

МКУ «УО ГО Верхняя Пышма»  
**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 11»**  
**(МАДОУ «Детский сад № 11»)**  
ИНН/КПП 6606012728/668601001  
Адрес: 624096, Свердловская область, г. Верхняя Пышма, ул. Машиностроителей, д. 4 а,  
тел. 8(343 68) 7-90-71, E-mail: detsad\_11@mail.ru

**Программа занятий по снижению агрессивного поведения у детей  
дошкольного возраста  
«Радуга»**

**Автор:**  
педагог -психолог:  
Смирнова А.И.

**ГО Верхняя Пышма**

**2020 г.**

# Содержание

Введение

Актуальность

## **1. Теоретическая часть программы «Радуга»**

1.1. Психическое развитие детей 6 -7 лет

1.2. Возрастные особенности эмоционально - волевой сферы детей 6 -7 лет

1.3 Эмоционально – волевые нарушения у детей 6 -7 лет

1.4. Психокоррекция и её направления, используемые для психокоррекции агрессивного поведения детей 6 -7 лет

1.4.1. Арт – терапия

1.4.2. Изотерапия

1.4.3. Музыкатеропия

## **2. Диагностическая часть программы «Радуга»**

2.1. Диагностические методы и методики агрессивности у детей 6 – 7 лет

Описание диагностических методов и методик

## **3. Практическая часть программы «Радуга»**

Цикл коррекционно -развивающихся занятий с детьми 6-7 лет

## Введение

Демократические преобразования в российском обществе привели к серьезным изменениям в системе дошкольного и начального школьного образования, которые коснулись как организационной, так и содержательной стороны этих ступеней образования.

Правовыми основами развития и функционирования дошкольного и начального образования в России теперь являются документы, принятые международными организациями (Международная Конвенция о правах ребенка, Декларация прав ребенка), а также законы Российской Федерации (Конституция Российской Федерации, Закон Российской Федерации об образовании). Где особенно важны следующие положения этих документов:

- конституционное право каждого ребенка как члена общества на охрану жизни и здоровья;
- получение образования, гуманистического по своему характеру;
- бережное отношение к индивидуальности каждого ребенка;
- адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки детей.

Благодаря этому произошли существенные изменения в содержании образования детей дошкольного и младшего школьного возраста, в общем характере и стиле педагогического процесса: все большее распространение приобретает вариативность программ, новые терапевтические направления, средств и методы обучения, что значительно обогащает содержание как дошкольной, так и начальной ступени образования.

В настоящее время для нас, психологов современного общества, остро встала проблема роста количества детей дошкольного и младшего школьного возраста с нарушениями в поведении, а также в психическом и личностном развитии. Проблема развития личности ребенка является одной из центральных проблем психологической науки и имеет давнюю историю.

Нарушения эмоциональной сферы ребенка, которые могут негативно окрашивать его психическую жизнь и практический опыт, могут создавать серьезную угрозу, как для развития самого ребенка, так и для его ближайшего окружения. Чрезмерная напряженность взаимодействия, состояние подавленности, сниженное настроение тревожность, или, наоборот, выраженная агрессия, вряд ли помогут ребёнку полноценно развиваться и взаимодействовать с окружающими, и могут создать серьезные трудности при поступлении ребёнка в школу.

Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Нарушение эмоционального баланса способствует возникновению эмоционально – волевых расстройств, приводящих не только к отклонению в развитии личности ребенка, но и серьезных к нарушению у него социальных контактов.

Актуальность работы заключается в необходимости изучения развития психики ребенка, в частности эмоционально – волевой сферы дошкольника, для выявления причин нарушения эмоциональной сферы ребёнка, а так же

предотвращение негативных тенденций развития эмоциональных нарушений у детей. Так же, проведение коррекции и профилактики эмоционально - волевой сферы ребёнка, для создания у ребёнка стабильного, эмоционального баланса, помочь сформировать ему безопасные и эмоционально - насыщенные контакты с ближайшим окружением, а так же создать положительные и безболезненные условия для перехода на новый возрастной период.

## **1. Теоретическая часть программы**

### **1.1. Психическое развитие детей 6 -7 лет**

Возраст, о котором пойдёт речь во многих описаниях и классификациях состоит как бы из двух: старшего дошкольного и младшего школьного.

На протяжении первых семи лет жизни ребёнок проделал огромный путь развития. Из беспомощного существа, полностью зависящего от взрослого, не умеющего даже говорить и самостоятельно есть, он превратился в подлинного субъекта деятельности обладающего чувством собственного достоинства, переживающего богатый спектр эмоциональных процессов от восторга до вины и стыда, сознательно выполняющего все нравственные нормы и правила поведения в обществе.

Дошкольное детство - период познания мира человеческих отношений. Ребёнок моделирует их в сюжетно – ролевой игре, которая становится для него ведущей деятельностью. Этот период первоначального становления личности, а так же возникновения эмоционального предвосхищения последствий своего поведения, самооценки, усложнение и осознание переживаний, обогащение новыми чувствами и мотивами эмоционально - потребностной сферы, и, наконец, появление первых существенных связей с миром и основ будущей структуры жизненного мира – вот главные особенности личностного развития дошкольника.

К тому времени, когда ребёнок вступает в период младшего школьного возраста, у него закрепляются представление о себе как о члене общества, осознание своей индивидуальной значимости, собственных индивидуальных качеств, переживаний. На первое место выдвигается несоответствие между старым «дошкольным» образом жизни и новыми возможностями, которые открываются перед ребёнком. Привычные «дошкольные» виды деятельности теряют для него свою привлекательность, и ребёнок осознаёт себя дошкольником и стремится стать школьником.

Таким образом, в данный период происходит интенсивное познавательное развитие ребёнка, формируется и закрепляется целая система новообразований:

- \* Развитие наглядно – образного мышления с элементами абстрактного мышления.
- \* Развитие конструктивных игр, развитие практического мышления.
- \* Развитие восприятия, внимания, памяти (высокая устойчивость и концентрация внимания, понимание на слух, логическое запоминание, словарный запас и т.д.)

\* Развитие диалогической речи с другими людьми (к 6 – 7 годам лексикон до 14 тыс. слов полное овладение грамматическими нормами языка)

\* Развитие понятий (в 3 – 5 лет слова как ярлыки, заменяющие слова или действия, к 6 – 7 годам слова обозначают существенные признаки предметов – конкретные понятия)

\* Развитие воображения, от репродуктивных форм к творчески продуктивному воображению (выполняет познавательную – интеллектуальную функцию и аффективно – защитную функцию: защита от тяжёлых и травмирующих ситуаций)

\* Развитие воли, произвольности действий

\* Формирование и развитие инициативности, активности, целеустремлённости и предприимчивости

\* Формирование и развитие произвольности поведения – умение контролировать свою двигательную активность, действовать точно по указаниям взрослого, подчиняться взрослым

\* Формирование учебной мотивации - желание учиться, а не играть, желание идти в школу и получать новые знания

\* Формирование и развитие устойчивого положительного отношения к себе, уверенности в собственных силах;

Итак, данный возраст играет особую роль в психическом развитии ребенка: в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения ребёнка. Формируется психологическая готовность ребёнка к обучению в школе. У ребёнка формируются внутренняя позиция школьника.

## **1.2. Возрастные особенности эмоциональной сферы детей 6-7 лет**

Важность изучения возрастных особенностей эмоциональной сферы детей определяется тем, что имеется тесная связь эмоционального и интеллектуального развития.

Е. И. Янкина (1999) отмечает, что нарушения в эмоциональном развитии ребенка дошкольного возраста ведут к тому, что ребенок не может использовать другие способности, в частности интеллект, для дальнейшего развития. Уровень развития интеллекта у детей соответствует средним значениям по тесту Векслера. Отсюда возникает задача контроля за эмоциональным развитием детей и при необходимости применения психокоррекционных программ.

Под эмоциональным развитием ребёнка можно понимать устойчивую систему психоэмоциональных реакций ребёнка в период всего развития. Эмоциональное развитие дошкольника связано, прежде всего, с появлением у него новых интересов, мотивов и потребностей.

При всей важности познавательного развития ребенка его гармоничное становление невозможно без эмоционального отношения к окружающему в соответствии с ценностями, идеалами и нормами общества.

А. В. Запорожец вместе с Я. З. Неверович показали, что на протяжении развития ребенка меняется место эмоций в общей структуре поведения,

появляются новые формы сопереживания, сочувствия другому лицу, столь необходимые для совместной деятельности и общения.

В ходе онтогенеза изменяется и структура эмоциональных процессов - в их состав постепенно включаются, помимо вегетативных и моторных реакций, познавательные процессы (воображение, образное мышление, сложные формы восприятия). Эмоции становятся "умными", интеллектуализируются, а познавательные процессы приобретают аффективный характер, обогащаются чувством.

Эмоциональное развитие осуществляется на основе целенаправленного воспитания. А. В. Запорожец подчеркивал огромную роль в воспитании чувств авторитетного для ребенка взрослого. Его взаимоотношения с окружающими, его поведение, аффективные реакции на происходящее задают ребенку эталон не только способов действия, но и эмоционального отношения к людям, "служат образцом для аффективного подражания".

Взрослый должен способствовать тому, чтобы ребенок чувствовал себя полноценным участником совместной деятельности, имел возможность проявить инициативу и самостоятельность в достижении цели.

В качестве общих особенностей этого возраста для большей части детей 6 -7 лет становится доступным определение эмоций другого человека по его речи (Манеров, 1993). Задержка в развитии этого умения происходит у детей из неблагополучных семей, когда у ребенка формируются стабильные отрицательные эмоциональные переживания (тревога, чувство неполноценности). Очевидно, это приводит к снижению контактов в общении и, как следствие, к недостаточному опыту в восприятии эмоций других. У этих детей недостаточно развита и эмпатия.

В числе ведущих факторов, влияющих на эмоциональное развитие ребенка в данном возрасте, А. В. Запорожец называл детский коллектив. На основе совместной деятельности, опосредованной эмоциональными эталонами - нравственными нормами, у ребенка складывается эмоциональное отношение к людям. Период 6 – 7 лет – это возраст, когда ребенок начинает осознавать себя среди других людей, когда он отбирает позицию, из которой будет исходить при выборе поведения. Эту позицию могут строить добрые чувства, понимание необходимости вести себя так, а не иначе, связанные с этим совесть и чувство долга. Но позицию могут строить и эгоизм, корысть, расчет.

Поступление в школу изменяет эмоциональную сферу ребенка в связи с расширением содержания деятельности и увеличением количества эмоционально насыщенных объектов. Те раздражители, которые вызывали эмоциональные реакции у дошкольников, у детей 6 – 7 лет уже не действуют. Хотя дети в этом возрасте бурно реагируют на задевающие его события, у него появляется способность подавлять волевым усилием нежелательные эмоциональные реакции (Божович, 1968; Якобсон, 1966). Вследствие этого наблюдается отрыв экспрессии от переживаемой эмоции как в ту, так и в другую сторону: он может, как не обнаруживать имеющуюся эмоцию, так и изображать эмоцию, которую он не переживает.

Итак, эмоциональную сферу детей 6 -7 лет можно охарактеризовать:

- 1) Легкой отзывчивостью на происходящие события и окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности, эмоциями;
- 2) Непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний - радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия;
- 3) Большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений (на общем фоне жизнерадостности, бодрости, веселости, беззаботности), склонностью к кратковременным и бурным аффектам;
- 4) С развитием эмоциональной сферы у детей 6 – 7 лет потребность в положительных эмоциях со стороны других людей определяет поведение ребенка. Эта потребность порождает сложные многоплановые чувства: любовь, ревность, сочувствие, зависть и др.
- 5) К 6 – 7 годам дети начинают более четко и уверенно различать эмоциональные состояния по их внешнему проявлению, через мимику и пантомимику. Ребенок может сопереживать, сочувствовать литературному герою, разыгрывать, передавать в сюжетно-ролевой игре различные эмоциональные состояния. Чётко их называть и объяснять.
- 6) К 6 – 7 годам у детей чувства господствуют над всеми его сторонами жизни, придавая им особую окраску. Он полон экспрессии – его чувства быстро и ярко вспыхивают. Со временем чувства становятся более рациональными, подчиняются мышлению. И ребенок шести лет, конечно, уже умеет быть сдержанным и может скрыть страх, тревожность и слезы.
- 7) Если оценивать особенности чувств шестилетнего ребенка, то надо сказать, что в этом возрасте он не защищен от всего многообразия переживаний, которые у него непосредственно возникают в повседневном общении с взрослыми и сверстниками. Он нуждается в отдыхе от своих собственных чувств.

### **1.3. Эмоциональные нарушения у детей 6 -7 лет**

Проблема нарушения эмоциональной сферы ребенка в последние годы все чаще оказывается объектом исследовательского интереса психологов. Это не случайно, так как к началу двадцать первого века стало совершенно очевидно, что именно эмоциональность в первые годы жизни ребёнка является ядром практически всех психологических новообразований. И сейчас каждый педагог или психолог понимает, что в сложном, современном мире, с каждым годом ребёнку приходится всё трудней. Так как маленький растущий организм ребёнка ещё не умеет полностью защищаться и справляться с тем грузом эмоционально – насыщенной информации, которая существует в окружающем мире ребёнка. Несформированности или нарушения эмоционально-волевых особенностей вызывает у ребенка затруднения интеллектуальных заданий, что в свою очередь оказывает отрицательное влияние на развитие личности ребенка в целом. Расстройства в эмоциональной сфере детей не только снижают интеллектуальные возможности, но и могут приводить к нарушению поведения, а также вызывать явления социальной дезадаптации.

Конечно, сейчас каждый педагог или психолог хорошо понимает, что в современном мире с каждым днём увеличивается количество эмоционально не благополучных детей.

Нарушения эмоционально – волевого развития в дошкольном возрасте могут быть обусловлены несколькими группами причин:

Конституциональные причины (тип нервной системы ребенка, биотонус, соматические особенности, то есть нарушение функционирования каких-либо органов).

Особенности взаимодействия ребенка с социальным окружением. Ребёнок имеет свой опыт общения со взрослыми, сверстниками и особо значимой для него группой – семьей, и этот опыт может быть неблагоприятным:

1) если ребенок систематически подвергается отрицательным оценкам со стороны взрослого, он вынужден вытеснять в бессознательное большое количество информации, поступающей из окружающей среды. Новые переживания, не совпадающие со структурой его «Я концепции», воспринимаются им негативно, в результате чего ребенок оказывается в стрессовой ситуации.

2) При неблагоприятных отношениях со сверстниками возникают эмоциональные переживания, характеризующиеся остротой и длительностью: разочарование, обида, гнев.

3) Семейные конфликты, разные требования к ребенку, непонимание его интересов также могут вызвать у него негативные переживания. Неблагоприятными для эмоционального и личностного развития ребёнка можно отнести следующие типы родительского отношения: отвержение, гиперопека, обращение с ребенком по принципу двойной связи, сверхтребовательность, уклонение от общения и др.

Среди эмоциональных черт, развивающихся под воздействием таких родительских отношений, отмечается **агрессивность, аутоагрессивность, отсутствие способности к эмоциональной децентрации, чувства тревожности, мнительности, эмоциональная неустойчивость** в общении с людьми.

Эмоционально - волевые нарушения у ребёнка могут, быть связаны с затруднениями в общении со сверстниками, и формировать у ребенка определённый негативный тип поведения.

1) К первой группе можно отнести детей неуравновешенных и легко возбудимых. Безудержность эмоций у них часто становится причиной дезорганизованности их деятельности. При возникновении конфликтов со сверстниками эмоции детей часто проявляются в аффектах: вспышки гнева, обиды, грубость, жестокость, драки, словесная и физическая агрессия. Таким детям очень трудно найти общий язык с другими детьми, наладить дружеские контакты с ребятами.

2) Вторую группу составляют дети с устойчивым негативным отношением к общению. Как правило, у них существует сильная обида, недовольство, неприязнь и т. д. сохраняются в их памяти на долго. Такие дети характеризуются обособленностью, замкнутостью, нежеланием общаться со сверстниками, предпочитают играть одни, не любят ходить в

сад. Часто у таких детей существует внутриличностный конфликт, часто сопровождающийся тревожностью ребёнка.

Другие авторы, например, Ю. М. Миланич (1997) разделяет детей с эмоциональными нарушениями на три группы:

1) В первую входят дети с выраженными внутриличностными конфликтами. Родителями и педагогами у этих детей отмечаются тревожность, необоснованные страхи, частые колебания настроения.

2) Вторую группу составляют дети с межличностными конфликтами. Эти дети отличаются повышенной эмоциональной возбудимостью, раздражительностью, агрессивностью.

3) Третью группу составляют дети как с внутриличностными, так и с межличностными конфликтами. Для них характерны эмоциональная неустойчивость, раздражительность, агрессивность, с одной стороны, и обидчивость, тревожность, мнительность и страхи - с другой стороны.

Из всего массива обнаруженных эмоциональных нарушений Ю. М. Миланич выделяет три группы:

1) острые эмоциональные реакции, окрашивающие конкретные конфликтные для ребенка ситуации: агрессивные, истерические, протестные реакции, а также реакции страха и чрезмерной обиды;

2) напряженные эмоциональные состояния - более стабильные во времени над-ситуативные негативные переживания: мрачность, тревожность, подавленное настроение, боязливость, робость;

3) нарушения динамики эмоциональных состояний: аффективная взрывчатость и лабильность (быстрые переходы от положительных эмоций к отрицательным и наоборот).

Так же можно выделить и другие виды нарушений в развитии эмоциональной сферы данного возрастного периода:

1) расстройства настроения

2) нарушения психомоторики

3) расстройства поведения:

**Нормативно – инструментальная агрессия** – это вид детской агрессивности, где агрессия используется в основном как норма поведения в общении со сверстниками. Агрессивный ребенок держится вызывающе, неусидчив, драчлив, инициативен, не признает за собой вины, требует подчинения окружающих. Его агрессивные действия – это средство достижения конкретной цели, поэтому положительные эмоции испытываются им по достижении результата, а не в момент агрессивных действий.

**Пассивно-агрессивное поведение** характеризуется капризами, упрямством, стремлением подчинить окружающих, нежеланием соблюдать дисциплину.

**Инфантильная агрессивность** проявляется в частых ссорах ребенка со сверстниками, непослушанием, выставлением требований родителям, стремлением оскорблять окружающих.

**Защитная агрессия** – это вид агрессивного поведения, которое проявляется как в норме (адекватный ответ на внешнее воздействие), так и в гипертрофированной форме, когда агрессия возникает в ответ на самые

разные воздействия. Возникновение гипертрофированной агрессии может быть связано с трудностями декодирования коммуникативных действий окружающих.

**Демонстративная агрессия** – разновидность провокационного поведения, направленного на привлечение внимания взрослых или сверстников. В первом случае ребенок использует в косвенной форме вербальную агрессию, которая проявляется в различных высказываниях в виде жалоб на сверстника, в демонстративном крике, направленном на устранение сверстника. Во втором случае, когда дети используют агрессию как средство привлечения к себе внимания сверстников, они чаще всего используют физическую агрессию – прямую или косвенную, которая носит произвольный, импульсивный характер (непосредственное нападение на другого, угрозы и запугивание – как пример прямой физической агрессии или разрушение продуктов деятельности другого ребенка в случае косвенной агрессии).

**Целенаправленно-враждебная агрессия** – это вид детской агрессивности, где желание нанести вред другому – самоцель. Агрессивные действия детей, приносящие боль и унижение сверстникам, не имеют какой-либо видимой цели – ни для окружающих, ни для них самих, а подразумевают получение удовольствия от причинения другому вреда. Дети используют в основном прямую физическую агрессию, при этом действия отличаются особой жестокостью и хладнокровием, чувства раскаяния совершенно отсутствуют.

#### **1.4. Психокоррекция и её направления, используемые для коррекции агрессивного поведения 6 -7 лет**

Психокоррекционная работа с детьми имеет свою специфику по сравнению с таковой у взрослых. Вообще, обсуждая возможности коррекционной и развивающей работы с детьми многие психологи как у нас в стране, так и за рубежом отмечают большой оптимизм по отношению к решению детских проблем. Эти проблемы имеют подчас менее длительную историю развития в силу относительно малого количества прожитых лет; к тому же развивающийся организм, личность ребёнка имеет массу компенсаторных, адаптивных возможностей, что позволяет психологу, педагогу более гибко подходить к вопросам искажения развития: учёт возрастных особенностей позволяют выявлять трудности на ранних этапах их становления, или даже предупреждать их появление, проводя профилактическую работу.

Одно из значений термина «коррекция» в переводе с латинского языка – поправка, частичное исправление или изменение (лат. *Correctio*).

Под психологической коррекцией понимается определенная форма психолого-педагогической деятельности по исправлению таких особенностей психического развития, которые по принятой в возрастной психологии системе критериев не соответствует гипотетической «оптимальной» модели этого развития, норме или возрастному ориентиру как идеальному варианту развития ребенка на той или иной ступени онтогенеза. Впервые данный термин был употреблён в дефектологии, а

затем был перенесён в область нормального развития. Здесь коррекция рассматривается как «создание оптимальных возможностей и условий для психического развития в пределах нормы» (Капрагова С.В. Путешествие с волшебной кисточкой: программа развивающе – коррекционной работы с детьми дошкольного возраста. 1997.)

Большой вклад в разработку принципов организации коррекционной работы с детьми внес Л.С. Выготский. Именно он указывал на первостепенную роль профилактических мер направленных на предупреждение развития вторичных дефектов.

Таким образом, основными направлениями коррекции психического развития являются:

- 1) коррекция отклонений в психическом развитии
- 2) профилактика негативных тенденций личностного, эмоционального и интеллектуального развития.

Итак, можно выделить следующие принципы, которыми следует руководствоваться в психокоррекционной работе с детьми:

- \* принцип « нормативности» развития на основе учёта возрастно-психологических и индивидуальных особенностей ребёнка;
- \* принцип системности коррекционных профилактических и коррекционных задач;
- \* принцип единства диагностики коррекции;
- \* деятельностный принцип;
- \* принцип комплексности методов психологического воздействия;
- \* принцип активного привлечения ближайшего социального окружения ребёнка к участию в психокоррекционной работе;

Каждый второй ребёнок в том или ином возрасте испытывает определенные трудности в эмоционально – волевой сфере. И в настоящее время в современной психологии существует немалое количество коррекционных направлений в работе с детьми, однако все они чаще всего являются либо конкретным методическим воплощением какого- то одного направления, например как игротеропия, арттеропия, сказкатеропия, куклатеропия и т.д., либо просто являются их модификацией.

Итак, рассмотрим более подробней лишь некоторые из многих направлений более подробно.

#### **1.4.1. Арт - терапия.**

Термин "арт - терапия" ввел в употребление Андриан Хилл (1938) при описании своей работы с туберкулезными больными в санаториях. Это словосочетание использовалось по отношению ко всем видам занятий искусством, которые проводились в больницах и центрах психического здоровья.

Арт - терапия – это специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительной и творческой деятельности. Первоначально арт - терапия возникла в контексте теоретических идей З. Фрейда и К.Г. Юнга, а в дальнейшем приобретала более широкую концептуальную базу, включая гуманистические модели развития личности К. Роджерса и А.Маслоу.

Основная цель арт - терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Расширение возможностей самовыражения и самопознания в искусстве связано с продуктивным характером искусства – создание эстетических продуктов объективирующих в себе чувства переживания и способности ребенка, облегчающих процесс коммуникации с окружающими людьми. Мышление ребёнка более образно и конкретно, чем мышление большинства взрослых, поэтому, когда он рисует или лепит, он на самом деле пытается осмыслить действительность и свои взаимоотношения с нею. По рисунку ребёнка можно судить об уровне его интеллектуального развития и степени психической зрелости. Важно и то, что краски, карандаши, бумага, пластилин и глина часто являются для ребёнка более важными, интересными и, главное, более безопасными партнёрами по общению, чем взрослые. При этом во взаимодействии с ними проявляются наиболее характерные для него способы построения отношений, те или иные эмоциональные реакции, поведенческие проявления и др. Иначе говоря, рисование или лепка являются для ребёнка средством психологической защиты, к которому он прибегает в трудных для себя обстоятельствах.

Поэтому, главной задачей психолога становится создание такой атмосферы, в которой ребенок сможет безопасно и беспрепятственно проявлять себя в своих рисунках или поделках. Но это далеко не все, чем арт - терапия может помочь ребёнку. За счет специальным образом организованного взаимодействия с психологом, ребенок получает возможность справиться со своими психологическими проблемами, восстановить свое эмоциональное равновесие, изменить привычные, но не слишком социально приемлемые варианты поведения. Кроме того, использование подобных средств самовыражения неизбежно помогает развитию эстетического вкуса и эрудиции у ребенка, обогащает его чувственные переживания и внутренний мир в целом.

В сравнении с другими психокоррекционными направлениями в работе с детьми арт - терапия имеет свои преимущества при тяжёлых эмоциональных нарушениях, при низком уровне развития у ребёнка игровой деятельности, несформированности коммуникативных навыков и т.д. В результате применения арт – терапевтических методов в коррекционной работе с детьми можно обеспечить эффективное эмоциональное отреагирование, облегчить процесс коммуникации для замкнутых, застенчивых и тревожных детей, научить ребёнка понимать свои чувства, переживание, эмоции а так е их выражать и работать над ними. Таким образом, арт – терапия может реализовывать следующие цели:

1. Дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам. Работа над рисунками, картинками, скульптурами является безопасным способом выпустить "пар" и разрядить напряжение.

2. Облегчить процесс лечения. Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью

зрительных образов, чем высказать их в процессе вербальной коррекции.

3. Получить материал для интерпретации и диагностических заключений. Продукты художественного творчества относительно долговечны, содержание и стиль художественных работ дают возможность получить информацию о ребёнке, который может помогать в интерпретации своих произведений.

4. Проработать мысли и чувства, которые ребёнок привык подавлять или скрывать.

5. Наладить отношения между психологом и ребёнком. Совместное участие в художественной деятельности может способствовать созданию отношений эмпатии и взаимного принятия.

6. Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Занятия изобразительным искусством создают богатые возможности для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями и развития способности к их восприятию.

7. Развить художественные способности и повысить самооценку. Важным продуктом арт - терапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития.

В арт - терапии существует много разновидностей подходов в зависимости от характера творческой деятельности и её продукта: музыкотерапия, изотропия, сказкотеропия основанная на изобразительном искусстве т.д.

#### **1.4.2. Изотерапия**

Теоретические основы терапии с помощью изобразительного искусства исходят из психоаналитического воззрения Фрейда, аналитической психологии Юнга, который использовал собственное рисование для подтверждения идеи о первоначальных и универсальных символах, из динамической теории терапевтической помощи графическим самовыражением Наумбургх. В дальнейшем большое влияние на развитие арт - терапии оказали психотерапевты гуманистической направленности.

Рисование – это творческий акт, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, развить эмпатию, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды. Это не только отражение в сознании детей окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Рисование развивает чувственно-двигательную координацию ребёнка. Его достоинство заключается в том, что оно требует согласованного участия многих психических функций.

Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам, желаниям, мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и болезненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными, травмирующими образами. Таким образом, рисование выступает как способ постижения своих возможностей и окружающей

действительности, как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных, негативных. Поэтому рисование широко используют для снятия психического напряжения, стрессовых состояний, при коррекции неврозов, страхов, тревожности.

«Художественное самовыражение» так или иначе, связано с укреплением психического здоровья ребенка, а потому может рассматриваться как значительный психологический и коррекционный фактор. Во многих случаях изотерапевтическая работа помогает сгладить у ребенка легкие эмоциональные и поведенческие расстройства, или определенных проблемы психологического порядка, и проводится не только в обычных школах или при социальных центрах. Ребенок использует изобразительную деятельность как способ осмысления действительности и своих взаимоотношений с ней. По рисунку можно судить об уровне его интеллектуального развития и степени психической зрелости ребёнка. Так же рисование помогает ребёнку снимать напряжение. Выплёскивать на лист бумаги свои переживания страхи тревоги и таким образом дети освобождаются от них.

В настоящее время формы изотерапевтической работы с детьми разнообразны.

### **I. Рисунок необычными средствами.**

Эта методика интересна тем, что носит двойной характер. С одной стороны это замечательная диагностическая методика, с другой она обладает всеми необходимыми техниками для того, чтобы оказывать психокоррекционное воздействие. Может использоваться как в индивидуальной форме, так и в групповой работе. Основная задача проективного рисунка состоит в выявлении и осознании трудновербализуемых проблем и переживаний ребёнка. Управляя и направляя тематику рисунков, можно добиться переключения внимания ребенка, концентрации его на конкретных значимых проблемах.

А использование в работе различных интересных и необычных средств помогают ребёнку легче окунуться в работу и быстрее раскрыться. В данной методике можно использовать такие разнообразные материалы как:

различные рамочки, печати, трафареты, штампики, палочки, колпачки, зубные щётки, малярные кисти, природный и бросовый материал, мыло, свечи, поролон и т.д. На обучающих занятиях различной технике изображения, детей можно научить применять каждый вид изображения как отдельно, так и в комплексе.

Самой доступной для начинающих детей является “пальчиковая живопись”. Пальчиками дети рисуют деревья, цветы, грибы, животных; особенно интересны изображения в смешении красок и накладывании одной на другую. Далее дети рисуют ладошками своё настроение, птиц, себя. Это развивает мелкую моторику, которая очень слабо развита у детей с нарушениями речи.

Монотипия и кляксография превращают детей в настоящих волшебников, позволяющих расколдовывать бабочек, жуков, цветы, листья. Прекрасные дома, транспорт получают приёмом печатания. Для печаток использую кубики, кирпичики, пробочки, колпачки, брусочки и т.д. Детей более старшего возраста могут учиться самостоятельно готовить фон для своих будущих рисунков, используя поролон, малярные кисти, мыльную пену, восковые мелки. Тем самым дети выражают свой внутренний мир.

Так же дети знакомятся с приёмом рисования по мокрой бумаге (изображение получается как бы размытое под дождём). Со старшими детьми можно выполнять более сложную технику – это гроттаж (выскребание по воску), фроттаж (отпечаток аппликации). Старшие дошкольники прекрасно справляются с коллажом (сочетание аппликации, рисования и ручного труда вместе).

## **II. Работа с глиной.**

Глина - это природный материал в работе с которым, нет противопоказаний и возрастных ограничений. Лепить может каждый. Глина восприимчива к чувствам и может эффективно помочь отреагировать гнев, агрессию, страх, тревогу, тем самым снижая вероятность проявления их в реальной жизни. Использование глины в терапии особенно важно для тех детей, которым трудно "выговориться", кому трудно рассказать о своих чувствах и переживаниях, в ситуациях неопределенности - ведь "мятьё" глины, "вылепливание" снижает или убирает сопротивление и дает возможность "увидеть" решение. Работа с глиной позволяет мягко отреагировать, переработать и осознать травматичный опыт ребёнка.

Пластичность и податливость глины делают её пригодной для решения самых разнообразных задач. Действия с глиной помогают неуверенным в себе детям, детям которые испытывают тревогу, а так же гиперактивным и агрессивным детям, обрести самоконтроль и снизить враждебность. А ещё поделки можно изменить – для работы не существует строгих правил, а значит, ошибки сводятся к минимуму. Когда же глина высыхает, получившиеся поделки можно раскрашивать и даже создавать целые игровые панно или театры. Что делает работу с глиной не только интересной и разнообразной, но и вполне практичной. Ведь ребёнок не только избавляется от различного рода проблем, но и включается в игру, и даже может создавать свой детский мир. К тому же в работе с глиной всегда используется вода. Вода помогает детям снять напряжение, расслабиться и настроиться на работу.

## **III. Работа с рваной и мятой бумагой.**

Бумага – один из самых замечательных материалов. Ведь видов бумаги существует огромное количество. Это и тонкая и толстая бумага, жёсткая и мягкая, бархатная и гофрированная, а сколько цветов и оттенков бумаги сейчас существует даже и не счесть. Поэтому бумага является универсальным материалом в работе по созданию и развитию творчества у детей. Большое разнообразие бумаги создаёт огромную политру для

ребёнка. Основываясь на свойствах бумаги, ребёнок может раскрывать свои актуальные психологические состояния. Через игру или аппликацию с бумагой ребёнок может освобождаться от эмоциональных состояний, которые возникли совсем недавно или наоборот тяготили долгое время.

Бумага является универсальным инструментом для агрессивных и враждебно настроенных детей. Это связано, прежде всего, с тем, что бумагу можно разрезать, мять, рвать, приклеивать, вырезать из неё разные формы, делать разные, интересные или сказочные аппликации.

Ребенок, начиная рвать и комкать разную по свойствам бумагу, начинает освобождаться от различных отрицательных чувств и эмоций, он вкладывает все негативные ощущения в бумагу, и закрепляет негатив уже не в себе, а на самой картине или аппликации. Тем самым избегая болезненного вторжения в его эмоциональный мир со стороны взрослого.

### 1.4.3. Музыкаотерапия

Магическая сила музыки может привести человека в отчаяние, заставить смеяться или, наоборот, успокоить. Но музыка еще и мощное лечебное средство, способ глубоко воздействовать на физическое и психическое состояние человека.

Музыкаотерапия - это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний.

Идея музыкаотерапии очень стара. Использование музыки в лечебных и профилактических целях известно, по меньшей мере, 2500 лет. Еще древнегреческий мыслитель, математик и спортсмен Пифагор применял музыку в лечебных целях. Аристотель считал, что музыка через катарсис (очищение) снимает тяжелые психические переживания, что ее воздействие равносильно сильнодействующим лекарствам. В эпоху средневековья метод музыкаотерапии применялся для лечения широко распространившейся эпидемии хореомании (пляски Святого Витта). Тогда же в Италии получило широкое распространение лечение музыкой тарентизма – тяжелого психического заболевания, вызванного укусом ядовитого паука – тарангула.

Русская музыкаотерапия ведет свое начало с конца XIX в., с исследований И.М. Догеля и И.Н. Тарханова. И.М. Догелю удалось обнаружить изменение дыхания и артериального давления у людей от разной музыки.

В.М. Бехтерев считал, что с помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, умерить слишком возбужденные темпераменты и растормозить заторможенных детей, урегулировать неправильные и лишние движения.

Г.П. Шипулин еще в 1928 г. отметил благотворное влияние ритмических упражнений на детский коллектив с повышенной нервной раздражительностью. В 70-80-е годы было издано несколько монографий, посвященных музыкаотерапии, в каждой из которых имеются главы по применению музыки с лечебной целью у детей.

Современные исследования показали, что возможности применения музыкотерапии как в психолого-педагогической коррекции, так и в лечебно-профилактической медицине достаточно широки и могут включать в себя разнообразные программы.

Только сейчас ученые начали понимать, каким образом музыка воздействует на организм человека. Оказывается, музыку наш мозг воспринимает одновременно обоими полушариями: левое полушарие ощущает ритм, а правое – тембр и мелодию. Самое сильное воздействие на организм человека оказывает ритм.

Ритмы музыкальных произведений лежат в диапазоне от 2,2 до 4 колебаний в секунду, что очень близко к частоте дыхания и сердцебиения. Организм человека, слушающего музыку, как бы подстраивается под нее. В результате поднимается настроение, работоспособность, снижается болевая чувствительность, нормализуется сон, восстанавливается стабильная частота сердцебиения и дыхания.

Какая же музыка действует на нас наиболее благотворно? Как выяснили ученые, это, прежде всего, классические произведения:

- успокоиться помогут - “Колыбельная” Брамса, “Свет луны” Дебюсси, “Аве Мария” Шуберта, мазурки и прелюдии Шопена, вальсы Штрауса.
- избавят от неврозов и раздражительности - “Лунная соната” Бетховена, “Кантата №2” Баха и “Симфония” Гайдна, “Итальянский концерт” Баха
- от бессонницы избавят - сюита “Пер Гюнт” Грига, “Грустный вальс” Сибелиуса, “Грезы” Шумана, пьесы Чайковского.

Сегодня уже ни для кого не секрет, что музыка может оказывать самое благотворное влияние на детей. Через музыку дети воспринимают и изучают окружающий мир, фантазируют и выражают себя. Музыка помогает детям снимать физическое напряжение, расслабиться, избавиться от тревожности и страхов, снизить раздражительность и агрессию. Поэтому использование музыкотерапии в работе с эмоциональными нарушениями у детей на сегодняшний день очень актуальна.

Сейчас существует большое количество разных звуков воды, огня, ветра, голоса птиц, животных, и т.д., а так же от различные бодрящих, расслабляющих мелодий до классических произведений - всё это самый лучший материал для работы с детьми. Так как музыку можно использовать, как основной метод воздействия на психоэмоциональное состояние ребёнка, так и дополнительный, когда ребенок занимается определенной деятельностью, музыку можно ставить как фон, что совершенно не снижает эффективности музыкотерапии. Детям можно предлагать исполнить различные задания под музыку разных звуков, например, показать животное или птицу, растение, воду, или просто полежать на ковре и послушать необычную музыку.

Итак, музыкатеропия наряду с другими терапевтическими направлениями, так же является отличным инструментом в коррекции психоэмоционального состояния детей. Больше всего радует минимальное количество затрат для осуществления данного направления. Так как на сегодняшний день существует огромное количество музыкальных произведений.

Таким образом, нами было рассмотрено несколько на наш взгляд интересных и необычных терапевтических направлений, которые можно использовать в работе с детьми. Применение творчества и необычных методов в коррекции и профилактики эмоциональных нарушений у детей, могут обеспечить и гарантировать положительный результат. А логическое и правильное сочетание различных терапевтических направлений в работе смогут не только дать разнообразие различных методов и методик, но и доставить большое удовольствие не только детям, но и взрослым.

## **2. Практическая часть**

### **2.1. Диагностические методы и методики агрессивности у детей 6 – 7 лет Описание диагностических методов и методик**

**I. Метод наблюдения.** Наблюдение – это метод сбора информации путем непосредственного восприятия и прямой регистрации всех элементов поведения ребенка в соответствии с целью и задачами исследования.

Наблюдение может проводиться в разных вариантах.

**Не включённое наблюдение** - это метод сбора информации путем бесконтактного наблюдения психолога за ребёнком в течении определённой деятельности.(см. приложение)

Немаловажную роль играет этот метод в психологической практике, по двум основаниям. Во–первых, это возможность получить богатую информацию для предварительного психологического анализа особенностей поведения ребенка и составления программы обследования. Во–вторых, наблюдение можно использовать, когда психологическая информация не может быть получена никакими иными методами.

**II. Опрос.** Метод опроса - это метод основанный на получении необходимой информации от самих обследуемых путём вопросов и ответов.

**Письменный опрос** позволяет охватить большое количество людей за короткий срок. Другая его разновидность это - **анкета**.

#### **III. Проективные методы.**

В отличие от большинства других тестов, проективные методики могут проводиться многократно и сколь угодно часто, не утрачивая своего диагностического значения. Они применимы к клиентам самого разного возраста – от дошкольного до взрослого включительно. Это позволяет использовать их для контроля динамики состояния и для наблюдения за ходом психического развития в течение длительного периода.

Популярность рисуночных методов (графических проб) объясняется тем, что простота поведения обследования сочетается с широким диапазоном получаемых показателей, они удобны в применении и не требуют сложного методического обеспечения. В работе с детьми дошкольного возраста как в норме, так и с отклонениями в развитии рисуночные пробы имеют определённые преимущества по сравнению с другими методиками. Прежде всего, надо отметить, что:

1) ребенок рисует не то, что видит, а то, что знает и чувствует.

2) рисование - это естественная для ребенка деятельность, которая оказывает на него растормаживающее действие, снимает напряжение, возникающее при психодиагностическом обследовании, способствует установлению положительного эмоционального контакта с ребенком.

3) в дошкольном возрасте существенно ограничено использование вербальных диагностических средств в силу значительного расхождения вербального и невербального планов поведения (того, что говорит ребенок, и того, как он поступает в действительности), недостаточного развития речи и рефлексии (способности анализировать свои поступки и переживания).

Как показывает опыт применения этого набора тестов, он весьма чувствителен к большому числу различных психологических особенностей. Это следующие особенности:

- уровень общего умственного развития;
- уровень психомоторного тонуса, повышенная или пониженная активность, астения;
- недостаточность самоконтроля и планирования действий, импульсивность;
- повышенная эмоциональная лабильность или, напротив, ригидность;
- тревожность (как личностная черта) и тревога (как состояние на момент обследования);
- страхи;
- депрессивные тенденции;
- особенности реакции на стресс;
- агрессивность (с возможностью дифференцировать такие ее формы как физическая и вербальная агрессия, защитная агрессия, невротическая агрессия);
- экстравертность или, напротив, интровертность;
- демонстративность;
- неудовлетворенность потребности в общении;
- степень социализированности и конформности;
- отношение к сексуальной сфере;
- отношение к семейной сфере в целом и к отдельным членам семьи.

## **Методики диагностики агрессивного поведения у детей 6 – 7 лет**

### **I. Методика «Рисунок несуществующего животного»**

РНЖ – одна из наиболее распространенных проективных методик диагностики агрессивности детей. В основном проводится в режиме взаимодействия "психолог–ребенок" с целью выяснения или уточнения черт личности, установок и психологических проблем ребенка. Поскольку методика РНЖ является проективной, то здесь главную роль играет умение ребенка фантазировать и отразить созданный образ в виде графического изображения или рисунка. Вторая особенность РНЖ состоит в том, что изображенный ребенком графический материал имеет не только тесную связь с эмоциями, играющими определенную роль в формировании образов фантазии, но и с реальными личностными и социальными проблемами ребенка. И, наконец, третья – это метафоричность изображения, которая в

процессе интерпретации рисунка, переносится на личность ребенка и описывается уже в психологических категориях, исходя из того, что хотя процесс проекции и протекает без достаточного контроля сознания, он все же отражает сознательные установки ребенка.

Методика проводится по стандартной процедуре. В начале необходимо установить доверительный контакт с ребенком и лишь потом сообщить ему о характере задания.

**Инструкция:** "Придумай и нарисуй несуществующее животное и назови его несуществующим названием". Далее можно уточнить, что не желательно брать животное из мультфильмов, т.к. оно уже кем-то придумано; вымершие животные тоже не подходят.

Для проведения необходим простой карандаш средней твердости, неостро отточенный (ручкой, фломастером рисовать нельзя). Лист бумаги стандартный, белый или кремовый, но не глянцевый. Бумага должна быть ориентирована вертикально.

## **II. Методика «Кактус» графическая методика М.А. Панфиловой**

**Цель:** Выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности.

**Оборудование:** При проведении диагностики ребенку выдается лист бумаги форматом А4 и простой карандаш. Возможен вариант с использованием восьми «люшеровских» цветов, при интерпретации учитываются соответствующие показатели теста Люшера.

В ходе работы вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.

**Инструкция к выполнению:** Предлагаем ребенку на листе бумаги (формат А4) нарисовать кактус, такой, какой ты его себе представляешь.

Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. Ребенку дается столько времени, сколько ему необходимо. По завершении рисования с ребенком проводится беседа. Можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Кактус домашний или дикий?
2. Его можно потрогать? Он сильно колется?
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?
6. Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

**Обработка результатов и интерпретация:**

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

1. пространственное положение
2. размер рисунка
3. характеристики линий
4. сила нажима на карандаш

Кроме того, учитываются специфические показатели, характерные именно для данной методики:

1. характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, женственный и т.д.)
2. характеристика манеры рисования (прорисованный, схематичный и пр.)
3. характеристика иголок (размер, расположение, количество)

Интерпретация.

1. По результатам обработанных данных по рисунку можно диагностировать качества личности испытуемого ребенка.

- Агрессивность – наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.
- Импульсивность – отрывистые линии, сильный нажим.
- Эгоцентризм, стремление к лидерству – крупный рисунок, расположенный в центре листа.
- Неуверенность в себе, зависимость – маленький рисунок, расположенный внизу листа.
- Демонстративность, открытость – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.
- Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.
- Оптимизм – изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.
- Тревожность – преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.
- Женственность – наличие мягких линий и форм, украшений, цветов.
- Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.
- Интровертированность – на рисунке изображен только один кактус.
- Стремление к домашней защите, чувство семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение домашнего кактуса.
- Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества – изображение дикорастущего, пустынного кактуса.

1. Интерпретация цветовой гаммы рисунка:

- темно-синий: покой, слияние, объединение, гармония, любовь (матери и младенца). Темно-синий — это небо и океан, где зародилась жизнь. Это состояние блаженства.
- темно-зеленый: символ — росток, пробивающийся сквозь асфальт. Воля, целеустремленность, жизнелюбие, решительность, упорство, честолюбие, упрямство.
- оранжево-красный: символ — огонь, кровь, взрыв. Экспансия, подчинение окружающей среды, сила, энергия, активность во всех направлениях.
- лимонно-желтый: изменение, творчество, гибкость, отзывчивость на внешние стимулы, радость.
- бордовый: искусство, необычность, гармония духовности, рождение нового, удвоение сущности, хрупкое динамическое равновесие.
- светло-коричневый: тревога, беспокойство, болезнь, неприкаянность, неуверенность, переживание не уютности, физический и психологический дискомфорт.
- черный: пустота, эксцентричность, ночь. смерть, уничтожение.

### III. Методика «Тест руки»

Тест руки создан американским психологом Э. Вагнером в 1971 г. Методологическим обоснованием «Теста руки» является предположение автора о том, что поскольку человеческая рука применяется в различных видах деятельности, то по восприятию изображения руки можно определить имеющиеся у человека тенденции к действию. А, следовательно, можно с высокой степенью вероятности прогнозировать и реальное поведение.

Таким образом «тест руки» может применяться во всех тех случаях, когда психолога интересует такая черта личности как агрессивность, либо какой-то другой класс установок, входящих в анализ. Необходимо, однако еще раз обратить внимание, что методика создавалась с определенной целью и направлена на выявление агрессивности в первую очередь. Получаемая с ее помощью дополнительная информация требует дальнейшей проверки и нуждается в более полном и глубоком обосновании.

Стимульный материал представляет собой 9 карточек с изображениями кисти человеческой руки в различных положениях, десятая карточка пустая. Ребенок должен сказать, что делает рука, изображенная на каждой карточке (см. приложение).

Ответы ребенка классифицируются по следующим 11 категориям анализа:

**Агрессивность.** Рука является доминирующей, оскорбляющей, активно хватающей другой организм или объект (рука, дающая пощечину, захватывающая, щиплющая, давящая насекомое, готовая нанести удар) и т.д.

**Директивность.** Рука является ведущей, руководящей, активно влияющей на другое лицо, находящейся в отношении превосходства к нему (дирижирует оркестром, дает указания, читает лекцию, учитель говорит ученику: "Выйди вон!", милиционер останавливает машину) и т.д.

**Страх.** Ответы по этой категории выражают страх перед возмездием или агрессией со стороны другого лица. Рука является жертвой чьей-либо агрессии. В эту категорию также включаются ответы, содержащие тенденцию к отрицанию агрессии) не злая рука, кулак сжат, но не для удара, поднятая в страхе рука, отвращающая удар и т.д.

**Эмоциональность.** К этой категории относятся ответы, выражающие привязанность, положительное отношение, благожелательность (дружеское рукопожатие, похлопывание по плечу, рука, гладящая животное, дарящая цветы, обнимающая рука и т.д.).

**Коммуникация.** В высказываниях, относящихся к этой категории, рука представляется пытающейся обратиться с кем-то. При этом общающееся лицо нуждается в партнере также или больше, чем партнер в нем, т.е. находится с партнером в положении равенства (жестикуляции в разговоре, язык жестов, показывает дорогу и т.д.).

**Зависимость.** Эта категория включает ответы, в которых выполнение действия зависит от благожелательного отношения другой стороны. В эту категорию входят ответы, связанные с подчинением другому лицу (просьба, солдат отдает честь офицеру, ученик поднял руку для вопроса, рука, протянутая за милостыней, человек останавливает попутную машину).

**Демонстративность.** Эта категория включает ответы, в которых рука проявляет себя нарочито демонстративно тем или иным способом (показывает кольцо, любителю маникюром, показывает тени на стене, танцует, играет на музыкальном инструменте и т.д.).

**Ущербность.** В ответе по этой категории рука представляется больной, деформированной, поврежденной (раненая рука, рука больного или умирающего, сломанный палец и т.д.).

**Активная безличность.** К этой категории относятся ответы, выражающие безличные тенденции к действию, в которых рука изменяет свое физическое положение или сопротивляется силе тяжести (вдевает иголку в нитку, пишет, шьет, ведет машину, плывет и т.д.).

**Пассивная безличность.** Эта категория включает ответы, в которых рука не изменяет своего положения или пассивно подчиняется силе тяжести (летит отдыхая, спокойно вытянута, человек облокотился на стол, свесилась во время сна и т.д.). В эту категорию входят ответы, которые являются скорее физическим описанием руки, не выражающим тенденцию к действию (пухлая рука, красивая рука, рука старого человека).

**Порядок работы с методикой.** Ребенку в стандартной последовательности предъявляются все 10 карточек и просят ответить на вопрос: "Что, по Вашему мнению, делает эта рука?". Если он затрудняется с ответом, ему предлагается следующий вопрос: "Как Вы думаете, что делает человек, которому принадлежит эта рука? Назовите все варианты, которые можете себе представить".

Все ответы испытуемого фиксируются в протоколе. Положение, в котором ребенок держит карточку, произвольно, но оно также фиксируется в протоколе. В ходе тестирования желательно получить по несколько ответов (в среднем 2–3) на каждую предъявленную карточку. Для этого после первого высказывания ребенка следует спросить: "Хорошо, а еще что?". После следующего ответа повторить вопрос. Если экспериментатор почувствует, что его действия встречают сопротивление рекомендуется перейти к другой карточке. В случае, если по первым 2–3 карточкам ребенок отказывается давать более одного ответа, то в дальнейшем этим придется ограничиться.

**Обработка и интерпретация результатов.** В зависимости от задач, стоящей перед психологом, обработка и интерпретация полученных результатов может производиться либо в краткой формализованной форме, если стоит исследовательская задача, либо по более обширной и трудоемкой процедуре, включающей содержательный и статистический анализ всех ответов.

Краткая форма обработки используется в тех случаях, когда психолога интересует лишь уровень агрессивности ребенка. Она обычно используется в исследованиях, связанных с опросом большого контингента испытуемых. В этом случае обработка результатов сводится к подсчету суммарного балла агрессивности субъекта. Формула подсчета основана на том предположении, что вероятность открытого агрессивного поведения возрастает в тех случаях, когда доминантные и агрессивные тенденции превышают тенденции к социальному сотрудничеству.

### 3. Практическая часть программы «Радуга»

Цикл коррекционно-развивающих занятий с детьми 6-7 лет

#### **I. Начальный этап. «Придумай радугу». Октябрь - ноябрь**

**Цель:** создать условия для выхода эмоционального и физического напряжения, агрессивности у детей.

**Задачи:**

- создание атмосферы налаживания контакта с детьми;
- создание доверительных взаимоотношений психолога детьми, снятие накопившегося внутреннего напряжения;
- формирование чувства близости с другими детьми, принятие детьми друг друга;
- оказание помощи детям в преодолении неуверенности в себе;

#### **II. Основной этап. «Нарисуем радугу вместе». Январь - март**

**Цель:** коррекция агрессивного поведения у детей;

**Задачи:**

- коррекция эмоции злости у детей;
- обучение навыка общения без агрессии у детей;
- формирование позитивного отношения к окружающему миру у детей;
- развитие навыков самоконтроля у детей;
- тренировка адекватного выражения своего эмоционального состояния у детей;

#### **III. Завершающий этап. «Подари радугу другу ». Апрель – май**

**Цель:** Закрепление полученных навыков у детей и подведение итогов.

**Задачи:**

- закрепление чувства ответственности у детей за свои поступки;
- закрепление доброго отношения к сверстникам и взрослым;
- формирование добрых отношений в группе;
- закрепление самооценки и уверенности в себе у детей;

#### **Пример упражнений к занятиям Пластические и подвижные упражнения**

«**Три мяча**». Ребенок держит по одному мячику в левой и правой руке, ногой старается забить гол в «ворота».

«**Передаем мячик**». Дети лежат на коврик, на спине, на вытянутых руках передают друг другу мяч. Упражнение делают под музыку.

«**Танцуем, отдыхаем**». Под музыку дети танцуют, по сигналу психолога (хлопок) падают на подушки. Музыка играет от очень активной до очень спокойной с каждым разом.

«**Отгадай, кто это?**». Дети по очереди изображают какое-нибудь животное, остальные должны отгадать, кто это. Первым демонстрирует животное взрослый. Животные выбираются разные очень злые и агрессивные, затем добрые и не опасные.

«**Топаем, хлопаем и гудим**». Предложите детям одновременно топать ногами, хлопать в ладоши и гудеть, издавая звук: у-у-у. Как только взрослый позвонит в колокольчик,

прекратить.

**«А на красные нельзя».** На полу раскладывают листы цветной бумаги (как классики) - синие, желтые, зеленые, красные. Ребенок на одной ножке должен прыгать на все листы, кроме красных.

**«Дуем изо всех сил».** Двое - трое детей с одной стороны и с другой изо всех сил дуют на надувной мяч, стараясь продвинуть его как можно дальше.

**«Прыгаем на буквы».** На листах бумаги написаны буквы алфавита. Листы разложены как классики. Ребенок прыгает с буквы на букву, психолог говорит «Стоп!». Остановившись на какой-то букве, ребенок должен назвать 5 слов, которые начинаются с этой буквы.

**«Обойдем препятствия».** На полу расставьте коробки, кегли, положите маленькие мячики. Одному ребенку завяжите глаза, другой должен обвести его вокруг препятствий, пока звучит музыка.

**«Бой подушками под музыку».** Пока звучит музыка, дети дерутся легкими, небольшими подушками. Как только музыка стихнет, дети должны положить подушки одну на другую.

**«Перетягиваем канат».** Положите на пол подушки. Четверо или пятеро детей с одной стороны и четверо или пятеро с другой перетягивают канат. По сигналу психолога (хлопку) отпускают канат, падают на подушки.

Помогать ребенку справляться с агрессией должны все: родители, воспитатели, психолог. Каждое упражнение может совершенствоваться, дополняться. У каждого психолога со временем накапливается арсенал собственных упражнений, творческих заданий.

### **Упражнения на снятия напряжения и высвобождение гнева.**

#### **1. «Дракон кусает свой хвост»**

**Цели:** снятие физического напряжения.

Звучит веселая музыка. Дети встают друг за другом и крепко держат друг друга за плечи. Первый человек - «это голова дракона», последний - «хвост дракона». «Голова дракона» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается от нее.

Ведущий должен следить за тем, чтобы дети не отпускали друг друга. И не причиняли вред друг друга. В роли «головы дракона» и его «хвоста» должны побывать все

**1. «Подари камешек».** Дети встают в круг. Ведущий предлагает детям взять из коробки разноцветные камешки и подарить их тому, кому они захотят, но обязательно со словами: «Я дарю тебе камешки, потому что ты самый...» (называется положительные качества ребенка). Тем детям, которым ничего не досталось, камешки дарит ведущий, обязательно отмечая при этом лучшие качества каждого ребенка, которому он делает подарок.

#### **2. «Маленькие приведения»**

**Цель:** отреагирование гнева.

Ход игры: «Ребята! Сейчас мы с вами будем играть в маленьких привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать разные движения. Сначала будем злыми приведениями. Если я буду хлопать тихо, вы будете гудеть тихо, если я буду хлопать громко, вы будете пугать друг друга громким голосом. Теперь помните, что мы добрые приведения и хотим только слегка пошутить». Дав детям пошуметь, взрослый прекращает игру: «Молодцы! Пошутили и достаточно. «Давайте снова станем детьми!»

#### **3. «Снежная баба»**

**Цель:** обучение ребенка освобождению и управлению своим гневом

Ход игры: Из этого упражнения можно сделать небольшую игру, катая при этом по полу воображаемые комья снега. Затем вместе с ребенком, вылепите снежную бабу, а ребенок

ее изображает.

Итак, слепили дети во дворе снежную бабу. Красивая снежная баба получилась (нужно попросить ребенка изобразить снежную бабу). Есть у нее голова, туловище, две руки, которые чуть торчат все стороны, и стоит она на двух крепких ножках...

Ночью подул ветер холодный - холодный, и стала наша баба замерзать. Сначала у нее замерзла голова (попросить ребенка напрячь голову и шею), потом плечи (ребенок напрягает плечи), потом туловище(ребенок напрягает туловище). А ветер дует все сильнее, хочет разрушить снежную бабу. Урласская снежная баба своими ножками (дети сильно напрягают ноги), и не удалось ветру разрушить снежную бабу. Улетел ветер, наступило утро, выглянуло солнышко, увидело снежную бабу и решило ее согреть. Стало солнышко припекать, и начала наша баба таять. Сначала стала таять голова (дети свободно опускают голову), потом плечи (дети расслабляют и опускают плечи), потом руки (мягко опускаются руки), потом туловище (дети, как бы оседая, склоняются вперед), а потом ноги (ноги сгибаются в коленях).

Дети «растикаются» в лужу на ковре.

#### **4.«Черепашка»**

**Цель:** обучение ребенка управлению своим гневом

**Ход игры:** Упражнение делается лежа, лучше на боку или животе. Попросите детей представить, что они маленькие черепашки, которые лежат на желтом песочке (или мягкой травке) возле прозрачного ручейка (реки, озера или моря - по желанию ребенка). Греет солнышко, черепашке тепло и хорошо. Ручки и ножки расслаблены, шейка мягкая... Вдруг появилась холодная туча и закрыла солнышко. Черепашке стало холодно и неудобно, и она спрятала ножки, ручки и шейку в панцирь (дети сильно напрягают спину, слегка выгибая ее и изображая тем самым панцирь; и также напрягают шею, руки и ноги, как бы втягивая их под панцирь на 5-10 секунд). Но вот туча улетела, опять выглянуло солнышко, вновь стало тепло и хорошо.. Черепашка: согрелась, и ее шея, ручки и ножки стали теплыми. ми и мягкими и опять появились из-под панциря (спина расслабляется 5-10 секунд).

**5. «Сороконожка».** Игра проводится под музыку, ритм музыки меняется от

быстрого к медленному и наоборот. Дети встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде ведущего сороконожка начинает сначала просто двигаться вперед, затем приседает, прыгает на одной «ножке», проползает между препятствиями (это может быть любые спортивные снаряды). Главная задача играющих - не разорвать всю сороконожку, не причинить боль соседнему ребёнку.

#### **6.«Змея»**

**Цель:** снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности.

**Ход игры:** Для этой игры нужны два добровольца, которые будут капитанами команд. Сначала капитаны выбирают себе по одному из играющих, подходят к нему и говорят: «Н змея, змея, змея, хочешь стать моим хвостом? Если играющий согласен стать хвостом, то он должен пролезть между ног у капитана, сзади него, и взять его за талию. Потом капитан с хвостом. подходит к другому игроку и предлагает то же самое. Выигрывает тот капитан, чей хвост оказывается длиннее.

### Музыкальные упражнения

1. Раздайте детям колокольчики. Включите музыку (любой отрывок из «Детского альбома» П.И. Чайковского). Предложите детям тихонько звенеть колокольчиками в такт музыке; покажите, как это делать.

2. Поставьте кассету «Звуки природы». Налейте теплую воду в подносы (противни). Дети сидят на стульчиках, опустив ступни в воду, закрыв глаза, слушают музыку. Упражнение длится 3 мин. Поделитесь впечатлениями с детьми.

3. Извлекаем звуки. Предложите детям постучать ложкой о ложку, ложкой о стакан, смять лист бумаги, подудеть в дудочку. Спросите, какой звук понравился, а какой - нет.

4. Музыканты. Раздайте детям музыкальные инструменты: колокольчики, погремушки, металлофон, дудочки. По сигналу (хлопку) психолога дети начинают играть. Сначала по одному, потом все вместе.

5. Танцуем, взявшись за руки. Дети танцуют, взяв друг друга за руки, по сигналу психолога отпускают руки и танцуют по одному.
6. Слушаем тишину. Детям предлагают закрыть глаза и послушать тишину. Упражнение длится 2 мин. Следует спросить детей, какие звуки они слышали в тишине.
7. Подражаем звукам животных. Попросите детей показать, как мяукает кошка, лает собака, пищит комар, каркает ворона, рычит лев, шипит змея, мычит корова. Сначала каждый ребенок демонстрирует звук, предложенный психологом, по сигналу (хлопку) дети издают эти звуки хором.
8. Слушаем классику. Дайте детям прослушать четыре отрывка из произведений В.-Моцарта, П.И. Чайковского, Э. Грига, А.В. Свиридова. Спросите у каждого ребенка, какой отрывок ему понравился больше всего.
9. Цветная музыка. Раздайте детям листы бумаги и пальчиковые краски. Предложите нарисовать музыку, сначала веселую («Маленькая ночная серенада В.А Моцарта»), затем тревожную («Танец с саблями А.И. Хачатуряна») и т.д.
10. Пушистая музыка. Дети под музыку перебрасываются пушистыми помпонами. Упражнение длится 3 мин.

#### Творческие упражнения

**1. Рисуем губками.** На лист бумаги нанесите контур рисунка. В пластиковые тарелки налейте немного гуаши. Раздайте детям кусочки губки, предложите раскрасить картинку. Тема подбирается соответственно проблеме детей.

**2. Пенопластовые барельефы.** Предложите детям раскрошить куски пенопласта на мелкие кусочки. Лист картона намазать клеем. Насыпать пенопластовую крошку, подождать, пока высохнет. Раскрасить пальчиковыми красками.

**3. Рисуем шерстяной ниткой.** Откройте баночки с гуашью, перед каждым ребенком положите лист бумаги. Кончик шерстяной нити (клубок должен быть небольшим) нужно обмакнуть в гуашь и нарисовать узор. Чтобы краски не перемешивались, использованный кончик нити отрезать.

**5. Гравировка.** Лист картона обернуть фольгой. Пластмассовой спицей процарапать узоры: геометрические фигуры, цветы, листья и др. Получившиеся промежутки закрасить красками или карандашами.

**6. Рисуем двумя руками.** Дайте ребенку в правую руку карандаш, в левую - мелок или фломастер. По сигналу психолога дети начинают рисовать одновременно двумя руками. Затем по сигналу психолога меняют местами карандаш и мелок: берут карандаш в левую руку, мелок в правую. Темы разные, например, «Моё настроение, чем я не доволен, кто меня злит и т.д.»

**7. Шелковая аппликация.** Нитки мулине разных цветов нарезать на маленькие отрезки (1-2 см). На картон (половина листа А4) нанести контур рисунка: бабочка, яблоко, кошка, рыба, цветок и др. Намазать картон клеящим карандашом и наклеивать нитки, плотно прижимая. Контур обвести карандашом.

**9. Мягкая мозаика.** На листе бумаги нарисовать геометрические фигуры (недалеко друг от друга): ромбы, круги, квадраты, треугольники. Подготовить отрезки шелковых, шерстяных ниток, кусочки меха, бархатной бумаги. Намазать лист клеем и приклеивать. Тема придумывается вместе с детьми.









