доверие» Игра «Щепки на реке» Игра «Слепой и поводырь» Игра «Пилот и диспетчер» Упражнение «Громко и тихо»
10	Эмпатия	2	Знакомство с понятием «эмпатия», развитие эмпатийных качеств, способность к состраданию	Анализ ситуаций по рассказу В. Осеевой «Плохо» Игра «Птичка» Упражнение «Отгадай, что я почувствовал» Игра «Проснись, улитка» Беседа по мультфильму «Эмпатия» Игра «Опасное путешествие» Упражнение «Послание тебе» Упражнение «Страна чувств» Кластер «Эмпатия»
11	Негативизм	1	Знакомство с понятием	Беседа и анализ поступков героев

			«негативизм», снятие напряжения	Игра «Горячий мяч» Упражнение «Рисование имени» Упражнение «Встреча с драконом» Игра «Колдун»
12	Конфликты	2	Анализ собственных поступков и поступков других людей, уметь разрешать конфликт	Беседа по мультфильму «Конфликт» Игра «Передай настроение» Упражнение «Насос» Упражнение «Письмо» Игра «Где мы были не расскажем, а что делали покажем» Игра «Распускающийся бутон»
			Чувствовать эмоциональное состояние других людей	Беседа по рассказу В. Осеевой «Вырванный лист» Упражнение «Деревце» Игра «Критикуй, не обижая» Упражнение «Ладошки» Упражнение «Недобрые зачины»
13	Раздражительно сть	1	Знакомство с понятием «раздражительно сть», снятие эмоционального напряжения	Беседа и анализ поступков героев по притче «Лисичкины фонарики» Игра «Живой ручеек» Создание истории Упражнение «Посчитал до 10

				я и решил» Этюд «Слушаем себя»
14	Подозрительность	1	Знакомство с понятием «подозрительность», развитие умений справляться с этим чувством	Беседа по мультфильму «Подозрительная сова» Упражнение «Рисуем эмоции пальцами» Упражнение «Взгляд на мир» Игра «Глаза в глаза»
15	Обида и прощение	1	Знакомство с понятием «обида», научить проявлять прощение	Беседа по мультфильму «Обида» Игра «Прогулка» Упражнение «Самоанализ» Упражнение «Прикосновение к обиде» Игра «Сплетни» Рисование «Когда я обижаюсь»
16	Чувство вины	2	Знакомство с понятием «чувство вины», снятие эмоционального напряжения	Беседа по мультфильму «Чувство вины» и рассказу В. Осеевой «До первого дождя» Закончи предложения «Мне стыдно за...», «Я переживаю из-за...» Упражнение «Называем свои

				<p>чувства»</p> <p>Упражнение «Камень мудрости»</p> <p>Игра «Тень»</p>
			<p>Расширение представлений о понятии «чувство вины», умения различать эмоции</p>	<p>Беседа по рассказу В. Осеевой «Кто наказал его?»</p> <p>Упражнение «Я хороший»</p> <p>Рассказ «Мой лучший поступок»</p> <p>Создание кластера «Чувство вины»</p>
17	Самоконт роль	2	<p>Знакомство с понятием «самоконтроль», развивать умение контролировать себя</p>	<p>Беседа по мультфильму «Самоконтроль» и рассказу В. Осеевой «Девочка с куклой»</p> <p>Упражнение «Пружинка»</p> <p>Игра «Пройди по линии»</p> <p>Игра «Жужа»</p> <p>Рисование человека</p>
			<p>Расширить представление о понятии «самоконтроль», снятие эмоционального напряжения</p>	<p>Беседа по мультфильму «Самоконтроль»</p> <p>Упражнение «Штангист»</p> <p>Игра «Австралийский дождь»</p> <p>Ролевое проигрывание ситуации «Дай мне книгу»</p> <p>Этюд «Улыбка по кругу»</p>
18	Саморегуля ция	2	<p>Способность сдерживать</p>	<p>Беседа по рассказу Н. Носова «Заплата»</p>

			нежелательные эмоции, снятие напряжения	<p>Упражнение «Воздушный шарик»</p> <p>Прием 1. «Возьми себя в руки»</p> <p>Прием 2. «Врасти в землю»</p> <p>Игра «Гармоничный танец»</p> <p>Игра «Ворона»</p>
				<p>Беседа по мультфильму «Заветная мечта должна быть у каждого»</p> <p>Прием 3. «Дыши и думай красиво»</p> <p>Упражнение «Кулачки»</p> <p>Игра «По кочкам»</p> <p>Упражнение «Проволочный человек»</p> <p>Упражнение «Сбрось усталость»</p>
19	Самооценка	1	Преодоление неуверенности, повышение самооценки	<p>Беседа по мультфильму «Одуванчик-толстые щеки»</p> <p>Упражнение «Сегодня я похож на ... потому что ...»</p> <p>Упражнение «Портрет агрессивного человека»</p> <p>Упражнение «Ты-лев»</p> <p>Рисование «Автопортрет»</p> <p>Кластер «Самооценка»</p>
20	Мои хорошие	1	Осознание своих положительных	Беседа по мультфильму «Мешок яблок» и рассказу В.

	качества		качеств, повышение самооценки	Осеевой «Просто старушка» Упражнение «Одно предложение» Упражнение «Мои хорошие качества» Игра «Волна» Упражнение «Зазеркалье» Упражнение «Самоценность» Рисунок «Мое взрослое будущее»
21	Физическая агрессия	2	Снижение агрессивных проявлений, развивать способность анализировать причины и следствие агрессивного поведения	Беседа по мультфильму «Детская агрессия» Анализ поступков героев по рассказу В. Осеевой «В одном доме» Игра «Пойми без слов» Игра «Дамский бокс» Упражнение «Стукни кулаком» Упражнение «Скомкать и разорвать бумагу» Игра «Лиса и заяц»
			Знакомство со способами выражения отрицательных эмоций и управление ими	Беседа по рассказу В. Осеевой «Отомстила» Игра «Капитан, корабль, рифы» Игра «Агрессивное поведение» Упражнение «Апельсиновый

				Джо» Упражнение «Взятие замка» Упражнение «Агрессивная скульптура»
22	Вербальная агрессия	2	Снижение агрессивных проявлений, выражение своих чувств и управление ими	Беседа по рассказу В. Осеевой «Перышко» Игра «Тух-тиби-дух» Игра «Мешочек криков» Упражнение «Ругаемся овощами» Игра «Спустить пар» Игра «Два барана» Игра «Нитка и иголка»
			Анализ причин и следствий агрессивного поведения, снятие эмоционального напряжения	Беседа по рассказу В. Осеевой «Болтушки» Игра «Пойми без слов» Упражнение «Ассоциации» Игра «Угадай настроение» Упражнение «Хрустящий Барабек»
23	Косвенная агрессия	1	Научиться приемам переключения агрессии	Беседа по мультфильму «Охотничье ружье» Игра «Веселые обезьяны» Упражнение «Растение» Упражнение «Медвежонок» Игра «Собери картинку» Упражнение «Новая жизнь разбитого зеркала»
24	Итоговое	1	Подведение	Проект «Эмоции: хорошие и

			итогов, обобщение и закрепление	плохие» Синквейн
--	--	--	--	---------------------

## Содержание программы

### 1. Вводное

Добрый человек не только умеет делать добро, но еще людям не делает зла. Человечность - в первую очередь гуманность. Человеку необходимо быть добросовестным и справедливым по натуре, а не ситуативно.

### 2. Тема «Добро и зло»

Ключевая идея: добро помогает, а зло разрушает. Все наши поступки вернутся к нам. Если отвечать на зло злом, то можно разрушить мир в душе, в мыслях, чувствах. У злого человека зловредные дела. Злые люди обычно обитают в темном месте и в прямом, и в переносном смысле. Злой человек часто безрассуден, и, следовательно, несчастлив, так как жизнь злых людей наполнена тревогой.

### 3. Тема «Гнев»

У человека, проявляющего гнев, наблюдается слабость духа. Реакция гнева не всегда бывает полезной. Гнев к людям, которые стоят ниже нас, неблагороден; к равным - страшен; к занимающим более высокое положение - смешон. Существует пословица: «Ты сердишься, следовательно, ты не прав».

### 4. Тема «Страх»

*Страх и ненависть - родственники всех скверных мыслей.* Страх является естественным состоянием каждого живого существа. Страх способствует проявлениям злобы, раздражительности по отношению к другим людям. Нет ничего более сковывающего человека и мешающего раскрытию его личности, чем страх. Человек тогда полон напряжения, когда у него присутствует страх. Страх – это психическое состояние, которое характеризуется проявлениями человеком тревоги, переживаний и др.

## **5. Тема «Эмоциональное восстановление»**

Характерными отличительными чертами человека считается способность к познанию и самопознанию, творчеству и общению при помощи речи.

## **6. Тема «Правда и ложь»**

Человек считается правдивым, если не лжет ни в каких ситуациях, не преувеличивает свои достоинства. Правдивость значит употребление искренних слов, связь слова и дела. При отсутствии правдивости у человека появляются недоверие и подозрительность, что способствует расхождению между людьми. Правда - словно горькое питье, которое не приятно на вкус, но зато возобновляет здоровье.

## **7. Тема «Вежливость»**

Вежливость считается этической способностью проявлять себя в обществе, показывать хорошие манеры. Вежливость - искусство делать людям приятное, внимательно слушать при разговоре, не перебивать. Вежливый человек старается помогать другим, не разговаривать громко в помещении, проявляет уважение к старшим.

## **8. Тема «Дружба»**

Главная идея: друг - такой же, как ты, человек, он равен тебе; дружбу нужно ценить, с другом можно стать вдвое сильнее, умнее, добрее. Дружба – обоюдная привязанность людей, которая основана на доверии и уважении. Как выглядит настоящий друг. Какой я друг. Как проявляется верность. Отзывчивость, чуткость, взаимовыручка, толерантность. Пословица "Нет друга - так ищи, а нашел - сохрани".

## **9. Тема «Доверие»**

Правдивость – база уважения и доверия. Если у вас есть возможность, то творите для других добро. В жизни личность зачастую встречается с нравственными требованиями и ощущает на себе воздействие общественных настроений.

## **10. Тема «Эмпатия»**

Эмпатия – такое поведение человека, которое может проявляться содействующим поведением на переживания другого. Эмпатия иногда направлена на себя, иногда на другого человека. Эмпатия играет большую роль в организации общения. Эмпатия формирует личность и систему ценностей. Низкий уровень эмпатии считается возможной причиной проявления агрессии. Важно проявлять доброе отношение к другим.

### **11.Тема «Негативизм»**

*Страх и вражда — родственники скверных мыслей.* Чтобы определить внутреннюю суть личности иногда хватает и одного поступка. Поступай с другими так, как хочешь, чтобы поступали с тобой.

### **12.Тема «Конфликты»**

Глубочайшие и сложнейшие стороны взаимодействия людей выражаются с помощью слов. Зачастую по манере разговора можно произвести на окружающих такое впечатление, как и рассудительные, добрые поступки. Несмотря на справедливость своих убеждений не нужно защищать их оскорбительным тоном. Грубость всегда отталкивает слушателей, в то время как, доброжелательный тон становится их союзником. *Умение слушать собеседника - это весьма редкое качество характера.*

### **13.Тема «Раздражительность»**

Раздражение может накапливаться, и в итоге прорвется неуправляемой вспышкой в незначительной ситуации. Если человек способен к спокойному ожиданию - значит он терпеливый. Такой человек не жалуется на трудности, не раздражается, если существуют какие-то незначительные проблемы. Терпеливость проявляется в умении сдерживать себя.

### **14.Тема «Подозрительность»**

Нравственность человека складывается из его добрых действий, закрепляющихся в его сознании.

### **15.Тема «Обида и прощение»**

Ключевая идея: если мы сможем простить окружающих, то мы освободимся от обиды, злобы, жестокости. Какие причины обиды, сущность данного чувства. Что понимается под словом «прощение». Для чего нужно просить прощения. Видим ли мы, как обижаем близких. Нужно проявлять объективный подход к тем, кто допустил ошибку. «Кто помнит зло, тому тяжело».

#### **16. Тема «Чувство вины»**

Чувство вины – это угрызение совести и желание нравственной чистоты и порядочности. Нравственное действие является добродетельным только тогда, когда этот способ поведения проявляется как постоянная черта его характера.

#### **17. Тема «Самоконтроль»**

Самоконтроль – это индивидуальное управление человеком своего поведения, его мотивов и предпосылок. Для доброжелательного поведения необходима большая сила воли. Важнейшее условие жизни человека – это другой человек.

#### **18. Тема «Саморегуляция»**

Размышляя хорошо и мысли будут проявляться в добрых поступках. Нравственность всегда стоит впереди и ведет за собой интеллект. Если человек добрый – значит он будет счастливым. Добрый человек всегда заботится о других.

#### **19. Тема «Самооценка»**

Самооценка — это мнение человека о самом себе, сформированное в результате сравнения себя с другими людьми. Самооценка – это нравственная оценка своих собственных поступков, нравственных качеств, убеждений, мотивов. Благодаря способности к самооценке человек обретает возможность самостоятельно направлять и контролировать свои действия и даже воспитывать себя. Нравственно развитый человек способен верить прежде всего в себя.

#### **20. Тема «Мои хорошие качества»**

Характер человека — это слепок его души, на который жизнь наложила свой отпечаток. Лучшие качества человеческого характера: любовь и доброта, мужество, твердая воля, стойкость, знание, мудрость, осознание. В человеке ничто не считается только хорошим или только плохим. Поведение — это зеркало, в котором человек демонстрирует свой настоящий облик.

### **21. Тема «Физическая агрессия»**

Агрессивность делят на виды — оборонительную и деструктивную (умышленную). Агрессивность в целях обороны, в основном, направлена на получение жизненно необходимых целей, доступна как человеку, так и животным. Умышленная агрессивность проявляется у человека. Цель оборонительной агрессии заключается в сохранении жизни.

### **22. Тема «Вербальная агрессия»**

Наиболее основательные и трудные стороны взаимодействия людей можно выразить словами. Большее значение при разговоре имеют не сами слова, а тон, ударение, темп, говорящего. Разговаривать можно громко или тихо, негативно или доброжелательно, расслабляюще или раздражающе.

### **23. Тема «Косвенная агрессия»**

Агрессивный человек проявляет агрессию зачастую, потому что не умеет реагировать в данной ситуации по-другому. Человек, у которого присутствует умеренность, действует в рамках допустимых пределов и действий, и поступков. В действиях человека проявляется нравственное лицо человека.

### **24. Итоговое**

Для того, чтобы достичь успеха в жизни, необходимо уметь взаимодействовать с людьми.

### **Оборудование**

Компьютер, проектор, бумага, карандаши, краски, карточки с ситуациями, малярный скотч, доска, мел, ватман.

## Учебно-методическое обеспечение

### Электронные ресурсы, используемые при реализации программы:

1. Мультик для всех о добре [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/de78aef9-f75f-4992-bc17-0598fa021e0a
2. Добро и Зло – твой нравственный выбор [Электронный ресурс] .-  
Режим доступа: <https://youtu.be/BEssg90oZvw>
3. Мультик о доброте [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/c891ce4c-d659-4a95-9296-ed7bc3a1b875
4. Гнев бога Ра [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<https://rutube.ru/video/679cc47d9bf446d6bcef4d6930173046/>
5. Головоломка [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<https://youtu.be/qTXht0skfc4>
6. Волшебные фонарики [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/9f66527c-6ad9-4d86-bd92-0530b1d6cfef
7. Ничуть не страшно [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/808aca86-6777-40cf-a9ab-f458115f1d6a
8. Задом-наперед [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/3ed45aa6-26b1-4314-bd94-5ad13a509cef
9. О добре и лжи [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/82867e6e-d999-45f3-a9ca-83f69cf0e479
10. О вежливости [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/9c03f5a1-40b1-4a6c-8963-48e160cd2c8f
11. Дружба [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/5643d057-2e98-49e4-b35c-da2bc9220987
12. Катина сказка [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/176a8778-a062-4620-82e6-35ad7c01d60a
13. Доверие [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/e72eee1d-0770-458d-8c3d-9626d7ffbbf5
14. Эмпатия [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
blob:https://www.youtube.com/415f00a7-36be-4d37-a604-dda70f513844

15. Конфликт [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<blob:https://www.youtube.com/5fef368b-c5b4-4770-8b88-96b952f815a1>
16. Обида [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<blob:https://www.youtube.com/a09b1ae0-c980-498c-ae98-ffed927b2c2a>
17. Чувство вины [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<https://rutube.ru/video/688f8247fa321bf67ff57eda3da8173c/>
18. Самоконтроль [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<blob:https://www.youtube.com/6a4da5fc-7259-4269-8278-d1b0e8f0703d>
19. Самоконтроль [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<http://mults.info/mults/?id=1759>
20. Заветная мечта должна быть у каждого [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<blob:https://www.youtube.com/4d449535-8499-4f00-83e7-16c44cf0b1df>
21. Одуванчик-толстые щеки [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<blob:https://www.youtube.com/c8f55acb-7377-45ff-b733-a3b36ad8b2fe>
22. Мешок яблок [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<blob:https://www.youtube.com/2d8950ac-52f2-421d-a593-7cb886f21e20>
23. Детская агрессия [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<blob:https://www.youtube.com/b2fbd6e4-1c4d-4668-a24f-1c7012ceb250>
24. Охотничье ружье [Электронный ресурс] .- Режим доступа:  
<https://youtu.be/biMX26WoyJI>
25. Рассказы В. Осеевой [Электронный ресурс].- Режим доступа:  
[http://lukoshko.net/book/b\\_os3.shtml](http://lukoshko.net/book/b_os3.shtml)

#### **Литература для учителя:**

1. Бандура, А. Подростковая агрессия [Текст] / А. Бандура, Р. Уолтерс. – М, 2006.- 512 с.
2. Бородулина, С.Ю. Коррекционная педагогика: психолого-педагогическая коррекция отклонений в развитии и поведении школьников [Текст] / С.Ю. Бородулина. – Ростов н/Д: Феникс, 2004.

3. Бреслав, Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности [Текст] / Г.Э. Бреслав. – СПб.: Речь, 2004.
4. Возрастная педагогическая психология [Текст] / под ред. проф. А.В. Петровского. – М.: Просвещение, 1973.
5. Выготский, Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка [Текст] / Л.С. Выготский // Вопросы психологии. / Л.С. Выготский. – 1986. – № 6.
6. Детство: программа развития и воспитания детей в детском саду [Текст] // В. И. Логинова, Т. И. Бабаева, Н. А. Ножкина и др. – СПб.: Детство-ПРЕСС, 2004.
7. Проблемы воспитания и социальной адаптации детей с нарушением зрения [Текст] / под ред. Л.И. Плаксиной. – М., 1995.
8. Реан, А.А. Агрессия и агрессивность личности [Текст] / А.А. Реан // Психологический журнал. – 2006. – № 5.
9. Смирнова, Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей [Текст] / Т.П. Смирнова. – Ростов-н/Д.: Феникс, 2014.

### **Реализация программы**

Программа деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников была реализована в МАОУ «СОШ № 98 г. Челябинска» в 3 б классе, а в 3 в – проводились мероприятия, которые были запланированы учителем. В экспериментальной группе проводились занятия по трем направлениям: предупреждение агрессивного поведения, обогащение социального опыта, а также коррекция агрессивного поведения. В контрольной группе проводились мероприятия, запланированные учителем только по одному направлению работы, а именно: по предупреждению агрессивного поведения. Наша программа рассчитана на 33 часа, 1 час в неделю для проведения занятий в рамках внеурочной деятельности в 3 классе.

Деятельность учителя начальных классов осуществлялась по направлениям:

- 1) предупреждение агрессивного поведения и обогащение социального опыта проводилась путем развития осознания сути нравственных качеств и эмоций человека (эмпатия, доверие, чувство вины, агрессия и др.). Для этого на занятиях использовались такие формы работы, как: беседа, просмотр, чтение и обсуждение мультфильмов и рассказов, кластер, синквейн, создание проекта, инсценирование и др.;
- 2) коррекция агрессивного поведения проводилась через снятие эмоционального напряжения; раздражительности; повышение доверия; развитие эмпатии; формирование самоконтроля и саморегуляции. Для этого использовались игры, упражнение, рисование, анализ поступков героев, этюд, создание рассказов и др.

Нами было проведено 10 занятий по темам: «Гнев», «Эмоциональное восстановление», «Доверие», «Раздражительность», «Обида и прощение», «Чувство вины», «Самоконтроль», «Саморегуляция», «Физическая агрессия», «Вербальная агрессия».

Структура занятия состояла из трех частей.

- I. Беседа о качестве или чувстве человека.
- II. Игры и упражнения.
- III. Заключение

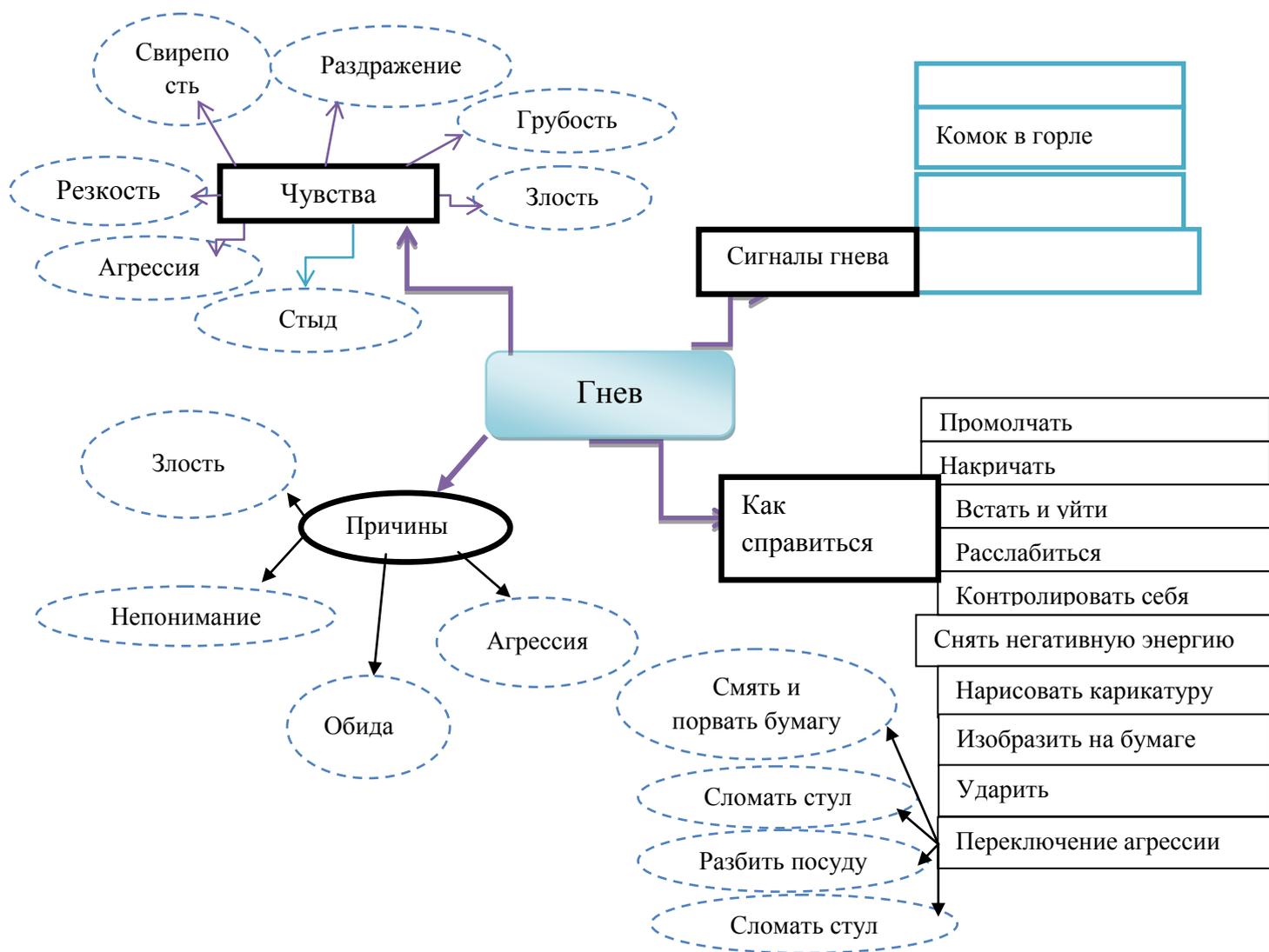
Каждое занятие начиналось с беседы о качестве или чувстве человека, заявленном в теме, на основе просмотра мультфильма («Ничуть не страшно», «О вежливости», «Катина сказка», «Дружба» и др.) или чтения рассказа («Лисичкины фонарики», «До первого дождя», «Отомстила» и др.). Цель: получить знания о каком-то качестве, понимание его сути, представление о проявлениях этого качества, способы поведения. Структура беседы включала 3 компонента:

- подготовительная часть - психолого-педагогический настрой, выяснение знаний по ранее изученной теме, активизация интереса школьников к восприятию и усвоению этического материала;
- основная часть - определение темы беседы, раскрытие темы, обсуждение возникших вопросов, анализ поступков обучающихся в аспекте обсуждаемой темы, конкретные советы по улучшению их поведения;
- заключительная часть - обобщение этических знаний, краткий опрос обучающихся.

II. Игры и упражнения. Цель: Осознание данного чувства, применение полученных знаний, переживание чувств, снятие напряжения.

Далее занятие проводилось в игровой форме. На каждую тему мы подобрали игры, которые помогают ребенку осознать и применить в игровой ситуации то или иное качество. Некоторые из них способствуют снятию эмоционального напряжения («Король», «Спящий кролик») и раздражительности («Живой ручеек», «Посчитал до 10 я и решил»), гнева («Стоп-кулак», «Рубка дров»), страха («Продаем страхи», «Нарисуй страшного смешным»), повышению доверия («Щепки на реке», «Слепой и поводырь»), развитию эмпатии («Отгадай, что я почувствовал», «Проснись, улитка»), формированию самоконтроля («Жужа», «Австралийский дождь») и саморегуляции («Гармоничный танец», «По кочкам»), что тесно связано с профилактикой агрессии. Мы использовали подвижные игры, игры-драматизации, которые способствовали снятию эмоционального напряжения и проявлений агрессивности.

В процессе занятий использовался метод разработки кластера с целью расширения представления о понятии. Разработка кластера предусмотрена по темам: «Гнев», «Эмпатия», «Чувство вины», «Самооценка». Созданием кластера занимались все дети, поделенные на группы, под руководством учителя. Этот этап проводится после вступительной беседы и игр. В качестве примера приведем кластер «Гнев».



III. Заключение. Цель: Обсуждение этапов занятия, общий вывод.

Примером проведения занятия может служить конспект по теме «Чувство вины».

### Тема: «Чувство вины»

Цель: знакомство с понятием «чувство вины», снятие эмоционального напряжения.

**Беседа по мультфильму «Чувство вины» и рассказу В. Осеевой «До первого дождя».**

Учитель говорил: «Сейчас посмотрите мультфильм и ответите на вопросы: Как чувствует себя главный герой? (*Ему стыдно, грустно*) Что это за чувство? (*Чувство вины*). Оно помогает человеку или мешает в жизни? (*Может помогать, чтобы научиться себя контролировать и мешать,*

*потому что человек может закрыться и, испытывая эмоциональное напряжение, начать агрессивно реагировать на привычные ситуации: обращение друзей и др.)»*

Теперь прочитаем рассказ В. Осеевой «До первого дождя». Как вы думаете, о чем этот рассказ? *(О дружбе, об отношениях между друзьями)*.  
Послушайте и ответите на этот вопрос.

### **"До первого дождя" В.А. Осеева**

Таня и Маша были очень дружны и всегда ходили в школу вместе. То Маша заходила за Таней, то Таня - за Машей.

Один раз, когда девочки шли по улице, начался сильный дождь. Маша была в плаще, а Таня - в одном платье. Девочки побежали.

- Сними свой плащ, мы накроемся вместе! - крикнула на бегу Таня.

- Я не могу, я промокну! - нагнув голову с капюшоном, ответила ей Маша.

В школе учительница сказала:

- Как странно, у Маши платье сухое, а у тебя, Таня, совершенно мокрое. Как же это случилось? Ведь вы же шли вместе?

- У Маши был плащ, а я шла в одном платье, - сказала Таня.

- Так вы могли бы укрыться одним плащом, - сказала учительница и, взглянув на Машу, покачала головой. - Видно, ваша дружба до первого дождя!

Обе девочки густо покраснели: Маша за себя, а Таня за Машу.

*Так о чем этот рассказ? (о дружбе, о том, что человек может испытывать чувство вины). А как можно Маше освободиться от чувства вины? (попросить прощения). Как можно попросить прощения? (Сказать «Прости меня, я больше так не буду»)*

**Закончи предложения «Мне стыдно за...», «Я переживаю из-за...»**

**Упражнение «Называем чувства»**

Цель: обогащение словаря эмоций у участников.

Мы познакомились с чувством вины, а теперь давайте посмотрим, кто может

назвать больше слов, обозначающих разные чувства. По очереди называйте слова и записывайте их на доске. Первое запишем «чувство вины». А какое из названных чувств вам нравится больше других? Какое самое неприятное чувство? Какое из названных чувств знакомо вам лучше (хуже) всего?

### **Упражнение «Камень мудрости»**

Цель: улучшение взаимодействие детей и возможность осуществления контроля поведения при общении с другими.

Инструкция: Чувство вины, если от него не освободиться, может вызвать агрессию. Я принесла вам что-то необыкновенное – это камень мудрости. Сейчас, пока я его держу, я могу говорить. Когда кто-то другой захочет что-то сказать – он должен сообщить об этом и попросить у меня камень. Пока камень находится в руках у одного из вас, остальные должны молчать. Далее камень передается другому и т.д.

Анализ упражнения:

- Тебе нравится, когда другой человек перебивает тебя?
- Что ты чувствуешь, когда хочешь что-то сказать, но никто тебя не слушает? Что ты чувствуешь, когда все внимательно тебя слушают?

### **Игра «Тень»**

Цель: развитие у детей наблюдательности, памяти, внутренней свободы и раскованности.

Звучит спокойная музыка. Дети встают парами. Один ребенок - "путник", другой - его "тень". Последний пытается точно повторить движения "путника", который перемещается и делает разные движения: повороты без предупреждения, приседания, нагибается, кивает головой, скачет на одной ноге и т. п.

**Заключение:** С каким чувством мы сегодня познакомились? Что узнали нового? Как можно избавиться от чувства вины?

Также в качестве примера приведем конспект занятия по теме «Доверие».

### **Тема: «Доверие»**

Цель: знакомство с понятием «доверие», развитие навыков произвольного поведения.

### **Беседа по мультфильмам «Катина сказка» и «Доверие»**

Посмотрим два мультфильма и определим, что между ними общего и о чем они. *(Они оба о том, что человеку нужно доверять окружающим.)* А вы доверяете? Кому? А вам?

### **Игра «Щепки на реке»**

Цель: создание спокойной, доверительной атмосферы в группе.

Дети встают в два длинных ряда, друг напротив друга, изображая берега реки. Необходимо, чтобы расстояние между ними было больше вытянутой руки. По реке сначала плывут Щепки. Желаящий должен «проплыть» по реке. Он сам решает, как будет двигаться: быстро или медленно. Остальные дети - «берега» - помогают руками движениям Щепки, которая сама прокладывает путь: прямо, с поворотами или разворачиваясь. Проплыв весь путь Щепка становится в конец реки. Далее начинается движение следующая Щепка. После игры дети делятся своими ощущениями, которые возникли у них во время игры, описывают свои чувства.

### **Игра «Слепой и поводырь»**

Цель игры: формирование доверия к окружающему миру.

По комнате разложены предметы. Участники разбиваются на пары. Одному из них завязывают глаза. Второй - поводырь. Он проводит партнера, не задевая препятствия. Потом участники меняются ролями. После проведения упражнения проводят анализ, кем больше понравилось быть, что они чувствовали.

### **Игра «Пилот и диспетчер»**

Необходимо узнать у детей, как он представляет себе действия пилота в самолете. В конечном итоге вы перейдете к работе диспетчера. Можно приводить примеры несогласованности в их совместной работе, что негативно сказывалось на результатах. Поэтому очень важно доверять

другому человеку, если он обладает наибольшей информацией в каком-то вопросе.

Сперва пилотом будет ребенок. Ему завязывают глаза. Теперь он должен довериться диспетчеру, то есть вам или другому ребенку. Необходимо расставить по кабинету препятствия. В центре стоит пилот. Диспетчер находится на достаточном расстоянии от него и управляет его действиями только с помощью слов. Пилот, следуя указаниям диспетчера, должен не задеть препятствий.

### **Упражнение «Громко и тихо»**

Ребенок после прослушивания спокойных музыкальных фрагментов, представляет и изображает карандашами на бумаге несколько вещей, которые относятся к понятию «спокойный, тихий». Далее нужно прослушать фрагменты с громкой, тревожной музыкой и представить такие вещи или события, которые могут относиться к данным звукам и их нарисовать.

- Когда и где ты бываешь спокойным, тихим?
- Когда и где ты бываешь беспокойным, громким, агрессивным?
- Что должно произойти, чтобы твое состояние изменилось?
- Что ты чувствовал, когда играла спокойная музыка и громкая?
- Какая музыка может успокоить тебя, какая пробудит агрессию?

**Заключение:** С каким чувством мы сегодня познакомились? Что узнали нового?

## **Выводы по II главе**

Результаты исследования проявлений агрессивного поведения младших школьников (по опроснику А. Басса-А. Дарки, адаптированному Г.А. Цукерман, наблюдению, анкетированию) позволили сделать нам вывод о необходимости проводить профилактику агрессивного поведения уже в начальной школе, так как у младших школьников наблюдаются все виды агрессии: физическая, косвенная, вербальная, а также проявляются следующие негативные реакции: подозрительность, негативизм, обидчивость и раздражительность, которые порой становятся предпосылками для агрессивного поведения ребенка. Особую роль играет такая негативная реакция как чувство вины. Сформированность этого чувства почти у половины детей дает учителю возможность использовать этот эмоциональный фактор для профилактики агрессивного поведения младших школьников.

При разработке программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения следует учитывать полученные результаты и обратить внимание на предупреждение физической агрессии, негативизма, вербальной агрессии.

Опираясь на итоги анализа существующих программ и результаты констатирующего эксперимента, была определена главная особенность разработанной программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников во внеурочное время «Наши чувства и поступки». Целью программы является создание условий для снижения уровня агрессивности и деструктивных форм поведения младших школьников.

Главной особенностью нашей программы является то, что она предполагает деятельность педагога по трем направлениям: предупреждение агрессивного поведения, обогащение социального опыта и коррекция.

В соответствии с программой деятельность учителя должна быть направлена на предупреждение, в основном, физической агрессии,

негативизма, вербальной агрессии; на обогащение социального опыта младших школьников через создание условия для принятия детьми таких ценностей как «дружба», «честность», «сострадание», «доверие» и др.; развитие навыков рефлексивных действий; на педагогическую коррекцию агрессивного поведения через снятие психоэмоциональных проявлений, обучение способам конструктивного взаимодействия, формирование адекватной самооценки, обучение способам выражения гнева в приемлемой форме.

## Глава III. Анализ результатов экспериментальной работы

### 3.1. Анализ результатов констатирующего этапа работы

Констатирующий эксперимент (сентябрь 2016 года) был направлен на выявление проявлений агрессивности и других видов негативных реакций у младших школьников.

Результаты экспериментальной работы представлены ниже.

Таблица 2.

#### Уровни физической агрессии младших школьников на констатирующем этапе

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	40	20	40
Контрольная группа	32	36	32

Таким образом, 40% обучающихся экспериментальной группы имеют высокий уровень физической агрессии. В контрольной группе обучающихся с высоким уровнем физической агрессии - 32%. Группы по данному критерию примерно равны. Дети согласились с такими утверждениями, как: «Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь», «Если меня кто-то обидит, я могу дать сдачи».

Таблица 3.

#### Уровни косвенной агрессии младших школьников на констатирующем этапе

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	8	0	92
Контрольная группа	20	0	80

По результатам исследования выяснилось, что высокий уровень косвенной агрессии в контрольной группе отмечается у 20%, а

экспериментальной – у 8%. Обучающиеся ответили положительно на утверждения типа: «Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми», «Иногда я хватаю первый попавшийся под руку предмет и ломаю его». В данных группах существует небольшое различие в количестве детей с высоким уровнем косвенной агрессии.

Таблица 4.

**Уровни раздражительности младших школьников на констатирующем этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	16	8	76
Контрольная группа	12	12	76

Исследование показало, что раздражительность на высоком уровне присутствует у 16% обучающихся экспериментальной группы. Также высокий уровень отмечен у 12% участников контрольной группы. По данным высокого уровня группы примерно равны. Эти обучающиеся считают, что для них характерны следующие реакции: «Я раздражаюсь из-за мелочей», «Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь».

Таблица 5.

**Уровни негативизма младших школьников на констатирующем этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	32	24	44
Контрольная группа	28	32	40

Исходя из полученных данных, можно сказать, что высокий уровень негативизма наблюдается у 20% обучающихся экспериментальной группы. Высокий уровень негативизма в контрольной группе отмечен почти у трети

обучающихся. Школьники приняли такие реакции, как: «Пока меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбу», «Если мне не нравится какое-то правило, то хочется его нарушить». Группы по данному критерию примерно равны.

Таблица 6.

**Уровни обидчивости младших школьников на констатирующем этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	24	32	44
Контрольная группа	16	20	64

В ходе проведения экспериментальной работы было выявлено: высокий уровень обидчивости участников экспериментальной группы отмечен у 24%, а в контрольной группе – у 16%. Дети согласились со следующими утверждениями: «Я заслуживаю больше похвал и внимания, чем получаю», «Мне кажется, что судьба ко мне не справедлива». По высокому уровню у групп наблюдается существенное различие.

Таблица 7.

**Уровни подозрительности младших школьников на констатирующем этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	20	28	52
Контрольная группа	32	20	48

Таким образом, отмечено существенное различие между группами. Подозрительность на высоком уровне у обучающихся экспериментальной группы отмечена у 20 % обучающихся. В контрольной группе средний уровень отмечается у 32%. Школьники приняли утверждения типа: «Я знаю,

что люди говорят обо мне за спиной», «Я думаю, что многие люди не любят меня».

Таблица 8.

**Уровни вербальной агрессии младших школьников на констатирующем этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	32	20	48
Контрольная группа	24	4	72

Анализируя полученные данные, можно сделать вывод, что высокий уровень вербальной агрессии наблюдается у 24% обучающихся контрольной группы, в экспериментальной группе составляет 32%. В группах присутствует различие. Данные обучающиеся ответили положительно на следующие утверждения: «Если я злюсь, я могу выругаться», «Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной».

Таблица 9.

**Уровни чувства вины младших школьников на констатирующем этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	40	32	28
Контрольная группа	28	40	32

Таким образом, различие между группами небольшое. Чувство вины почти у половины обучающихся экспериментальной группы находится на высоком уровне. В контрольной группе высокий уровень отмечен у трети обучающихся. Дети согласились с утверждениями: «Если я кого-то обманываю, то мне становится стыдно», «Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею».

**Сводная таблица результатов исследования по опроснику Басса-Дарки**

Уровни (в %)	Высокий		Средний		Низкий	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Физическая агрессия	40	32	20	36	40	32
Косвенная агрессия	8	20	0	0	92	80
Раздражительность	16	12	8	12	76	76
Негативизм	32	28	24	32	44	40
Обидчивость	24	16	32	20	44	64
Подозрительность	20	32	28	20	52	48
Вербальная агрессия	32	24	20	4	48	72
Чувство вины	40	28	32	40	28	32
Среднее значение	26,5	24	20,5	20,5	53	55,5

Учитывая полученные результаты, можно сделать вывод: проявления агрессивности и других видов негативных реакций у младших школьников в экспериментальной и контрольной группах на высоком уровне отмечены по следующим шкалам: физическая агрессия (40% и 32% соответственно), вербальная агрессия (32% и 24%) и негативизм (32% и 28%). Такой же показатель характерен для проявления чувства вины (40% и 28%). В меньшей степени проявляются раздражительность, обидчивость и подозрительность. Всего у нескольких человек наблюдается косвенная агрессия на высоком уровне.

При разработке программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения следует учитывать полученные

результаты и обратить внимание на профилактику, прежде всего, физической агрессии, негативизма, вербальной агрессии.

С целью проверки уровня проявления данных видов агрессии, мы наблюдали за детьми, у которых по первой методике был выявлен высокий уровень этих проявлений (10 человек в экспериментальной группе и 8 человек в контрольной).

Таблица 11.

**Сводная таблица по результатам наблюдения**

Уровни (в %)	Высокий		Средний		Низкий	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Физическая агрессия	60	62,5	20	37,5	20	0
Вербальная агрессия	30	37,5	50	50	20	12,5
Аутоагрессия	0	0	10	12,5	90	87,5
Негативизм	10	12,5	40	50	50	37,5

Анализируя результаты наблюдения можно сделать вывод: у младших школьников проявляется агрессия, касающаяся не только их (аутоагрессия), но и окружающих, одноклассников. У участников наблюдения в 80% случаев подтвердились данные о повышенной агрессивности, зафиксированные в процессе использования первой методики. По результатам использования опросника и наблюдения разные виды агрессии и негативных реакций проявляются у одного ребенка в зависимости от ситуации. Следовательно, агрессия носит ситуативный характер и зависит от того, какую значимость ребенок придавал ситуации, знает ли он о способах реагирования в той или иной ситуации, являлась ли его реакция защитной.

Таблица 12.

**Оценка учителями уровня проявления агрессивного поведения**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	40	60	0
Контрольная группа	50	50	0

Сравнивая результаты контрольной и экспериментальной групп, мы видим, что они примерно равны. Низкого уровня агрессивности учителя не отметили. Высокий уровень в контрольной группе отмечается у половины обучающихся, а в экспериментальной группе почти у половины. Они легко ссорятся, часто вступают в драку; часто не считаются со сверстниками, не уступают; у них нередко бывают периоды мрачной раздражительности. Ответы учителя, в основном, подтверждают результаты проведенных диагностических методик.

Проанализировав полученные данные, можно сделать вывод о характере агрессивного поведения младших школьников. Проявление агрессии в данных группах носит, в основном, физический характер, обучающиеся могут совершать агрессивные действия, направленные против себя (аутоагрессия), а также против окружающих. Есть и проявления вербальной агрессии на высоком уровне. Одной из форм негативной реакции является подозрительность. Кроме того, почти у половины обучающихся 3 класса отмечен высокий уровень чувства вины, что влияет на частоту и ситуативность проявления негативных реакций, а также на коммуникативность.

Для доказательства достоверности полученных результатов в ходе формирующего эксперимента нами был применён непараметрический метод математической статистики в педагогических исследованиях, который называется критерием  $\chi^2$  (Chi – квадрат).

Таблица 13

**Таблица критических значений распределения Chi квадрат уровня**

**физической агрессии на констатирующем этапе контрольной и экспериментальной групп**

Факторный признак	Результативный признак		Сумма
	<i>ЭГ</i>	<i>КГ</i>	
<i>высокий</i>	10	8	<b>18</b>
<i>средний</i>	5	9	<b>14</b>
<i>низкий</i>	10	8	<b>18</b>
<b>Всего</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>50</b>

Число степеней свободы равно 2  
 Значение критерия  $\chi^2$  составляет 1.587.  
 Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 5.991.  
 Связь между факторным и результативным признаками отсутствует, уровень значимости  $p > 0.05$ .  $\chi^2$  полученных результатов  $< \chi^2$  табличного, следовательно, между экспериментальной и контрольной группой нет значимых различий.

Таблица 14

**Таблица критических значений распределения Хи квадрат уровня негативизма на констатирующем этапе контрольной и экспериментальной групп**

Факторный признак	Результативный признак		Сумма
	<i>ЭГ</i>	<i>КГ</i>	
<i>высокий</i>	8	7	<b>15</b>
<i>средний</i>	6	8	<b>14</b>

<i>низкий</i>	11	10	<b>21</b>
<b>Всего</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>50</b>

Число степеней свободы равно 2. Значение критерия  $\chi^2$  составляет 0.400. Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 5.991. Связь между факторным и результирующим признаками отсутствует, уровень значимости  $p > 0.05$ . Следовательно, также между данными группами не существенного различия.

Используя данный метод, мы проанализировали связь между экспериментальной и контрольной группами на констатирующем этапе по остальным шкалам. Полученные результаты свидетельствуют о том, что существенных различий между данными группами нет.

Такие же результаты получились при сравнении результатов наблюдения и анкетирования контрольной и экспериментальной групп.

Таким образом, профилактику агрессивного поведения нужно проводить в начальной школе, так как у младших школьников наблюдаются все виды агрессии: физическая, косвенная, вербальная, а также проявляются следующие негативные реакции: подозрительность, негативизм, обидчивость и раздражительность, которые порой становятся предпосылками для агрессивного поведения ребенка. Особую роль играет такая негативная реакция как чувство вины. Сформированность этого чувства почти у половины детей дает учителю возможность использовать этот эмоциональный фактор для профилактики агрессивного поведения младших школьников.

При разработке программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения следует учитывать полученные результаты и обратить внимание на профилактику: физической агрессии, негативизма, вербальной агрессии.

### 3.2. Анализ результатов контрольного этапа работы

После внедрения в образовательный процесс нашей программы деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников во внеурочное время, мы провели контрольный срез, с помощью следующих методик: опросник Басса-Дарки, адаптированный Г.А. Цукерман, наблюдение (А.Г. Долговой), анкетирование (Е.К. Лютовой и Г.Б. Мониной).

Результаты экспериментальной работы представлены ниже.

Таблица 15.

#### Уровни физической агрессии младших школьников на контрольном этапе

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	8	16	76
Контрольная группа	16	16	68

Таким образом, в контрольной группе 16% обучающихся имеют высокий уровень физической агрессии. В экспериментальной группе 8% обучающихся с высоким уровнем физической агрессии.

Таблица 16.

#### Уровни негативизма младших школьников на контрольном этапе

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	12	8	80
Контрольная группа	12	12	76

Исходя из полученных данных, можно сказать, что высокий уровень негативизма наблюдается у 12% обучающихся экспериментальной группы. Высокий уровень негативизма в контрольной группе также отмечен у 12% обучающихся.

Таблица 17.

**Уровни обидчивости младших школьников на контрольном этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	4	20	76
Контрольная группа	12	16	72

В ходе проведения экспериментальной работы было выявлено: высокий уровень обидчивости участников экспериментальной группы отмечен у 4%, а у участников контрольной группы – 12%.

Таблица 18.

**Уровни вербальной агрессии младших школьников на контрольном этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	8	12	80
Контрольная группа	12	20	68

Анализируя полученные данные, можно сделать вывод, что высокий уровень вербальной агрессии наблюдается у 12% обучающихся контрольной группы, в экспериментальной группе составляет 8%.

Таблица 19.

**Уровни подозрительности младших школьников на контрольном этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	12	32	56
Контрольная группа	20	40	40

Таким образом, подозрительность на высоком уровне у обучающихся экспериментальной группы отмечена у 12 % обучающихся. В контрольной группе средний уровень отмечается у 20%.

Таблица 20.

**Уровни чувства вины младших школьников на контрольном этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	36	20	44
Контрольная группа	28	32	48

Таким образом, чувство вины у 36% обучающихся экспериментальной группы находится на высоком уровне. В контрольной группе высокий уровень отмечен у трети обучающихся.

Таблица 21.

**Уровни раздражительности младших школьников на контрольном этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	12	12	76
Контрольная группа	8	28	64

Исследование показало, что раздражительность на высоком уровне присутствует у 12% обучающихся экспериментальной группы. Также высокий уровень отмечен у 8% участников контрольной группы.

Таблица 22.

**Уровни косвенной агрессии младших школьников на контрольном этапе**

Уровни (в %)	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная группа	8	0	92

группа			
Контрольная группа	16	12	72

По результатам исследования выяснилось, что высокий уровень косвенной агрессии проявляется в контрольной группе у 16% детей, а экспериментальной – 8%.

Таблица 23.

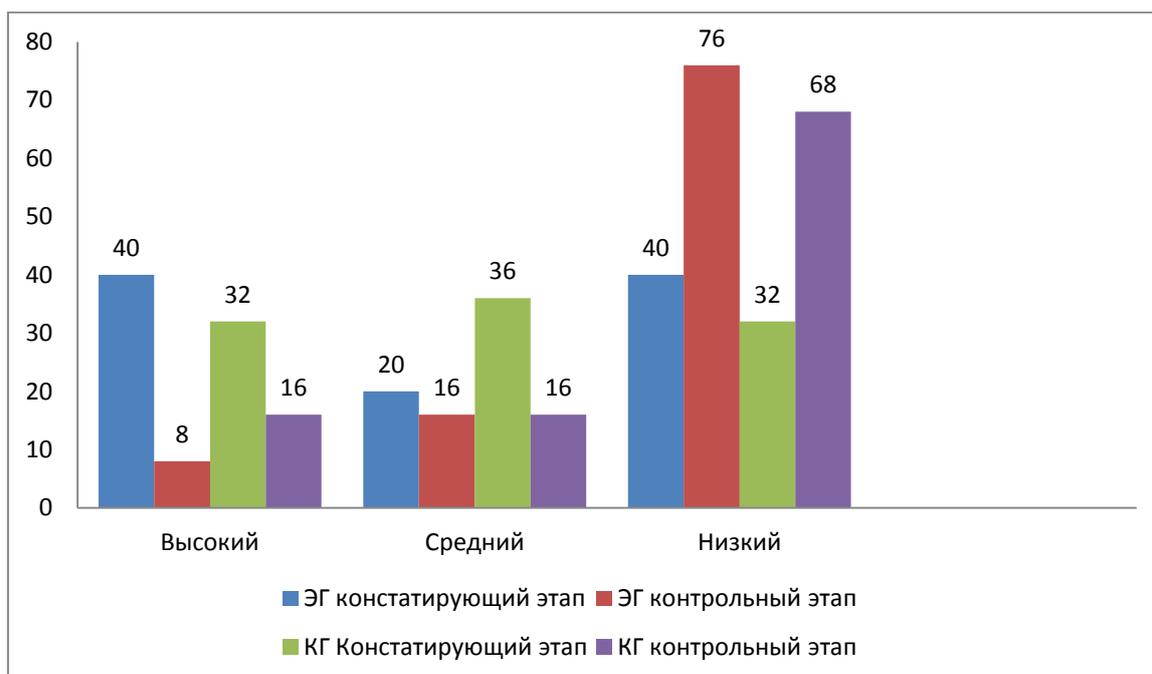
**Сводная таблица результатов исследования по опроснику Басса-Дарки**

Уровни (в %)	Высокий		Средний		Низкий	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Физическая агрессия	8	16	16	16	76	68
Косвенная агрессия	8	16	0	12	92	72
Раздражительность	12	8	12	28	76	64
Негативизм	12	12	8	12	80	76
Обидчивость	4	12	20	16	76	72
Подозрительность	12	20	32	40	56	40
Вербальная агрессия	8	12	12	20	80	68
Чувство вины	36	28	20	32	44	40
Среднее значение	12,5	15,5	15	22	72,5	62,5

Учитывая полученные результаты, можно сделать вывод: проявления агрессивности и других видов негативных реакций у младших школьников данных групп на высоком уровне отмечены по следующим шкалам: негативизм, раздражительность, подозрительность. Такой же показатель характерен для проявления чувства вины.

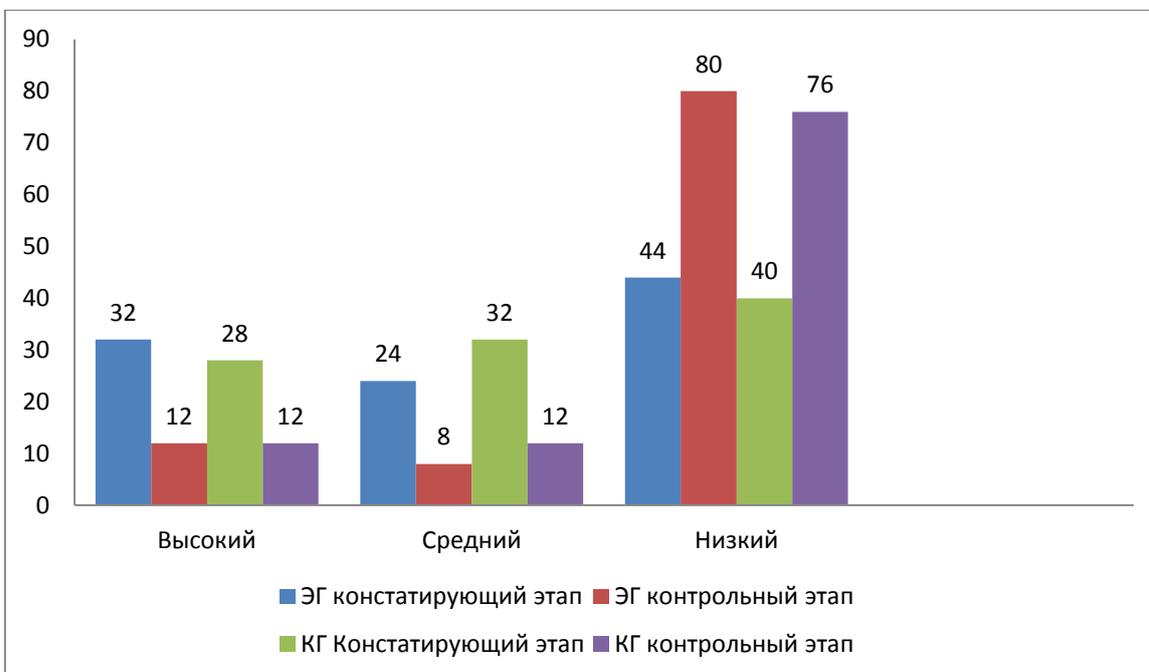
В меньшей степени проявляются физическая агрессия, косвенная агрессия, вербальная агрессия. Всего у нескольких человек наблюдается обидчивость на высоком уровне.

Динамику изменения уровней агрессивного поведения и негативных реакций в экспериментальной и контрольной группах можно увидеть на следующих рисунках.



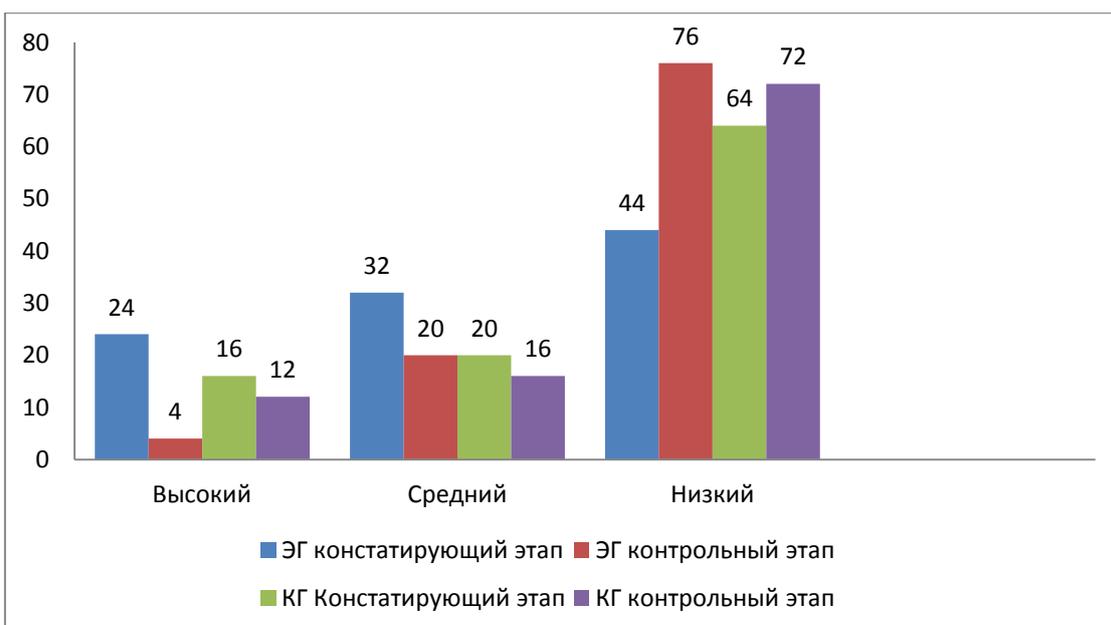
**Рис.1. Уровни физической агрессии младших школьников на констатирующем и контрольном этапах**

Таким образом, в экспериментальной группе высокий уровень физической агрессии снизился на 32%, а средний сократился на 4%. В контрольной группе высокий уровень снизился на 16%, а средний - на 20%.



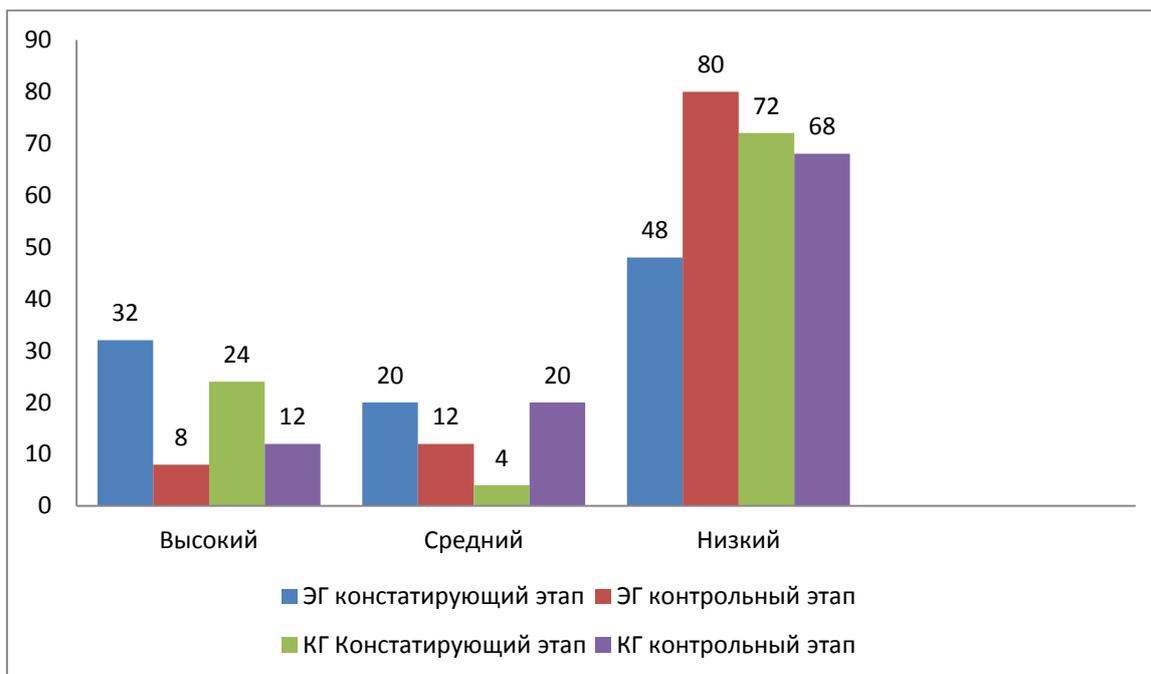
**Рис.2. Уровни негативизма младших школьников на констатирующем и контрольном этапах**

Таким образом, в экспериментальной группе показатель высокого уровня снизился на 20%, среднего – на 56%. В контрольной группе высокий уровень снизился на 16%, средний уровень - на 20%.



### **Рис.3. Уровни обидчивости младших школьников на констатирующем и контрольном этапах**

Результаты диагностики показывают, что высокий уровень обидчивости в экспериментальной группе снизился на 20%, средний уровень снизился на 12%. В то время как, в контрольной группе высокий и средний уровни снизились на 4%.



### **Рис.4. Уровни вербальной агрессии младших школьников на констатирующем и контрольном этапах**

Исследование показало, что в экспериментальной группе высокий уровень вербальной агрессии снизился на 24% , а средний – на 8%. В контрольной группе высокий уровень снизился на 12%, за счет увеличения среднего – на 16%.

Для доказательства достоверности полученных результатов мы также применили метод математической статистики в педагогических исследованиях - критерий 2 (Chi – квадрат).

Таблица 24.

**Результаты значений распределения Хи квадрат уровня физической агрессии обучающихся экспериментальной группы на контрольном этапе**

Факторный признак	Результативный признак		Сумма
	Констатирующий этап	Контрольный этап	
Высокий	10	2	<b>12</b>
Средний	5	4	<b>9</b>
Низкий	10	19	<b>29</b>
<b>Всего</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>50</b>

Рассматривая динамику показателей уровня тревожности на констатирующем и контрольном этапах исследования в экспериментальном классе, можно заметить тенденцию снижения количества детей с высоким уровнем физической агрессии. Значение критерия  $\chi^2$  составляет 8.238. Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$ . Следовательно, связь статистически значима.

Таблица 25.

**Результаты значений распределения Хи квадрат уровня физической агрессии обучающихся контрольной группы на контрольном этапе**

Факторный признак	Результативный признак		Сумма
	Констатирующий этап	Контрольный этап	
Высокий	8	4	<b>12</b>
Средний	9	4	<b>13</b>

Низкий	8	17	25
Всего	25	25	50

Рассматривая динамику показателей уровня тревожности на констатирующем и контрольном этапах исследования в контрольном классе, можно заметить также тенденцию снижения количества детей с высоким уровнем физической агрессии. Значение критерия  $\chi^2$  составляет 6.496. Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$ . Следовательно, связь статистически значима.

Также, согласно данному критерию, произошли значимые изменения в экспериментальной и контрольной группах по шкале негативизм. Еще по двум шкалам наблюдаются значимые изменения в экспериментальной группе: обидчивость и вербальная агрессия.

Рассматривая динамику показателей уровня обидчивости на констатирующем и контрольном этапах исследования в экспериментальном классе, можно заметить тенденцию снижения количества детей с высоким уровнем данной реакции. Значение критерия  $\chi^2$  составляет 6.397. Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$ . Следовательно, связь статистически значима.

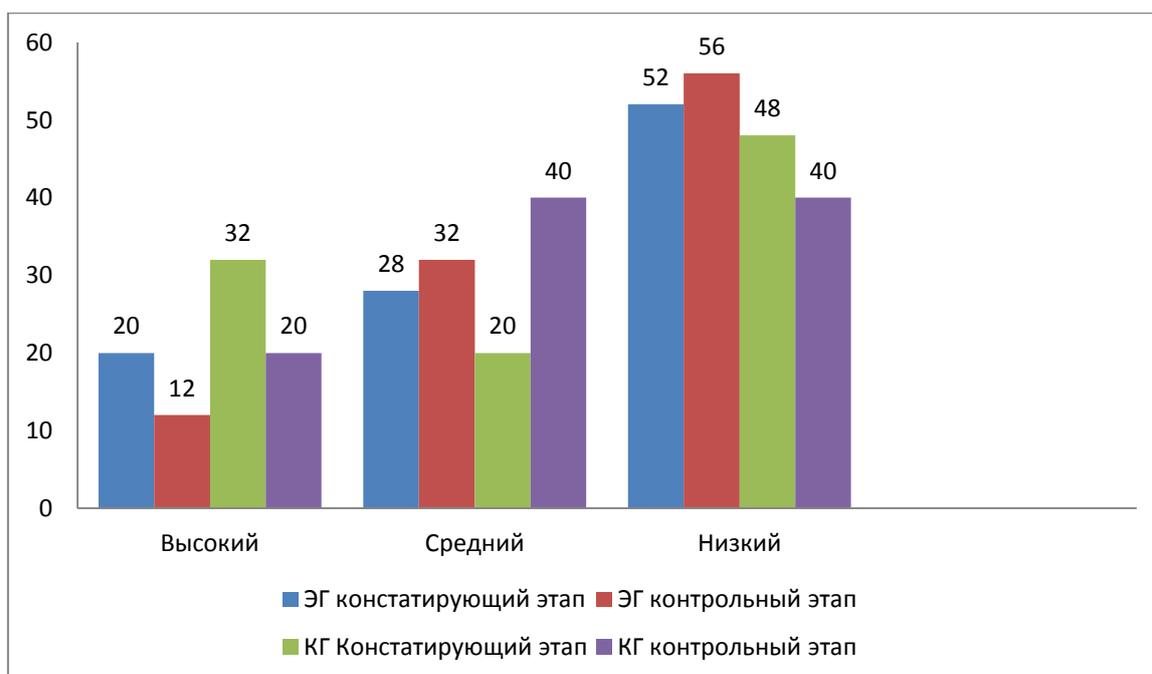
Рассматривая динамику показателей уровня обидчивости на констатирующем и контрольном этапах исследования в контрольном классе, также можно заметить незначительное снижение количества детей с высоким уровнем данной реакции. Значение критерия  $\chi^2$  составляет 0.372. Критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 5.991. Следовательно, связь статистически отсутствует.

Анализируя данные по шкале вербальной агрессии в экспериментальной группе, мы получили, что табличное отношение значения критерия  $\chi^2$  составляет 6.100, а критическое значение  $\chi^2$  при уровне

значимости  $p < 0.05$  составляет 5.991, следовательно, связь между факторным и результативным признаками статистически значима.

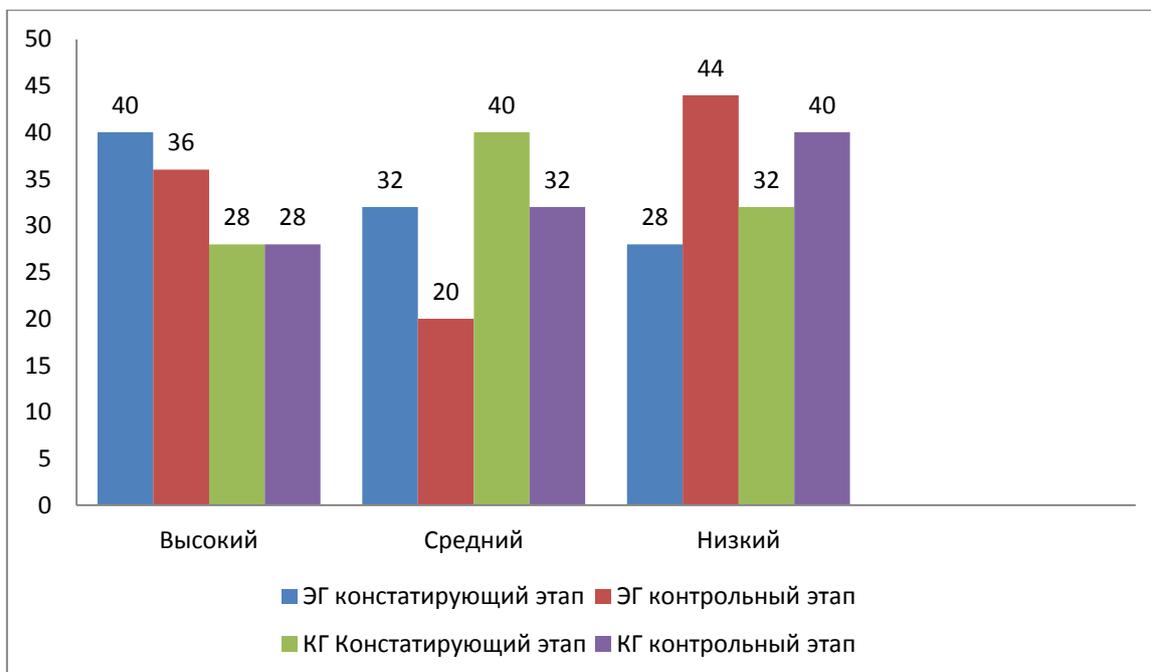
Анализируя данные по шкале вербальной агрессии в контрольной группе, мы получили, что табличное отношение значения критерия  $\chi^2$  составляет 3.695, а критическое значение  $\chi^2$  при уровне значимости  $p < 0.05$  составляет 5.991, следовательно, связь между факторным и результативным признаками отсутствует.

С помощью данного критерия мы проанализировали результаты по следующим шкалам: косвенная агрессия, раздражительность, подозрительность и чувство вины, и сделали вывод: в обеих группах связь между признаками отсутствует. Следовательно, снижение высокого уровня по данным шкалам произошло в меньшем объеме.



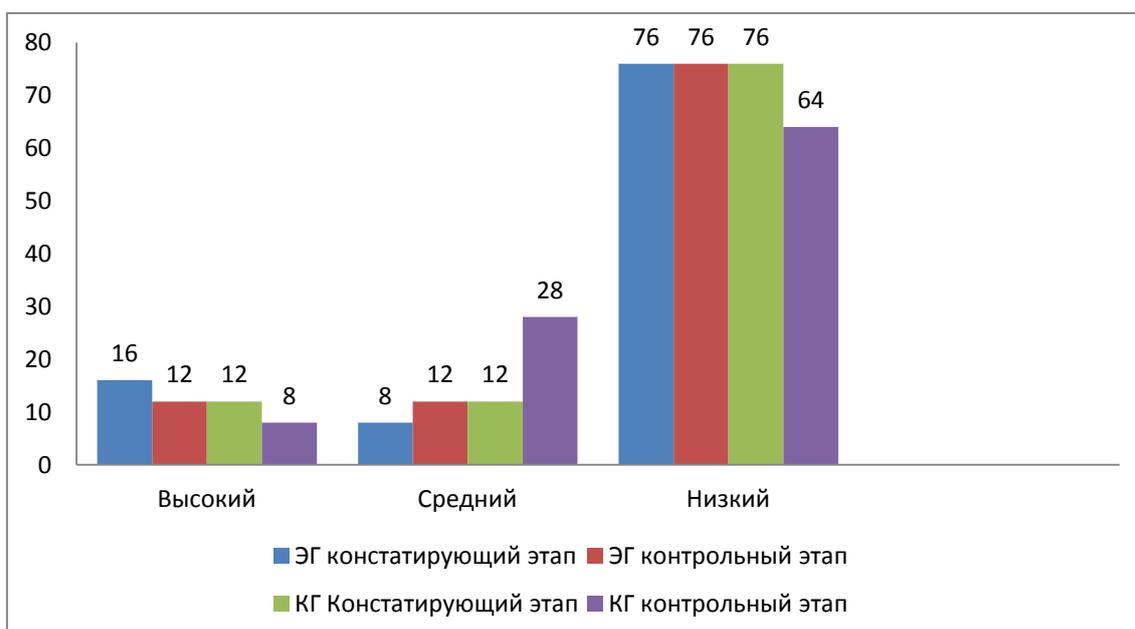
**Рис.5. Уровни подозрительности младших школьников на констатирующем и контрольном этапах**

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что высокий уровень подозрительности у обучающихся экспериментальной группы снизился на 8%, а в контрольной группе – на 18%.



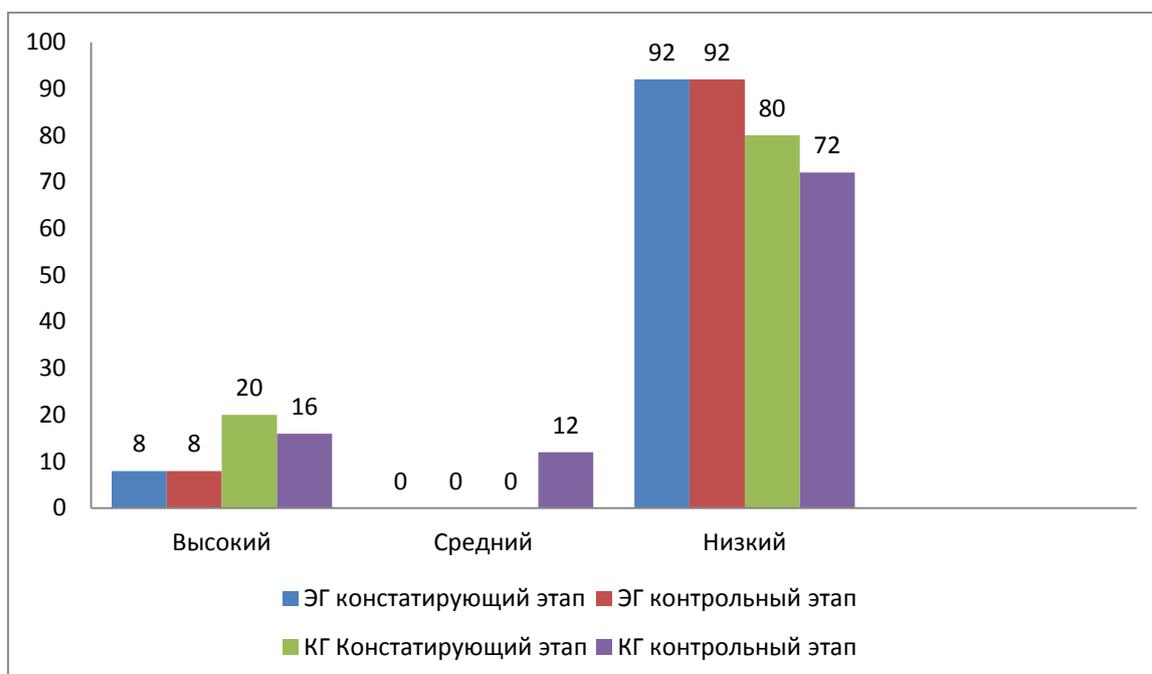
**Рис.6. Уровни чувства вины младших школьников на констатирующем и контрольном этапах**

Таким образом, у обучающихся экспериментальной группы высокий уровень чувства вины снизился на 4%, а у обучающихся контрольной группы остался прежним. Возможно, это связано с тем, что данное чувство очень сложно для понимания младшими школьниками и проведенных занятий для данных обучающихся было недостаточно.



**Рис.7. Уровни раздражительности младших школьников на констатирующем и контрольном этапах**

Исходя из полученных данных, можно сказать, что высокий уровень раздражительности снизился в обеих группах на 4%.



**Рис.8. Уровни косвенной агрессии младших школьников на констатирующем и контрольном этапах**

Исследование показало, что в экспериментальной группе уровень косвенной агрессии не изменился. Это может быть связано с тем, что занятия на профилактику данного вида агрессии не было проведено. В контрольной группе высокий уровень снизился на 4%, за счет чего увеличился средний уровень на 12%.

Учитывая полученные данные на контрольном этапе, можно предложить дополнить разработанную нами программу ситуациями, в которых младшему школьнику представлялась возможность испытать сопереживание окружающим людям, которые обладают данными качествами.

### **Выводы по III главе**

С помощью следующих методик: опросник Басса-Дарки, адаптированный Г.А. Цукерман, наблюдение (А.Г. Долговой), анкетирование (Е.К. Лютовой и Г.Б. Мониной) мы выявили проявления агрессивного поведения у младших школьников.

По итогам анализа констатирующего этапа исследования, мы сделали вывод: проявления агрессивности и других видов негативных реакций у младших школьников в экспериментальной и контрольной группах на высоком уровне отмечены по следующим шкалам: физическая агрессия (40% и 32% соответственно), вербальная агрессия (32% и 24%) и негативизм (32% и 28%). Такой же показатель характерен для проявления чувства вины (40% и 28%). В меньшей степени проявляются раздражительность, обидчивость и подозрительность. Всего у нескольких человек наблюдается косвенная агрессия на высоком уровне. Достоверность полученных результатов подтверждена с помощью методов математической статистики в педагогических исследованиях Хи-квадрат.

Использование дополнительных диагностических методик (наблюдение, анкетирование) показало, что разные виды агрессии и негативных реакций проявляются у одного ребенка в зависимости от ситуации. Следовательно, агрессия носит ситуативный характер и зависит от того, какую значимость ребенок придавал ситуации, знает ли он о способах реагирования в той или иной ситуации, являлась ли его реакция защитной.

В ходе анкетирования низкого уровня агрессивности учителя не отметили, высокий уровень в контрольной группе они отметили у половины обучающихся, а в экспериментальной группе почти у половины. Ответы учителя, в основном, подтверждают результаты проведенных диагностических методик.

Проанализировав полученные данные, сделали вывод о характере агрессивного поведения младших школьников. Проявление агрессии в данных группах носит, в основном, физический характер, обучающиеся

могут совершать агрессивные действия, направленные против себя (аутоагрессия), а также против окружающих. Есть и проявления вербальной агрессии на высоком уровне. Одной из форм негативной реакции является подозрительность. Кроме того, почти у половины обучающихся 3 класса отмечен высокий уровень чувства вины, что влияет на частоту и ситуативность проявления негативных реакций, а также на коммуникативность.

После апробации разработанной нами программы деятельности учителя начальных классов, направленной на снижение уровня агрессивности и деструктивных форм поведения младших школьников, в экспериментальной группе произошли существенные изменения по следующим шкалам: физическая агрессия, вербальная агрессия, негативизм, обидчивость. В контрольной группе отмечены изменения по шкале физической агрессии и негативизма. Значимые изменения не произошли по таким шкалам как: косвенная агрессия, раздражительность, подозрительность и чувство вины, в связи с тем, что данное чувство очень сложно для понимания младшими школьниками и проведенных занятий, для данных обучающихся, было недостаточно. А также это может быть связано с тем, что занятия на профилактику данного вида агрессии не было проведено.

Отмечена положительная динамика изменения уровней агрессивного поведения и негативных реакций в экспериментальной и контрольной группах, которая подтверждена использованием метода математической статистики Хи-квадрат.

Учитывая полученные данные на контрольном этапе, можно предложить дополнить разработанную нами программу ситуациями, в которых младшему школьнику представлялась возможность испытать сопереживание окружающим людям, которые обладают данными качествами.

## Заключение

Актуальность проведенного нами исследования определяется как существующей ситуацией с широким распространением агрессивного поведения детей и подростков, в том числе младших школьников, так и необходимостью создания методического обеспечения деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения, обеспечивающего реализацию основных направлений профилактики в комплексе.

Проанализировав труды П.П. Блонского, А.В. Запорожца, Л.Д. Зильмана и др., мы определили степень изученности проблемы, которая характеризуется:

- определением понятий «агрессивное поведение», «агрессия» (Л.И. Божович, Т.Г. Румянцева, И.А. Фурманов и др.);
- созданием типологии агрессивного поведения детей (П.П. Блонский, Б.С. Братусь, Л.Ф. Обухова и др.);
- характеристикой форм и факторов агрессии детей (Г.М. Бреслав, Р. Бэрн, И.С. Зимина и др.);
- выявлением взаимосвязи агрессивного поведения с тревожностью детей, их коммуникативностью (Т.Ю. Андрущенко, С.Л. Соловьева и др.);
- разработкой программ профилактики агрессивного поведения и программ по его коррекции (Н.В. Павлова, О.Б. Филиппова, О.А. Ширяева и др.);
- отсутствием программ, обеспечивающих нивелирование агрессивного поведения за счет осуществления профилактики, обогащения социального опыта и коррекции в комплексе;
- недостатком программ, предназначенных для младших школьников.

Анализ состояния решения проблемы позволил нам сформулировать основную идею исследования: комплексность направлений деятельности учителя начальных классов по профилактике агрессивного поведения

младших школьников: предупреждение агрессивного поведения, обогащение социального опыта детей, коррекция.

Проанализировав работы Запорожца А.В., Марковой Т.А. и др. мы выделили наиболее результативные методы профилактики агрессивного поведения:

- упражнение, игра и др. (с целью обучения детей способам саморегуляции и самоконтроля);
- ролевая игра, арттерапия и др. (с целью снятия напряжения);
- метод анализа, беседа, дискуссия, самоанализ (цель - умение анализировать нарушения в действии);
- метод создания ситуации успеха, оценка в виде словесного суждения (с целью поддержания положительной репутации ребенка);
- демонстрация, пример, театрализация и др. (цель - продемонстрировать образцы конструктивного поведения).

С помощью таких методик как: опросник Басса-Дарки, адаптированный Г.А. Цукерман, наблюдение (А.Г. Долговой), анкетирование (Е.К. Лютовой и Г.Б. Мониной) мы выявили проявления агрессивного поведения у младших школьников.

По итогам анализа констатирующего этапа исследования, мы сделали вывод: проявления агрессивности и других видов негативных реакций у младших школьников в экспериментальной и контрольной группах на высоком уровне отмечены по следующим шкалам: физическая агрессия (40% и 32% соответственно), вербальная агрессия (32% и 24%) и негативизм (32% и 28%). Такой же показатель характерен для проявления чувства вины (40% и 28%). В меньшей степени проявляются раздражительность, обидчивость и подозрительность. Всего у нескольких человек наблюдается косвенная агрессия на высоком уровне. Достоверность полученных результатов подтверждена с помощью методов математической статистики в педагогических исследованиях Хи-квадрат.

Использование дополнительных диагностических методик (наблюдение, анкетирование) показало, что разные виды агрессии и негативных реакций проявляются у одного ребенка в зависимости от ситуации. Следовательно, агрессия носит ситуативный характер и зависит от того, какую значимость ребенок придавал ситуации, знает ли он о способах реагирования в той или иной ситуации, являлась ли его реакция защитной.

В ходе анкетирования низкого уровня агрессивности учителя не отметили, высокий уровень в контрольной группе они отметили у половины обучающихся, а в экспериментальной группе почти у половины. Ответы учителя, в основном, подтверждают результаты проведенных диагностических методик.

Проанализировав полученные данные, сделали вывод о характере агрессивного поведения младших школьников. Проявление агрессии в данных группах носит, в основном, физический характер, обучающиеся могут совершать агрессивные действия, направленные против себя (аутоагрессия), а также против окружающих. Есть и проявления вербальной агрессии на высоком уровне. Одной из форм негативной реакции является подозрительность. Кроме того, почти у половины обучающихся 3 класса отмечен высокий уровень чувства вины, что влияет на частоту и ситуативность проявления негативных реакций, а также на коммуникативность.

Анализ результатов позволил прийти к выводу о необходимости проведения профилактики агрессивного поведения уже в начальной школе, так как у младших школьников наблюдаются все виды агрессии: физическая, косвенная, вербальная, а также проявляются следующие негативные реакции: подозрительность, негативизм, обидчивость и раздражительность, которые порой становятся предпосылками для агрессивного поведения ребенка.

Опираясь на итоги результатов констатирующего эксперимента и анализ существующих программ профилактики была определена главная особенность разработанной нами программы деятельности учителя

начальных классов по профилактике агрессивного поведения младших школьников во внеурочное время «Наши чувства и поступки»: она предполагает деятельность педагога по трем направлениям: предупреждение агрессивного поведения, обогащение социального опыта и коррекция.

В соответствии с программой деятельность учителя должна быть направлена на предупреждение, в основном, физической агрессии, негативизма, вербальной агрессии; на обогащение социального опыта младших школьников через создание условия для принятия детьми таких ценностей как «дружба», «честность», «сострадание», «доверие» и др.; развитие навыков рефлексивных действий; на педагогическую коррекцию агрессивного поведения через снятие психоэмоциональных проявлений, обучение способам конструктивного взаимодействия, формирование адекватной самооценки, обучение способам выражения гнева в приемлемой форме.

После апробации разработанной нами программы деятельности учителя начальных классов, направленной на снижение уровня агрессивности и деструктивных форм поведения младших школьников, в экспериментальной группе произошли существенные изменения по следующим шкалам: физическая агрессия, вербальная агрессия, негативизм, обидчивость. В контрольной группе отмечены изменения по шкале физической агрессии и негативизма. Значимые изменения не произошли по таким шкалам как: косвенная агрессия, раздражительность, подозрительность и чувство вины, в связи с тем, что данное чувство очень сложно для понимания младшими школьниками и проведенных занятий, для данных обучающихся, было недостаточно. А также это может быть связано с тем, что занятия на профилактику данного вида агрессии не было проведено.

Отмечена положительная и значительная динамика изменения уровней агрессивного поведения и негативных реакций в экспериментальной группе, которая подтверждена использованием метода математической статистики Хи-квадрат.

Учитывая полученные данные на контрольном этапе, можно предложить дополнить разработанную нами программу ситуациями, в которых младшему школьнику представлялась возможность испытать сопереживание окружающим людям, которые обладают данными качествами.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи выполнены, гипотеза подтвердилась.

### Библиографический список

1. Агрессия детей и подростков [Текст] / Под ред. Платоновой.– СПб.: Речь, 2004.– 316 с.
2. Андриюшина, Л.О. Психологическая профилактика агрессивного поведения школьников-подростков [Текст]: дис. ... канд. психол. наук / Л.О. Андриюшина. – Тверь, 2003. – 202 с.
3. Бадмаев, С. А. Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников [Текст] / Бадмаев С. А. – М.: Магистр, 2000. – 96 с.
4. Бандура, А. Подростковая агрессия: Изучение влияния воспитания и семейных отношений [Текст] / А. Бандура, Р. Уолтерс; Пер. с англ.– М., 2000.– 508 с.
5. Басс, А. Г. Психология агрессии [Текст] / А. Г. Басс // Вопр. психологии.– 2007.– № 3.– С. 60–67.
6. Беличева, С. А. Основы превентивной психологии [Текст] / С. А. Беличева.– М., 1994.– 135 с.
7. Берковиц, Л. Агрессия: Причины, последствия и контроль [Текст] / Л. Берковиц.– М., 2002.– 512 с.
8. Бим-Бад, Б.М. Психология и педагогика: просто о сложном: популярные очерки и этюды [Текст] / Б.М. Бим-Бад.–М.: МПСИ, 2010.
9. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. [Текст] / Л.И. Божович. – М.: Просвещение, 2006. – 165 с.
10. Бреслав, Г. М. Психотерапия агрессивного поведения детей и подростков: Метод. пособие для врачей [Текст] / Г. М. Бреслав.– СПб.: Комздрав, 2004.– 334 с.
11. Бэрн, Р. Агрессия [Текст] / Р. Бэрн, Д. Ричардсон. – СПб., 2000. – 720 с.
12. Бютнер, К. Жить с агрессивными детьми [Текст] / К. Бютнер.– М., 2001.– 123 с.

13. Варламова, Е.Е. Программа коррекции деструктивных агрессивных проявлений в поведении детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / Е.Е. Варламова – Режим доступа: <http://www.vashpsixolog.ru/correctional-work-school-psychologist/46-program/1067-programma-korrekczii-destruktivnyx-agressivnyx-proyavlenij-v-povedenii-detej-mladshego-shkolnogo-vozrasta>
14. Василькова, Ю.В. Лекции по социальной педагогике (на материалах отечественного образования) [Текст] / Ю.В. Василькова. – М., 1998. – № 3. – с.424 – 429.
15. Выготский, Л.С. История развития высших психических функций [Текст]: в 6 т. Т. 3. / Л.С. Выготский. – М., 2007. – 239с.
16. Гальперин, П.Я. Актуальные проблемы возрастной психологии. [Текст] / П.Я Гальперин, А.В. Запорожец, С.Н. Карпова. – М., 2008. – 188с.
17. Гребенюк, О.С. Терминологический словарь "Педагогические технологии" [Текст] / О.С. Гребенюк, М.И. Рожков. – М., 2012.
18. Григорян, Н.А. Программа по профилактике агрессивного поведения детей дошкольного возраста «Будем дружить» [Электронный ресурс] / Н.А. Григорян – Режим доступа: <http://www.uchmet.ru/library/material/139073/>
19. Даль, В. И. Толковый словарь русского языка. Современная версия [Текст] / В. И Даль. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2014. – 736 с.
20. Данилюк, А. Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России [Текст] / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. – М.: Просвещение. 2013. – 23 с.
21. Декларация прав ребёнка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/declarations/childdec.shtml](http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/declarations/childdec.shtml)
22. Долгова, А.Г. Программа социально-психологического тренинга по профилактике и коррекции агрессивного поведения детей

- [Электронный ресурс] / А.Г. Долгова – Режим доступа: [file:///C:/Users/User/Downloads/vestnik\\_psyobr\\_2009\\_3\\_Dolgova.pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/vestnik_psyobr_2009_3_Dolgova.pdf)
23. Долгова, А. Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция [Текст] / А.Г. Долгова. – М.: Генезис, 2009. – 216 с.
  24. Дубровина, И.В. Психология [Текст] / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан. – «Академия», 2010. – 396 с.
  25. Ениколопов, С. Н. Понятие агрессии в современной психологии [Текст] / С. Н. Ениколопов // Прикладная психология.– 2001.– № 1.– С. 60–72.
  26. Жмуров, В.А. Большая энциклопедия по психиатрии [Текст] / В.А. Жмуров. – 2-е изд., 2012 .
  27. Зимина И.С. Детская агрессивность как предмет педагогического исследования [Текст] // Педагогика, 2008. – № 3. – С. 14 – 18.
  28. Исаев Д.Д. Типологические модели поведения подростков с различными формами аддиктивного поведения [Текст] / Д.Д. Исаев, И.И. Дементьев, В.В. Журавлёв В.В., С.Д. Озерецковский. – Санкт-Петербург, 2007.
  29. Клайн, В. Как подготовить ребенка к жизни [Текст] / В. Клайн. – М., 2001.
  30. Коджаспирова, Г. М. Педагогический словарь [Текст] / Г. М. Коджаспирова, А. Ю. Коджаспиров. – М.: Академия, 2011. – 176 с.
  31. Коломенский, Я.Л. Психология детского коллектива [Текст] – Минск: «Народная асвета», 2014. – 214 с.
  32. Колосова, С. Л. Детская агрессия [Текст] / С. Л. Колосова.– СПб.: Питер, 2004.– 224 с.
  33. Конвенция ООН о правах ребёнка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_9959/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/)

34. Конституция Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.constitution.ru/>
35. Концепция о правах ребенка (в приложении к Обуховой Л.Ф. “Детская психология”) [Текст]. – М.: Российское пед.агентство. –2006. – № 5. – с.356-366.
36. Копчёнова, Е. Е. Особенности агрессивности в младшем школьном возрасте [Текст] / Е. Е. Копчёнова // Психолог в школе.– 2000.– № 1–2.– С. 149–153.
37. Краткий психологический словарь [Текст] /А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – Ростов н/Д.: Феникс, 2009. – 140 с.
38. Крэйхи, К. Социальная психология агрессии [Текст] / К. Крэйхи.– СПб.: Питер, 2013.– 336 с.
39. Левитов, Н. Д. Фрустрация как один из видов психических состояний [Текст] / Н. Д. Левитов // Вопр. психологии.– 2007.– № 6.– С. 39–45.
40. Леонтьев, А.Н.. Избранные психологические произведения [Текст]: в 2 т. Т. 1. – М: Педагогика, 2004.
41. Лютова, Е. К. Тренинг общения с ребенком [Текст] / Е. К. Лютова, Г. Б. Моница.– СПб.: Речь, 2012.– 190 с.
42. Мак-Кей М. Укрощение гнева [Текст] / М. Мак-Кей, П. Роджерс.– СПб.: Питер, 2007. – 352 с.
43. Мардахаев, Л.В. Социальная педагогика [Текст] / Л.В. Мардахаев. – М.: Гардарики, 2005. – 242 с.
44. Мещеряков Б., Зинченко В. Большой психологический словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Psihol/dict/18.php](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/dict/18.php)
45. Немов, Р.С. Психология: Словарь – справочник [Текст] /Р.С. Немов. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2013. - 688 с.
46. Николаева, Н. В. Функции педагогов по профилактике девиаций у подростков в образовательном процессе [Текст] / Н.В. Николаева // Среднее профессиональное образование. – 2010. – №9. – С. 8–10.

47. Нифантьева Н.В. Авторская программа тренинговых занятий для коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / Н.В. Нифантьева – Режим доступа: [file:///C:/Users/User/Downloads/vestnik\\_psyobr\\_2009\\_3\\_Dolgova.pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/vestnik_psyobr_2009_3_Dolgova.pdf)<http://festival.1september.ru/articles/611173/>
48. Овчарова, Р. В. Справочная книга школьного психолога [Текст] / Р. В. Овчарова.– М.: Просвещение; Учеб. лит., 2006.– 352 с.
49. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка [Текст] / С. И. Ожегов. – М.: Оникс, 2014. – 736 с.
50. Оклендер, В. Руководство по детской психотерапии [Текст] / В. Оклендер. – М., 2005.
51. Павлова Н.В. Коррекция агрессивного поведения ребенка младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / Н.В. Павлова – Режим доступа: [file:///C:/Users/User/Downloads/vestnik\\_psyobr\\_2009\\_3\\_Dolgova.pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/vestnik_psyobr_2009_3_Dolgova.pdf)  
<http://school11.tomsk.ru/koor>
52. Паренс, Г. Агрессия наших детей [Текст] / Г. Паренс – М.: Альпина Букс, 2007. – 232с.
53. Петровский, А.В. Психологический словарь [Текст] / Под ред. А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского – М.: Политиздат, 2010.
54. Планируемые результаты начального общего образования [Текст] / под ред. Г. С. Ковалевой, О. Б. Логиновой. – М.: Просвещение, 2009. – 120 с.
55. Платонова, Н. М. Агрессия у детей и подростков: Учеб. пособие [Текст] / Н. М. Платонова.– СПб.: Речь, 2004.– 336 с.
56. Подласый, И. П. Курс лекций по коррекционной педагогике [Текст]: учеб. пособие для студ. / И. П. Подласый. – М.: Владос, 2013. – 352 с.
57. Пошивалов, В.П. Экспериментальная психофармакология агрессивного поведения [Текст] / В.П. Пошивалов. - Л., Изд-во "Наука", 2006 – 176с.

58. Реан, А. А. Агрессия и агрессивность личности [Текст] / А. А. Реан. – СПб., 1996. – 38 с.
59. Румянцева, Т.Г. Агрессия и контроль [Текст] // Вопросы психологии. – 2012. – № 5 – 6. – С. 35 – 40.
60. Румянцева, Т.Г. Агрессия: проблемы и поиски в западной философии и науке [Текст] / Т.Г. Румянцева. – Минск: Университетское, 2011. – 63 с.
61. Савинов, Е. С. Федеральный государственный образовательный стандарт [Электронный ресурс] / Е. С. Савинов. – Режим доступа: <http://standart.edu.ru/>
62. Семейный кодекс Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_8982/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/)
63. Федеральная программа развития образования: федеральный закон Российской Федерации от 10 апр. 2000 г. № 51 –ФЗ [Текст] // Вестн. образования. – 2000. – № 12. – С. 3-70.
64. Федеральный закон РФ «Об образовании в РФ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://xn--80abucjiibhv9a.xnp1ai/%D0%B4%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%8B/2974>
65. Федеральный закон РФ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_19558/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/)
66. Филиппова, О.Б. Коррекция агрессивного поведения у детей [Электронный ресурс] / О.Б. Филиппова. – Режим доступа: <http://elib.tomsk.ru/elib/data/2013/2013-0040/2013-0040.pdf>
67. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Практическое пособие [Текст] / К. Фопель. – М.: Генезис, 2008. – 160с.
68. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности [Текст] / Э. Фромм. – М.: Республика, 2004. – 189 с.

69. Фурманов, И. А. Психология детей с нарушениями поведения: пособие для психологов и педагогов [Текст] / И. А. Фурманов. – М.: ВЛАДОС, 2014. – 351 с.
70. Фурманов, И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция [Текст] / И.А. Фурманов. – Минск: ИП Ильин В.П., 2006. – 193 с.
71. Холличер, В. Человек и агрессия [Текст] / В. Холличер.– М., 1995.– 129 с.
72. Хоманс, Дж. Социальное поведение как обмен [Текст] // Современная зарубежная социальная психология. М.: Издательство Московского университета, 2014. – С. 82-91.
73. Хорсанд, Д.В. Ребенок бывает кусачий. Маленькие подсказки для родителей [Текст] / Д.В. Хорсанд. – Спб.: Сова, 2008. – 138 с.
74. Чернокрылова, К.И. Программа индивидуальной коррекции агрессивного поведения ребенка [Электронный ресурс] / К.И. Чернокрылова. – Режим доступа: <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2013/02/15/programma-korreksii-agressivnogo-povedeniya>
75. Чернявская, А. П. Педагогическая техника в работе учителя [Текст] / А. П. Чернявская. – М.: Педагогический поиск, 2001. – 176 с.
76. Ширяева, О.А. Профилактика агрессивного поведения подростков [Электронный ресурс] / О.А. Ширяева. – Режим доступа: <https://psy.su/psyche/projects/733/>
77. Шляхтина, О.И. Взаимосвязь агрессивности с личностными особенностями и социальным статусом [Текст] // Ананьевские чтения – 97: Тезисы научно-практической конференции. – СПб., 2007.
78. Эльконин, Д.Б. Избранные психологические труды [Текст] / Д.Б. Эльконин. – М., 2006.
79. Энциклопедия социальной работы. Пер.с Англ. [Текст]: в 3 т. Т. 3. М.: Центр общечеловеческих ценностей, 2014. с.183-203.

## Приложения

### Приложение 1

Опросник Басса-Дарки, адаптированный Г.А. Цукерман.

Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А.Басс и А.Дарки выделили следующие виды реакций:

- **Физическая агрессия** – использование физической силы против другого.
  - **Косвенная** – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или на кого не направленная.
  - **Раздражение** – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
  - **Негативизм** – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев.
  - **Обида** – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
  - **Подозрительность** – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди приносят вред.
  - **Вербальная агрессия** – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).
  - **Чувство вины** – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, а также ощущаемые им угрызения совести.
- Опросник состоит из 40, утверждений, на которые испытуемый отвечает "да" или "нет".

#### Тест:

1. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
2. Иногда я раздражаюсь настолько, что могу бросить какой-то предмет.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Пока меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбу.
5. Мне кажется, что судьба ко мне несправедлива.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за спиной.
7. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.

8. Если я кого-то обманываю, то мне становится стыдно.
9. Мне кажется, что я могу ударить человека.
10. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми.
11. Иногда люди раздражают меня просто фактом своего присутствия.
12. Если мне не нравится какое-то правило, то хочется его нарушить.
13. Иногда меня гложет зависть, хотя я этого не показываю.
14. Я думаю, что многие люди не любят меня.
15. Я требую, чтобы люди уважали мои права.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Я знаю людей, которые могут довести меня до драки.
18. Иногда я выражаю гнев тем, что стучу по столу.
19. Иногда я могу взорваться, как пороховая бочка.
20. Если кто-то пытается мной командовать, я поступаю ему наперекор.
21. Есть люди, к которым я испытываю ненависть.
22. Довольно много людей мне завидует.
23. Если я злюсь, я могу выругаться.
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Если меня кто-то обидит, я могу дать сдачи.
26. Иногда я хватаю первый попавшийся под руку предмет и ломаю его.
27. Я могу нагрубить людям, которые мне не нравятся.
28. Когда со мной разговаривают свысока, мне ничего не хочется делать.
29. Я стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
30. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
31. Если кто-то раздражает меня, я могу сказать все, что о нем думаю.
32. Меня угнетает, что я мало помогаю своим родителям.
33. Если кто-то первый ударит меня, я ему отвечу тем же.
34. В споре я часто повышаю голос.
35. Я раздражаюсь из-за мелочей.
36. Того, кто корчит из себя начальника, я стараюсь поставить на место.
37. Я заслуживаю больше похвал и внимания, чем получаю.

38. У меня есть враги, которые хотели бы мне навредить.

39. Я могу угрожать, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.

40. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.

### **Обработка и интерпретация результатов:**

Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

#### **1. Физическая агрессия:**

• "да" = 1, "нет" = 0: 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68;

• "нет" = 1, "да" = 0: 9, 17, 41.

#### **2. Косвенная агрессия:**

• "да" = 1, "нет" = 0: 2, 18, 34, 42, 56, 63;

• "нет" = 1, "да" = 0: 10, 26, 49.

#### **3. Раздражение:**

• "да" = 1, "нет" = 0: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72;

• "нет" = 1, "да" = 0: 11, 35, 69.

#### **4. Негативизм:**

• "да" = 1, "нет" = 0: 4, 12, 20, 23, 36;

#### **5. Обида:**

• "да" = 1, "нет" = 0: 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58.

• "нет" = 1, "да" = 0: 44.

#### **6. Подозрительность:**

• "да" = 1, "нет" = 0: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59;

• "нет" = 1, "да" = 0: 65, 70.

#### **7. Вербальная агрессия:**

• "да" = 1, "нет" = 0: 7, 15, 28, 31, 46, 53, 60, 71, 73;

• "нет" = 1, "да" = 0: 39, 66, 74, 75.

#### **8. Чувство вины:**

• "да" = 1, "нет" = 0: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67

Высокий уровень по каждой шкале – 4-5 баллов;

Средний уровень – 3 балла;

Низкий уровень – 0-2 балла.

Наблюдение

Карта наблюдения за проявлением агрессии в поведении детей в школе (составлена на основе материалов, представленных в источнике: Долгова А. Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция. М., Генезис, 2009)

Дата проведения наблюдения \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_

Условия проведения наблюдения (на уроке, на перемене, на прогулке и т. п.) \_\_\_\_\_

**Критерии оценки:** 0 – проявления отсутствуют; 1 – проявления слабо выражены; 2 – проявления умеренно выражены, наблюдаются периодически; 3 – проявления сильно выражены, наблюдаются постоянно

Характер нарушения поведения	Как проявляется	Количество баллов
Физическая	Рвет книги, тетради	
	Толкает сверстников	
	Бьет руками, ногами сверстников	
	Кусается, щипается	
	Другое	
Вербальная	Произносит нецензурные слова	
	Называет обидным словом	
	Кричит	
	Другое	
Аутоагрессия	Кусает, щипает себя	
	Выдергивает волосы	
	Другое	
Негативизм	С трудом включается в коллективную работу	
	Говорит «не хочу», «не буду», «нет»	
	Другое	

Высокий уровень – 4-5 баллов;

Средний уровень – 3 балла;

Низкий уровень – 0-2 балла.

Анкета для учителя «Признаки агрессивности» (Е. К. Лютова, Г. Б. Моница)

### Оценка результатов:

Положительный ответ по каждому утверждению оценивается в 1 балл. Подсчитайте, сколько утверждений, по вашему мнению, может быть отнесено к вашему ребенку.

15 – 19 баллов – высокий уровень агрессивности.

7 – 14 баллов – средний уровень агрессивности.

1 – 6 баллов – низкий уровень агрессивности.

№	Утверждения о ребенке	Да	Нет
1	Временами в него вселяется «злой дух»		
2	Он не может промолчать, когда чем-то недоволен		
3	Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отплатить ему тем же		
4	Иногда ему без всякой причины хочется выругаться		
5	Бывает, что он с удовольствием ломает вещи и рвет книги		
6	Иногда он так настаивает на своем, что окружающие теряют терпение		
7	Он не прочь подразнить животных		
8	Очень сердится, когда кто-то подшучивает над ним		
9	Кажется, что иногда у него вспыхивает желание сделать что-нибудь плохое, шокировать окружающих		
10	В ответ на обычные просьбы стремится все сделать наоборот		
11	Часто бывает ворчлив		
12	Всегда воспринимает себя как самостоятельного и решительного человека		
13	Любит быть первым, командовать, подчинять себе волю других		
14	Неудачи вызывают у него сильное раздражение, он начинает искать виноватых		
15	Легко ссорится, часто вступает в драки		
16	Старается общаться с младшими и физически более слабыми детьми		
17	У него нередко бывают периоды мрачной раздражительности		
18	Он часто не считается со сверстниками, не уступает, не делится		
19	Он всегда уверен, что любое задание выполнит лучше других		

Приложение 4

Сводная таблица экспериментальная группа (констатирующий и контрольный этапы)

№	Имя Ф	Опросник Басса-Дарки															
		Физич агр		Косв агр		Раздр-ть		Негат		Обидч		Подозрит		Верб агр		Ч-во вины	
1	Милена К	4	3	1	0	2	3	3	1	4	3	1	1	4	3	4	4
2	Маша С	3	2	1	1	3	2	2	0	0	1	0	0	3	2	4	4
3	Катя К	0	0	0	0	0	1	1	1	3	3	3	3	1	0	4	4
4	Рита С	2	1	2	2	2	4	3	2	4	2	3	2	4	2	1	1
5	Вика Ч	4	3	2	2	4	4	4	4	3	1	2	3	4	4	3	3
6	Аделина И	2	1	0	1	1	1	5	2	4	3	4	4	4	2	4	2
7	Влад С	2	0	0	1	1	1	0	0	4	4	1	1	3	1	0	1
8	Никита Ж	4	2	1	0	2	1	4	1	1	1	3	3	4	2	4	4
9	Карен А	4	3	1	2	4	5	3	1	2	0	4	2	0	0	3	2
10	Толя З	1	1	2	1	2	2	1	2	3	2	2	0	2	1	2	1
11	Рашид Б	4	3	2	1	3	0	4	2	3	1	0	1	4	3	0	1
12	Глеб П	1	0	0	2	1	0	5	5	0	0	0	0	0	0	1	2
13	Дима А	2	1	0	1	1	1	2	1	0	0	1	1	1	1	3	0
14	Вика Т	4	2	5	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	1	4	3
15	Юля Н	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	1	0	2	3	3
16	Юля К	3	2	2	1	1	1	1	0	2	1	3	3	3	0	5	4
17	Оля Д	1	1	1	1	1	3	0	1	3	2	0	0	0	1	3	1
18	Сергей Т	5	4	5	5	4	2	5	4	0	0	4	4	4	4	2	2
19	Таня А	3	2	0	0	1	1	1	1	4	2	1	2	2	1	3	1
20	Рита Г	1	0	0	0	2	2	2	2	1	1	2	3	0	0	4	4
21	Кристина Т	3	0	0	0	1	2	3	1	2	1	4	3	1	0	1	0
22	Алина Х	5	2	0	0	1	3	4	2	3	3	0	1	3	2	3	3
23	Мухамед М	4	4	0	0	2	2	4	3	2	0	4	4	4	3	4	4
24	Женя Ю	4	2	0	0	0	1	3	2	3	1	3	3	2	1	4	4
25	Леша Н	3	1	0	2	1	1	0	0	3	2	3	0	0	0	3	3

Сводная таблица контрольная группа (констатирующий и контрольный этапы)

№	Имя Ф	Опросник Басса-Дарки															
		Физич агр		Косв агр		Раздр-ть		Негат		Обидч		Подозрит		Верб агр		Ч-во вины	
1	Паша В	5	2	1	1	3	3	5	4	1	1	5	3	4	3	3	1
2	Ангела Б	4	4	4	4	4	3	5	4	0	0	5	5	4	3	2	0
3	Наташа З	4	4	5	4	3	3	4	3	4	3	4	5	4	3	3	3
4	Олег К	4	2	5	4	1	1	4	1	3	3	4	4	3	3	0	1
5	Даша Т	4	4	2	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	0	0
6	Миша Ф	5	4	5	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	1	2
7	Марина П	4	3	4	3	3	3	4	3	2	1	4	3	4	4	5	4
8	Миша П	4	2	2	1	0	0	3	0	0	0	4	3	2	2	4	4
9	Рома Р	3,	1	0	0	1	1	1	1	3	3	3	3	0	1	3	1
10	Гриша Д	1	2	2	3	2	3	3	1	1	1	2	3	1	1	1	2
11	Саша К	3	1	0	1	1	2	0	1	2	1	1	2	1	0	4	4
12	Аня Л	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	2	0	3	3
13	Лена Б	3	2	0	0	1	1	3	2	1	1	3	3	0	0	2	1
14	Лера Н	2	3	1	1	0	0	2	1	1	0	1	0	0	0	4	4
15	Альбина Б	3	3	0	1	1	1	0	1	2	1	1	1	0	1	3	3
16	Ира К	0	1	0	1	2	3	3	2	4	4	3	3	1	1	0	2
17	Аня К	3	1	1	2	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	4	4
18	Лев С	3	2	0	1	0	2	3	2	1	2	2	1	0	0	4	4
19	ВалераИ	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	3	3
20	Оля П	1	0	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	0	3	3
21	Кристина К	0	1	0	0	1	1	0	0	3	3	3	3	2	3	3	3
22	Вера Е	3	3	1	1	0	2	3	1	3	2	3	3	1	0	1	0
23	Марат З	3	2	1	2	0	3	3	1	3	1	0	0	0	0	4	4
24	Максим П	2	1	0	1	1	0	0	1	1	2	0	1	0	0	3	3
25	Настя Ф	3	2	0	0	0	1	3	2	1	1	1	3	1	2	3	3

## Игры и упражнения к программе профилактики

**Гнев (2 ч.)****1 ч. Беседа по мультфильму «Гнев бога Ра»****Рассмотрение и обсуждение карточек «Как я справляюсь с гневом»**

На карточках изображено действие, как человек справляется с гневом (ломает стул, бьет посуду, кричит, бьет другого человека, расслабляется, рвет книгу и др.).

**Игра «Стоп-кулак»**

Выбирается пара детей. Один ребенок понарошку говорит другому дразнильные слова, как бы пытаясь спровоцировать драку. Другому нужно продолжать улыбаться и мысленно говорить «стоп» своим кулакам. Учитель обращает внимание на то, чтобы руки у «обижаемого» оставались расслабленными, не сжимались в кулаки. В дальнейшем можно продолжить обсуждением и показом конструктивных действий в ситуации обиды.

**Игра «Сигналы гнева»**

Игра направлена на осознание ребенком своего гнева через телесные ощущения.

Пусть ребенок вспомнит какую-нибудь ситуацию, в которой он очень сильно злился. Спросите его, как его гнев давал о себе знать до драки? Возможно, этот вопрос поставит ребенка в тупик, тогда помогите ему, объяснив, что все чувства так или иначе влияют на наше тело. Когда человек обижен и злится, он может ощущать, как сжимаются его кулаки, кровь приливает к лицу, комок подступает к горлу, становится трудно дышать, напрягаются мышцы лица, живота и т. п. Это и есть сигналы гнева. Если мы игнорируем эти предупредительные знаки, то в какой-то неожиданный для нас момент он резко выплескивается наружу в виде действий, за которые потом может быть стыдно. Если же мы вовремя заметим его сигналы, то мы сможем управлять этим сильным чувством (а не наоборот, как это случается с ребенком, когда гнев управляет им).

### **Игра «Рубка дров»**

Цель: помочь детям переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее во время игры. Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? 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 над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!».

Для проведения этой игры можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди.

### **Упражнение «Листок гнева»**

*"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). Хозяин листа в момент наибольшего эмоционального напряжения может смять, разорвать его. Этот вариант подойдет в том случае, если приступ гнева охватил ребенка во время урока.*

Детям 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 детей окончательно справиться со своим гневом, собрав все кусочки "гневного листа" и выбросить их в мусорную корзину.

### **Создание кластера «Гнев»**

Из данных слов предлагается создать кластер, можно добавлять свое. Дети разделены на 4 группы (резкость, свирепость, ругающийся, сопротивление, ярость, разочарование, мрачный, разгневанный, угрюмость, раздражение, ненависть, досада, возбужденность, взрывной, мстительность, возмущенный, обидчивость, жесткость, злобный, безжалостность, требовательность, грубый, злой, желание спорить, агрессивность, значимость, жестокость, всем недовольный, замкнутость, оскорбленность, злость, упорство, враждебный, жесткий, упрямство).

### **Эмоциональное восстановление (1 ч.)**

#### **Беседа по мультфильму «Задом-наперед»**

#### **Упражнение «Слушаем дыхание»**

Это упражнение поможет ребенку определить глубину вдоха/выдоха, частоту, внутреннее состояние организма. Он может находиться в любом положении, но главное, чтобы мышцы тела были полностью расслаблены. В процессе дыхания детки должны определять такие состояния: Как проходит воздух по дыхательным путям, откуда он выходит? Что движется при дыхании? Насколько глубокий вдох и выдох? Как часто происходит дыхание? Насколько громкие звуки издаются? После этого можно переходить к спокойным дыхательным упражнениям. Эта гимнастика поможет ребенку восстановить эмоциональный баланс после тревоги, волнения, стресса. Итак, после сильной физической или нервной нагрузки дети должны принять любое расслабленное положение и закрыть глазки. Затем следует глубоко и медленно вдохнуть носом. Когда легкие расширятся до упора, делают паузу на время, которое позволяет организм. Потом плавно выдыхают носом. Упражнение повторяют до 10 раз.

#### **Игра «Король»**

Эта игра предоставляет детям возможность на некоторое время оказаться в центре внимания, при этом никого не смущая и не обижая. Наиболее полезна она для стеснительных и агрессивных детей.

**Инструкция:** Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого?

Я хочу предложить вам игру, в которой вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно, а всего лишь минут на десять. Все остальные дети становятся слугами и должны делать все, что приказывает король. Естественно, король не имеет права отдавать такие приказы, которые могут обидеть или оскорбить других детей, но он может позволить себе многое. Он может приказать, например, чтобы его носили на руках, чтобы ему кланялись, чтобы подавали ему питье, чтобы слуги были у него "на посылках" и так далее. Кто хочет стать первым королем?

Пусть со временем каждый ребенок получит возможность побыть королем. Сразу же скажите детям, что наступит очередь каждого. За один раз в этой роли могут побыть два-три ребенка. Когда время правления короля закончится, соберите всю группу в круг и обсудите полученный в игре опыт.

**Анализ упражнения:**

— Как ты чувствовал себя, когда был королем?

— Что тебе больше всего понравилось в этой роли?

— Легко ли было тебе отдавать приказы окружающим? Что ты чувствовал, когда был слугой?

— Легко ли тебе было выполнять желания короля?

**Упражнение «Лебедь»**

Сядьте, касаясь спиной спинки стула. Руки опущены. Отведем руки назад, соединим лопатки. Затем пальцы собрать в замок, руки выпрямить и медленно поднимает вверх, не наклоняя туловище и голову. Когда почувствуете тепло между лопатками, руки медленно опустите. Удерживайте позу в меру своих сил 3-10 секунд.

**Игра «Цветок»**

Представьте, что вы на поляне, каждый при этом занимает место в комнате, где ему нравится, вы маленькие расточки. Дети присаживаются на корточки. Пригрело солнышко, и расточки начинают подниматься, медленно поднимаются и встают во весь рост. Потянитесь вверх, повернитесь к солнышку одним боком, другим, посмотрите вверх, глубоко вдохните, и, медленно опуская руки, выдохните.

### **Упражнение «Спящий кролик»**

Упражнение на восстановление психоэмоционального равновесия. Дети берутся за руки и образуют цепочку, закручивающуюся в спираль. Ведущий: «Представьте, что мы - большой, пушистый кролик. Послушайте, как он дышит (все делают глубокий вдох и прислушиваются к дыханию друг друга), как бьется его сердце (слушают стук своего сердца). Посмотрите, как он улыбается (все улыбаются). Кролик просыпается — спираль разворачивается. Теперь, посмотрите, друг на друга и улыбнитесь».

### **Раздражительность (1 ч.)**

**Беседа и анализ поступков героев по притче «Лисичкины фонарики»**

#### **Игра «Живой ручеек»**

Цель: Детям нужно учиться правильно реагировать на сказанное другими.

Инструкция: Дети выстраиваются в две линии, те кто справа говорят плохое о человеке, те что слева хорошее. Когда идет первый человек, остальные одновременно говорят ему и хорошее и плохое, потом встает в коней ручейка, следом идет второй, и так пока ручеек не пройдут все участники. Каждый должен побывать и в роли говорящего плохое и хорошее.

Анализ игры:

Какие тебе больше запомнились слова?

Какие были наиболее неприятны?

Какие чувства ты при этом испытывал?

Что ты сам с большим удовольствием говорил?

## **Создание истории с героем, у которого наблюдается раздражительность**

### **Упражнение «Посчитал до 10 я и решил»**

Это правило, которого должен придерживаться ребенок, когда чувствует свою готовность действовать агрессивно. Он ни в коем случае не должен принимать никакого решения сразу, а вместо этого попробовать спокойно посчитать до десяти, успокаивая свое дыхание и стараясь расслабиться. Только после этого он может принять решение, как ему действовать в данной ситуации. Обсудите с ребенком, как изменились его мысли и желания после "успокоительного" счета. Какое решение будет более эффективным, а какое повлечет за собой еще большие трудности?

### **Этюд «Слушаем себя»**

Детям предлагается сесть удобно, в течение 1-2 минут закрыть глаза, расслабиться и "прислушиваться к себе", вроде "заглянуть в себя" и подумать: что каждый чувствует, какое у него настроение. В это время учитель рисует мелом на доске схематическое изображение различных эмоциональных состояний человека: радости, злости, страха, печали, удивления, спокойствия. Затем он сообщает, что им нужно, не открывая глаз, поочередно рассказать, как каждый из них себя чувствует, какое у каждого настроение. После короткого рассказа каждого участника учитель предлагает детям открыть глаза и посмотреть на схематические изображения различных эмоциональных состояний. Вместе обсуждаются особенности мимики в каждом случае: положение и форма бровей, глаз, уголки губ.

### **Обида и прощение (1 ч.)**

#### **Беседа по мультфильму «Обида»**

#### **Игра «Прогулка»**

Представьте, что вы в самой любимой нарядной одежде. Вы гуляете по парку. На дорожке лужа. Вам ее надо обойти. И вдруг вы падаете в лужу. Надо почистить костюм и умыться. Вы зашли в химчистку». Теперь дети делятся на пары -один из них «Химчистка», он «чистит одежду, трет как

следует, вытирает, сушит, гладит». Потом они меняются. Действия могут выполняться одновременно. Теперь все чистые.

### **Упражнение «Самоанализ»**

Каждый участник получает лист бумаги и делит его на четыре части. Дается следующая инструкция: Дай 10 ответов на вопрос: «Кто я такой?». Сделай это быстро, записывая свои ответы точно в той форме, в какой они сразу приходят в голову. Запиши их в первый столбик. Во второй столбик запиши ответы на тот же вопрос, но так, как, по твоему мнению, отозвались бы о тебе твои близкие (выбери кого-то конкретно). В третий столбик запиши ответы на тот же вопрос так, как, по твоему мнению, отозвался бы о тебе участник группы, сидящий слева от тебя.

Теперь сложи листок так, чтобы не были видны твои записи, и передай соседу слева. Получив листы, в оставшемся пустом столбике запиши 10 ответов на вопрос: «Кто такой тот человек, который дал тебе этот лист?». После этого листы собираются ведущим и перемешиваются. Поочередно зачитываются вслух характеристики из последнего столбика, а группа должна определить, о ком идет речь (писавший молчит). Обсуждается, насколько группа согласна с данным портретом. Затем листы возвращаются участникам, и они сами сравнивают все четыре набора ответов, анализируют их сходство и различия.

### **Упражнение «Прикосновение к обиде»**

Цель: стимуляция умения прощать обиды, забывать плохое, избавляться от груза нежелательных эмоций.

- Часто мы несем по жизни глубоко припрятанную обиду на самых близких нам людей: родителей, любимого человека, учителя, друга... Закройте глаза и представьте человека, который когда-то волей или неволей обидел вас...

Вспомните те слова, действия или молчание, бездействие, которые больно ранили вас, задели самые тонкие струны вашей души...

- Что вы чувствовали тогда? Какие мысли приходили в голову?

- Какие ощущения были в теле? Как ваше тело отзывалось на обиду?

### **Игра «Сплетни»**

Цель: стимуляция распространения слухов и их видоизменение, сплочение коллектива, эмоциональная разрядка.

Учащиеся садятся в круг. Одному из них учитель показывает напечатанный на листе бумаги текст из одного предложения. Например: «12 мая в 14.00. по адресу улица Пушкина, дом 15 некая Алла Евгеньевна будет зачитывать темы экзаменационных сочинений». Учащийся, прочитав и запомнив текст, рассказывает его на ухо своему соседу, и т.д. Последний участник рассказывает то, что он услышал, - видоизмененную в процессе игры версию.

- Скажите, могут сплетни стать поводом для конфликта? Стоит ли тогда прислушиваться к сплетням?

### **Рисование «Когда я обижаюсь»**

Нарисуйте себя, когда вы обижаетесь. Чем отличается от обычного состояния?

### **Самоконтроль (2 ч.)**

**Беседа по мультфильму «Самоконтроль» и рассказу В. Осеевой «Девочка с куклой»**

### **Упражнение «Пружинка»**

Упражнение на расслабление большой группы мышц. Участники группы садятся на корточки, попрыгали - они маленькие «пружинки». Пружинку потянули вверх - и выпрямите корпус, поднимите руки и потянитесь вверх, вставая на носочки. По команде: Пружинку отпустили - расслабьте руки, наклонитесь вперед. Потрясите руками, плечами, выпрямитесь. Почувствуйте тепло в руках. Теперь встряхните одну ногу, другую. Тепло разливается по ногам. Присядьте на корточки, обхватите колени руками и прижмите корпус к коленям. Ваше тело - сжавшаяся пружина, внутри вас копится энергия. С силой вы толкните себя вверх, подпрыгните. Из ног побежала теплая волна к спине, животу, рукам. Тело расслабилось. Вы чувствуете себя отдохнувшими, полными энергии.

### **Игра «Пройди по линии»**

На полу рисуется линия. Участникам игры завязываются глаза. Их задача пройти по этой линии ни разу не оступившись.

### **Игра «Жужа»**

«Жужа» стоит в центре круга с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг, дразнят, щекочут, строят рожицы. Задача «Жужи» как можно дольше находиться в центре круга и, используя один из приемов саморегуляции, не реагировать на окружающих. Когда «Жуже» надоедает, она машет полотенцем, игра прекращается. Ведущий фиксирует время, которое каждый мог продержаться в центре круга и не сорваться (по истечении 3-х минут ведущий сам останавливает время). В конце упражнения подводится, кто самый выдержанный человек в группе.

### **Рисование человека со спокойными чертами**

#### **Саморегуляция (2 ч.)**

#### **1 ч. Беседа по рассказу Н. Носова «Заплата»**

#### **Упражнение «Воздушный шарик»**

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

#### **Прием 1. «Возьми себя в руки»**

Инструкция: как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть простой способ доказать себе свою

силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди - это поза выдержанного человека.

### **Прием 2. «Врасти в землю»**

Инструкция: попробуй сильно-сильно надавить пятками на пол, руки сожми в кулачки, крепко сожми зубы. Ты - могучее дерево, у тебя сильные корни, и никакие ветры тебе не страшны. Эта поза уверенного человека.

### **Игра «Гармоничный танец»**

В игре участвуют двое. Один закрывает глаза (Лучше надеть повязку). Встают друг против друга, прикасаются легко ладонями. Звучит плавная музыка. Ведущий делает плавные движения руками, телом, приседает, слегка отходит в стороны, вперед, назад. Задача ведомого следовать за руками ведущего и повторять его движения, не потеряться.

### **Игра «Ворона»**

Ведущий стоит в центре круга, приговаривает и имитирует полет вороны: «Ворона сидит на крыше, чистит она свои перышки. Сирлалала, сирлалала!» Затем быстро и неожиданно подается команда: «А кто раньше сядет?», «А кто раньше встанет?», «А кто раньше повернется?» и т.д. Кто опоздал выполнить команду, выбывает из игры.

## **Физическая агрессия (2 ч.)**

### **Беседа по мультфильму «Детская агрессия»**

### **Анализ поступков героев по рассказу В. Осеевой «В одном доме»**

### **Игра «Пойми без слов»**

Данная игра будет полезна всем, так как в ней ребенку понадобится быть максимально находчивым и постоянно искать объяснение задуманного остальным игрокам.

Итак, в этой игре водящий задумывает какое-то слово (отвечающее на вопрос «кто?» или «что?»). После этого он должен постараться изобразить то, что это слово обозначает, не проронив ни звука. Можно двигаться, воспроизводя ситуацию, в которой используется данная вещь, или замирать, пытаясь скульптурно изобразить задуманное слово. Единственное, что

запрещено в этой игре, так это указывать на сам предмет, даже если он есть поблизости, и произносить слова и звуки. Остальные игроки пытаются угадать изображаемое слово. Когда у них появляется версия о том, что бы это значило, то они сразу произносят свой ответ. Если он неверен, то водящий отрицательно качает головой. Если ответ правильный, то водящий снова может говорить и радостно это демонстрирует, называя вслух загаданное слово и приглашая назвавшего его стать водящим. Если же ответ игрока близок по смыслу, но не совсем точен, то ведущий показывает это с помощью знака, о котором договариваются заранее, например, помахав двумя руками перед собой.

### **Игра «Дамский бокс»**

Цели: С помощью этой игры Вы можете показать детям, что агрессивность может быть и конструктивна.

Инструкция: *Кто может рассказать мне о каком-нибудь своем хорошем споре? Как все происходило? Почему этот спор ты считаешь хорошим? О чем вы спорили?*

*Я хочу показать вам, как с помощью большого пальца руки вы можете провести хороший спор. Хорошим спор бывает до тех пор, пока мы следуем правилам ведения спора и радуемся тому, что и наш партнер выполняет правила. При этом мы не хотим никого обидеть.*

*Разбейтесь на пары и встаньте друг напротив друга на расстоянии вытянутой руки. Затем сожмите руку в кулак и прижмите его к кулаку своего партнера так, чтобы ваш мизинец был прижат к его мизинцу, ваш безымянный — к его безымянному, ваш средний палец — к его среднему пальцу, ваш указательный — к его указательному. Стойте так, словно вы привязаны друг к другу. Тем более что это так и есть: во всяком споре спорящие всегда тем или иным образом завяжут друг от друга. Итак, восемь пальцев прижаты друг к другу, а большие пальцы вступают в бой. Сначала они направлены вертикально вверх. Затем один из вас считает до трех, и на счет "три" начинается бокс. Побеждает тот, чей большой палец*

*окажется сверху, прижав большой палец партнера к руке хотя бы на секунду. После этого вы можете начать следующий раунд. Все поняли суть игры?*

### **Упражнение «Стукни кулаком»**

Ребенку предлагается представить кого-то или что-то, что его злит. А когда ребенок разозлился, предложить применить упражнение «стукни кулаком» - ребенку позволяется ударить кулаком по столу или иной поверхности. Боль от удара кулаком должна отвлечь и переключить его внимание.

### **Упражнение «Скомкать и разорвать бумагу»**

Детям предлагается нарисовать любую картинку, которая вызывает у них агрессию. Потом ее смять и разорвать.

### **Игра «Лиса и заяц»**

*Цель:* развитие устойчивого внимания, преодоление неорганизованности детей, развитие быстроты переключения внимания.

*Ход игры:* перед началом игры считалками выбирают Лису и Зайца. Все участники игры встают в круг, берут друг друга за руки. Заяц находится внутри круга, а Лиса – за кругом. Лиса старается войти в круг и поймать Зайца, но участники игры не дают ей этого сделать, закрывая проходы, опуская руки или приседая. Если же Лисе все же удалось пробраться в круг, участники немедленно выпускают из круга Зайца. Заяц оказывается снаружи, и теперь участники стараются не выпустить из круга Лису. Если же Лисе каким-то образом удастся из круга выбраться, Зайцу придется спасаться бегством. Как только Зайца поймали (а для этого Лисе достаточно коснуться его плеча), выбирается новая пара. Игру можно усложнить, выбрав одного Зайца и двух Лис.

## **Вербальная агрессия (2 ч.)**

### **1 ч. Беседа по рассказу В. Осеевой «Перышко»**

### **Игра «Тух-тиби-дух»**

Цели: Тух-тиби-дух!" — еще один рецепт снятия негативных настроений и восстановления сил в голове, теле и сердце.

*Инструкция: Я сообщу вам сейчас особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований, короче, против всего, что портит настроение. Чтобы это слово подействовало по-настоящему, вам необходимо сделать следующее. Начните ходить по классу, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из детей, и трижды сердито-сердито произнесите волшебное слово. Это волшебное слово — "тух-тиби-дух". В это время другой ученик должен стоять тихо и слушать, как вы произносите волшебное слово, он не должен ничего отвечать. Но если он захочет, он может ответить вам тем же — трижды сердито-сердито произнести: "Тух-тиби-дух!". После этого продолжайте прогуливаться по классу. Время от времени останавливайтесь перед кем-нибудь и снова сердито-сердито произносите это волшебное слово. Чтобы оно подействовало, важно говорить его не в пустоту, а определенному человеку, стоящему перед вами.*

### **Игра «Мешочек криков»**

Цель: выплеск гнева, эмоциональная разрядка.

Так, если ребенок возмущен, взволнован, разозлен, словом, просто не в состоянии говорить с вами спокойно, предложите ему воспользоваться "мешочком криков". Договоритесь с ребенком, что пока у него в руках этот мешочек, то он может кричать и визжать в него столько, сколько ему необходимо. Но когда он опустит волшебный мешочек, то будет разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая произошедшее.

### **Упражнение «Ругаемся овощами»**

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а... овощами: «Ты – огурец», «А ты – редиска», «Ты – морковка», «А ты – тыква» и т.д.

Замечание: Прежде чем поругать ребенка плохим словом, вспомните это упражнение.

### **Игра «Спустить пар»**

Цели: В данной игре мы работаем с гневом и обидами, которые возникают во взаимоотношениях между детьми, а также между детьми и учителями

Инструкция: *Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Я хочу предложить вам игру, которая называется "Спустить пар". Играют в нее так.*

*Каждый из вас может сказать остальным, что ему мешает или на что он сердится. Пожалуйста, обращайтесь при этом к конкретному человеку. Например: "Федя, я выхожу из себя, когда ты назло мне сбрасываешь вещи с моей парты". Просто внимательно выслушайте все, что вам хотят сказать. До каждого из вас дойдет очередь "спустить пар". Если кому-то из вас будет совершенно не на что пожаловаться, то можно просто сказать: "У меня пока ничего не накопилось и мне не нужно "спускать пар".*

Когда круг "спускания пара" завершится, дети, на которых жаловались, могут высказаться по этому поводу.

### **Игра «Два барана»**

Цель: снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность "легальным образом" выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло. Учитель разбивает детей на пары и читает текст: "Рано-рано два барана повстречались на мосту". Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача — противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше.

### **Игра «Нитка и иголка»**

Все становятся в колонну и берут друг друга за талию - это "нитка". Впереди становится "иголка" бежит и ведет за собой "нитку". Задача "иголки" порвать или запутать "нитку".