**[Коррекционно-развивающая программа по снижению агрессивности у старших дошкольников](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov/snizhenie-agressivnosti-u-detej/103-korrektsionno-razvivayushchaya-programma-snizheniya-agressivnosti-u-doshkolnikov)**

Современные дети растут в сложное время стремительных изменений и разрушения стереотипов, когда даже устоявшиеся моральные принципы подвергаются давлению и негативному воздействию. Социологические исследования свидетельствуют о росте социально опасных агрессивных проявлений. По мнению современных ученых, причины агрессивности следует искать еще в дошкольном возрасте.

**Повышенная агрессивность детей** является одной из самых больших проблем в детском коллективе. В ходе наблюдения за воспитанниками ДОУ можно сделать вывод, что у определенной категории детей агрессия не только сохраняется, но и развивается, трансформируется в устойчивые черты личности. В результате снижается продуктивный потенциал ребенка, деформируется его личностное развитие.

В ходе психодиагностической работы было установлено, что большинство параметров возрастного развития агрессивных дошкольников почти не отличается от аналогичных показателей у их ровесников. Так, уровень развития интеллекта агрессивных детей в среднем соответствует возрастным нормам, а в некоторых случаях даже превышает их. Наблюдения показывают, что некоторые агрессивные дети хорошо владеют игровой деятельностью и могут организовать самостоятельно интересную игру. Следовательно, уровень развития игровой деятельности, как и уровень развития интеллекта, нельзя считать главной причиной агрессивного поведения.

Исследования проведенные среди воспитанников старших групп показывают, что средний уровень самооценки агрессивных детей мало отличает их от остальных детей, но существуют существенные различия между их самооценкой и ожидаемой оценкой со стороны сверстников. По результатам исследования было выявлено, что своим социальным статусом в группе сверстников агрессивные дети мало отличаются от других: среди них есть те, которых предпочитают, которыми пренебрегают, и даже лидеры.

Существенно отличается **отношение агрессивных детей к ровесникам**. Другой ребенок является для них конкурентом, препятствием, которое нужно убрать. Главные проблемы агрессивных детей лежат в сфере взаимоотношений с ровесниками.

Кроме того, всех агрессивных детей объединяет общее свойство - неспособность видеть и понимать другого.

**Цель** данной программы: **психокоррекция детской агрессивности**; формирования навыков саморегуляции, внутренних аффективных процессов и эмоциональной адекватности в контактах детей с окружающим миром.

**Задача программы:**

* [Снизить уровень детской агрессивности](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov/snizhenie-agressivnosti-u-detej).
* Гармонизировать уровень базальной эмоциональной регуляции путем обучения способам регуляции эмоциональных состояний;
* Развить умение анализировать свое внутреннее состояние и состояние других детей;
* Снизить уровень личностной тревожности.
* Научить детей конструктивным формам общения, поведенческих реакций, снятию деструктивных элементов в поведении.
* Обучить приемлемым формам выражения гнева агрессивных детей, техникам контроля над негативными эмоциональными состояниями.
* Развить адекватный уровень самооценки и самоконтроля.
* Сформировать нравственные представления, альтруистические формы поведения.

Отбор детей для коррекционной работы осуществляется на основе [психодиагностики](https://psichologvsadu.ru/diagnostika), которая осуществляется путем наблюдения; интерпретации серии проективных методик «Кинетический рисунок семьи», «Дом-Дерево-Человек».

**Этапы коррекции:**

* I этап - ориентировочный (4 занятия), направленный на близкое знакомство [психолога](http://psichologvsadu.ru/) с детьми;
* II этап - реконструктивный (9 занятий), его задачей является собственно снижение высокого уровня агрессивности и тревожности, выработка навыков речевого общение;
* III этап - закрепляющий (3 занятия).

**Организация занятий**:

* **Программа включает** 14 занятий;
* количество занятий в неделю - 2
* продолжительность занятий - 25-30 мин.
* количество детей в группе - 6-7 человек шестилетнего возраста.

**Оборудование:** магнитофон, кассеты с записями спокойной, мелодичной музыки, воздушные шарики, цветы, фломастеры, пластилин, альбомы, карандаши, краски, кукла.

**Структура занятий программы:**

1. Вступительная беседа [психолога](http://psichologvsadu.ru/), целью которой является рефлексия прошедшего занятия, упражнения на мышечную релаксацию.

2. Основная часть, во время которой используются игры и упражнения направленные на:

* обработку психотравмирующих ситуаций;
* выработку социально приемлемых способов выражения эмоциональных реакций: гнева, ревности, обиды и т.д.;
* формирование адекватных способов эмоционального реагирования на негативные переживания.

В основной части используются такие методы и приемы как:

- прослушивание и обсуждение рассказов;

- разыгрывание этюдов;

- игры-инсценировки.

3. Упражнения на снятие психоэмоционального напряжения. Психогимнастика.

4. Танцевальная терапия, музыкотерапия, арт-терапия. Танец в сочетании с другими техниками позволяет ребенку найти способы выражения себя, своего внутреннего состояния. Танец может выполнять не только терапевтическую, профилактическую, но и диагностическую функции.

5. Заключительный этап, направлен на рефлексию занятия (Что нового сегодня мы узнали на занятии? Что особенно понравилось? Почему?)

6. Прощание.

**Перспективное планирование работы по снижению агрессивности у старших дошкольников**

Таблица №1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ занятий** | **Цель** | **Материал** | **Ход занятия** |
| 1 | Создать положительный эмоциональный фон, чувства комфорта, сплоченности в группе;- ослабить эмоциональное напряжение;- развить эмпатийные способностей у детей. | Бумага, карандаши | 1. Приветствие. Упражнение «Имя»
2. Пластический этюд «Солнышко»
3. Игра «Доброе животное»
4. стихологический этюд «Спаси птичку»
 |
| 2 | Обеспечить атмосферу доверия;- снять эмоциональное напряжение, повысить уровень адаптации в коллективе;- развить умение распознавать эмоциональные состояния других людей;- развить сострадание, милосердие;- вызвать положительные эмоции у детей. | Набор карточек со схематическим изображением различных эмоциональных состояний людей, карандаши. | 1. Приветствие.
2. Этюд «Улыбка по кругу»
3. Упражнение «Наши эмоции»
4. Беседа психолога с детьми «Волшебное слово»
5. Игра «Мой хороший мышонок»
6. Минутка отдыха «Птичка»
 |
| 3 | Снять эмоциональное напряжение;- сформировать положительную самооценку;- научить осознавать свои положительные черты; способствовать повышению чувства личностной значимости;- сформировать альтруистические формы поведения, умение заботиться о других | Бумага, цветные краски. | 1. Приветствие
2. Игра «Котик»
3. Упражнение «3а что меня любит мама?»
4. Упражнение «Какой я?»
5. Беседа психолога по сказке «Гуси-лебеди»
6. Игра «Подари свое сердце»
7. Психологический этюд «Чародеи»
 |
| 4 | Обеспечить чувство комфорта, уменьшить тревогу, развить положительные эмоции; научить навыкам ауторелаксации; установить телесный контакт; формировать способности к эмпатии, доверия, сопереживания, сочувствия, установление доверительных отношений. | Клубок ниток, пластилин, карточки | 1. Упражнение «Паутинка»
2. Игра «Волшебные шарики»
3. и по очереди расскажите о чувствах, возникших у вас во время выполнения упражнения.
4. Игра «Эмоции героев»
5. Ролевое проигрывание сцен сказки.
6. Игра «Серебряное копытце»
7. Ауторелаксация: «Я ветер»
 |
| 5 | [Игровая коррекция агрессивности](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov/snizhenie-agressivnosti-u-detej), снятие вербальной агрессии; заучивания социально принятых норм поведения с помощью обратных связей со сверстниками, установление доверительных отношений, стимуляция гуманных чувств; ауторелаксация. | Колокольчик, пиктограммы «Злость», «Радость». | 1. Упражнение «Доброе утро»
2. Упражнение «Знакомство с чувством злости»
3. [Сказкотерапия](https://psichologvsadu.ru/skazkoterapiya) «Как злость Олю и Толю в плен поймала»
4. Игра «Меняем Олю и Толю»
5. Игра «Злюка»
6. Игра «Тух-тиби-дух»
7. Упражнение «Свободное рисование»
 |
| 6 | [Обучение агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева, снятие агрессии](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov/snizhenie-agressivnosti-u-detej); направление разрушительной энергии на достижение успехов; ориентация на состояние и чувства других детей, обучение детей навыкам распознавания различных эмоциональных состояний; формирование умения заботиться о других. | Подушки | 1. Игра «Клеевой дождик»
2. Игра «Охота Бабы Яги»
3. Упражнение «Беги, злость, беги!»
4. Упражнение «Овладей собой»
5. [Сказкотерапия](https://psichologvsadu.ru/skazkoterapiya) «Котик и петушок»
6. Игра «Сбрось усталость»
 |
| 7 | [Обучение детей приемам саморегуляции, умение владеть собой в ситуациях, провоцирующих гнев](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov/snizhenie-agressivnosti-u-detej); закрепление социально принятых норм; развитие способности быть внимательным к другим; воспитание сострадания и терпимости. |  | 1. Этюд «Улыбка по кругу»
2. Игра «Маленький призрак»
3. Упражнение «Рубка дров»
4. Упражнение «Доброе животное»
5. Упражнение «Внимание  друг к другу»
 |
| 8 | Нейтрализация негативной эмоциональной энергии, формирование адекватных способов реагирования; [снятие эмоционального напряжения у детей](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov/snizhenie-agressivnosti-u-detej); закрепление представлений о добре и зле, стимулирование к их воплощению, понимание эмоциональных состояний других детей. | Мелкая игрушка, варежка | 1. Приветствие
2. Упражнение «Передай чувство»
3. Упражнение «Кулачок»
4. «Тряпичная кукла»
5. Психологический этюд «Добрый мальчик»
6. 6.Упражнение «Волшебная кружка»
7. Домашнее задание
8. Нарисовать дома свою кружку доброты.
9. Упражнение «Гора с плеч»
 |
| 9 | [Игровая коррекция агрессивности](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov/snizhenie-agressivnosti-u-detej), приобретение способности решать проблемы; отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях, воспитание доброжелательного, толерантного отношения друг к другу. | Настольные игры | 1. Приветствие
2. Игра «Липучка»
3. Игра «Как поступить?»
4. Закрепление правил хорошего поведения
5. Упражнение «Овладей собой»
6. Совместные настольные игры
7. настольных игр дети овладевают навыками совместного бесконфликтного общения.
8. Психомышечное расслабление под музыку.
 |
| 10 | Способствовать развитию социально приемлемых форм проявления агрессии; направлению разрушительной агрессии на достижение успехов; ориентация на эмоциональное состояние других; [развитие коммуникативных и моральных навыков](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov); развитие способности к эмпатии. | Карточки- пиктограммы | 1. Упражнение «Как ты сегодня себя чувствуешь?»
2. Игра-тренинг «Разное настроение»
3. Игра «Дразнилки»
4. [Сказкотерапия](https://psichologvsadu.ru/skazkoterapiya) «Иванушка-дурачок»
5. Упражнение «Сбрось усталость»
 |
| 11 | Формирование конструктивных форм общения, навыков самоконтроля и самопознания;- закрепление приемлемых форм выражения гнева;- закрепление моральных представлений и суждений;- развитие чувства взаимопомощи, взаимоуважения. | Подушки, карандаш | 1. Упражнение «Тренируем эмоции»
2. Упражнение «Злюка-звездочка»
3. Упражнение «Детский футбол»
4. [Сказкотерапия](https://psichologvsadu.ru/skazkoterapiya) «Волшебные очки»
5. Упражнение «Попроси игрушку»
 |
| 12 | Закрепление навыков эмоциональной саморегуляции, навыков овладения негативными реакциями; развитие умения выражать эмоции в рисунке; развитие эмпатийных способностей. | Карточки-пиктограммы, карандаши, бумага для рисования | 1. Игра «Приветствие»
2. Упражнение «Три настроения»
3. 3 Упражнение «Чертенок»
4. Закрепление правил хорошего поведения
5. Игра «Тух-тиби-дух» (см. занятия 5-6)
6. Свободное рисование
7. Дети рисуют свои фантазии, рассказывают о них.
 |
| 13 | Положительное подкрепление способности решать проблемы социально адаптированными методами; закрепление моральных представлений, развитие чувства взаимопомощи, взаимоуважения; [развитие доброжелательности, доверия к людям](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov/snizhenie-agressivnosti-u-detej) | Волшебный мешочек, мяч | 1. Упражнение «Волшебный мешочек»
2. Упражнение «Жужа»
3. Упражнение «Головомяч»
4. Танец «Злюка» и «Добрый человек»
5. Этюд «Я - ветер» (см. [занятие 4](https://psichologvsadu.ru/korrektsionno-razvivayushchie-programmy-dlya-doshkolnikov/snizhenie-agressivnosti-u-detej/109-zanyatie-4-iz-programmy-snizheniya-agressivnosti-u-doshkolnikov-v-detskom-sadu))
 |
| 14 | Закрепить конструктивные навыки общения, самосознания и самоконтроля поведения, моральных ценностей; формировать альтруистические чувства детей | набор карточек со схематическим изображением различных эмоциональных состояний людей, карандаши. | 1. Упражнение «Глаза в глаза»
2. Игра «Как поступить?»
3. Упражнение «Герои добрые и злые»
4. Психологический этюд «Подари доброту»
 |