

Психологическая коррекция агрессивного ребёнка

Психологическая коррекция – комплекс мер и способов влияния на ребенка, коррекции его поведения, привычек, взглядов, инструментов формирования его памяти, внимания и мышления в целом. Вместе с тем психологическая коррекция должна содействовать всестороннему развитию личности ребенка. Поэтому она основывается на следующих принципах:

- принцип гуманизма и ненасильственного взаимодействия;
- принцип сотрудничества, личностно-ориентированного взаимодействия;
- принцип систематичности, последовательности и постепенности

Согласно положениям индивидуальной терапии требуется:

1. Нахождение причин агрессивного поведения ребенка
2. Договоренность о проведении коррекционно-развивающей программы с родителями и поддержка с их стороны
3. Подбор оптимальных техник, зависящих от возраста, психологического и умственного развития ребенка, а также опыт специалиста, проводящего занятия, его умения использовать или иные методологические приемы
4. Организация психокоррекционных развивающих занятий с приоритетом интересов ребенка

Схема коррекционно-развивающей работы с агрессивными детьми укладывается в рамки четырех пунктов:

1. Установление контакта с ребенком, формирование доверительной и дружелюбной атмосферы;
2. Вызов эмоциональной реакции агрессии, выявление источника раздражения и успокоение ребенка;
3. Изменение поведенческих стереотипов и реакций, повышение самооценки, формирование положительного отношения к себе и окружающим;
4. Выработка и закрепление навыков нормального поведения, социально приемлемой коммуникации

Структура каждого занятия начинается с приветствия и заканчивается рефлексией и процедурой прощания, включающей улыбку и доброе пожелание. Главными методологическими приемами являются игры, рисование, беседы, релаксация. При этом категорически нельзя навязывать ребенку свое мнение, пытаться изменить его темперамент и делать ответственным за результаты занятий.

Поведение психолога или учителя, проводящего занятий по коррекционно-развивающей программе, должно служить образцом для подражания и способом усиления и подкрепления все положительных изменений в поведении ребенка. Психолог, проявляющий во время занятий внимание, сочувствие, искренность и доброту, может сделать коррекционную программу намного более эффективной.

Тематический план коррекционных занятий по программе

№	Тема занятия	Цель или цели занятия	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Мой гнев	1. Выявление причины гнева 2. Переключение внимания и агрессии	Игра «Камушек в ботинке»(приложение) Упражнение «Стукни кулаком» Игра «мешочек криков» Рисование «Шарж» Упражнение «Гневный листок»	40 мин.
2	Вежливые хозяева	1. Формирования у ребенка представления об ощущениях жертвы агрессии	Кукольное представление «Кошкин дом» Ролевая игра «Вежливые хозяева»	30 мин.
3	Если я злюсь...	1. Обучение самоконтролю и закрепление этих навыков	Упражнение «Если я злюсь...» Упражнение «Спектакль» Упражнение «Счет до десяти» Игра «Зайчики»	40 мин.
4	Верь в себя	1. Развитие положительной самооценки 2. Формирование у ребенка уверенности в себе	Беседа «Вера в себя» Задание «Раскрась свои чувства»(приложение) Методика «Самооценка» (приложение) Рисование «Автопортрет» Рассказ «Мой лучший поступок»	30 мин.
5	Ты любим	1. Формирование эмоциональной комфортности и спокойствия у ребенка	Рисование «Моя семья» «Только вместе» (приложение) Упражнение «Я хороший» Лепка «Солнце»	40 мин.
6	Люби других	1. Развитие положительного отношения к	Конструирование «Подарок другу»	30 мин.

		близким и окружающим	Игра «Глаза в глаза» Игра «Море» Задание «Не хочу манной каши» (приложение) Тест«Круг»(приложение)	
7	Бежим от злости	1. Релаксация 2. Обучение техники снятия физического напряжения	Гимнастика Игра «Дрова» Игровой массаж Задание«Психологический портрет» (приложение)	40 мин.
8	Помощь	1. Развитие чувства эмпатии 2. Социализация ребенка	Беседа «Помощь» «ЧТО Я ЗНАЮ О СЕБЕ»(приложение) Лепка «Старичок» Игра «Доктор или медсестра»	30 мин.
9	Знатоки чувств	1. Развитие чувства эмпатии	Игра «Знатоки чувств» Игра «Угадай чувство» Игра «Актер» Рисование «Мое чувство»	40 мин.
10	Словарик хороших слов	1. Закрепление коммуникативных навыков и положительных моделей поведения	Игра «Словарик хороших слов» Игра «Поводырь» Игра «диспетчер»	30 мин.
11	Итоговое	1. Закрепление полученных навыков	Беседа «Что я понял?» Обсуждение занятий.	40 мин.

Расписание занятий

На первом занятии мы уделили особое внимание знакомству и приветствию, когда формируются отношения доверия, чистосердечия, непосредственности, доброжелательности и оптимизма. В идеале специалист должен установить с ребенком дружественные отношения, выдерживая дистанцию с пациентом. В возрасте 11 -12 лет с ребенком несложно установить контакт. Так как на данном этапе развития у детей сохраняются механизмы внушаемости, но уже нет страха 2-3-летних детей перед взрослым.

Однако со стороны ребенка могут проявиться трудности в общении, нежелание вступать в контакт, враждебность и отчужденность. Причиной тому может быть недостаток родительской любви и уже укоренившиеся патологические модели поведения, с доминирующей вербальной агрессией. Поэтому проявление доброжелательности со стороны психолога может вызвать у ребенка страх потерять независимость.

Исходя из этого, нередко агрессивный ребенок в ответ на доброту и открытость проявляет тревогу, недоверие и гнев. Враждебное или провокационное поведение пациента своего рода тест на искренность психолога или психотерапевта, проводимый осознанно или безотчетно на первых занятиях программы.

И если ребенок не встретит враждебности специалиста, то его агрессивность снижается, если же психолог проявляет нетерпение – агрессивность школьника только возрастет. В этом проявляется механизм проекции, в ходе которого ребенок использует агрессию в целях самозащиты от угнетения старшей личностью. Если период агрессии успешно пройден, то ребенок ощутит благодарность и привязанность к специалисту. У ребенка возрастет ответственность за свои действия, ускорится процесс социализации

При правильном поведении психолога или учителя ребенок освобождается от тревожности, недоверия, и пытается установить контакт, вызвать похвалу и поощрение. Важно, чтобы в этот момент проводящий коррекционную работу не оказывал давление на ребенка, не выяснил потаенных мотивов его действий, настойчиво не добивался конкретного ответа.

Когда контакт установлен, начинается непосредственная коррекционная работа. В случае необходимости специалист назначает еще одно занятие для укрепления эмоционального контакта с ребенком. Занятия коррекционно-развивающей программы создают систему самоконтроля и самодисциплины. Приступить к формированию системы специалист может когда почувствует свой авторитет по мнению ребенка. Значимость психолога проявляется в желании ребенка получить совет, ответ на его вопросы.

В ходе занятий С. усваивал правила поведения, нормы и ценности, что предлагались психологам, пересматривал свое поведение с чужой точки зрения. Признаком наличия самоконтроля может стать поведение ребенка, основанное на самоодобрении или самоосуждении. Поэтому важно, чтобы сам ребенок и специалист взаимно комментировали его поведение.

В ходе первого занятия после знакомства и приветствия специалист интересуется, бывают ли у ребенка приступы злости, гнева, ругательств, желания подраться. С. ответил : «Да». Тогда ребенку предложили представить кого-то или что-то, что его злит. А когда ребенок разозлился , предложили применить упражнение «стукни кулаком» - ребенку позволяется ударить кулаком по столу или иной поверхности. Боль от удара кулаком отвлекла С. и переключила его внимание. Незаметно специалист интересуется образом, вызвавшим гнев ребенка. Гнев ребенка не утих окончательно, предлагается игра **«мешочек криков»** Ребенок может выражать свою агрессию в виде крика, поэтому ему дается мешочек или пакет, в который он может кричать при желании, с условием, что кричать вне мешочка запрещается. Подобную технику сдерживания гнева можно использовать периодически при капризах ребенка или посоветовать ее родителям. Важными приемами при работе с агрессивными детьми являются приемы арт-терапии. При этом одновременно развиваются художественные, творческие навыки ребенка. С. предлагается нарисовать злой **шарж** на того, кто вызывает гнев. Когда шарж готов, ребенку позволили порвать его, при этом важно акцентироваться на испытанном облегчении и возможности таким образом избежать ссоры или драки. Схожей является игра **«гневный листок»**.

Второе занятие начинается с кукольного представления. Специалист и ребенок берут игрушки или куклы и разыгрывают небольшой спектакль по мотивам **«Кошкиного дома»**. С. достается роль кошки, а специалисту гостей-животных. Предварительно специалист узнает у родителей, в каких фразах ребенок проявляет вербальную агрессию, Этими фразами, порой ругательствами, психолог

обращается от имени гостей-животных к ребенку-кошке. Так происходит до тех пор, пока С. не обидился на специалиста. Тогда последний выходит из образа и объясняет ребенку, что не хотел его обидеть, а лишь показал ощущения жертвы агрессии. Когда урок усвоен и сделан вывод, разыгрывается небольшая ролевая игра с куклами, закрепляющая навыки вежливого, дружелюбного общения.

При следующей встрече с ребенком, на третьем занятии проводятся тренинги самоконтроля. Упражнение «Если я злюсь..» ставит своей целью помочь ребенку осознать первые признаки гнева и научиться, осознав их, уходить от ссоры или драки. Уход от конфликта смоделировали в упражнениях «спектакль» и «счет до десяти». Первое упражнение дает возможность проиграть гнев, как во время спектакля и научиться управлять им, а второе удерживаться от агрессии, считая до десяти от возникновения гнева до ответной реакции. В конце применили небольшую игру «Зайчики», снимающую физическое напряжение. Ребенок представил себя зайчиком, бьющим в такт по барабану. Сам он при этом улыбался и переключил свое внимание. Специалист тоже участвовал в этом, задавая ритм.

Часто причиной агрессии становится неуверенность ребенка в себе и своих силах. Поэтому четвертое занятие посвящается повышению **самооценки ребенка**. После приветствия и осведомления об успехах ребенка, специалист завёл беседу о том, что такое уверенность в себе и почему она важна для человека. Беседа подкрепляется примерами из мультфильмов, детских книг и фильмов. После этого С. предоставляется возможность нарисовать свой портрет, чтобы выразить свои лучшие стороны. В завершение при анализе рисунка у ребенка просят вспомнить о своем лучшем, на его взгляд поступке, одобренном окружающими, похвастаться успехами. Потом проводится тестирование на определение самооценки.

Для создания эмоционального комфорта на пятом занятии у ребенка закрепляется мысль о том, что он любим и нужен. Специалист предоставил ребенку возможность нарисовать свою семью, прокомментировав роль каждого члена семьи. А в ходе упражнения «Я хороший» С. учился любить себя и воспринимать как должное свой характер. Он повторял предложения «я хороший, потому что...» и завершал тренинг фразой «Меня любят родители и другие люди». В конце занятия ребенок с помощью специалиста вылепливает солнце, а специалист говорит, что это солнышко вышло теплым и радостным, как любовь его родителей.

Но помимо любви к себе, ребенок должен ощущать и взаимную любовь к семье и другим людям. Для развития дружелюбия и положительного отношения к людям используется несколько занятий. Так в ходе шестого занятия при помощи конструктора ребенок моделирует предмет, символизирующий подарок для друга, брата, сестры или одноклассника. Затем проводятся две игры «Глаза в глаза» и «Море». По правилам первой игры специалист и ребенок садятся друг напротив друга, смотрят в глаза и держатся за руки. При этом специалист загадывает определенные эмоции, а С. должен их угадать по взгляду и сжатию руки. Для игры-релаксации «Море» набирается емкость с теплой водой и пускается бумажный или игрушечный кораблик. По условиям игры ребенок как бы спасает кораблик и его пассажиров. К тому игра с водой хорошо расслабляет, склонного к агрессии ребенка.

На седьмом занятии акцентируется важность перенесения невербального гнева на физические упражнения и релаксация агрессивного ребенка. Сначала проводится небольшая гимнастическая разминка. В принципе подобная разминка может пригодиться на всех занятиях, особенно для активных детей. Затем проводятся подвижные игры «Дрова» и «Подушки». Сначала ребенок имитирует раскалывание дров, а затем устраивается «подушечный бой» со специалистом .

Продолжение развития дружелюбия и эмпатии становятся тренинги восьмого занятия. Специалист объясняет, что многие люди нуждаются в помощи. Например, нужно помогать пожилым людям. И ребенок лепит старичка или старушку. Потом проводится ролевая игра «Доктор или медсестра», когда С. в игровой форме помогает «больному» в лице специалиста .

Девятое занятие целиком посвящено чувствам ребенка и окружающих его людей. В игре «**Зналок чувств**» ребенку предлагается перечислить как можно больше различных чувств и эмоций и охарактеризовать положительные или отрицательные они. Затем поиграть в отгадывание чувств – «**Угадай чувство**», изобразить заданные чувства – «**Актер**». В довершение нарисовать свое чувство в данный момент.

На предпоследнем занятии психолог с С. составили словарь добрых, хороших слов, которые нужно использовать, чтобы дружно и мирно общаться с окружающими. Одновременно тренировались лингвистические навыки ребенка. Затем проводится игра «**Поводырь**». Специалист и ребенок по очереди изображали слепого, завязав глаза, а поводырь водил его по комнате, таким образом, устанавливается доверие. Похожа на эту игра «**Диспетчер**», когда ребенок управлял действиями специалиста. Итоговое занятие включает обсуждение полученного ребенком опыта.

Заключение

Детская агрессия в возрасте 11 -12 лет явление довольно распространенное. От нее часто страдают сверстники детей, испытывают дискомфорт родители, воспитатели и учителя. Закрепление подобного поведения в будущем также может негативно сказываться на личности ребенка. Поэтому для предотвращения агрессивности у детей психолог должен составить специальную коррекционную программу.

Для предотвращения детской агрессии используются главным образом занятия, позволяющие развивать чувство эмпатии у детей, а также создавать чувство защищенности, заботы, положительного, дружелюбного взаимодействия. Не лишним будет и проведение специальных игр на развитие навыков адекватного общения со сверстниками и взрослыми.

Таким образом, мы получили психо-коррекционную программу, рассчитанную на индивидуальные занятия с ребенком 12 лет.

До и после проведения программы проводится диагностика уровня агрессивности у детей для определения необходимости ее проведения и определения эффективности самой программы. После проведения коррекционной программы, которая кратко представлена в таблице, и сравнения результатов повторной диагностики у С. выявлены следующие изменения: 1) снизился уровень агрессивности (по методике Розенцвейга на 20 %, «Несуществующее животное» - на 8%, по результатам анкетирования – на 27 %, т. е. в среднем на 22,5%); 2) произошло снижение импульсивности, эгоцентризма, интравертированности, чувства одиночества, 3) возрос уровень оптимизма, экстравертированности.

Контрольная диагностика позволила сделать вывод о высоком уровне пространственной ориентировки, умении действовать по правилу. Изменения в поведении и учебе С. отмечали и учителя: мальчик перестал получать замечания на уроках, стал аккуратнее писать и подтянулся в учёбе.

Выше изложенные результаты экспериментального исследования свидетельствуют о подтверждении гипотезы о том, что произойдет снижение агрессивности у детей при создании следующих условий направленных на: снижение агрессивности через психогимнастические игры, развития коммуникативных умений и формирование адекватных – дружелюбных форм поведения.

Список используемой литературы

1. Александров А.А. Психодиагностика и психокоррекция/А.А. Александров. – СПб.: Питер, 2008. – 384 с.
2. Астапов В.М., Микадзе Ю.В. Психодиагностика и коррекция детей с нарушениями и отклонениями развития/В.М. Астапов, Ю.В. Микадзе. – М.: Спб, Питер, 2001. – 377 с.
3. Ивашова А. Сотрудничество: программа социального тренинга для дошкольников и младших школьников // Школьный психолог. 2003. № 27-28.
4. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей: популярное пособие для родителей и педагогов/ Н.Л. Кряжева. – Ярославль, Академия развития, 1997. – 160 с.
5. Ломтева Т. Большие игры маленьких детей. От 0 до 14 лет /Т. Ломтева. – М.: Дрофа-Плюс, 2005. – 272 с.
6. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми/Е.К. Лютова, Г.Б. Моница. - М., 2000. – 304 с.
7. Подласый И.П. Курс лекций по коррекционной педагогике/И.П. Подласый. – М.: Владос, 200/. – 352 с.
8. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. Учебное пособие в двух томах. Том 2/Е.И. Рогов. – М.: Владос, 1996. – 529 с.
9. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Начальная школа/О.В. Хухлаева. – М.: Генезаис, 2008. – 208 с.