

## **Программа преодоление агрессивного поведение у детей старшего дошкольного возраста.**

### **Пояснительная записка.**

Эмоционально-психическое напряжение среди взрослых приводит к распространению невротических явлений среди детей. Дети быстро перенимают образцы агрессивного поведения взрослых, демонстрируя их в детском саду.

Повышенная агрессивность – одна из частых проблем детского коллектива. В норме проявления агрессивности не считаются нарушением: она выполняет функцию защиты и адаптации в опасной для человека ситуации. Известно, что агрессивность усиливается в критические периоды возрастного развития – 1, 3, 7 лет.

У определенной категории детей агрессия как устойчивая форма поведения не только сохраняется, но и развивается, трансформируясь в устойчивое качество личности. Агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

**Цель исследования** — снизить проявления агрессивности в поведении детей на основе выстраивания конструктивного отношения к миру в противовес деструктивному.

1. Изучить состояние проблемы агрессивного поведения старших дошкольников в условиях ДОО.

2. Разработать и апробировать программу профилактики агрессивного поведения дошкольника в процессе социально-культурной деятельности.

3. Определить условия эффективности реализации программы профилактики агрессивного поведения дошкольника в процессе социально-культурной деятельности.

### **Задачи:**

1. Снять эмоциональное напряжение, возбуждение и аффективные реакции детей.
2. Формировать эмоциональное осознание своего поведения.
3. Развивать коммуникативные стороны общения, обогатить опыт общения навыками конструктивного, адекватного поведения.
4. Воспитывать доброжелательное отношение к окружающему миру.

### **Актуальность программы.**

Агрессивность является одной из наиболее часто встречающихся проблем детского коллектива. В настоящее время имеется достаточное количество работ, посвященных вопросам агрессивного поведения детей среднего и старшего дошкольного возраста. Однако, на наш взгляд, в большей степени нуждаются в помощи взрослые дети 4-ого года жизни. Ведь ни для кого не секрет, что становление дошкольного возраста начинается с кризиса человеческих отношений — кризиса трех лет. Несовершенство детской психики в сочетании с возрастным кризисом делает агрессию характерной особенностью данного

возраста, которая в отсутствие психолого-педагогической помощи со стороны взрослых может легко перейти в черту характера.

Программа направлена на привлечения внимания педагогов и психологов ДООУ к вопросам профилактики агрессивного поведения детей младшего дошкольного возраста. В своей работе я применила такой вид нетрадиционной методики, как песочная терапия и сказкотерапия. Актуальность выбора этих здоровьесберегающих методик раскрывается в широком спектре решаемых ими проблем.

Песочная терапия помогает:

- Контролировать собственные чувства.
- Снизить отрицательную энергию (наиболее актуально в работе с аутичными, капризными, гиперактивными и агрессивными детьми).
- Более гармонично и интенсивно развивать познавательные функции (восприятие, внимание, мышление, память).
- Существенно усилить желание ребёнка работать самостоятельно.
- Развивать «тактильную» чувствительность как основу «ручного» интеллекта.
- Развивать способность к преодолению трудностей.
- Обрести чувство уверенности.
- Предметно-игровая деятельность помогает в дальнейшем развитию коммуникативных навыков.
- Снять агрессию.
- Научиться принимать себя таким, какой он есть.
- Повысить самооценку.
- Выявить переживания и страхи, которые он не может выразить словами.
- Избавиться от страхов.

**Этапы реализации проекта.**

**1. Подготовительный этап.** Результаты теоретического и эмпирического исследования свидетельствуют о том, что к особенностям проявления агрессии детей 4-ого года жизни относятся: использование вербальной и невербальной, прямой и косвенной агрессии; реактивность, затруднения в регуляции негативного поведения вследствие неустойчивости эмоционально-волевой сферы; ограниченность и фрагментарность знаний о способах решения конфликтных ситуаций. Был проведена методика «Кактус» М.А. Панфилова и проективная техника «Три дерева». (Приложение 1).

**2. Основной этап.** Результаты подготовительного этапа проекта нашли отражение в программе «Преодоление агрессивного поведения у детей старшего дошкольного возраста».

Профилактика проявления агрессии у детей 3–4 лет осуществлялась через становление детской игровой деятельности, формирование идентификации с коллективом сверстников, усвоение моральных норм и правил поведения, развитие эмпатии, чувства ответственности за плохое поведение. Основным методом профилактики определены игровые упражнения (пальчиковые игры, игры с правилами, подвижные игры), психогимнастические этюды, релаксационные упражнения, моделирование проблемных ситуаций. Их использование позволяет демонстрировать последствия негативных форм поведения, знакомить с простыми проявлениями человеческих чувств, снимать психоэмоциональное напряжение, обучать навыкам распознавания и контроля негативных эмоций, тренировать социально-приемлемые формы поведения.

Повышение эффективности профилактической работы с детьми достигается через тесное взаимодействие педагогов ДОО с родителями. Основными направлениями работы являются: повышение психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания детей 4-ого года жизни, ознакомление с оптимальными способами взаимодействия с детьми и улучшения детско-родительских отношений, обучение приемам конструктивного общения в вопросах преодоления детской агрессивности. Наиболее продуктивными формами работы с родителями являются: информационно-практические занятия, индивидуальное консультирование, использование наглядного информационно-образовательного материала.

**3. Заключительный.** Результаты контрольного исследования подтвердили эффективность внедрения «Программы профилактики агрессивного поведения детей младшего дошкольного возраста» в практику работы воспитателя ДОО. У детей экспериментальной группы отмечается значительное снижение уровня агрессии, развитие эмпатии, формирование навыков социально-приемлемого поведения и контроля собственного психоэмоционального состояния, преобладание тенденций к социальному сотрудничеству.

**Периодичность:** 1 раз в неделю в течение 2 месяцев. Длительность занятия – 25 минут.

**Планируемый результат:**

- Сниженный уровень агрессии в поведении детей;
- Знание и применение детьми педагогически приемлемых способов выражения агрессии;
- Владение детьми основами саморегуляции эмоций, поведения, деятельности.
- Наличие у детей развитых личностных качеств: доброжелательности, сочувствия, дружелюбия.

**Структура занятия:**

- ритуал приветствия – 2 минуты.

- разминка – 5 минут.
- коррекционно-развивающий этап - 15 минут
- релаксация – 5 минут
- плавное завершения занятия – 3 минуты

**При организации данной коррекционной программы мы руководствовались следующими принципами:**

- 1) Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей детей;
- 2) Деятельностный принцип;
- 3) Принцип единства диагностической и коррекционно-развивающей работы.

А также мы основывались на таких принципах как:

- 1) Внимательное и терпеливое отношение к детям;
- 2) Уважительное отношение к внутренним проблемам ребенка.

Основными методами являются:

- 1) ролевые игры;
- 2) индивидуальные и групповые упражнения;
- 3) психогимнастика;
- 4) релаксация;
- 5) рисование;
- 6) лепка.

| <i>Характерологические особенности ребенка</i>   | <i>Направление коррекционной работы</i>   | <i>Методы и техники терапевтического воздействия</i>   |
|--|---|--|
| 1. Высокий уровень личностной тревожности. Сверхчувствительность к негативному отношению к себе. Восприятие большого числа ситуаций как угрожающих | <i>Снижение уровня личностной тревожности</i>   | 1) релаксационные техники: глубокое дыхание, визуальные образы, мышечная релаксация, свободное движение под музыку;<br>2) работа со страхами;<br>3) ролевые игры   |
| 2. Слабое осознание собственного эмоционального мира. Низкий уровень эмпатии   | <i>Формирование осознания собственных эмоций, а также чувств других людей, развитие эмпатии</i> | 1) работа с фотографиями, отражающими различные эмоциональные состояния;<br>2) придумывание историй, раскрывающих причину эмоционального состояния (желательно раскрыть несколько причин);<br>3) рисование, лепка эмоций;<br>4) пластическое изображение эмоций;<br>5) работа с эмоциями через сенсорные каналы;<br>6) изображение различных |

|   |  |  |
|---|--|--|
|   |  | <p>предметов и явлений природы, придумывание рассказов от лица этих предметов и явлений;</p> <p>7) разыгрывание сценок (этюдов), отражающих различные эмоциональные состояния;</p> <p>8) методика - «я грустный (радостный и т.д.), когда...»</p> <p>9) ролевые игры, отражающие проблемную ситуацию, где «агрессор» проигрывает роль «жертвы»</p>   |
| 3. Неадекватная (чаще низкая) самооценка. Заранее настроены на негативное восприятие себя со стороны окружающих           | <i>Развитие позитивной самооценки</i>  | <p>1) упражнения, направленные на позитивное восприятие образа «Я», активизацию самосознания, актуализацию «Я-состояний»;</p> <p>2) разработка системы поощрений и наград за имеющиеся и возможные успехи («альбом успехов», медали, аплодисменты и т.п.);</p> <p>3) включение ребенка в работу различных (по интересам) секций, студий, кружков</p>   |
| 4. Эмоциональное «застревание» на той ситуации, которая происходит сейчас. Неумение предвидеть последствия своих действий | <i>Коррекционная работа, направленная на обучение ребенка отреагированию своего гнева приемлемым способом, а также на отреагирование всей ситуации в целом</i> | <p>1) выражение гнева безопасным способом во внешнем плане (канализация агрессии);</p> <p>2) пластическое выражение гнева, отреагирование гнева через движения;</p> <p>3) многократное (более 100 раз) повторение деструктивного действия безопасным для себя и окружающих способом;</p> <p>4) рисование гнева, а также лепка гнева из пластилина или глины, обсуждение (если ребенок хочет), в каких ситуациях он испытывает такой гнев;</p> <p>5) «письма гнева»;</p> <p>6) «галерея негативных портретов»;</p> <p>7) использование приемов арт-терапии, гештальт-терапии, эмоционально-образной терапии в целях более полного отреагирования чувств и их позитивной трансформации</p> |
| 5. Слабый контроль над своими эмоциями  | <i>Коррекционная работа, направленная на</i>   | <p>1) релаксационные техники - мышечная релаксация + глубокое дыхание + визуализация</p>   |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p><i>обучение ребенка управлению своим гневом</i></p>   | <p>ситуации;</p> <p>2) перевод деструктивных действий в вербальный план («остановись и подумай, что ты хочешь сделать»);</p> <p>3) ввод правила: «посчитай до, 10 прежде чем перейдешь к действию»;</p> <p>4) ролевая игра, включающая в себя провоцирующую ситуацию для наработки навыков контроля;</p> <p>5) сочинение рассказа от имени своего гнева с последующим отражением этого чувства в движениях;</p> <p>6) осознание своего гнева через сенсорные каналы (на что похож твой гнев? какой он на цвет, на слух, на вкус, на ощупь?);</p> <p>7) осознание своего гнева через телесные ощущения (сокращения мышц лица, шеи, рук, грудной клетки, живота, которые могут вызвать боль)</p>   |
| <p>6. Ограниченный набор поведенческих реакций на проблемную ситуацию, демонстрация деструктивного поведения</p> | <p><i>Поведенческая терапия, направленная на расширение спектра поведенческих реакций в проблемной ситуации и снятие деструктивных элементов в поведении</i></p> | <p>1) работа с картинками, отражающими проблемные ситуации (придумывание различных вариантов рас сказов по картинке);</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 ребенком последствий различных поведенческих реакций на проблемную ситуацию, выбор позитивной и закрепление ее в ролевой игре;</p> <p>6) введение на занятиях определенных правил поведения с использованием системы поощрений и привилегий в случае их соблюдения (награды, призы, медали, аплодисменты и т.п.);</p> <p>7) ведение ребенком блокнотика в целях обучения самонаблюдению и контролю над поведением;</p> |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  |   | <p>8) ведение ребенком вместе с учителями (родителями) карты поведения, содержащей личные правила поведения для конкретного ребенка (например, «держи руки при себе», «говори уважительно со старшими») с использованием наград и поощрений в случае соблюдения этих правил;</p> <p>9) включение ребенка в спортивные командные игры (канализация агрессии, взаимодействие в коллективе, соблюдение определенных правил)</p>  |
| <p>7. Работа с родителями и педагогами</p> | <p><i>Консультативная и коррекционная работа с родителями учителями, направленная на снятие провоцирующих факторов агрессивного поведения у детей</i></p> | <p>1) информирование педагогов и родителей об индивидуально-психологических особенностях агрессивного ребенка;</p> <p>2) обучение распознаванию собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с агрессивными детьми, <b>а также приемам</b> регуляции психического равновесия;</p> <p>3) обучение учителей и родителей навыкам «ненасильственного» общения - «активное» слушание; исключение оценочности в общении; высказывание «Я-сообщений» вместо «Ты-сообщений», исключение угроз и приказов, работа с интонацией;</p> <p>4) отработка навыков позитивного взаимодействия с агрессивными детьми через ролевую игру;</p> <p>5) помощь семье в плане выработки единых требований и правил воспитания;</p> <p>6) отказ от наказаний как основного метода воспитания, переход к методам убеждения и поощрения;</p> <p>7) включение ребенка в работу различных (по интересам) секций, кружков, студий</p> |

### ***I. Коррекционная работа.***

Направленная на обучение ребенка приемлемым способам выражения гнева, а также на отреагирование негативной ситуации в целом.

В. Окландер выделяет 4 стадии отреагирования гнева:

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

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

**Третья стадия** — «дать возможность прямого вербального контакта с чувством гнева: «пусть скажут все, что нужно сказать, тому, кому следует». Обычно после того, как дети полностью выскажутся (иногда они кричат и плачут при этом), происходит трансформация зрительного образа гнева в позитивную сторону; дети становятся более спокойными и открытыми к дальнейшей работе.

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

Задачей психолога на стадии отреагирования гнева является помощь ребенку в плане высвобождения его истинных переживаний (боли, обиды), которые часто прячутся за внешним проявлением гнева. Также необходимо помочь ребенку изменить восприятие ситуации в целом с травмирующего и негативного на более позитивное.

## ***II. Игровая терапия***

### **1. Ритуал приветствия.**

Цель: знакомство, вхождение детей в новую ситуацию, коллектив, создание рабочего настроения.

Доброе утро, ИМЯ (улыбнуться и кивнуть головой; по кругу называются имена детей);

Доброе утро, солнце (все поднимают и опускают руки);

Доброе утро, небо (все поднимают и опускают руки);

Доброе утро всем нам (Разводят руки в стороны).

### **2. Игра «Доброе животное» .**

Цель: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Ведущий тихим таинственным голосом говорит:

"Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы — одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох — делаем шаг вперед, на выдох — шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох — 2 шага назад. Вдох — 2 шага вперед. Выдох — 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе".

### **3.Игра «Ёж».**

Цель: реализует потребность детей в агрессии, снимающей у них мышечные зажимы.

Ход игры. Дети превращаются в ежей, которые приготовились встретить опасность, защищаются иголками, сильно-сильно сжимаясь в клубочек. Но когда все неприятели разбегутся, ежи остаются в кругу друзей. Медленно они вытягиваются и греются на солнышке (повторить 3 раза).

### **4.Игра «Хищник».**

Цель: игра реализует потребность в агрессии, снимаемой мышечное напряжение.

Ход игры. Дети выбирают для себя какой-либо образ хищника (тигра, льва, волка, рыси и т.п.), располагаются друг от друга на безопасном расстоянии. Хищники демонстрируют друг другу свою силу и храбрость. Показав свои возможности, хищники успокаиваются, уважая силу и достоинство каждого.

### **5.Упражнение «Воздушный шарик».**

Представь, что в твоей груди находится воздушный шарик. Вдыхая через нос, до отказа заполни легкие воздухом. Выдыхая ртом, почувствуй, как он выходит из легких. Дыши и представляй, как шарик наполняется воздухом и становится все больше и больше. Медленно выдохни ртом, как будто воздух тихонько выходит из шарика.

### **6.Релаксация «Путешествие на голубую звезду».**

Цель - способствовать расслаблению мышц, расширению сосудов, развивать умение сознательно контролировать возникающие ощущения покоя, расслабленности.

«Наша родная планета-Земля. Здесь живут люди, звери, птицы, насекомые, растения. Но люди любят мечтать и хотят знать, есть ли у них соседи. Сейчас и мы помечтаем... лягте удобно, закройте глаза. Представьте себе темное ночное небо с яркими звездами. Где-то там, далеко, тоже есть жизнь. Мы отправляемся в загадочное путешествие к Голубой звезде. Вы – команда межпланетного космического корабля землян. Сейчас корабль поднимется в небо: вдох-выдох (3 раза). Крепко сожмите кулачки со штурвалами, надавите на педали. А теперь отпустите их. Вдох-выдох. Чувствуете, как приятная тяжесть растекается по телу, прижимает нас? Корабль взлетает. Нам становится легко. Важно сейчас правильно дышать – вдох-выдох.

Молодцы! Мы почти не чувствуем свое тело – оно легкое и невесомое. Мы летим в космосе, на нас смотрят звезды и приглашают в гости, но наша цель – Голубая звезда... И вот она уже близко, давайте сделаем плавную посадку. Вновь крепко возьмемся за штурвалы и нажмем на педали, сделаем глубокий вдох-выдох. Хорошо приземлились! Выйдем из корабля... Перед нами океан, где нет воды. Повсюду цветы: белые, желтые, красные, с голубыми стебельками, поэтому вся планета кажется голубой. Здесь живут необычные существа с прозрачными крылышками и огромными голубыми глазами. Это и есть наши соседи – Чистокрылышки. Они рады нам, протягивают свои чистые крылышки и улыбаются. Мы тоже протягиваем им руки и чувствуем, как в наше тело входят тепло и доброта. Пора возвращаться на Землю. Мы возьмем с собой это добро, чистоту, радость и поделимся счастьем со своими близкими и со всеми людьми».

### **6.Рефлексия.**

### **7.Ритуал прощания.**

Дети становятся в круг, каждый говорит «до свидания», назвав имя соседа.

## **III.Песочная терапия**

Воспитанникам рассказывается: «Это хозяйка нашей песочницы и песка - Песочная Фея. Она добрая волшебница, которая любит детей, игрушки, ей очень хочется познакомиться с вами и вашими игрушками (дети показывают игрушки, если у них они есть, и по возможности называют их и свои имена). Песочная Фея хочет вам показать много интересных игр в песочном мире».

-Давайте поздороваемся с нашим новым другом – песком.

-Песочная Фея приглашает всех к себе в гости в песочницу, в свой песочный мир (дети осматривают песочницу, дотрагиваются до бортиков). Она здесь хозяйка. И она сейчас разрешает нам с вами войти в ее песочный дом (дети осматривают песочницу).

-Посмотрите дно песочницы голубого цвета, как вода в море.

-У Песочной Феи, в ее песочном доме существуют правила поведения в песочнице, вот послушайте их:

1. Береги песчинки – не выбрасывай их из песочницы. Ведь это подружки нашей Песочной Феи. Если случайно песок высыпался – покажи это взрослому, и он поможет им вернуться обратно в песочницу. (Нельзя выбрасывать песок из песочницы) .

2. Песчинки очень не любят, когда их берут в рот или бросаются ими в других детей. (Нельзя брать песок в рот и бросать его в других детей) .

3. После игры надо помочь Песочной Фее убрать все игрушки на свои места.

4. Песочная Фея любит, когда у детей чистые ручки и носики. (Поиграл с песком – помой ручки и покажи чистые ладошки зеркалу) .

Также можно выучить с детьми стих о правилах поведения в песочнице:

Здесь нельзя кусаться драться

И песком в глаза кидаться

Можно строить и творить

Горы, реки и моря,

Чтобы жизнь вокруг была.

Песок – мирная страна,

Здесь добро и красота!

А теперь, когда вы познакомились с правилами поведения в песочнице и с песком мы с вами попробуем оставить следы на песке.

## **2. Игра – сюрприз «Найди предмет в песке»**

Педагог. Ребята, песок часто таит в себе много тайн и сюрпризов. Вот и Песочная Фея приготовила нам сюрприз. Сейчас погрузите ладони поглубже, пальчиками ловко перебирайте песчинки, может, что и найдете необычное (дети, играя, находят какие-нибудь предметы (по количеству детей, например, мячик, ракушку, машинку и т. д). Что вы нашли? (ответы детей).

Какой он? (маленький, разноцветный, гладкий, круглый, прыгучий и т. д.)

Давайте с ним поиграем!

## **3. Упражнение "Отпечатки наших рук"**

Цель: учить совместному действию

Задача: оценить собственные ощущения

На ровной поверхности песка ребенок и взрослый по очереди делают отпечатки кистей рук: внутренней и внешней стороной. Важно задержать руку на песке, слегка вдавив ее, и отмечать свои ощущения. Взрослый начинает игру, рассказывает о своих ощущениях: "Мне приятно. Я чувствую прохладу (или тепло) песка. Когда я двигаю руками, я ощущаю маленькие песчинки. А что чувствуешь ты? "

## **4 . Упражнение « Победитель злости»**

В стрессовой ситуации взрослые говорят друг другу, а иногда и детям: « Не злись, НЕ капризничай, возьми себя в руки». В большинстве случаев данный совет совершенно бессмысленный, поскольку запрет на проявление негативных эмоций вызывает у человека лишь дополнительное раздражение и агрессию по отношению к такому советчику, и усиливает чувство вины за плохое поведение.

Игра « Победитель злости» может научить ребенка безболезненно для его самолюбия справляться с гневом, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение .

Песочная фея: «Сегодня мы поговорим о настроении. Каким оно бывает у тебя? Что происходит с тобой, когда ты сердисься, злишься? Что говорят и делают взрослые, когда ты сердисься? ( Ответы учащихся ).

Твое злое настроение заставляет тебя делать и говорить разные вещи, от которых сердятся и огорчаются учителя или родители. А после того, как злость

прошла, тебе также бывает грустно или неприятно. Открою тебе секрет: каждый большой и маленький человек имеет право злиться.

Есть много игр, которые учат нас «сердиться правильно», то есть так, чтобы не обижать других. Одну из таких игр тебе подарит мокрый песок. Смотри, как можно с помощью песка вылепить и увидеть собственную злость, а потом победить ее .

Если напряжение ребенка слишком велико, то в этом случае можно предложить ему с силой сжать песок, утрамбовать поверхность песка кулаками и т. п.

А затем, ребенок делает из мокрого песка шар, на котором отмечают углублениями или рисуют глаза, нос, рот: « В этом шаре теперь живет твоя злость». Этот процесс временно переключает ребенка, а также ребенок переносит на вылепленный шар свои негативные чувства и вину за плохое поведение, мысли, чувства. Ученик может комментировать весь процесс изготовления «шара - злодея», которому в результате присваиваются все «злые мысли и действия».

Затем ребенок любым способом разрушает песочный шар, приговаривая «волшебное заклинание»: «Прогоняем злость, приглашаем радость». Ребенок дает выход агрессии, которая обычно появляется в случае запрета на нее и контроля со стороны взрослого, также ученик получает специфическое удовольствие от разрушения.

После этого ребенок руками медленно выравнивает поверхность песка и оставляет на нем отпечатки своих ладоней - успокоение, получения равновесия и контроля над собственными чувствами: «Я победил свою злость. Я спокоен» . По желанию ученик может украсить свои отпечатки ладоней на песке.

### **5 . Игра «До свидания, песочная Фея»!**

Психолог от имени феи просит «нежно, а потом сильно попрощаться с песком», то есть разными способами дотронуться к песку.

Психолог: «А теперь прошу поздороваться с песочком разными и способами»:

- Дети прикасаются к песку поочередно пальцами одной руки, затем другой руки, затем всеми пальцами одновременно.
- Дети легко с напряжением сжимает кулачки с песком, затем медленно высыпает его в песочницу.
- Дети прикасаются к песку всей ладошкой - внутренней, затем внешней ее стороной.
- Дети перетирает песок между пальцами, ладонями. В последнем случае можно ввести сюрпризный момент - спрятать в песке маленькую плоскую игрушку «с тобой захотел поздороваться один из обитателей песка».

Песочек в ответ также хочет «попрощаться» с детьми. Песочным дождиком! Психолог берет в кулак песок и медленно сыплет его в руки ребенка.

Песочек может «поздороваться» с каждым пальчиком отдельно - тогда психолог сыплет песочек на отдельные пальчики.

Для того чтобы разнообразить игру, можно предложить учащимся закрыть глаза и положить на песок ладонь с разведёнными пальчиками; психолог сыплет песок на какой-либо палец, а ученик закрыв глаза, называет этот палец. Ученики могут меняться ролями и сами друг другу сыпать песок, угадывая пальчик.

**6.Рефлексия.**

**7.Ритуал прощания.**

## **V. Сказкотерапия.**

### **Психокоррекционные сказки.**

Ткач Р.М. считает, для того чтобы сказка или история обрела силу и оказала помощь, необходимо придерживаться определенных правил ее создания:

1. Сказка должна быть в чем-то идентичной проблеме ребенка, но ни в коем случае не иметь с ней прямого сходства.

2. Сказка должна предлагать замещающий опыт, используя который ребенок может сделать новый выбор при решении своей проблемы. Либо в этом должен помочь психолог.

3. Сказочный сюжет должен разворачиваться в определенной последовательности.

Для создания психокоррекционной сказки можно использовать *следующий алгоритм.*

1. В первую очередь подобрать героя, близкого ребенку по полу, возрасту, характеру.

2. Потом описать жизнь героя в сказочной стране так, чтобы ребенок нашел сходство со своей жизнью.

3. Далее поместить героя в проблемную ситуацию, похожую на реальную ситуацию ребенка, и приписать герою все переживания ребенка.

4. Поиск героем сказки выхода из создавшегося положения. Для этого необходимо начинать усугублять ситуацию, приводить ее к логическому концу, что также подталкивает героя к изменениям. Герой может встречать существ, оказавшихся в таком же положении, и смотреть, как они выходят из ситуации; он встречает «фигуру психотерапевта» — мудрого наставника, объясняющего ему смысл происходящего и т.д. Задача терапевта — через сказочные события показать герою ситуацию с разных сторон, предложить ему альтернативные модели поведения, помочь найти позитивный смысл в происходящем.

5. Осознание героем сказки своего неправильного поведения и становление на путь изменений.

Психокоррекционную сказку можно просто прочитать ребенку, не обсуждая. Таким образом, мы дадим ему возможность побыть наедине с самим

собой и подумать. Если ребенок захочет, то можно обсудить с ним сказку, проиграть ее с помощью кукол, рисунков, песочницы и миниатюрных фигурок.

### **1. «Сказочные лабиринты игры» В.В.Воскобовича.**

**Цель:** развитие интеллектуальных, умственных и творческих способностей детей.

#### **Задачи:**

1. Развивать психические процессы внимания, памяти, словесно-логического и творческого мышления, воображения.
2. Развивать навыки познавательной активности.
3. Развивать тонкую моторику руки.
4. Воспитывать навыки элементарного самоконтроля и саморегуляции, согласовывать свои действия с правилами игры, с действиями сверстников и педагога.

### **2. Ритуал приветствия.**

*Цель:* создание мотивации и настроения на совместную деятельность.

Дети встают в круг и произносят слова, выполняя движения.

Я твой друг, (руки к груди)

И ты мой друг, (протягивают руки друг к другу)

Крепко за руки возьмёмся, (берутся за руки)

И друг другу улыбнёмся. (улыбаются)

### **3. Игра «Путешествие».**

*Цель:* научить детей осознавать свои эмоции и чувства.

**Психолог:** - Друзья мы сегодня с вами отправимся на звездное небо. Звучит спокойная музыка.

-Но для того, чтобы нам туда попасть, что нам необходимо?

Можно полететь на самолете, можно на ракете. Детям предлагается выбрать, на каком транспорте отправятся на звездное небо и из чего они будут его делать.



«Шнур затейник» (ракета)



«Квадрат» (самолет)

### **4. Игра «Озорная звездочка».**

*Цель:* развивать сообразительность, обогащать словарный запас и формирует умение творчески мыслить.

*Психолог:* Ребята, наконец, мы прилетели на звездное небо. Посмотрите сколько на небе звезд. Звучит музыка. Крутится зеркальный шар.

На ковре **фиолетового** леса располагаются звезды (вырезанные из бумаги).

-Посмотрите, что случилось на звездном небе?!

-Это озорная звездочка перепутала все звезды!

-Как думаете, почему она так сделала?

-Может с озорной звездочкой никто не дружит? Вот она и обиделась и нашалила на небе?

-Давайте поиграем с ней.



Перед детьми располагается **шнуровка «Ромашка»**.

С помощью шнура мы создаем разные фигуры. Детям показывается прием работы со шнуром: шнур может огибать «кнопку», закручиваться вокруг «кнопки», может «нырять» и «выныривать».

Треугольник: буквы Р-А-А-Р. Через последнюю букву Р обводим нитку, завершая фигуру треугольник. Квадрат: М-Ш-А-Р-М. Дети самостоятельно выполняют следующие фигуры. Круг: шнур просовывается через все буквы в ромашке (Дети проговаривают каждую букву).

-Молодцы! Озорная звездочка, извиняется, и обещает, так больше не шалить.

### **5.Игра. «Звездный праздник».**

*Цель:* развитие сенсорных способностей и воображения.

**Психолог:** - Ребята, вы сегодня увидели много разноцветных звезд на небе. Подружились с озорной звездочкой.

-Давайте оставим на этом звездном небе свою звезду.

Дети предлагается самостоятельно выбрать пособие, из которого они будут создавать звезду.

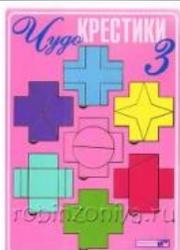
Пример:



«Геокоонт» (С-4, Ф-2, Б-4, К-2, О-4, Ж-2, З-4)



«Игровой квадрат»



«Чудо крестики»



## «Лепестки»

### **6.Ритуал прощания.**

Спасибо всем за участие, активность. Радости, удачи, хорошего настроения!

Дети произносят хором слова и выполняют движения:

Давай с тобой обнимемся,(обнимают за плечи)

И над землей поднимемся,(руки вверх)

Тепло сердец соединим,(руки на груди)

И станем солнышком одним!(берутся за руки)

### **Список использованной литературы**

1. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке. Песочная игротерапия». – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. – 50 с.

2. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. «Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии». СПб.: Речь, 2005 -340 с.

3. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Фролов Д. Волшебная страна внутри нас // Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Тренинг по сказкотерапии. М.: Речь, 2005

4. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. «Игры в сказкотерапии». - СПб.: Речь, 2006 – 208 с.

5. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Нисневич Л. А. «Как помочь "особому" ребенку». Книга для педагогов и родителей. 2-е издание.- СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2000. – 96 с.

6. «Сказочные лабиринты игр В.В.Воскобовича»

<https://sadzareche.schools.by/pages/skazochnye-labirinty-igr-vvoskobovicha>

## Приложение 1

Результаты исследования агрессивности дошкольников и младших школьников

| Возрастная группа             | Агрессивные | Не агрессивные |
|-------------------------------|-------------|----------------|
| Старший дошкольный<br>возраст | 37 %        | 63%            |

Таким образом, у 11 детей (37%) проявляется агрессивное поведение, у 19 детей (63 %), агрессии не обнаружено.