

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад №5 «Родничок» п.г.т. Песковка Омутнинского р-на Кировской обл.

**Дополнительная
образовательная программа социально-
коммуникативной направленности
«Коррекция агрессивного поведения
у детей 5-7 лет»**

Автор программы:
Богатырева Е.Е.

2016 год

Содержание

Пояснительная записка

1. Учебно-тематический план
2. Методические рекомендации по реализации программы
3. Содержание программы и ее программно-методическое обеспечение
4. Результативность программы

Список литературы

Приложения

Пояснительная записка

Рост агрессивных тенденций среди людей отражает одну из острейших проблем современности. Психолого-педагогические исследования и практические наблюдения показывают, что у многих современных детей все чаще встречаются различного рода проблемы и трудности, среди которых нарушения поведения занимают одно из ведущих мест.

Актуальность этой проблемы не вызывает сомнения в связи с ростом детской преступности и увеличением числа детей, склонных к агрессивным формам поведения.

Нарушения поведения - это повторяющиеся устойчивые действия или поступки, включающие главным образом агрессивность деструктивной или асоциальной направленности.

Агрессия (лат. *Aggressio* — нападение) — мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам сосуществования людей, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Агрессия - это любая форма поведения, нацеленная на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения. Это определение включает в себя следующие положения:

- агрессия всегда подразумевает преднамеренное, целенаправленное причинение вреда жертве;

- в качестве агрессии может рассматриваться только такое поведение, которое подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам;

- жертвы должны обладать мотивацией избегания подобного с собой обращения.

Агрессивное влечение может проявляться через различные агрессивные аффекты, такие, как (в порядке усиления интенсивности и глубины), раздражение, зависть, отвращение, злость, нетерпимость, неистовство, ярость, бешенство и ненависть.

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее частых проблем в детском коллективе. Различные формы агрессии характерны для большинства дошкольников. Старший дошкольный возраст вообще играет особую роль в психическом развитии ребенка: именно в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения. Обычно у дошкольников по мере роста и взросления ребенка агрессия заметно снижается.

Но у некоторых детей агрессия не только сохраняется, но и развивается, переходя в устойчивое качество личности. В результате таким детям затруднительно полноценно общаться со сверстниками, у них деформируется личностное развитие, возникают трудности принятия на себя новых социальных ролей в связи с переходом из детского сада в школу, обостряются проблемы адаптации и успешности учебной деятельности. Наличие агрессии ограничивает активность ребенка, усиливает его тревожность, формирует заниженную или компенсированную самооценку.

Агрессивных детей, равно как и детей, опасющихся агрессии, относят к группе риска.

Агрессия у дошкольника может носить пассивно-защитный и часто внутренний характер, и внешний характер, явный и выраженный. А.Басс и А.Дарке выделяют 5 видов агрессии:

- физическая (направлена на разрушение продуктов деятельности другого, уничтожение и порча других вещей, а также непосредственно нападение на другого и причинение ему физической боли и унижение. Может принимать 2 формы: символическую и реальную. Символическая представляет собой угрозы и запугивания, реальная - непосредственно физическое воздействие);

- раздражение;

- вербальная (выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание вербальных реакций (угроза, проклятье, ругань);

- косвенная (направлена на обвинение или угрозы сверстнику. Проявляется в различных высказываниях в виде жалоб, демонстративного крика, направленного на устранение сверстника, агрессивных фантазий);

- негативизм (оппозиционное поведение).

Анализ агрессивного поведения дошкольников показывает, что причины такого поведения могут быть разными. Это тяжелая обстановка в семье, многодетность, стиль воспитания, условиями воспитания и условиями социализации, применяемое по отношению к детям физическое наказание, насилие в семье, влияние средств массовой информации, генетические факторы, взаимодействие с другими людьми (например, пущенные в ход кулаки или оскорбления; шумные игры, в которых дети толкаются, догоняют друг друга, дразнятся, пинаются и стараются причинить вред друг другу и др.).

Таким образом, условия формирования агрессивного поведения детей могут быть очень разными. Иногда они вызваны особенностями темперамента и нервной системы, но очень часто это лишь следствие неправильного воспитания или внутреннего дискомфорта ребенка, которого не научили адекватно реагировать на события, с которыми ему приходится иметь дело.

Решение проблемы снижения детской агрессии сегодня актуально как никогда. В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования развитие у дошкольника безагрессивного общения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками, а также становление саморегуляции собственных действий – важнейшие задачи в рамках социально-коммуникативного развития детей.

В настоящее время решение проблемы детской агрессии в условиях ФГОС ДО требует практической проработки, т.к. отсутствует система работы с детьми по данному направлению работы, какие-либо методические рекомендации.

Данная программа призвана помочь педагогам-психологам выстроить системно коррекционно-развивающую работу с детьми 5-7 лет по снижению

агрессивного поведения. Работать по программе могут педагог-психологи всех типов образовательных организаций, работающие с детьми 5-7 лет.

Цель программы - формирование у агрессивных дошкольников 5-7 лет устойчивых поведенческих реакций, обеспечивающих эмоциональную адекватность в контактах с окружающим миром.

Задачи программы:

1. Снизить уровень агрессивности и тревожности у дошкольников;
2. Обучить способам регуляции эмоционального поведения;
3. Обучить анализу своего внутреннего состояния;
4. Обучить детей речевым средствам общения, умению конструктивного общения и выхода из конфликтных ситуаций.

Новизна программы заключается в интеграции специальных заданий психологического характера и игровой технологии.

Отличительные особенности программы в том, что она выстроена по отдельным модулям, каждый из которых направлен на решение определенных микро-задач.

Программа с детьми 5-7 лет реализуется по следующим модулям:

1. **Я не тревожусь.** Занятия данного модуля направлены на снижение уровня тревожности у дошкольников.
2. **Я – хозяин эмоций.** Занятия данного модуля направлены на эмоциональную разрядку детей и снятие у них мышечного напряжения.
3. **Я и мой внутренний мир.** Занятия данного модуля направлены на обучение детей анализировать свое внутреннее состояние, понимания себя.
4. **Я умею общаться.** Занятия данного модуля направлены на обучение детей средствам речевого общения с другими людьми, умение общаться конструктивно, умение находить пути выхода из конфликтных ситуаций.

Формы и режим занятий. Программа рассчитана на 30 учебных недель. Работа выстраивается с подгруппами детей (до 8 человек). Занятия могут проводиться как в первую половину дня, так и во вторую половину дня, что не противоречит требованиям Сан Пин. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Занятия проводятся в игровой форме.

Форма подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы - итоговое занятие, диагностика в конце освоения программы.

Ожидаемые результаты при реализации программы:

- снижение степени агрессивности;
- снижение уровня тревожности;
- повышение умения контролировать свое поведение;
- повышение умения решать проблемные ситуации.;
- развитие коммуникативных навыков;
- повышение способности контролировать свои эмоции;
- повышение умения понимать свои эмоции.

Реализация программы считается успешной, если у ребенка сформировались устойчивые поведенческие реакции, обеспечивающие эмоциональную адекватность в контактах с окружающим миром. Уменьшилась как вербальные проявления агрессивности, так и агрессивное поведение. Родители констатируют положительные изменения в поведении ребенка. При проведении методик зафиксировано меньшее количество признаков агрессивности дошкольника.

1. Учебно-тематический план

№	Разделы программы	3-8 лет
1	Вводное занятие	1
2	Модуль «Я не тревожусь»	6
3	Модуль «Я – хозяин эмоций»	8
4	Модуль «Я и мой внутренний мир»	6
5	Модуль «Я умею общаться»	8
	Итоговое занятие	1
	<i>Итого количество занятий</i>	<i>30</i>

2. Методические рекомендации по реализации программы

Организация работы с детьми по данной программе строится на следующих принципах:

- гуманизма - утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому ребенку, исключение принуждения и насилия над личностью;
- конфиденциальности - информация, полученная психологом в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению;
- компетентности - психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности;
- ответственности - психолог заботится, прежде всего, о благополучии детей и не использует результаты работы им во вред;
- контакт с ребенком;
- положительное внимание к внутреннему миру ребенка;
- безоценочное восприятие личности ребенка, принятие его в целом;
- сотрудничество с ребенком - оказание конструктивной помощи в отреагировании проблемных ситуаций и выработки навыков саморегуляции и контроля.

В ходе реализации программы используются разнообразные дидактические материалы, игры и наглядные пособия, конспекты и сценарии занятий, специальная литература, которые отражены в ее содержании.

Необходимыми условиями реализации программы являются: наличие помещения - отдельного кабинета или зала. Помещение должно быть достаточно просторным, где дети с различной степенью активности могли бы

безопасно передвигаться. Пол не должен быть скользким; целесообразно иметь специальное покрытие, чтобы ребенок при необходимости мог расположиться на полу. В помещении не должно быть никаких потенциально опасных предметов. Комната должна быть светлой и уютной, с регулируемой яркостью освещения. Стены и необходимая мебель должны быть теплых, успокаивающих тонов — светло-коричневые, зеленые и др.

Для занятий может потребоваться следующее оборудование: мебель, компьютер, иллюстрации, картинки, модели, схемы, магнитофон, дидактические игры, игрушки, канцелярские принадлежности и др.

Программа реализуется через следующие этапы:

1. Первоначальный диагностический этап.
2. Этап планирования, организации, координации (организационно-исполнительская деятельность).
3. Этап непосредственной работы с детьми.
4. Вторичный диагностический этап.

На первоначальном диагностическом этапе важно провести исследование в соответствии с правилами, чтобы избежать ошибок в процедуре диагностирования и в составлении заключения об уровне агрессивности детей. Диагностическая работа обеспечивает своевременное выявление детей с агрессивным поведением, проведение их комплексного обследования и подготовку рекомендаций по оказанию им психолого-педагогической помощи в условиях образовательного учреждения.

Поэтому необходимо соблюдать следующие основные правила:

- для получения надежного результата и составления более качественного заключения о личностном развитии ребенка, использовать не менее трех диагностических методик;
- строго следовать инструкции, приведенной в методике. Понятно и доступно изложить инструкцию ребенку;
- строго придерживаться возрастной границы использования методики в работе с ребенком;
- выбирать только тот стимульный материал, который содержится в самой методике.

Выделение характерологических особенностей на первоначальном диагностическом этапе весьма важно, так как именно эти особенности агрессивных детей являются предметом коррекционной работы. На данном этапе психолог должен уметь точно определить характерологические особенности агрессивных детей, которые заключаются в том, что дети:

- воспринимают большой круг ситуаций как угрожающих, враждебных по отношению к ним;
- сверхчувствительны к негативному отношению к себе;
- заранее настроены на негативное восприятие себя со стороны окружающих;
- не оценивают собственную агрессию как агрессивное поведение;
- всегда винят окружающих в собственном деструктивном поведении;
- в случае намеренной агрессии (нападение, порча имущества и т.п.) отсутствует чувство вины, либо вина проявлена очень слабо;

- склонны не брать на себя ответственность за свои поступки;
- имеют ограниченный набор реакций на проблемную ситуацию;
- в отношениях проявляют низкий уровень эмпатии;
- слабо развит контроль над своими эмоциями;
- слабо осознают свои эмоции, кроме гнева;
- боятся непредсказуемости в поведении родителей;
- имеют неврологические недостатки: неустойчивое, рассеянное внимание, слабая оперативная память, неустойчивое запоминание;
- не умеют прогнозировать последствия своих действий (эмоционально застревают на проблемной ситуации);
- положительно относятся к агрессии, так как через агрессию получают чувство собственной значимости и силы.
- имеют высокий уровень личностной тревожности;
- имеют неадекватную самооценку, чаще низкую;
- чувствуют себя отверженными.

Среди психологических особенностей, провоцирующих агрессивное поведение детей, также обычно выделяют:

- недостаточное развитие интеллекта и коммуникативных навыков;
- сниженный уровень саморегуляции;
- неразвитость игровой деятельности;
- низкую самооценку;
- нарушения в отношениях со сверстниками.

Диагностика степени агрессивности у детей проводится вне занятий дважды: перед реализацией программы и в конце реализации программы.

На этапе планирования, организации, координации педагог подбирает содержание занятий, необходимое оборудование и материалы.

На этапе непосредственной работы с детьми проводятся занятия по учебно-тематическому плану.

В начале реализации программы проводится вводное занятие, которое позволяет сблизиться с детьми. В конце реализации программы проводится итоговое занятие.

Каждое занятие с детьми проводится в игровой форме. Структура занятий с детьми:

1. Ритуал приветствия, который позволяет сплочать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
2. Основная часть - совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия. На этом этапе используются беседы, игры и упражнения, направленные на коррекцию и формирование конструктивных форм поведения.
3. Подведение итогов.
4. Ритуал прощания.

Длительность одного занятия – не более 30 минут. Все занятия проводятся с подгруппой детей, они оканчиваются формой подведения итогов – рефлексией.

В данной программе ее содержание раскрывается через микро-задачи каждого модуля и техники работы с детьми в каждом модуле. В приложении

программы даны примерные перечни игр, упражнений, заданий и др. для работы с детьми. Педагог свободен в конструировании содержания конкретного занятия. Он конструирует его в зависимости от уровня развития детей, из степени агрессивности, от тех условий, в которых протекает деятельность детей, от наличия необходимого материала и оборудования, в зависимости от возрастного состава детской подгруппы и индивидуальных особенностей детей в подгруппе, а также иных условий.

На вторичном диагностическом этапе диагностическая работа обеспечивает фиксацию результатов освоения программы детьми, проведение их комплексного обследования и подготовку рекомендаций по оказанию им дальнейшей психолого-педагогической помощи. По результатам вторичной диагностики и на основе сравнительного анализа результатов первичной и вторичной диагностики делается вывод об эффективности произошедших изменений у каждого ребенка.

На протяжении всего периода реализации программы осуществляется консультативная работа семей и педагогов, работающих с детьми. Консультативная работа обеспечивает непрерывность специального сопровождения детей с агрессивным поведением и их семей по вопросам реализации дифференцированных психолого-педагогических условий обучения, воспитания, коррекции, развития и социализации дошкольников.

Работа с родителями осуществляется в виде лекций, бесед, теоретических и практических семинаров, круглых столов и т.д. Она включает два направления:

- ознакомление родителей с той исключительной ролью, которую играют внутрисемейные взаимоотношения в возникновении и закреплении тревожности ребенка. Демонстрируется значение конфликтов в семье (между родителями, родителями и другими детьми, родителями и прародителями) и общей атмосферы семьи. Особое внимание обращается на развитие у ребенка чувства уверенности в том, что родители верят в его силы, возможности, могут защитить. Показывается значение особенностей предъявления требований к ребенку, того, когда и почему близкие взрослые довольны и недовольны им, и того, как, в какой форме они это проявляют;

- показать родителям влияние на детей разных возрастов страхов и тревог близких взрослых, их общего эмоционального самочувствия, их самооценки. Основная задача такой работы - формирование у родителей представления о том, что им принадлежит решающая роль в профилактике агрессивности и ее преодолении; обучение их конкретным способам преодоления повышенной агрессии у детей.

Сведения о выявленных результатах диагностических обследований родители получают в ходе индивидуальных консультаций; родителям даются рекомендации, как вести себя с ребенком и закреплять в домашних условиях сформированные на занятиях умения и навыки.

Педагог свободен в выборе форм работы с семьями дошкольников.

3.Содержание программы и ее программно-методическое обеспечение

<i>Разделы программы</i>	<i>Содержание программы</i>	<i>Методы и техники коррекционного воздействия на детей</i>
Вводное занятие	- установление контакта с детьми, определение и формирование поля взаимного доверия	1) игры на установление контакта
Модуль «Я не тревожусь»	- снижение уровня тревожности	1) релаксационные техники – мышечная релаксация, движения под музыку, визуализация ситуации; 2) задания сочинить реальную или фантастическую историю, в которой находили бы отражение страхи; 3) установочные ролевые игры-драматизации (разыгрываются различные ситуации беспокойства, тревоги и страха, испытываемые в дома и в детском саду).
Модуль «Я – хозяин эмоций»	- знакомство детей с характеристикой эмоциональных состояний, присущих человеку; -обучение конструктивным способам управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности, мирно разрешать конфликтные ситуации); - формирование у детей способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить свои эмоции социально приемлемым способом	1) работа с фотографиями, отражающими различные эмоциональные состояния; 2) придумывание историй, раскрывающих причину эмоционального состояния (желательно раскрыть несколько причин); 3) рисование, лепка эмоций; 4) пластическое изображение эмоций; 5) работа с эмоциями через сенсорные каналы; 6) изображение различных предметов и явлений природы, придумывание рассказов от лица этих предметов и явлений; 7) разыгрывание сценок (этюдов), отражающих различные эмоциональные состояния; 8) ролевые игры, отражающие проблемную ситуацию, где «агрессор» проигрывает роль «жертвы»
Модуль «Я и мой	- повышение самооценки	1) упражнения, направленные на позитивное восприятие образа

внутренний мир»		<p>«Я», активизацию самосознания, актуализацию «Я-состояний»;</p> <p>2) разработка системы поощрений и наград за имеющиеся и возможные успехи («альбом успехов», медали, дипломы, аплодисменты и т.д.);</p> <p>3) пластическое выражение гнева, отреагирование гнева через движения;</p> <p>4) рисование гнева, а также лепка гнева из пластилина (глины), обсуждение (если ребёнок хочет), в каких ситуациях он испытывает гнев;</p> <p>5) перевод деструктивных действий в вербальный план («остановись и подумай, что ты хочешь сделать»);</p> <p>6) осознание своего гнева через сенсорные каналы (на что похож твой гнев? какой он на цвет, на слух, на вкус, на осязание?);</p> <p>7) осознание своего гнева через телесные ощущения (сокращения мышц лица, шеи, рук, грудной клетки, живота, которые могут вызвать боль).</p>
Модуль «Я умею общаться»	- формирование адекватного отношения к себе и другим	<p>1) работа с картинками, отражающими проблемные ситуации;</p> <p>2) разыгрывание сцен, отражающих вымышленные конфликтные ситуации;</p> <p>3) использование игр, включающих в себя элементы соперничества;</p> <p>4) использование игр, направленных на сотрудничество;</p> <p>5) разбор вместе с ребёнком последствий различных поведенческих реакций, выбор позитивной и закрепление её в ролевой игре;</p> <p>6) введение на занятиях определённых правил поведения с использованием системы поощрений и привилегий (награды, призы, медали т.п.);</p>

		7) включение ребёнка в командные игры (канализация агрессии, взаимодействие в коллективе, соблюдение определённых правил)
Итоговое занятие	- подведение итогов совместного общения детей и педагога	1) игры рефлексивного характера

4.Результативность программы

Для определения степени выраженности агрессивности у детей старшего дошкольного возраста как на первичном, так и на вторичном диагностическом этапе возможно применять:

1. Метод наблюдения (П. Бейкер и М. Алворд).
2. Проективная методика «Рисунок несуществующего животного».
3. Проективная методика «Кактус» М.А.Панфиловой.
4. Тест фрустрационных реакций (детский вариант, автор С. Розенцвейг).

Метод наблюдения самый древний метод сбора информации о поведении детей. Он помогает получить полную, богатую информацию для предварительного психологического анализа особенностей поведения детей.

Диагностические критерии определения агрессивности у детей старшего дошкольного возраста (П. Бейкер и М. Алворд) в ходе наблюдения заключаются в следующем:

- часто (по сравнению с поведением других детей, окружающих ребенка) теряют контроль над собой;
- часто спорят, ругаются с детьми и взрослыми;
- намеренно раздражают взрослых, отказываются выполнять просьбы;
- часто винят других в своем «неправильном» поведении и ошибках;
- завистливы и мнительны;
- часто сердятся и прибегают к дракам.

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

Проективная методика «Рисунок несуществующего животного» - одна из наиболее распространенных проективных методик диагностики агрессивности детей. Помогает выяснить и уточнить черты личности, установки и психологические проблемы ребенка. А также дает возможность наглядно увидеть и проанализировать неадекватное поведение ребенка.

Описание: методика является проективной, т.к. не имеет стимульного материала и не является стандартизированной. Методика используется при обследовании детей в качестве ориентировочной методики, данные которой помогают выдвинуть гипотезу об особенностях личности. Все признаки интерпретируются символично.

Процедура проведения: Предлагается лист А4, толщина средняя, простой карандаш, 6 цветных, ластик, точилка.

Инструкция: "Придумайте и нарисуйте животное, которое не существует, его не существовало раньше ни в кино, ни в мультфильмах, ни в сказках, ни в компьютерных играх и назови несуществующим названием".

Психолог отмечает все реакции:

- вербальные;
- невербальные;
- стирания и к чему они приводят;
- порядок рисования объектов, наличие пауз.

По окончании рисования ему предлагают придумать название и ответить на вопросы: (уточнение рисунка, беседа: где живет, с кем, чем питается, какое оно по характеру, настроение у него, что любит, а что нет, есть ли друзья, враги, как с ними борется, чего боится).

Представь себе, что оно встретило волшебника, который может исполнить три желания и что оно загадает.

Анализ данных проводится путем интерпретации рисунка и особенности рассказа.

Признаки агрессии на рисунке:

- острые импульсивные линии, сильный нажим;
- общий характер агрессивный, нападающий;
- наличие агрессивных приспособлений (когти, шипы, иглы, пластины и т.д.)
- вербальная агрессия (жалю, пасть, зубы, изрыгает огонь)

Иногда животное снабжено агрессивными приспособлениями, но характер использования будет указывать не на агрессию, а на страх агрессии. Распознать это поможет интерпретация беседы. Если ребенок говорит, что это нужно чтобы защищаться, обороны и т.д., то можно говорить о страхе агрессии.

Признаки агрессии в рассказе:

- злой характер;
- питается животными, людьми;

- очевидные указания на агрессию (рушить, ломать, убивает, поедает), причем, если признаки агрессии не наблюдаются в поведении, а в рисунке, рассказе они не выявлены – это агрессия подавляемая;

- удаленное место жительства;

- одиночество животного.

Интерпретация:

Общие замечания.

Метод интерпретации рисуночных тестов, в том числе и "Рисунка несуществующего животного" построен на теории психомоторной связи. Для регистрации состояния психики используется исследование моторики (в частности, моторики рисующей доминантной правой руки, зафиксированной в виде графического следа движения, рисунка). По И.М. Сеченову, всякое представление, возникающее в психике, любая тенденция, связанная с этим представлением, заканчивается движением (буквально: "Всякая мысль заканчивается движением").

Если реальное движение по какой-то причине не осуществляется, то в соответствующих группах мышц суммируется определенное напряжение энергии, необходимой для осуществления ответного движения (на представление - мысль). Так, например, образы и мысли-представления, вызывающие страх, стимулируют напряжение в группах ножной мускулатуры и в мышцах рук, что оказалось бы необходимым в случае ответа на страх бегством или защитой с помощью рук — ударить, заслониться.

Тенденция движения имеет направление в пространстве: удаление, приближение, наклон, выпрямление, подъем, падение. При выполнении рисунка лист бумаги (либо полотно картины) представляет собой модель пространства и, кроме состояния мышц, фиксирует отношение к пространству, т.е. возникающую тенденцию.

Пространство, в свою очередь, связано с эмоциональной окраской переживания и временным периодом: настоящим, прошлым, будущим. Связано оно также с действенностью или идеально-мыслительным планом работы психики. Пространство, расположенное сзади и слева от субъекта, связано с прошлым периодом и бездейтельностью (отсутствием активной связи между мыслью-представлением, планированием и его осуществлением). Правая сторона, пространство спереди и вверху связаны с будущим периодом и действенностью. На листе (модели пространства) левая сторона и низ связаны с отрицательно окрашенными и депрессивными эмоциями, с неуверенностью и пассивностью. Правая сторона (соответствующая доминантной правой руке) — с положительно окрашенными эмоциями, энергией, активностью, конкретностью действия.

Положение рисунка на листе.

В норме рисунок расположен по средней линии вертикально поставленного листа. Лист бумаги лучше всего взять белый или слегка кремовый, неглянцевый. Пользоваться карандашом средней мягкости; ручкой и фломастером рисовать нельзя.

Положение рисунка ближе к верхнему краю листа (чем ближе, тем более выражено) трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим

положением в социуме, недостаточностью признания со стороны окружающих, как претензия на продвижение и признание, тенденция к самоутверждению.

Положение рисунка в нижней части — обратная тенденция: неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, незаинтересованность в своем положении в социуме, в признании, отсутствие тенденции к самоутверждению.

Центральная смысловая часть фигуры (голова или замещающая ее деталь). Голова повернута вправо — устойчивая тенденция к деятельности, действительности: почти все, что обдумывается, планируется, осуществляется или, по крайней мере, начинает осуществляться (если даже и не доводится до конца). Испытуемый активно переходит к реализации своих планов, наклонностей.

Голова повернута влево — тенденция к рефлексии, к размышлениям. Это не человек действия: лишь незначительная часть замыслов реализуется или хотя бы начинает реализовываться. Нередко также боязнь перед активным действием и нерешительность (вариант: отсутствие тенденции к действию или боязнь активности — следует решить дополнительно).

Положение "анфас", т.е. голова направлена на рисующего (на себя), трактуется как эгоцентризм. На голове расположены детали, соответствующие органам чувств—уши, рот, глаза. Значение детали "уши" — прямое: заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих о себе.

Дополнительно по другим показателям и их сочетанию определяется, предпринимает ли испытуемый что-либо для завоевания положительной оценки или только продуцирует на оценки окружающих соответствующие эмоциональные реакции (радость, гордость, обида, огорчение), не изменяя своего поведения. Приоткрытый рот в сочетании с языком при отсутствии прорисовки губ трактуется как большая речевая активность (болтливость), в сочетании с прорисовкой губ — как чувственность; иногда и то, и другое вместе. Открытый рот без прорисовки языка и губ, особенно — зачерченный, трактуется как легкость возникновения опасений и страхов, недоверия. Рот с зубами — вербальная агрессия, в большинстве случаев — защитная (огрызается, задирается, грубит в ответ на обращение к нему отрицательного свойства, осуждение, порицание). Для детей и подростков характерен рисунок зачерченного рта округлой формы (боязливость, тревожность).

Особое значение придают глазам. Это символ присущего человеку переживания страха: подчеркивается резкой прорисовкой радужки. Обратит внимание на наличие или отсутствие ресниц. Ресницы — истероидно-демонстративные манеры поведения; для мужчин: женственные черты характера с прорисовкой зрачка и радужки совпадают редко. Ресницы—также заинтересованность в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придание этому большого значения.

Увеличенный (относительно фигуры в целом) размер головы говорит о том, что испытуемый ценит рациональное начало (возможно, и эрудицию) в себе и окружающих.

На голове также иногда располагаются дополнительные детали: рога — защита, агрессия. Определить по сочетанию с другими признаками — когтями, щетиной, иглами — характер этой агрессии: спонтанная или защитно-ответная. Перья — тенденция к самоукрашению и самооправданию, к демонстративности. Грива, шерсть, подобие прически — чувственность, подчеркивание своего пола и иногда ориентировка на свою сексуальную роль.

Несущая, опорная часть фигуры.

К ней относятся (ноги, лапы, иногда — постамент). Рассматривается основательность этой части по отношению к размерам всей фигуры и по форме:

а) основательность, обдуманность, рациональность принятия решения, пути к выводам, формирование суждения, опора на существенные положения и значимую информацию;

б) поверхностность суждений, легкомыслие в выводах и неосновательность суждений, иногда импульсивность принятия решения (особенно при отсутствии или почти отсутствии ног).

Обратить внимание на характер соединения ног с корпусом: точно, тщательно или небрежно, слабо соединены или не соединены вовсе — это характер контроля за рассуждениями, выводами, решениями. Однотипность и однонаправленность формы лап, любых элементов опорной части — конформность суждений и установок в принятии решений, их стандартность, банальность. Разнообразие в форме и положении этих деталей — своеобразие установок и суждений, самостоятельность и небанальность; иногда даже творческое начало (соответственно необычности формы) или инакомыслие (ближе к патологии).

Части, поднимающиеся над уровнем фигуры.

Они могут быть функциональными или украшающими: крылья, дополнительные ноги, щупальца, детали панциря, перья, бантики вроде завитушек-кудрей, цветково-функциональные детали — энергия охвата разных областей человеческой деятельности, уверенность в себе, "самораспространение" с неделикатным и неразборчивым притеснением окружающих, либо любознательность, желание соучаствовать как можно в большем числе дел окружающих, завоевание себе места под солнцем, увлеченность своей деятельностью, смелость предприятий (соответственно значению Детали-символа — крылья или щупальца и т.д.). Украшающие детали — демонстративность, склонность обращать на себя внимание окружающих, манерность (например, лошадь или ее несуществующее подобие в султане из павлиньих перьев).

Хвосты.

Выражают отношение к собственным действиям, решениям, выводам, к своей вербальной продукции — судя по тому, повернуты ли эти хвосты вправо (на листе) или влево. Хвосты повернуты вправо — отношение к своим действиям и поведению. Влево — отношение к своим мыслям, решениям; к упущенным возможностям, к собственной нерешительности. Положительная или отрицательная окраска этого отношения выражена направлением хвостов

вверх (уверенно, положительно, бодро) или падающим движением вниз (недовольство собой, сомнение в собственной правоте, сожаление о сделанном, сказанном, раскаяние и т.п.). Обратить внимание на хвосты, состоящие из нескольких, иногда повторяющихся, звеньев, на особенно пышные хвосты, особенно длинные и иногда разветвленные.

Контурные фигуры.

Анализируются по наличию или отсутствию выступов (типа щитов, панцирей, игл), прорисовки и затемнения линии контура. Это защита от окружающих, агрессивная — если она выполнена в острых углах; со страхом и тревогой — если имеет место затемнение, "запачкивание" контурной линии; с опасением, подозрительностью — если выставлены щиты, "заслоны", линия удвоена. Направленность такой защиты — соответственно пространственному расположению: верхний контур фигуры — против вышестоящих, против лиц, имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т.е. против старших по возрасту, родителей, учителей, начальников, руководителей; нижний контур — защита против насмешек, непризнания, отсутствия авторитета у нижестоящих подчиненных, младших, боязнь осуждения; боковые контуры — недифференцированная опасливость и готовность к самозащите любого порядка и в разных ситуациях; то же самое — элементы "защиты", расположенные не по контуру, а внутри контура, на самом корпусе животного. Справа — больше в процессе деятельности (реальной), слева — больше защита своих мнений, убеждений, вкусов.

Общая энергия.

Оценивается количество изображенных деталей — только ли необходимое количество, чтобы дать представление о придуманном несуществующем животном (тело, голова, конечности или тело, хвост, крылья и т.п.): с заполненным контуром, без штриховки и дополнительных линий и частей, просто примитивный контур, — или имеет место щедрое изображение не только необходимых, но усложняющих конструкцию дополнительных деталей. Соответственно, чем больше составных частей и элементов (помимо самых необходимых), тем выше энергия. В обратном случае — экономия энергии, астеничность организма, хроническое соматическое заболевание (то же самое подтверждается характером линии — слабая паутинообразная линия, "возит карандашом по бумаге", не нажимая на него). Обратный же характер линий — жирная с нажимом — не является полярным: это не энергия, а тревожность. Следует обратить внимание на резко продавленные линии, видимые даже на обратной стороне листа (судорожный, высокий тонус мышц рисующей руки) — резкая тревожность. Обратить внимание также на то, какая деталь, какой символ выполнен таким образом (т.е. к чему привязана тревога).

Линии.

Оценка характера линии (дубляж линии, небрежность, неаккуратность соединений, "островки" из находящихся друг на друга линий, зачернение частей рисунка, "запачкивание", отклонение от вертикальной оси, стереотипности линий и т.д.). Оценка осуществляется так же, как и при

анализе пиктограммы. То же — фрагментарность линий и форм, незаконченность, оборванность рисунка.

Типы животных.

Тематически животные делятся на угрожаемых, угрожающих и нейтральных (подобия льва, бегемота, волка или птицы, улитки, муравья, либо белки, собаки, кошки). Это отношение к собственной персоне и к своему "Я", представление о собственном положении в мире, как бы идентификация себя по значимости (с зайцем, букашкой, слоном, собакой и т.д.). В данном случае рисуемое животное — представитель самого рисуемого.

Уподобление рисуемого животного человеку, начиная с постановки животного в положение прямохождения на две лапы, вместо четырех или более, и заканчивая одеванием животного в человеческую одежду (штаны, юбки, банты, пояса, платье), включая похожесть морды на лицо, ног и лап на руки, свидетельствует об инфантильности, эмоциональной незрелости, соответственно степени выраженности "очеловечивания" животного. Механизм сходен аллегорическому значению животных и их характеров в сказках, притчах и т.п.

Агрессивность.

Степень агрессивности выражена количеством, расположением и характером углов в рисунке, независимо от их связи с той или иной деталью изображения. Особенно весомы в этом отношении прямые символы агрессии — когти, зубы, клювы. Следует обратить внимание также на акцентировку сексуальных признаков — вымени, сосков, груди при человекоподобной фигуре и др. Это отношение к полу, вплоть до фиксации на проблеме секса.

Фигура круга (особенно — ничем не заполненного) символизирует и выражает тенденцию к скрытности, замкнутость, закрытость своего внутреннего мира, нежелание давать сведения о себе окружающим, наконец, нежелание подвергаться тестированию. Такие рисунки обычно дают очень ограниченное количество данных для анализа.

Обратить внимание на случаи вмонтирования механических частей в тело "животного" — постановка животного на постамент, тракторные или танковые гусеницы, треножник; прикрепление к голове пропеллера, винта; вмонтирование в глаз электролампы, в тело и конечности животного — рукояток, клавиш и антенн. Это наблюдается чаще у больных шизофренией и глубоких шизоидов.

Творческие возможности.

Выражены обычно количеством сочетающихся в фигуре элементов: банальность, отсутствие творческого начала принимают форму "готового", существующего животного (люди, лошади, собаки, свиньи, рыбы), к которому лишь приделывается "готовая" существующая деталь, чтобы нарисованное животное стало несуществующим — кошка с крыльями, рыба с перьями, собака с лапами и т.п. Оригинальность выражается в форме построения фигуры из элементов, а не целых заготовок.

Название.

Может выражать рациональное соединение смысловых частей (летающий заяц, "бегекот", "мухожер" и т.п.). Другой вариант — словообразование с книжно-научным, иногда латинским суффиксом или окончанием ("ратолетиус" и т.п.). Первое — рациональность, конкретная установка при ориентировке и адаптации; второе — демонстративность, направленная главным образом на демонстрацию собственного разума, эрудиции, знаний. Встречаются названия поверхностно-звуковые без всякого осмысления ("лялие", "лиошана", "гратекер" и т.п.), знаменующие легкомысленное отношение к окружающим, неумение учитывать сигнал опасности, наличие аффективных критериев в основе мышления, перевес эстетических элементов в суждениях над рациональными.

Наблюдаются иронически-юмористические названия ("риночурка", "пузыренд" и т.п.) — при соответственно иронически-снисходительном отношении к окружающим. Инфантильные названия имеют обычно повторяющиеся элементы ("тру-тру", лю-лю", "кус-кус" и т.п.). Склонность к фантазированию (чаще защитного порядка) выражена обычно удлинненными названиями ("аберосинотиклирон", "гулобарниклета-миешиния" и т.п.).

Методика «Кактус» М.А.Панфиловой. Процедура проведения: испытуемому выдается лист бумаги форматом А4 и простой карандаш. Инструкция: «Нарисуй кактус таким, каким ты его себе представляешь». Дополнительные объяснения не допускаются. После завершения рисунка испытуемому в качестве дополнения можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Этот кактус домашний или дикий?
2. Этот кактус сильно колется? Его можно потрогать?
3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют?
4. Кактус растет один или с каким-то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение?
5. Когда кактус подрастет, то, как он изменится (иголки, объем, отростки)?

О наличии агрессивных тенденций в поведении можно судить по следующим деталям в рисунке: Наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.

Тест фрустрационных реакций» (детский вариант, автор С. Розенцвейг). Это полупроективная методика, состоящей из 24 картинок (в стиле комиксов), на которых изображены 2 человека в типичных жизненных ситуациях, характеризующихся умеренным уровнем фрустрации. Черты лица и другие признаки выражения эмоций намеренно опущены на этих рисунках. Персонаж, находящийся слева, всегда говорит определенные слова, которые помогают описать фрустрацию другого персонажа. Над изображенным справа персонажем имеется пустой квадрат, в который испытуемого просят назвать первый, пришедший на ум ответ.

Процедура проведения: эти рисунки предъявляются испытуемому. Предполагается, что «отвечая за другого», испытуемый легче, достовернее изложит свое мнение и проявит типичные для него реакции выхода из

конфликтных ситуаций. Исследователь отмечает общее время опыта. Тест может быть применен как в индивидуальном, так и в групповом исполнении, мы данный тест использовали в индивидуальном обследовании. Экспериментатор отмечает особенности интонации и прочее, что может помочь в уточнении содержания ответа. Кроме того, испытуемому могут быть заданы вопросы относительно очень коротких или двусмысленных ответов (это также необходимо для подсчета). Иногда случается, что испытуемый неправильно понимает ту или иную ситуацию, и, хотя такие ошибки сами по себе значимы для качественной интерпретации, все же после необходимого разъяснения от него должен быть получен новый ответ. Первоначальный ответ нужно зачеркнуть, но не стирать резинкой. Опрос следует вести по возможности осторожнее, так, чтобы вопросы не содержали дополнительной информации.

Инструкция: «Я буду показывать тебе рисунки, на которых изображены люди в определенной ситуации. Человек слева что-то говорит и его слова написаны сверху в квадрате. Представь себе, что может ответить ему другой человек. Будь серьезен и не старайся отделаться шуткой. Обдумай ситуацию и отвечай побыстрее».

Интерпретация результатов: Каждый из полученных ответов оценивается, в соответствии с теорией, С. Розенцвейга, по двум критериям: по направлению реакции (агрессии) и по типу реакции.

По направлению реакции подразделяются на:

- Экстрапунитивные: реакция направлена на живое или неживое окружение, осуждается внешняя причина фрустрации, подчеркивается степень фрустрирующей ситуации, иногда разрешения ситуации требуют от другого лица.

- Интропунитивные: реакция направлена на самого себя, с принятием вины или же ответственности за исправление возникшей ситуации, фрустрирующая ситуация не подлежит осуждению. Испытуемый принимает фрустрирующую ситуацию как благоприятную для себя.

- Импунитивные: фрустрирующая ситуация рассматривается как нечто незначительное или неизбежное, преодолимое "со временем, обвинение окружающих или самого себя отсутствует.

По типу реакции делятся на:

- Препятственно-доминантные. Тип реакции «с фиксацией на препятствии». Препятствия, вызывающие фрустрацию, всячески акцентируются, независимо от того, расцениваются они как благоприятные, неблагоприятные или незначительные.

- Самозащитные. Тип реакции «с фиксацией на самозащите». Активность в форме порицания кого-либо, отрицание или признание собственной вины, уклонения от упрека, направленные на защиту своего «Я», ответственность за фрустрацию никому не может быть приписана.

- Необходимо-упорствующие. Тип реакции «с фиксацией на удовлетворение потребности». Постоянная потребность найти конструктивное решение конфликтной ситуации в форме либо требования помощи от других лиц, либо принятия на себя обязанности разрешить

ситуацию, либо уверенности в том, что время и ход событий приведут к ее разрешению.

Для обозначения направления реакции используются буквы:

Е – экстрапунитивные реакции,

І – интропунитивные реакции,

М – импунитивные.

Типы реакций обозначаются следующими символами:

OD – «с фиксацией на препятствии»,

ED – «с фиксацией на самозащите»,

NP – «с фиксацией на удовлетворение потребности».

Из сочетаний этих шести категорий получают девять возможных факторов и два дополнительных варианта. Вначале исследователь определяет направление реакции, содержащееся в ответе испытуемого (Е, І или М), а затем выявляет тип реакции: ED, OD или NP. Типы реакций отражены в таблице 1.

Таблица 1

Типы реакций

Направленность реакций	О-D препятственно-доминантный	Е-D эго-защитный	Н-Р потребностно-неустойчивый
Е - экстрапунитивная	Е' - определённо выделяется, подчёркивается наличие фрустрирующего обстоятельства, препятствия.	Е - обвинение. Враждебность и т. п. проявляется в отношении внешнего окружения. Субъект активно отрицает свою вину, проявляя враждебность к обвинителю.	е - содержится требование к другому конкретному лицу исправить фрустрирующую ситуацию.
І - интропунитивная	І' - фрустрирующая ситуация истолковывается как благоприятная или как заслуженное наказание, или же подчёркивается смущённость беспокойством других.	І - обвинение, осуждение объект предъявляет самому себе. Субъект признаёт свою вину, но отрицает ответственность, ссылаясь на смягчающие обстоятельства.	і - субъект, признавая свою ответственность, берётся самостоятельно исправить положение, компенсировать потери другому лицу.
М - импунитивная	М' - отрицает значимость или неблагоприятность препятствия, обстоятельств фрустрации.	М - осуждение кого-либо явно избегается, объективный виновник фрустрации оправдывается субъектом.	т - субъект надеется на благополучное разрешение проблем со временем, характерны уступчивость и конформность.

Список литературы:

1. Большой психологический словарь. Сост. Мещеряков, Б., Зинченко, В. Олма-пресс. 2004.
2. Волкова Е. Особенности работы педагогов, психологов ДОУ с трудными детьми и их родителями. Агрессивные дети. // Дошкольное воспитание. №3. 2000. С. 108-111.
3. Игумнов С.А. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков. М., 2000
4. Лютова Е.К., Моница Г. Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000.
5. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. «Учим детей общению»// Ярославль, «Академия развития», 1997
6. Кряжева Н.Л. «Развитие эмоционального мира детей» // Ярославль «Академия развития», 1997
7. Лисина, М.И. Потребность в общении//Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения.- М.: Педагогика, 1986
8. Лютова Е.К., Моница Г.Б. «Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми». // М, «Генезис», 2000
9. Основы коммуникации: Программа развития личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками.- СПб.: Образование, 1995.- 195 с.
10. Семенова С.И. Учимся сочувствовать, сопереживать. Коррекционно-развивающее занятие для детей 5-8 лет. - М., 2004
11. Смирнова Е., Холмогорова В. Дошкольники: формирование доброжелательных отношений. Дошкольное воспитание. №9. 2003. С. 68-74.
12. Смирнова Е., Холмогорова В. Игры, направленные на формирование доброжелательного отношения со сверстниками. // Дошкольное воспитание. №8. 2003. С. 73-76.
13. Фурманов И.А. Детская агрессивность. Психодиагностика и коррекция - Минск, 1996
14. Экспериментальное исследование агрессивного поведения у детей старшего дошкольного возраста на <http://refleader.ru/>
15. <http://www.friendship.com.ru/games/03.shtml>

Примерный перечень игр, упражнений, заданий и пр.к программе

Привет фотографии

Цель: обучение детей узнавать друг друга по фотографии, создание положительного настроения

Дети сидят в кругу. В центре на столе лежат фотографии лицами вниз. Ребенок выходит в центр круга, берет любую фотографию, затем находит человека по фотографии, подходит к нему и здоровается (пожать руку и сказать «Привет») Ребенок, с которым поздоровались, сначала отвечает на приветствие, а затем выбирает следующую фотографию. Игра продолжается до тех пор, пока не останется ни одной фотографии.

Клубочек

Цель: знакомство, установление доверительного контакта с детьми, сплочение группы.

Дети садятся в круг. Ведущий, держа в руках клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, задает любой вопрос участнику игры (Например: «Как тебя зовут, хочешь ли ты со мной дружить, что ты любишь, чего ты боишься» и т.д.). Ребенок ловит клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, отвечает на вопрос, а затем задает свой следующему игроку. Таким образом, в конце клубочек возвращается ведущему. Все видят нити, связывающие участников игры в одно целое, определяют, на что фигура похожа, многое узнают друг о друге, спланиваются.

Замечание: Если ведущий вынужден помогать затрудняющемуся ребенку, то он берет при этом клубочек себе назад, подсказывает и опять кидает ребенку. В результате можно увидеть детей, испытывающих затруднения в общении, у ведущего с ними будут двойные, тройные связи.

Ха – ха – ха! Хе – хе – хе!

Цель: создание положительных эмоций, снятие напряжения.

Дети стоят в кругу, соединяют руки в замок. Ведущий показывает следующее:

- 3 раза прикасается к левому плечу, произнося «ха – ха – ха»
- 3 раза прикасается к правому плечу, произнося «хо – хо – хо»
- 3 раза прикасается к левому колену, произнося «хи – хи – хи»
- 3 раза прикасается к правому колену, произнося «хе – хе – хе»

Затем все движения повторяются более быстрой темпе по 2 раза. Затем еще быстрее по 1 разу. Затем количество раз увеличиваем, а темп снижаем. Произнося последнее «хе», детям предлагается выплеснуть всю усталость, всю злость, всю обиду, которые накопились в их теле.

Переключка - путанка

Цель: Развитие произвольного внимания, закрепление знакомства

Ведущий называет фамилии и имена присутствующих детей, путая при этом, то имя, то фамилию (имя называется правильно, фамилия – нет; фамилия правильна, имя не то). Дети внимательно слушают и откликаются только тогда, когда правильно названы и имя, и фамилия. Кто ошибается, выбывает из игры.

Передай движение по кругу

Цель: развитие выразительности движений, воображения, активизация и сплочение детей

Дети передают друг другу воображаемые предметы: большой мяч, тяжелую гирю, горячий блин, младенца, паука на паутинке, стопку кубиков, горящую свечу. В конце упражнения дети берутся за руки. Взрослый, говоря «Привет», пожимает руку соседу справа, тот следующему по кругу. «Приветик» должен обойти круг и вернуться к взрослому

Невербальное приветствие

Цель: разогрев группы, преодоления барьеров в общении, снижение эмоционального напряжения.

Участникам предлагается молча здороваться друг с другом: а) руками с закрытыми глазами, б) коленками, в) спинами, г) мизинцами, д) плечами, е) локтями и т.д. Упражнение можно проводить при достаточной разогретости группы не в начале занятия.

Комплименты

Цель: повышение самооценки, создание положительного образа себя, развитие коммуникативных навыков

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он дарит комплимент своему соседу, упражнение проводится по кругу. Предупреждение: Некоторые дети не могут сказать комплимент, им необходимо помочь. Можно вместо похвалы просто сказать «вкусное», «сладкое», «цветочное», «молочное» слово. Если ребенок затрудняется сделать комплимент, не ждите, когда загрузит его сосед, скажите комплимент сами.

Путаница

Цель: разогрев, сплочение группы, снижение напряженности.

«Сейчас один из вас, доброволец, должен выйти за двери. Остальные должны встать в круг и взяться за руки. После того как образуется плотное кольцо, необходимо «запутаться», не разжимая рук. Когда «клубок» будет готов, мы пригласим ведущего, который «распутает» группу». Можно провести путаницу еще раз, предложив кому-либо из группы «запутать» всех остальных, а другому ведущему распутать.

«Здравствуйтесь!» по очереди

Цель: разогрев группы, снижение напряженности, рефлексия собственного эмоционального состояния, настрой на работу.

Взрослый говорит, что сейчас он будет здороваться, но не со всеми сразу, а по очереди. Те, с кем он поздоровается, должны встать и сказать: «Здравствуйте». Далее игра проходит в два этапа. На первом этапе взрослый предлагает детям осознать свои эмоциональные состояния: «Те, кто сейчас в хорошем настроении, здравствуйте!», «Те, кто сегодня не выспался, здравствуйте!», «Те, кому грустно, здравствуйте!». На втором этапе настраиваем детей на выполнение различных видов деятельности: «Те, кто любит рисовать, здравствуйте!», «Те, кто хочет заниматься, здравствуйте!», «Те, кто хочет стать умным (уверенным), здравствуйте!»,

Приветствие с колокольчиком

Цель: приветствие, настрой детей на доброжелательный лад.

Дети стоят в кругу. Взрослый подходит к одному из них, звонит в колокольчик и говорит: «Здравствуй, Ваня, мой дружок!». После Ваня берет колокольчик и идет приветствовать другого ребенка. Колокольчик должен поприветствовать каждого ребенка.

Разные приветствия

Цель: снятие эмоционального напряжения, развитие коммуникативных навыков

Взрослый напоминает детям, что с разными людьми мы общаемся по-разному «Поздоровайтесь так, как вы здороваетесь:

- С другом в детском саду
- С воспитателем
- С клоуном в цирке

- С любимой бабушкой
- С тем, на кого обиделись
- С тем, кого рады видеть

А теперь скажем все вместе: «Здравствуй все!» и поаплодируем друг другу.

Вариант. Здраваться с разным настроением: «Очень устали, Веселые, Опаздываем в детский сад, В Космосе (в невесомости)»

Поменяйтесь местами

Цель: разогрев группы, снижение напряженности, активизация внимания и мыслительных процессов.

Участники садятся в круг, в центре которого стоит психолог. Ведущий предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Например: «Пересядьте все те, у кого карие глаза (любит убирать игрушки, кататься с горки и т.п.)», — и все, у кого карие глаза, должны поменяться местами». При этом ведущий тоже принимает участие в игре и должен успеть занять освободившееся место, оставшийся без места продолжает игру. По окончании игры можно спросить: «Как вы себя чувствуете?» Затем делают вывод, что у всех есть много общего.

Лицом к лицу

Цель: создание положительного эмоционального фона и активизация детей, развитие внимания.

Каждый находит себе пару. Ведущий называет действия, например «рука к носу», «спина к спине», «голова к колену» и т.д. Участники должны следовать инструкциям в своих парах. Когда ведущий говорит «человек к человеку», каждый должен найти себе другую пару. Упражнение можно применять в середине и в конце занятия.

Вариант: Дети объединяются в пары только после команды ведущего. Например, после команды «Плечо к плечу», дети должны найти себе пару и соприкоснуться частями тела

Привет! Как твои дела?

Цель: сближение участников, установление дружеских отношений, развитие кооперации, активизация внимания

Все дети ходят по комнате, жмут друг другу руки и говорят: «Привет! Как твои дела?» Главное правило: здороваясь с кем-то, руку можно освободить только после того, как другой рукой начнешь здороваться еще с кем-либо. То есть каждый участник должен быть в контакте с кем-либо постоянно. Игру можно использовать в конце занятия, заменив слова: «Спасибо. С тобой было интересно»

Я сегодня вот такой

Цель: эмоциональная разрядка, развитие умения понимать свое эмоциональное состояние и выражать его вербально и невербально.

Каждый по очереди говорит: «Здравствуй. Я сегодня вот такой» - и показывает невербально свое состояние. Остальные дети говорят: «Здравствуй, Ваня! Ваня сегодня вот такой» и копируют его жесты, мимику, позу.

В игре должен принять участие каждый ребенок. В заключение дети берутся за руки и хором говорят: «Здравствуй все!»

Упражнение «Портрет смелого человека»

Попросите ребенка представить себе смелого человека. Как он выглядит? Как ходит? Как общается с другими людьми? Как поступает в сложных ситуациях? Когда картинка возникнет в фантазии, попросите отразить ее на листе бумаги. Обсудите полученный рисунок. Пусть ребенок даст имя нарисованному смелому человеку. Дальше спросите, бывают ли у этого, предположим, Никиты тревоги или страхи? Скорее всего, вы получите отрицательный ответ, ведь нарисован очень смелый человек, сродни супергерою-победителю. Тогда задайте наводящие вопросы, которые должны привести ребенка к выводу, что не бывает людей, которые ничего не боятся. А смелый человек – это тот, кто может справиться со своей тревогой и страхами. Чтобы дети пришли к такому умозаключению, им стоит ответить на вопросы типа: «А у Никиты есть близкие? Разве он не боится, что с ними могут произойти какие-то неприятности? Если Никита – живой человек, то наверняка он бывает уставшим или больным. Может ли он в эти минуты быть

таким же смелым? Не сомневается ли он, что сейчас может не справиться с трудностями?» и т.п.

То есть ваша задача в данной игре – максимально «очеловечить» образ нарисованного смельчака, сделать его доступнее для ребенка. Поэтому помимо вопросов о чертах характера типа храбрости можно интересоваться любимыми блюдами смелого человека и тем, как он любит проводить свободное время, с кем дружит и т.д.

Когда вы почувствуете, что образ стал реальнее, можно предложить ребенку неожиданный для него вопрос: «А чем ты схож с этим смелым человеком?» В случае затруднения с ответом помогите ребенку сами, сравнивая услышанное с тем, что вы знаете о ребенке, а также с проявлениями смелости, которые были в его жизни.

Упражнение «Покажи того, кого боишься»

Расспросите ребенка, в какой ситуации он почти всегда ощущает себя беспокойно. Предложите ребенку разыграть такую сценку. Пусть он выберет игрушку, которая будет играть его роль. Сам же он должен перевоплотиться в героя и начать типичные для ситуации разговоры или действия. Когда наступает очередь игрушки отвечать, то ребенок должен озвучить игрушку, взяв ее в руки и двигая в соответствии со сценарием.

Сценка может длиться столько, сколько хочется юному режиссеру-исполнителю. Если же, напротив, вы видите, что действие зашло в тупик, то можете сыграть экспромтом за других персонажей. После окончания «премьеры» побеседуйте с ребенком.

Игра «Спокойствие, только спокойствие!»

Попросите ребенка вспомнить какое-нибудь простое, всем известное стихотворение. Сейчас он должен будет читать его максимально спокойно, проговаривая по одной строчке, что бы ни происходило вокруг. А происходить вокруг будет то, что вы сумеете придумать страшного и неприятного. Пусть ребенок начнет читать первую строчку. Допустим, он произносит: «Ехал грека через реку». А вы тем временем подкрадетесь сзади и хлопнете в ладоши. Но отец должен спокойно продолжить: «Видит грека: в реке рак». Тогда вы можете выключить свет или даже неожиданно толкнуть ребенка в плечо. В общем, так вы будете «издеваться над маленьким» до последней строчки стихотворения.

Упражнение «Король и королева»

Участники выбирают из своей группы двух человек на роль короля и королевы. Они рассаживаются на импровизированный трон (желательно с возвышением). Задача остальных участников – подойти и поприветствовать отдельно короля и королеву. Форма приветствия может быть любой. «Монархи» также приветствуют участников.

Анализ: это упражнение на обнаружение «защит» личности. Каждый из участников, исходя из игровой ситуации, должен пережить некоторые унижения – поклон королю; и каждый по-своему должен будет «защищаться» от этой травмирующей ситуации. Анализируется, кто и как избегал этой ситуации подчинения.

Этюд «Кораблик»

Психолог говорит: «Представьте себе, что мы на корабле. При словах: «Тихая, спокойная погода, светит солнышко» вы должны изображать хорошую погоду». При слове «Буря!» вы должны создавать шум, кораблик качается все сильнее (сильно качаться). Один из детей, находящийся на кораблике, должен перекричать бурю: «Я не боюсь бури, я самый сильный матрос!». Упражнение повторяется несколько раз.

Упражнение «Коробка переживаний»

Ведущий. Я принесла сегодня небольшую коробку. Предлагаю отправить ее по кругу, чтобы собрать наши неприятные переживания и заботы. Вы можете сказать об этом шепотом, но обязательно в эту коробку. Потом я ее заклею и унесу, а вместе с ней пусть исчезнут и ваши неприятные переживания.

Упражнение «Щенок отряхивается»

Цель: Коррекция тревожности, снятие мышечных зажимов. Предложите ребенку показать, как отряхивается щенок (например, после купания). Обратите его внимание на то, что щенок отряхивается всем телом – от носа до хвоста. Покажите это сами, пропуская волну трясения сверху донизу и обратно. Повторите упражнение вместе с ребенком.

Упражнение «Ласковые лапки»

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребенком и взрослым.

Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасался к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

Упражнение «Прекрасный ужасный рисунок»

Участники делятся на две группы. Каждой группе дается по листу бумаги и по одному фломастеру. Первый участник создает «прекрасный» рисунок и передает его соседу справа. Тот в течение 30 секунд превращает «прекрасный» рисунок в «ужасный» и передает следующему человеку, который должен снова сделать рисунок «прекрасным».

Так лист проходит весь круг. Рисунок возвращается первому автору.

Игра «Клоуны ругаются»

Цель: снятие вербальной агрессии.

Ход игры: Дети превращаются в клоунов, которые ругаются друг на друга «овощами и фруктами».

Например: «Ты, – говорит клоун, – капуста!» Дети могут выбрать пары, менять партнеров, «ругаться» вместе или по очереди, отругать всех детей.

Взрослый руководит игрой, останавливает, если используются другие слова или физическая агрессия.

Затем игра продолжается, изменяя эмоциональный настрой детей. Клоуны ласково называют друг друга цветами. Например: «Ты – колокольчик». Интонирование должно быть адекватным. Дети вновь разбиваются на пары и т.п. и ласково называют друг друга цветами.

Игра «Корзинка»

Для игры необходима корзина (ваза, шляпа) или мешочек, откуда будет вытягиваться задание-жребий. Задание представляет собой картинку, изображающую сцену насилия. Игрок, вытянувший картинку, получает от ведущего задание, в ходе выполнения которого должен так изменить ситуацию, чтобы насилие было исключено из контекста. Например, участник вытянул картинку, изображающую драку двух подростков, и продемонстрировал ее всем играющим; ведущий тут же дает ему задание: что надо сказать, чтобы ребята помирились? Участник отвечает: «Предложить им сыграть в футбол» – и передает ход следующему игроку. Когда очередной игрок не сможет быстро придумать решения, настанет его очередь тянуть задание из корзинки, а предыдущий игрок сделается ведущим.

Упражнение «Битвы на шарах»

Цель: отреагирование агрессии.

Ведущий делит группу на пары. Взяв шары, пары выстраиваются напротив друг друга. По команде ведущего, сначала один участник из пары становится нападающим, другой только отражает нападение, не имея права самому нападать. По сигналу участники меняются ролями. Интересно сочетать в парах битву на шарах разной формы и размера.

Упражнение «Золотая рыбка»

Цель: Снятие агрессивности, развитие навыков общения.

Проведение: Все встают в круг, плотно прижавшись друг к другу плечами, бедрами, ногами, взявшись за руки. Это – сеть. Водящий – золотая рыбка стоит к кругу. Его задача – выбраться из круга, а задача остальных не выпустить рыбку. Если водящему долго не удастся выбраться из сети, взрослый может попросить детей помочь рыбке.

Упражнение «Маленькое привидение»

Цель: Научить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.

Проведение: Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По

моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение: (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить». Затем педагог хлопает в ладоши: Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!

Проигрывание ситуаций с последующим их анализом

Ситуация может быть, например, такая:

- Ты вышел во двор и увидел, что там дерутся два незнакомых мальчика. Разними их.

Вопросы для анализа:

- Какие лица были у дерущихся мальчиков?

- Из-за чего они могли драться?

- Могли ли они разобратся по-другому? Как?

- Тебе было страшно, когда ты их разнимал? Что ты чувствовал?

Этюды с неопределенным концом: «Как бы ты поступил?»

• Дети помогают взрослым убирать территорию детского сада: собирают мусор, метут дорожки и т.д. Один мальчик просто сидит на скамейке.

• Дети собирают урожай. Одна девочка набрала так много фруктов, что не может удержать их в руках.

• В детском саду ты захотел поиграть в игрушку. Твой друг тоже направляется к этой игрушке – она понравилась ему.

• К тебе пришли гости. Пока ты ходил в кухню за фруктами, сломалась твоя новая машина.

Разыгрывание ситуаций

• Ты вышел во двор и увидел, что там дерутся два незнакомых мальчика. Разними их.

• Тебе очень хочется поиграть такой же игрушкой, как у одного из ребят вашей группы. Попроси ее.

• Ты очень обидел своего друга. Попробуй помириться с ним.

• Ты нашел на улице слабого, замерзшего котенка – пожалей его.

Релаксация «Солнечный зайчик»

«Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги, он забрался за шиворот, погладь его и там. Он не озорник – он любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним».

Игра «Злые - добрые кошки»

Детям предлагается образовать большой круг, в центре которого на полу лежит физкультурный обруч. Это «волшебный круг», в котором будут совершаться «превращения». Ребенок входит внутрь обруча и по сигналу ведущего (хлопок в ладоши, звук колокольчика, звук свистка) превращается в злую-презлую кошку: шипит и царапается. При этом из «волшебного круга» выходить нельзя. Дети, стоящие вокруг обруча, хором повторяют вслед за ведущим: «Сильнее, сильнее, сильнее...» и ребенок, изображающий кошку, делает все более и более «злые» движения. По повторному сигналу ведущего «превращение» заканчивается, после чего в обруч входит другой ребенок и игра повторяется. Когда все дети побывают в «волшебном круге», обруч убирается, дети разбиваются на пары и опять превращаются в злых кошек по сигналу взрослого. Категорическое правило: не дотрагиваться друг до друга! Если оно нарушается, игра мгновенно останавливается, ведущий показывает пример возможных действий, после чего продолжает игру. По повторному сигналу «кошки» останавливаются и могут поменяться парами. На заключительном этапе игры ведущий предлагает «злым кошкам» стать добрыми и ласковыми. По сигналу дети превращаются в добрых кошек, которые ласкаются друг к другу.

Игра «Жужа»

Ведущий выбирает «Жужу», которая садится на стул (в домик), остальные дети начинают дразнить «Жужу», кривляться перед ней.

«Жужа, Жужа выходи,

Жужа, Жужа, догони!

«Жужа» смотрит из окошка своего домика (со стула), показывает кулаки, топает ногами от злости, а когда дети заходят за «волшебную черту» выбегает и ловит детей. Кого «Жужа» поймала, тот выбывает из игры (попадает в плен «Жужи»).

Упражнение «Тренируем эмоции»

Попросите ребенка: нахмуриться как:

- осенняя туча;
- рассерженный человек;
- злая волшебница.

Улыбнуться как:

- кот на солнце;
- само солнце;
- как хитрая лиса;
- как радостный ребенок;
- как будто ты увидел чудо.

Позлись, как:

- ребенок, у которого отняли мороженное;
- два барана на мосту;
- как человек, которого ударили;

Испугайся, как:

- ребенок, потерявшийся в лесу;
- заяц, увидевший волка;
- котенок, на которого лает собака;

Устань, как:

- человек, поднявший тяжелый груз;
- муравей, притащивший большую муху.

Отдохни, как:

- ребенок, который много потрудился, но помог взрослым;
- как уставший воин, после победы.

Упражнение «Возьми себя в руки»

Ребенку говорят: «Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди – это поза выдержанного человека».

Игра «Секрет»

Всем участникам ведущий раздает по «секрету» из красивого сундучка (пуговицу, бусинку, брошку, старые часы и т.д.), кладет в ладошку и зажимает кулачок. Участники ходят по помещению и, разжedaемые любопытством, находят способы уговорить каждого, показать ему свой секрет.

Игра «Уходи злость, уходи»

Дети ложатся на ковер по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают бить ногами по полу, а руками по подушкам с громким криком «Уходи, злость, уходи!» упражнение длится в течение 3-5 минут.

Игра «Бумага»

Детям предлагается скомкать, разорвать бумагу. После психолог спрашивает, что им понравилось больше, почему, затем подводит итоги, хвалит детей.

Игра «детский футбол»

Вместо мяча используется небольшая подушка. Играющие разбиваются на две команды. Взрослый судья. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол. Психолог следит за соблюдением правил: нельзя пинать друг друга и драться. Штрафники удаляются с поля. Игра продолжается 15-

20 минут. После выявления победителя, их награждают заранее подготовленными медальками.