

# **МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1»**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

\_\_\_\_\_ /Ястребова С.Ю./

\_\_\_\_\_ 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №1»

\_\_\_\_\_ /Полонец Н.М./

## **Программа психокоррекции агрессивного поведения у младших школьников**

**Педагог – психолог: Анохина М.А.**

Агрессивные проявления у детей являются одной из наиболее острых проблем не только для работников сферы образования, но и для общества в целом. Рост детской преступности, увеличение числа детей, проявляющих агрессию в повседневной жизни, выдвигают на первый план задачу изучения психологических условий, вызывающих эти опасные явления. Особенно важным изучение агрессивности является в младшем возрасте, когда эта черта находится в стадии своего становления и когда еще можно предпринять своевременные корректирующие меры. Агрессивное поведение встречается у большинства детей. Однако у ряда детей агрессивное поведение становится устойчивой характеристикой личности. В итоге у ребенка возникают сложности с самореализацией, личностным развитием, общением с окружающими людьми.

**Актуальность** этой программы заключается в том, что учащимся предлагается своевременная коррекция агрессивного поведения на этапе поступления в школу и при необходимости во время обучения в начальных классах.

В соответствии с темой программы выдвинута следующая гипотеза: разработанная программа коррекционных занятий сможет снизить уровень агрессии у детей 6-10 лет, посещавших занятия, будет способствовать развитию эмоционально-личностной сферы младших школьников.

**Цель программы:** коррекция агрессивного поведения у детей 6-10 лет.

Для проверки выдвинутой гипотезы и реализации поставленной цели планируется выполнение следующих задач:

1. Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме.
2. Обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.
3. Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях у агрессивных детей.
4. Формирование позитивных качеств личности детей.

**Методы исследования:**

- теоретический анализ философской, психолого-педагогической, научно-методической литературы по теме исследования;
- эмпирическое исследование возможностей диагностики и коррекции агрессивного поведения у дошкольников с использованием наблюдения, беседы, анкетирования, опросов, проективных методик;
- содержательная интерпретация и количественный анализ результатов.

**Объект программы:** поведение учащихся начальных классов.

**Предмет программы:** проявления агрессивности в поведении младших школьников.

**Практическая значимость** – научно-теоретические и эмпирические материалы программы, диагностический и коррекционный инструментальный позволят психологам, приобрести знания об основных формах агрессивных проявлений в поведении младших школьников; программа коррекции агрессивности у школьников 6-10 лет, позволяет оптимизировать межличностные отношения в группе и предназначена для оказания психологической помощи агрессивным детям.

**Теоретико-методологическую основу исследования** составили фундаментальные положения общей психологии и психологии личности (А.Г. Асмолов, А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович, А.В. Петровский, В.А. Петровский), педагогической и возрастной психологии (Л.С. Выготский, Л.Ф. Обухова, А.В. Петровский, В.И. Слободчиков, Б.Д. Эльконин), результаты современных исследований отечественных и зарубежных психологов в области возрастной периодизации (А.В. Петровский, В.И. Слободчиков, Д.Б. Эльконин, С.Мухина, Э.Эриксон и др.), принципы анализа детского развития (Л.Ф. Обухова).

В работе принимается понимание агрессии как индивидуального или коллективного поведения, действия, направленного на нанесение физического или психологического вреда, ущерба объектам нападения. Агрессивность понимается как относительно устойчивая черта личности, проявляющаяся в готовности к агрессивному нападению.

### **Методы исследования агрессивности у детей младшего школьного возраста**

Проведение программы по коррекции агрессивного поведения начинается с того, что в классах проходит диагностика детей на признак агрессивности. Первая анкета направлена на выявление агрессивных детей в классе методом опроса учащихся класса психологом. (Приложение 1)

Вторая анкета “ситуационно-личностные реакции агрессивности у ребенка”, заполняется учителем, работающим в классе. (Приложение 2)

И третий опросник “Агрессивность ребенка глазами взрослого” дается родителям учащихся, набравших большое количество баллов по двум первым анкетам. (Приложение 3)

Также проводится содержательная интерпретация результатов проективной методики исследования эмоционально-личностной сферы “Рисунок несуществующего животного”.

В группу отбираются дети, которые набрали большое количество баллов в результате количественного анализа результатов по трем диагностическим анкетам.

### **Структура программы**

Коррекционная работа с агрессивными детьми включает в себя 4 блока, отраженные в задачах программы.

**1 блок.** Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме.

Задачи.

1. Научить детей вербализовывать свои мысли и чувства.
2. Снизить эмоциональное напряжение.
3. Создать положительное эмоциональное настроение и атмосферу принятия каждого.
4. Развить способности выразить свое эмоциональное состояние.

**2 блок.** Обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.

Задачи.

1. Тренировать психомоторные функции.
2. Учить навыкам релаксации.
3. Учить навыкам самоконтроля.
4. Снизить эмоциональное напряжение.
5. Создать положительное эмоциональное настроение.
6. Развивать самосознание.

**3 блок.** Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях.

Задачи.

1. Прививать новые формы поведения.
2. Учить самостоятельно принимать верные решения.
3. Учить распознавать эмоции по внешним сигналам.
4. Формировать адекватные формы поведения.
5. Работать над выразительностью движений.

**4 блок.** Формирование и развитие позитивных качества личности детей.

Задачи.

1. Формировать одобренные в обществе моральные представления.
2. Учить осознавать свое поведение.
3. Учить регулировать поведение в коллективе в соответствии с нормами и правилами принятыми в коллективе.
4. Формировать адекватные формы поведения.
5. Формировать у детей такие качества, как эмпатия, доверие к людям, сочувствие, сопереживание.

### **Тематическое планирование занятий с детьми младшего школьного возраста по коррекции агрессивного поведения**

<b>Тема занятия</b>	<b>Цели</b>	<b>Количество часов</b>
1 занятие	Сплотить детей; создать атмосферу группового доверия и принятия; научить использовать и понимать невербальные методы общения; учить детей контролировать свои действия; научить в приемлемой форме, выплескивать накопившийся гнев; развивать эмоциональную сферу ребенка; снять эмоциональные и мышечные зажимы; снять эмоциональное напряжение, агрессию.	1
2 занятие	Научить использовать и понимать невербальные методы общения; развивать умение взаимодействовать со сверстниками; снять мышечное напряжение; сплотить детскую группу; отработать навыки взаимодействия ребенка со	1

	взрослым; развивать навыки ориентации в пространстве; снять эмоциональное напряжение, агрессию; научить выбрасывать отрицательные эмоции в косвенной форме; снять эмоциональные и мышечные зажимы.	
3 занятие	Научить чувствовать настроение группы; способствовать возникновению доверия к окружающим; развивать умения владеть мышцами лица, рук, ног; снять излишнее мышечное и эмоциональное напряжение; сплотить детскую группу; установить положительный эмоциональный настрой в группе.	1
4 занятие	Установить положительный эмоциональный настрой в группе; развивать умения владеть мышцами лица, рук, ног; снять излишнее мышечное и эмоциональное напряжение; развивать мышечный контроль; развивать навыки ориентации в пространстве; развивать умение взаимодействовать со сверстниками; развивать тактильные ощущения.	1
5 занятие	Установить положительный эмоциональный настрой в группе; побуждать участников быть внимательными к действиям других; побуждать участников искать такие средства самовыражения, которые будут поняты другим; развивать эмпатию, умение соразмерять свои движения, развитие речи, развитие навыков общения; развивать двигательную активность, координацию движений, умение контролировать свои действия; способствовать расширению поведенческого репертуара детей; снять эмоциональное напряжение, агрессию.	1
6 занятие	Развивать эмпатию, навыки общения, понимание чувств другого человека; научить контролировать свое поведение; способствовать расширению поведенческого репертуара детей; снять эмоциональное напряжение, агрессию; обучать приемам саморегуляции.	1
7 занятие	Создать положительный эмоциональный климат в группе; научить ориентироваться в намерениях, тактике, состоянии других людей, согласовывать свои действия с действиями других; научить принимать на себя ответственность за свои поступки; обучать приемам саморегуляции; способствовать расширению поведенческого репертуара детей; снять эмоциональное напряжение, агрессию; развивать мышечный контроль.	1
8 занятие	Создать положительный эмоциональный климат в группе; побудить членов группы к проявлению творческой активности; развивать воображение; увеличить словарный запас; развить умение слушать и слышать другого человека; научить ориентироваться в состоянии других людей, согласовывать свои действия с действиями других; научить принимать на себя ответственность за свои поступки; отреагировать отрицательные эмоции и агрессию; снять эмоциональное напряжение; развивать умение взаимодействовать со сверстниками.	1

### **Принципы проведения**

Занятия проводятся в комнате, где достаточно места для передвижения, для рисования, где есть игрушки. Все участники группы обеспечиваются раздаточным дидактическим материалом. Занятия проводятся за круглым столом или на игровой дорожке, в зависимости от упражнения. Для проведения подвижных игр и упражнений необходимо свободное пространство. Желательно, чтобы дети были одного возраста

### **Оборудование**

Круглый стол, мягкий мяч, магнитофон, аудиокассеты, методические материалы для игр и упражнения (рисунки, фотографии, схемы и др.), мягкие игрушки — манекены для ролевых игр, реквизит для игр и этюдов, ароматизаторы, бумага разных форматов, краски, карандаши, фломастеры, восковые и пастельные мелки, пластилин, небольшие сувениры для поощрений, награждений. большой зонт,пластиковая бутылка с мелкими отверстиями в пробке,

### **Условия проведения программы**

Данный тренинг состоит из 8 встреч, рассчитанных на 45 мин. каждая.

Коррекционная работа с агрессивными детьми во время тренинга проводится в 4 направлениях: 1 и 2 занятие – обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме.

3 и 4 занятие - обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.

5 и 6 занятие - отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях.

7 и 8 занятие - формирование таких качеств, как эмпатия, доверие к людям и т. д.

#### Ход занятий (Приложение 4)

#### Структура занятия

№ п/п	Элемент тренинга	Комментарий
1	Ритуал приветствия	Позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия. Ритуал может быть придуман самой группой
2	Разминка - воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности. (Психогимнастика, музыкотерапия, танцевальная терапия, цветотерапия, телесная терапия, пальчиковые игры.)	Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать детей, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения
3	Основное содержание занятия - совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия. (Ролевые игры, сказкотерапия, проигрывание ситуаций, этюды, групповая дискуссия.)	Приоритет отдается многофункциональным техникам, направленным одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике. Упражнения располагаются в порядке от сложного к простому (с учетом утомления детей). Количество игр и упражнений 2 - 4.
4	Рефлексия занятия - оценка занятия. Арт-терапия, беседы	Две оценки: эмоциональная (понравилось - не понравилось, было хорошо - было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали)
5	Ритуал прощания	По аналогии с ритуалом приветствия

#### Заключение

Коррекция и профилактика агрессивности у детей младшего школьного возраста должна быть направлена на преодоление испытываемых агрессивным ребенком проблем в общении со сверстниками и близкими взрослыми, а также на формирование в сознании детей установки на сотрудничество и позитивное взаимодействие с окружающими.

Эффективность программы коррекции агрессивного поведения должна выразиться:

1. В повышении мотивации к изменению неадекватного поведения.
2. В осознанном овладении приемами саморегуляции агрессивного поведения на основе самоконтроля и самоанализа с использованием детьми анализа, синтеза, сопоставления при взаимодействии со взрослыми и сверстниками.
3. В повышении уровня межличностных взаимоотношений между учащимися.
4. В снижении уровня агрессивного поведения.
5. В повышении культуры общения.

Приложение 5

#### Приложение 1

#### Агрессивность (опросник: "ребенок глазами ребенка")

Наименование группы, класса \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Подчеркните насколько выражены ситуационно-личностные реакции агрессивности у ребенка:

0 - нет проявлений агрессивности, 1- проявления агрессивности наблюдаются иногда, 2 - часто, 3 - почти всегда, 4 - непрерывно. Добавьте те, которые не указаны

Признаки проявления агрессивности у ребенка	Как часто проявляется	Ф.И.О. детей
<b>вегетативные признаки</b>		
- кто краснеет (бледнеет) когда очень сердитый?	0 1 2 3 4	
- кто облизывает губы, когда злится?	0 1 2 3 4	
<b>внешние проявления в мимике и жестах</b>		
- кто кусает губы в состоянии гнева, раздражения?	0 1 2 3 4	
- кто сжимает кулаки в состоянии гнева, раздражения?	0 1 2 3 4	
- кто сжимает губы, кулаки ,когда обижают?	0 1 2 3 4	
- у кого напряжение разрешается гневом?	0 1 2 3 4	
<b>длительность агрессии</b>		
- кто после агрессивной реакции не успокаивается в течении 15 мин.	0 1 2 3 4	
- после агрессивной реакции не успокаивается в течении 30 мин.	0 1 2 3 4	
<b>чувствительность к помощи</b>		
- кому требуется помощь, чтобы не быть враждебным, подозрительным, брезгливым к другим?	0 1 2 3 4	
- кому необходима помощь, чтобы не обижать других, не быть злым, драчливым?	0 1 2 3 4	
- кому помощь взрослого не помогает успокоиться?	0 1 2 3 4	
<b>особенности проявления гуманных чувств</b>		
- кто стремится делать назло, вредить другим, причинить другому страдание?	0 1 2 3 4	
- кто проявляет безразличие к страданиям, горю у других?	0 1 2 3 4	
- у кого не возникает чувства вины после того как сделал назло, обидел, причинил вред?	0 1 2 3 4	
<b>реакция на новизну</b>		
- у кого новизна, необычность обстановки не тормозит проявлений злости, враждебности, грубости, драчливости?	0 1 2 3 4	
- у кого новизна, необычность обстановки не провоцирует проявления враждебности, злости, грубости, гнева, драчливости?	0 1 2 3 4	
<b>реакция на ограничение</b>		
- кто при попытке удержать яростно сопротивляется?	0 1 2 3 4	
- кто на замечание отвечает грубо?	0 1 2 3 4	
<b>реактивность (чувствительность к агрессии других)</b>		
- кто проявляет злость, грубость первым ?	0 1 2 3 4	
- кто первым отнимает игровой предмет, игрушку у другого ребенка?	0 1 2 3 4	
- кто проявляет злость, грубость в ответ на действия других?	0 1 2 3 4	
- кто толкается когда его обижают?	0 1 2 3 4	
- кто походя, без причины ударяет встречных?	0 1 2 3 4	
<b>чувствительность к присутствию других</b>		
- кто щипается на глазах у всех?	0 1 2 3 4	
- кто толкает сверстника на глазах у всех ?	0 1 2 3 4	
<b>физическая агрессия направленная на предмет</b>		

- кто может сломать постройку на глазах у всех?	0 1 2 3 4	
- кто стремится разорвать: игровую предметную карточку, книжку...?	0 1 2 3 4	
- кто может бросить предмет об стенку?	0 1 2 3 4	
- кто стремится в бросить мяч в другого человека сильнее, чем это требуется по правилам игры?	0 1 2 3 4	
- кто отрывает руки, ноги кукле?	0 1 2 3 4	
<b>агрессия направленная на сверстников</b>		
- кто толкает других детей в состоянии раздражения?	0 1 2 3 4	
- кто кусает других детей в состоянии раздражения?	0 1 2 3 4	
- кто бьет других детей в состоянии раздражения?	0 1 2 3 4	
- кто ударяет детей, и внезапно успокаивается?	0 1 2 3 4	
- кто может ткнуть в глаз ?	0 1 2 3 4	
<b>агрессия не выраженной направленности</b>		
- кто проявляет злость, грубость, брезгливость, подозрительность, драчливость, гнев, наносит вред направленный на все окружающее (предметы, сверстников, близких людей, взрослых, животных и пр )	0 1 2 3 4	
<b>агрессия направленная на взрослого (в дошкольном детстве)</b>		
- кто может стукнуть родителей или близких по руке за то, что они не дают (разбрасывать игрушки) и т.п.?	0 1 2 3 4	
- кто бьет чужого взрослого по руке за то, что он не дает разбрасывать игрушки и т.п.?	0 1 2 3 4	
- кто тянет взрослого за волосы при нарастании утомления или пресыщения?	0 1 2 3 4	
- кто в состоянии пониженного настроения бьет чужого взрослого кулаком?	0 1 2 3 4	
- кто в состоянии пониженного настроения бьет родителя кулачком?	0 1 2 3 4	
- кто царапает взрослого?	0 1 2 3 4	
- кто проявляет беспричинно недоброжелательное отношение к другим (сверстнику, сестре, близким)?	0 1 2 3 4	
- кто может стукнуть больно ногой бабушку?	0 1 2 3 4	
<b>агрессия направленная на себя</b>		
- кто может рвать на себе волосы?	- кто может	0 1 2 3 4
попросить себя стукнуть еще раз?	- кто щипает себя в	0 1 2 3 4
состоянии раздражения?	- кто кусает себя в состоянии	0 1 2 3 4
раздражения?	- кто берет на себя вину за других ?	0 1 2 3 4
		0 1 2 3 4
<b>агрессия направленная на животных</b>		
- кто может щипать кошку?	0 1 2 3 4	
- кто выкручивает хвост кошке?	0 1 2 3 4	
- кто специально наступает на лапы собаке?	0 1 2 3 4	
<b>вербальная агрессия</b>		
- кто говорит обидные слова детям?	0 1 2 3 4	
- кто говорит нецензурные слова?	0 1 2 3 4	
- кто говорит обидные слова взрослым?	0 1 2 3 4	
<b>агрессивность в виде угрозы</b>		
- кто замахивается, но не ударяет другого?	0 1 2 3 4	
- кто пугает другого?	0 1 2 3 4	
<b>неупорядоченное</b>		

## Приложение 2

## Агрессивность (ребенок глазами родителей)

(опросник: виды, направленность, чувствительность к присутствию других)

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Заполнил: родитель, психолог, педагог \_\_\_\_\_

Заполните таблицу ситуационно-личностными реакциями агрессивности у ребенка.

0 - нет проявлений агрессивности. 1 - проявления агрессивности наблюдаются иногда, 2 - часто, 3 - почти всегда, 4 - непрерывно. Дополните не достающие реакции .

агрессивность	направленность (перенос)			способ проявления	
	на предметный (окружающий) мир	на другого (младших; сверстников; взрослого, живое)	на себя	скрытая (направленная на предметы, на другого, на себя)	открытая (направленная на предметы, на другого, на себя)
физическая агрессивность	ломает игрушки ; рвет книжки; бьет дверь ногой; бросает предмет об стенку и пр.	толкается; кусается; бьет в лицо и по др. частям тела сверстников, взрослого, младших (сестру) и др.	царапает; щипает или кусает себя и пр.	физическая агрессивность только когда не видят другие;	физическая агрессивность на глазах у детей или взрослых;
<b>никогда</b>	0	0	0	0	0
<b>иногда</b>	1	1	1	1	1
<b>часто</b>	2	2	2	2	2
<b>почти всегда</b>	3	3	3	3	3
<b>всегда</b>	4	4	4	4	4
словесная (вербальная) агрессивность	недоволен всем, говорит: "кукла плохая", "мишка - злой"	говорит обидные слова; не цензурные слова другим детям или взрослым	говорит про себя: "я плохой", "я с собой что-нибудь сделаю"	словесная агрессия, только когда не видят другие	словесная агрессия на глазах у детей или взрослых
<b>никогда</b>	0	0	0	0	0
<b>иногда</b>	1	1	1	1	1
<b>часто</b>	2	2	2	2	2



<b>почти всегда</b>	3	3	3	3	3
<b>всегда</b>	4	4	4	4	4

### Приложение 3

#### Опросник «Агрессивность» (ребенок глазами взрослого)

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Заполнил: родитель, психолог, педагог \_\_\_\_\_

Подчеркните насколько выражены ситуационно-личностные реакции агрессивности у ребенка:

0 - нет проявлений агрессивности, 1- проявления агрессивности наблюдаются иногда, 2 - часто,

3 - почти всегда, 4 - непрерывно. Добавьте те, которые не указаны

<b>Признаки проявления агрессивности у ребенка</b>	<b>Как проявляется агрессивность</b>	<b>Как часто наблюдается</b>
вегетативные признаки	- краснеет (бледнеет) в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
	- облизывает губы в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
внешние проявления	- кусает губы в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
	- сжимает кулаки в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
	- сжимает губы, кулаки когда обижают	0 1 2 3 4
	- тревожное напряжение разрешается гневом	0 1 2 3 4
длительность агрессии	- после агрессивной реакции не успокаивается в течении 15 мин.	0 1 2 3 4
	- после агрессивной реакции не успокаивается в течении 30 мин.	0 1 2 3 4
чувствительность к помощи взрослого	- помощь взрослого не помогает ребенку овладеть собственной агрессией	0 1 2 3 4
	- помощь взрослого не помогает ребенку успокоиться	0 1 2 3 4
	- замечания в словесной форме не тормозят проявления вербальной агрессии	0 1 2 3 4
	- замечания в словесной форме не тормозят проявления физической агрессии	0 1 2 3 4
особенности отношения к собственной агрессии	- ребенок говорит, что поступил "плохо", но все равно продолжает вести себя агрессивно	0 1 2 3 4
	- ребенок не воспринимает собственные агрессивные действия как таковые	0 1 2 3 4
особенности проявления гуманных чувств	- стремится делать назло	0 1 2 3 4
	- безразличие к страданиям других	0 1 2 3 4
	- стремление причинить другому страдание	0 1 2 3 4
	- у ребенка не возникает чувства вины после агрессивных действий	0 1 2 3 4
реакция на новизну	- новизна (непривычность обстановки) не тормозит проявления агрессивности	0 1 2 3 4
	- в новой, незнакомой обстановке проявляются агрессивные реакции	0 1 2 3 4
реакция на	- при попытке удержать яростно сопротивляется	0 1 2 3 4

ограничение		
реактивность (чувствительность к агрессии других)	- проявляет агрессивные реакции первым	0 1 2 3 4
	- первым отнимает игровой предмет, игрушку у другого ребенка	0 1 2 3 4
	- проявляет агрессивные реакции на действия других	0 1 2 3 4
	- толкается, когда обижают	0 1 2 3 4
	- бьет других, если ребенка случайно толкнули	0 1 2 3 4
чувствительность к присутствию других	- щипается на глазах у всех	0 1 2 3 4
	- толкает сверстника на глазах у всех	0 1 2 3 4
	- ситуация совместной деятельности провоцирует агрессивное поведение ребенка	0 1 2 3 4
физическая агрессия направленная на предмет	- может сломать постройку на глазах у всех	0 1 2 3 4
	- ребенок стремится разорвать игровую предметную карточку, книжку....	0 1 2 3 4
	- ребенок может бросить предмет об стенку	0 1 2 3 4
	- ребенок стремится бросить мяч в другого человека сильнее, чем это требуется по правилам игры	0 1 2 3 4
	- отрывает руки, ноги кукле	0 1 2 3 4
агрессия направленная на сверстников	- толкает других детей в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
	- проходя мимо, ударяет встречных	0 1 2 3 4
	- бьет других детей в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
	- ударяет детей, и внезапно успокаивается	0 1 2 3 4
	- стремится ткнуть в глаз (пальцем, предметом )	0 1 2 3 4
	- кусает других детей в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
агрессия не выраженной направленности	- агрессия (физическая, словесная, скрытая, в виде угроз) направленная на все окружающее (предметы, близких людей и пр.)	0 1 2 3 4
агрессия направленная на взрослого (в раннем и дошкольном детстве)	- бьет родителей по руке за то, что они не дают кидать игрушки	0 1 2 3 4
	- бьет чужого взрослого по руке за то, что он не дает разбрасывать игрушки и т.п.	0 1 2 3 4
	- тянет взрослого за волосы только при нарастании утомления или пресыщения	0 1 2 3 4
	- в состоянии пониженного настроения бьет чужого взрослого кулачком	0 1 2 3 4
	- в состоянии пониженного настроения бьет родителя кулачком	0 1 2 3 4
	- царапает взрослого	0 1 2 3 4
	- беспричинное недоброжелательное отношение к члену семьи	0 1 2 3 4
	- бьет больно ногой бабушку	0 1 2 3 4
вербальная агрессия	- говорит обидные слова детям	0 1 2 3 4
	- говорит обидные слова взрослым	0 1 2 3 4
	- говорит нецензурные слова детям	0 1 2 3 4
	- говорит нецензурные слова взрослым	0 1 2 3 4
агрессивность в виде угрозы	- замахивается, но не ударяет другого	0 1 2 3 4
	- пугает другого	0 1 2 3 4
агрессия направленная на себя	- просит себя стукнуть еще раз	0 1 2 3 4
	- берет на себя вину за других	0 1 2 3 4
	- рвет на себе волосы	0 1 2 3 4
	- щипает себя в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
	- кусает себя в состоянии раздражения	0 1 2 3 4
агрессия направленная на	- щипает кошку	0 1 2 3 4
	- выкручивает хвост кошке	0 1 2 3 4

животных	- специально наступает на лапы собаке	0	1	2	3	4
неупорядоченные проявления и дополнения	- плюется в состоянии раздражения	0	1	2	3	4

## Приложение 4

### 1 занятие.

**Тема:** Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме.

**Цель:**

- Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств;
- Снижение эмоционального напряжения;
- Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого;
- Развитие способности выражать свое эмоциональное состояние

**Задачи:** сплотить детей; создать атмосферу группового доверия и принятия; научить использовать и понимать невербальные методы общения; учить детей контролировать свои действия; научить в приемлемой форме, выплескивать накопившийся гнев; развивать эмоциональную сферу ребенка; снять эмоциональные и мышечные зажимы; снять эмоциональное напряжение, агрессию.

**Оборудование:** мяч, листы белой бумаги А4 по количеству участников, дидактический материал к упражнениям № 6, №7 (изображения лиц, изображение улитки и лягушки), пластилин по количеству участников, карандаши, фломастеры, магнитофон, записи классической музыки, просторное помещение, ковровое покрытие.

**Время занятия:** 45 мин

#### 1. Приветствие

**Цель:** сплочение группы

**Инструкция группе:** Группа придумывает ритуал приветствия, с помощью которого все будут приветствовать друг друга каждый день.

#### 2. Обсуждение правил проведения тренинга.

**Цель:** обсуждение правил и норм, используемых на тренинге.

**Оборудование:** стулья, поставленные по кругу

**Инструкция группе:** Группа участников обсуждает правила проведения занятий.

**Инструкция ведущему:** После завершения этапа знакомства целесообразно провести обсуждение правил проведения тренинга, которые называет либо тренер, либо участники. Правила могут быть самыми разнообразными, например: «На занятия приходите без опозданий», «Быть активными» и др.

Желательно, чтобы все формулировки были в позитивном ключе: без отрицаний и без частицы «не». Так, правило «не опаздывать» можно сформулировать по-другому: «Приходить вовремя»; «Не перебивать» - «Один говорит - все слушают»; «Не критиковать» - «Выступать без критики» и т. д.

#### 3. Разминка.

**Цель:** активизировать детей, включить в работу. Научить использовать и понимать невербальные методы общения

**Оборудование:** стулья, поставленные по кругу

**Инструкция группе:** Сесть по кругу в зависимости от того, на какую букву алфавита начинается имя ребенка, пользуясь только мимикой и жестами. (Сесть по алфавиту от А до Я). Модифицированная [13]

#### 4. Упражнение «Разговор с руками».

**Цель:** Научить детей контролировать свои действия.

**Оборудование:** листы белой бумаги А4, карандаши, фломастеры

**Инструкция группе:** Нужно обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложить ребенку оживить ладошки — нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики.

**Инструкция ведущему:**

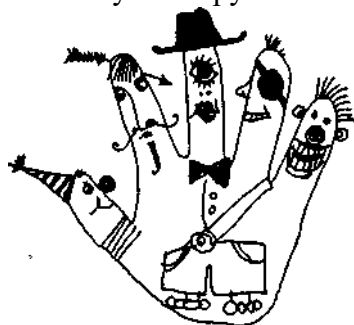
После этого можно затеять беседу с руками.

Спросите: «Кто вы, как вас зовут?», «Что вы любите делать?», «Чего не любите?», «Какие вы?».

Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина.

Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2—3 дней они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться играть и не будут никого обижать.

Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.



Заимствованная [11]

### 5. Упражнение «Маленькое привидение».

**Цель:** научить в приемлемой форме, выплескивать накопившийся у агрессивного ребенка гнев.

**Оборудование:** просторное помещение, магнитофон, записи классической музыки

Во время выполнения упражнения играет классическая музыка.

**Инструкция группе:**

«Сейчас мы с вами будем играть в маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (*приподнимать согнутые в локтях руки, пальцы растопырить*) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить „У“, если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые приведения и хотим только слегка пошутить».

**Инструкция ведущему:** хлопает в ладоши.

- «Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!».

Заимствованная [9]

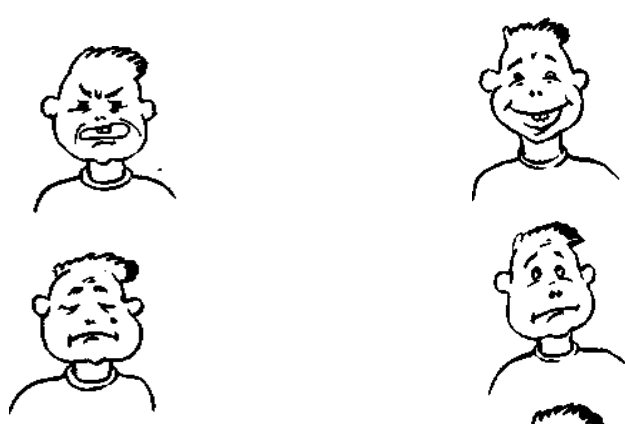
### 6. Упражнение «Эмоциональный словарь».

**Цель:** Развитие эмоциональной сферы ребенка.

**Оборудование:** круглый стол, набор карточек с изображением лиц в различных эмоциональных состояниях

**Инструкция ведущему:** Перед детьми раскладывают набор карточек с изображением лиц в различных эмоциональных состояниях. Ребенку предлагают ответить на вопрос «Какие эмоциональные состояния изображены на карточках?». После этого ребенку предлагают вспомнить, когда он сам был в таком состоянии. Как он чувствовал себя, находясь в данном состоянии? Хотел бы он снова вернуться в это состояние? А может ли данное выражение лица отражать другое состояние человека? А в каких состояниях которые изображены на карточках, ты был еще? Давай их нарисуем. Все приведенные детьми примеры из жизни взрослый записывает на бумаге. Через 2—3 недели игру можно повторить, при этом можно сравнить те состояния ребенка, которые были характерны для него раньше и те, которые возникали недавно. Можно ответить на вопросы: «Каких состояний было больше за прошедшие 2—3 недели — негативных или позитивных? А что ты можешь сделать, чтобы испытать как можно больше положительных эмоций?»

Заимствованная [9]



### 7. Упражнение «Улитка».

**Цель:** Снятие эмоционального напряжения, агрессии, снижение импульсивности детей.

**Оборудование:** просторное помещение, картинки с изображением улитки и лягушки

**Инструкция ведущему:** Ведущий показывает детям картинки с изображением улитки и лягушки. Объясняет им, почему улитка боится лягушку, что делает улитка в момент опасности.

Затем ведущий встает во главе строя детей, а дети пристраиваются за ним «паровозиком» - каждый последующий обнимает за талию предыдущего. Ведущий говорит, что теперь они все вместе - большая улитка.

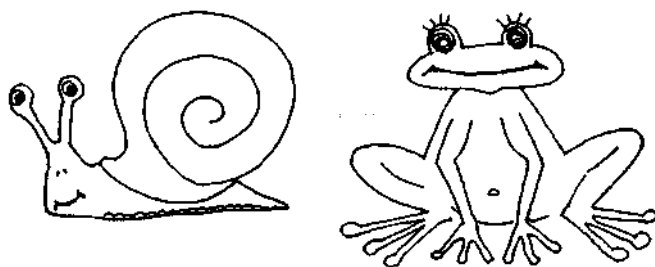
По команде ведущего «Лягушка» улитка закручивается в спираль и замирает, не двигается, не шевелится.

По команде «Лягушка ускакала» дети, не расцепляя рук, прохаживаются по комнате и хором говорят:

*Вновь гулять улитка хочет,*

*Радуетя и хохочет.*

Игра повторяется до тех пор, пока не перестанет, доставлять детям удовольствие.



Заимствованная [10]

### 8. Упражнение «Лепка из пластилина».

**Цель:** снятие эмоциональных и мышечных зажимов.

**Оборудование:** столы со стульями, пластилин, доска для пластилина

**Инструкция ведущему:** Слепи самое страшное для тебя существо. (Во время лепки играет музыка.)

А теперь сделай так, чтобы это страшное существо исчезло раз и навсегда. (Ребенок комкает пластилин.) Теперь этого страшилки больше нет, и он не сможет тебя напугать.

Модифицированная [1]

### 9. Обратная связь.

- Что мы сегодня делали?
- Какой договор мы с вами заключили со своими руками.
- Что больше всего понравилось?

## 2 занятие.

**Тема:** Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме.

**Цель:**

- Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств;
- Снижение эмоционального напряжения;
- Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого;
- Развитие способности выражать свое эмоциональное состояние

**Задачи:** научить использовать и понимать невербальные методы общения; развивать умение взаимодействовать со сверстниками; снять мышечное напряжение; сплотить детскую группу; отработать навыки взаимодействия ребенка со взрослым; развивать навыки ориентации в пространстве; снять эмоциональное напряжение, агрессию; научить выбрасывать отрицательные эмоции в косвенной форме; снять эмоциональные и мышечные зажимы.

**Оборудование:** мяч, листы белой бумаги А4 по количеству участников, магнитофон, записи классической музыки.

**Время занятия:** 45 мин

### 1. Приветствие

**Цель:** сплочение группы

Группа выполняет ритуал приветствия.

### 2. Разминка.

**Цель:** активизировать детей, включить в работу. Научить использовать и понимать невербальные методы общения

**Оборудование:** стулья, поставленные по кругу

**Инструкция группе:** Сесть по кругу слева направо от ведущего начало - это 1 января, конец - 31-е декабря. Надо расположиться по датам (без учета года) рождения.

Модифицированная [13]

### 3. Беседа о договоре с пальчиками.

**Оборудование:** стулья, поставленные по кругу

**Инструкция ведущему:**

- Давайте вспомним, какой договор мы с вами заключили на прошлом занятии со своими пальчиками.

- Кто-нибудь из вас нарушил договор с пальчиками? Когда? Почему?

- Давайте сегодня опять договоримся со своими пальчиками о том, что еще одну недельку наши пальчики не будут никого обижать, не будут никому делать больно.

- Давайте вспомним, какие хорошие дела сделали ваши пальчики за эту неделю.

### 4. Упражнение «Липучка».

**Цель:** Игра способствует развитию умения взаимодействовать со сверстниками, снятию мышечного напряжения, сплочению детской группы.

**Оборудование:** просторное помещение, магнитофон, записи классической ритмичной музыки

**Инструкция группе:**

Все дети двигаются, бегают по комнате, желательно под быструю музыку. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают «Я - липучка - приставучка, я хочу тебя поймать».

Каждого пойманного ребенка «липучки» берут за руку, присоединяя его к своей компании. Затем они все вместе ловят в свои «сети» других.

Когда все дети станут «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки.

Если музыкальное сопровождение невозможно осуществить, взрослый задает темп игре, хлопая в ладоши. В этом случае темп, быстрый в начале игры, замедляется по мере ее проведения

Заимствованная [9]

### **5. Упражнение «Зеркало».**

**Цель:** Отработка навыков взаимодействия взрослого и ребенка, знакомство ребенка с его телом, обучение ребенка ориентации в пространстве.

**Оборудование:** просторное помещение,

**Инструкция ведущему:**

1. Все дети встают в круг и становятся «маленькими зеркалами». Ведущий показывает движение, а они повторяют его.

Ведущий сопровождает движение словами:

*«Мой дружок, в меня смотри и за мной все повтори».*

2. А теперь встаньте напротив друг друга и изобразите эмоции партнера.

Модифицированная [10]

### **6. Упражнение «Снежки из бумаги».**

**Цель:** снятие агрессивности, выброс отрицательных эмоций в косвенной форме, снятие эмоциональных и мышечных зажимов.

**Оборудование:** просторное помещение, листы бумаги

**Инструкция ведущему:** дети делают комки из бумаги и кидают ими друг в друга. Игра считается законченной, когда дети убрали за собой в мусорное ведро все бумаги.

Заимствованная [1]

### **7. Упражнение «Добрый бегемотик».**

**Цель:** Снятие эмоционального напряжения, агрессии, снижение двигательной активности.

**Оборудование:** просторное помещение

**Инструкция ведущему:** дети встают в шеренгу. Воспитатель говорит, что все вместе они — маленький добрый бегемотик. Каждый ребенок обнимает за талию (или кладет руки на плечи) впереди стоящего.

Воспитатель просит каждого ребенка погладить своего соседа по плечу, по головке, по спинке, по ручке.

Затем воспитатель просит «бегемотика» походить по группе, присесть. Обычно дети, приседая все вместе, падают и смеются. Иногда игра превращается в общую «кучу-малу», ко всеобщему удовольствию всех участников.

Заимствованная [10]

### **8. Обратная связь.**

- Что мы сегодня делали?
- Какой договор мы с вами заключили со своими руками?
- Что больше всего понравилось?

### 3 занятие.

**Тема:** Обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.

**Цель:**

- Тренировка психомоторных функций;
- Обучение навыкам релаксации;
- Обучение навыкам самоконтроля;
- Снижение эмоциональное напряжение;
- Создание положительное эмоциональное настроение;
- Развитие самосознание;
- Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме.

**Задачи:** Научить чувствовать настроение группы; способствовать возникновению доверия к окружающим; развивать умения владеть мышцами лица, рук, ног; снять излишнее мышечное и эмоциональное напряжение; сплотить детскую группу; установить положительный эмоциональный настрой в группе.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие мяч, листы белой бумаги А4 по количеству участников, магнитофон, записи классической музыки.

**Время занятия:** 45 мин

#### 1. Приветствие

**Цель:** сплочение группы

Группа выполняет ритуал приветствия .

#### 2. Разминка.

**Цель:** полностью переключиться на ситуацию «здесь и теперь», обратить внимание друг на друга, почувствовать группу, поздороваться.

**Оборудование:** просторное помещение

**Инструкция группе:** Участники группы образуют полукруг.

«Сейчас каждый по очереди будет выходить в центр, поворачиваться лицом к группе и здороваться со всеми любым способом, не повторяя использованные ранее. Мы же вместе будем повторять каждое предложенное приветствие».

После завершения упражнения можно обратиться к группе с вопросом: «Какое из приветствий вам особенно запомнилось (понравилось) и почему?» Второй вопрос позволяет получить и обсудить информацию, которая может оказаться полезной в содержательном плане, в частности при работе над проблемой установления контакта.

Заимствованная [13]

#### 3. Упражнение «Серебряное копытце».

**Цель** Игра способствует как снятию излишнего мышечного напряжения, так и возникновению доверия к окружающим, сплочению детей.

**Оборудование:** просторное помещение

**Инструкция группе:** Представь себе, что ты - красивый, стройный, сильный, спокойный, мудрый олень с гордо поднятой головой. На твоей левой ножке серебряное копытце. Как только ты трижды стукнешь копытцем по земле, появляются серебряные монеты. Они волшебные, невидимые, с каждой вновь появляющейся новой монетой ты становишься добрее и ласковее. И хотя ли не видят этих монет, они чувствуют доброту, тепло и ласку, исходящие от тебя. Они тянутся к тебе, любят тебя, ты им все больше и больше нравишься.

*Примечание* Данная игра может стать групповым ритуалом в детском коллективе, одним из способов разрешения конфликтов в группе.

Заимствованная [9]

#### 4. Упражнение «Котик».



**Цель:** Снятие эмоционального, мышечного напряжения, установление положительного эмоционального настроения в группе.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие

**Инструкция ведущему:** Дети находятся на ковре. Под спокойную музыку дети придумывают сказку про котика, который нежится на солнышке, лежит на коврик, потягивается, умывается, царапает лапками с коготками коврик и т.д.

Заимствованная [9]

### 5. Упражнение «Драка».

**Цель:** Упражнение помогает расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук.

**Оборудование:** просторное помещение

**Инструкция группе:** Представьте, что вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните крепко-прекрепко стисните зубы. Сожмите как можно сильнее кулаки, до боли вдавите пальцы в ладони. На несколько секунд затаите дыхание.

Задумайтесь: а, может, и не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь.

Ура! Неприятности позади! Встряхните кистями рук. Почувствовали облегчение?

Это упражнение нужно повторить несколько раз.

Заимствованная [9]

### 6. Упражнение «Пузырь».

**Цель:** Способствовать сплочению детей, развивать чувство ритма.

**Оборудование:** просторное помещение

**Инструкция группе:** Дети вместе с ведущим берутся за руки и образуют небольшой круг, сужают его, затем говорят: *«Раздувайся, пузырь, Раздувайся, большой, Оставайся такой, Да не лопайся!»*

Постепенно дети расширяют круг все больше и больше, пока ведущий не скажет: «Лопнул пузырь!». Тогда дети приседают на корточки и хором говорят: «Хлоп!»

**Инструкция ведущему:** Произносить текст надо четко, медленно — дети должны повторять его за ведущим. Если игра проходит на большом ковре, дети обычно после слова «хлоп» падают (специально) на пол, валяются и хохочут.

Заимствованная [10]

### 7. Упражнение «Рисование».

**Цель:** Снять мышечное и эмоциональное напряжение.

**Ход игры:** Дети под спокойную музыку рисуют «красивый рисунок».

Модифицированная [1]

### 8. Обратная связь.

- Что мы сегодня делали?
- Что больше всего понравилось?

#### 4 занятие.

**Тема:** Обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.

**Цель:**

- Тренировка психомоторных функций;
- Обучение навыкам релаксации;
- Обучение навыкам самоконтроля;
- Снижение эмоциональное напряжение;
- Создание положительное эмоциональное настроение;
- Развитие самосознание;
- Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме.

**Задачи:** установить положительный эмоциональный настрой в группе; развивать умения владеть мышцами лица, рук, ног; снять излишнее мышечное и эмоциональное напряжение; развивать мышечный контроль; развивать навыки ориентации в пространстве; развивать умение взаимодействовать со сверстниками; развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие, большой зонт, пластиковая бутылка с мелкими отверстиями в пробке, стулья, стоящие по кругу, пластмассовый шар диаметром 4-6 см

**Время занятия:** 45 мин

##### 1. Приветствие

**Цель:** сплочение группы

Группа выполняет ритуал приветствия .

##### 2. Разминка.

**Цель:** активизировать участников тренинга, окрасить работу положительными эмоциями, почувствовать группу.

**Оборудование:** просторное помещение, стулья, стоящие по кругу

**Инструкция группе:** Все участники садятся в круг.

«Давайте начнем сегодняшний день с того, что выскажем друг другу пожелания на день, и сделаем это так. Первый участник встанет, подойдет к любому, поздоровается с ним, и выскажет ему пожелание на сегодняшний день. Тот, к кому подошел первый участник, в свою очередь, подойдет к следующему и так далее до тех пор, пока каждый из нас не получит пожелание на день».

**Инструкция ведущему:** При обсуждении выполнения упражнения можно задать вопрос: «Расскажите, что вы чувствовали, когда высказывали пожелание кому-то из нас и какие у вас были чувства, состояния, когда к вам обращались с пожеланиями на день?».

Заемствованная [13]

##### 3. Упражнение «Скульптура».

**Цель:** Развитие умения владеть мышцами лица, рук, ног и т.д., снижение мышечного напряжения.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие

**Инструкция ведущему:** Дети разбиваются на пары. Один из них – скульптор, другой – скульптура. По заданию взрослого скульптор лепит из «глины» скульптуру:

- ребенка, который ничего не боится,
- ребенка, который всем доволен,
- ребенка, который выполнил сложное задание

После проведения игры целесообразно обсудить с детьми, что они чувствовали в роли скульптора, скульптуры, какую фигуру приятно было изображать, какую – нет.

Заемствованная [9]

##### 4. Упражнение «Дождик».

**Цель:** Развитие мышечного контроля, ориентации в пространстве, повышение эмоционального тонуса, умения взаимодействовать со сверстниками

**Оборудование:** большой зонт, пластиковая бутылка с мелкими отверстиями в пробке,

**Инструкция ведущему:** Один ребенок — водящий. Остальные дети все вместе прячутся под большой (желательно прозрачный) зонт. При этом оговаривается, что дети прячутся так, чтобы все поместились под зонтом, заботясь друг о друге. Водящий из брызгалки (пластиковая бутылка с мелкими отверстиями в пробке) поливает зонтик, имитируя дождь. Дети наблюдают, как скатываются капельки дождя с зонта, как стекают с него струйки воды, подставляют ручки, чтобы поймать капельку.

Затем выбирается другой водящий, и игра продолжается до тех пор, пока в роли водящего не побывает каждый желающий.

Заимствованная [10]

### 5. Упражнение «Ласковый мелок».

**Цель:** Игра способствует снятию мышечных зажимов, развитию тактильных ощущений.

**Оборудование:** просторное помещение, стулья, стоящие по кругу

**Инструкция группе:** Надо рисовать или писать на спине друг у друга разные картинки или буквы, а затем отгадывать, что было изображено. Надо предупредить детей, что писать нужно легко прикасаясь к спине, ни в коем случае не надо толкать человека и делать ему больно или неприятно. После окончания игры дети нежными движениями руки «стирают» все, что они рисовали, при этом слегка массируя спину.

Заимствованная [9]

### 6. Упражнение «Волшебные шарики».

**Цель:** Снятие эмоционального напряжения.

**Оборудование:** пластмассовый шар диаметром 4-6 см

**Инструкция ведущему:** Дети сидят в кругу. Ведущий просит их закрыть глаза и сделать из ладошек «лодочку». Затем он вкладывает каждому ребенку в ладошки пластмассовый шарик диаметром 4-6 см — и дает инструкцию:

**Инструкция группе:** Возьмите шарик в ладошки, согрейте его, сложите ладошки вместе, покатайте, подышите на него, согрейте его своим дыханием, отдайте ему часть своего тепла и ласки. Откройте глаза. Посмотрите на шарик и теперь по очереди расскажите о чувствах, которые возникли у вас во время выполнения упражнения.

Заимствованная [9]

### 7. Обратная связь.

- Что мы сегодня делали?
- Что больше всего понравилось?

## 5 занятие.

**Тема:** Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях.

**Цель:**

- Привитие новых форм поведения;
- Обучение самостоятельному принятию верных решений;
- Обучение распознаванию эмоций по внешним сигналам;
- Формирование адекватных форм поведения;
- Работа над выразительностью движений;
- Обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.

**Задачи:** установить положительный эмоциональный настрой в группе; побуждать участников быть внимательными к действиям других; побуждать участников искать такие средства самовыражения, которые будут поняты другим; развивать эмпатию, умение соразмерять свои движения, развитие речи, развитие навыков общения; развивать двигательную активность, координацию движений, умение контролировать свои действия; способствовать расширению поведенческого репертуара детей; снять эмоциональное напряжение, агрессию.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие, стулья, стоящие по кругу, карточки с названиями животных, вата, клубок ниток, плюшевый попугай

**Время занятия:** 45 мин

### 1. Приветствие

**Цель:** сплочение группы

Группа выполняет ритуал приветствия.

### 2. Разминка.

**Цель:** Повысить настроение, способствует развитию выразительного поведения, побуждает участников, с одной стороны, быть внимательными к действиям других, а с другой стороны, искать такие средства самовыражения, которые будут поняты другим

**Оборудование:** просторное помещение, стулья, стоящие по кругу, карточки с названиями животных,

Участники садятся в круг.

**Инструкция ведущему:** «Я раздам вам карточки, на которых написано название животного. Названия повторяются на двух карточках. К примеру, если вам достанется карточка, на которой будет написано „слон“, знайте, что у кого-то есть карточка, на которой также написано „слон"».

Тренер раздает карточки (если в группе нечетное количество участников, тренер тоже принимает участие в упражнении).

**Инструкция группе:** «Прочитайте, пожалуйста, что написано на вашей карточке. Сделайте это так, чтобы надпись видели только вы. Теперь карточку можно убрать. Задача каждого — найти свою пару. При этом можно пользоваться любыми выразительными средствами, нельзя только ничего говорить и издавать характерные звуки „вашего животного". Другими словами, все, что мы будем делать, мы будем делать молча. Когда вы найдете свою пару, останьтесь рядом, но продолжайте молчать, не переговаривайтесь. Только когда все пары будут образованы, мы проверим, что у нас получилось». После того как все участники группы нашли свою пару, тренер спрашивает по очереди у каждой пары: «Кто вы?».

После завершения упражнения можно предложить поделиться впечатлениями, рассказать о том, как участники находили свою пару.

Займствованная [13]

### 3. Упражнение «Постарайся отгадать».

**Цель:** Развитие эмпатии, умения соразмерять свои движения, развитие речи, развитие навыков общения, сплочение группы.

**Оборудование:** просторное помещение, стулья, стоящие по кругу

**Инструкция ведущему:** Все дети сидят на ковре. Один ребенок — водящий — поворачивается к ним спиной. Дети по очереди дотрагиваются до его плеча, спинки, гладят его и говорят:

*Раз, два, три, четыре, пять,*

*Постарайся отгадать.*

*Я с тобою рядом тут.*

*Скажи, как меня зовут.*

Водящий ребенок пытается отгадать, кто же его погладил. Если водящий никак не может правильно угадать, он поворачивается лицом к играющим, и ему показывают, кто его погладил.

Заемствованная [10]

#### **4. Упражнение «Пушинка».**

**Цель:** Развитие двигательной активности, координации движений, умение контролировать свои действия.

**Оборудование:** просторное помещение, комочки ваты

**Инструкция ведущему:** Ведущий раздает каждому ребенку по маленькому комочку ваты, который надо разрыхлить так, чтобы он стал легким, как пушинка. По сигналу ведущего дети дуют на свои «пушинки», не давая им упасть, все время поддерживая в воздухе, но без помощи рук. Побеждает тот ребенок, чья пушинка дольше всех продержалась в воздухе.

Заемствованная [10]

#### **5. Упражнение «Клубочек».**

**Цель:** Обучение ребенка одному из приемов саморегуляции.

**Оборудование:** клубок ниток

**Инструкция ведущему:** Расшалившемуся ребенку можно предложить смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше.

Взрослый сообщает ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинает его сматывать, так сразу же успокаивается.

Когда подобная игра станет для ребенка привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует, что он огорчен, устал или «завелся».

Заемствованная [9]

#### **6. Упражнение «Мой хороший попугай».**

**Цель:** Развитие эмпатии детей, быстроты реакции, снятие агрессии, расширение словарного запаса и расширение поведенческого репертуара детей.

**Оборудование:** плюшевый попугай

**Инструкция ведущему:** Дети стоят в кругу, плотно прижимаясь плечиками друг к другу. Воспитатель бросает кому-либо из них плюшевого попугая (или другую мягкую игрушку). Ребенок, поймав игрушку, должен прижать ее к себе, назвать ласковым именем и передать (или перебросить) ее другому ребенку.

Сначала игра проходит в очень медленном темпе, так как дети с трудом находят ласковое имя для попугая, не умеют передавать игрушку кому-либо из играющих. Но затем, по мере освоения этих операций, темп игры, как правило, ускоряется.

*Мой хороший попугай*

*Мне его скорее дай.*

*Он красивый, он хороший*

*И еще .....*

ребенок добавляет свое ласковое слово, например: *он добрый очень.*

Заемствованная [9]

#### **7. Обратная связь.**

- Что мы сегодня делали?
- Что больше всего понравилось?

## 6 занятие.

**Тема:** Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях.

**Цель:**

- Привитие новых форм поведения;
- Обучение самостоятельному принятию верных решений;
- Обучение распознаванию эмоций по внешним сигналам;
- Формирование адекватных форм поведения;
- Работа над выразительностью движений;
- Обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.

**Задачи:** развивать эмпатию, навыки общения, понимание чувств другого человека; научить контролировать свое поведение; способствовать расширению поведенческого репертуара детей; снять эмоциональное напряжение, агрессию; обучать приемам саморегуляции.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие, стулья, стоящие по кругу.

**Время занятия:** 45 мин

### 1. Приветствие

**Цель:** сплочение группы

Группа выполняет ритуал приветствия .

### 2. Разминка.

**Цель:** активизировать познавательные процессы , повысить интерес участников друг к другу , сплочение группы.

**Оборудование:** просторное помещение, стулья, стоящие по кругу,.

**Инструкция ведущему:** Все участники садятся по кругу. Тренер выходит из круга и дает инструкцию к упражнению, стоя за кругом.

*«У вас 1,5 минуты, в ходе которых надо внимательно посмотреть друг на друга».*

Через 1,5 минуты тренер просит всех повернуться на стульях спиной в круг, подходит к одному из участников группы и говорит, обращаясь к нему, например: «Владимир, я иду по кругу (тренер идет вправо или влево) и прохожу одного, второго, третьего, останавливаюсь у четвертого человека, кто это?». Владимир отвечает (если ответ неправильный, надо ему об этом сказать и дать возможность ответить еще и еще раз, пока не будет получен правильный ответ). После этого тренер предлагает Владимиру ответить на ряд вопросов, относящихся к внешнему облику названного участника группы. Например: «Есть ли у Петра галстук?», «Какого цвета у него рубашка?», «Держит ли Петр что-либо в руках?» и т. д. Далее тренер дает аналогичное задание еще 2—3 участникам В заключение упражнения тренер просит всех повернуться лицом в круг и еще раз посмотреть друг на друга.

Заемствованная [13]

### 3. Упражнение «Настроение».

**Цель:** научение эмпатии, сопереживанию, пониманию чувств другого человека.

**Оборудование:** просторное помещение, стулья, стоящие по 2 спинка к спинке.

**Инструкция ведущему:**

Все участники садятся по кругу.

«Сейчас мы поработаем в парах. (Тренер называет состав пар, подобранных с учетом субъективных предпочтений участников и их психологических особенностей.) Сядьте так, чтобы каждой паре было удобно работать. Решите сами, кто из вас начнет выполнять упражнение. (Тренер убеждается, что в каждой паре определен участник, который будет начинать упражнение.) Начинаящий примет вид грустного, чем-то расстроенного, вялого человека. Попробуйте найти средства для того, чтобы войти в это состояние. Напарник должен, используя различные средства, изменить состояние грустного участника в позитивную сторону, вызвать у него улыбку, смех, активизировать его, не прибегая к физическому контакту. Когда вы справитесь с задачей, поменяйтесь ролями ».

При обсуждении упражнения удастся получить конкретный перечень средств, которые использовались участниками для изменения состояния своего партнера, а также описание усилий «грустных» участников, которые им приходилось применять, чтобы сохранить свое состояние.

Заимствованная [1]

#### **4. Беседа по мотивам сказки «Винни-Пух и все, все, все.....».**

**Цель:** коррекция агрессивного поведения.

**Оборудование:** просторное помещение, стулья, стоящие по кругу

**Инструкция группе:**

У Винни-Пуха есть еще один друг — поросенок Пятачок. Он очень любит цветы, поэтому посадил в своем палисаднике много разных цветов. Вот он вышел из дома и любуется своим цветником. Покажите, как он любуется, какое у него довольное и счастливое выражение лица.

Вдруг откуда-то появился Тигра, начал прыгать по клумбам, топтать и выдергивать цветы. Покажите, как Тигра это делает.

Пятачок очень удивлен: качает головой, грозит пальцем. Он очень расстроился и заплакал. Так горько ему стало от того, что больше нет красивых цветов, за которыми он ухаживал все лето.

Дети, жалко вам Пятачка? А у вас бывает так, что вы кого-то обижаете, что-то разрушаете? Злитесь? Почему вы это делаете?

Хотите, я вас научу, как можно выпускать злость, никого не обижая? Когда к вам подступает злость и вы хотите кого-то обидеть, что-то кинуть, обхватите ладонями локти и сильно прижмите руки к груди. Это поза выдержанного человека. Давайте попробуем.

Ну а если совсем немогут, то можно злость прогнать.

Модифицированная [1]

#### **5. Упражнение «Уходи, злость, уходи!».**

**Цель:** научение умению контролировать свое поведение, расширение поведенческого репертуара детей, обучение ребенка одному из приемов саморегуляции.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие

**Инструкция группе:**

Ложитесь по кругу на ковер (*между детьми— подушки*). Закройте глаза и со всей силы бейте ногами по полу, а руками по подушкам и кричите: «Уходи, злость, уходи!» (2—3 мин.)

Вся злость ушла? А теперь надо отдохнуть.

Следующий этап работы проходит под спокойную музыку.

Раздвиньте широко руки и ноги, как будто вы звезда. Спокойно полежите и послушайте музыку (2—3 мин). Вся злость ушла. Все вы стали добрыми, заботливыми, внимательными. Вам хорошо вместе со своими друзьями. Весело вместе играть, придумывать интересные истории, делиться тайнами, игрушками. Вы научились выпускать и сдерживать злость (*увеличение громкости*).

Вы хорошо отдохнули, расслабились, а теперь пора вставать, нас ждет еще много добрых дел. Потянитесь, встряхнитесь. Я рада была с вами пообщаться.

Заимствованная [1]

#### **6. Обратная связь.**

- Какой договор мы с вами заключили со своими руками на первом занятии? А сейчас у вас получается соблюдать этот договор?
- Что мы сегодня делали?
- Что больше всего понравилось?

## 7 занятие.

**Тема:** Формирование и развитие позитивных качества личности детей.

**Цель:**

Формирование одобренных в обществе моральных представлений;

Обучение осознанию своего поведения;

Обучение регулированию поведения в коллективе в соответствии с нормами и правилами принятыми в коллективе;

Формирование адекватных форм поведения;

Формирование у детей таких качеств, как эмпатия, доверие к людям, сочувствие, сопереживание.

**Задачи:** создать положительный эмоциональный климат в группе; научить ориентироваться в намерениях, тактике, состоянии других людей, согласовывать свои действия с действиями других; научить принимать на себя ответственность за свои поступки; обучать приемам саморегуляции; способствовать расширению поведенческого репертуара детей; снять эмоциональное напряжение, агрессию; развивать мышечный контроль.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие, стулья, стоящие по кругу, рулон обоев, крупа или песок, таз.

**Время занятия:** 45 мин

### 1. Приветствие

**Цель:** сплочение группы

Группа выполняет ритуал приветствия.

### 2. Разминка.

**Цель:** сплочение детского коллектива, выработка умения понимать другого человека без слов.

**Оборудование:** просторное помещение

Участники становятся в круг.

**Инструкция группе:** «На счет раз каждый из нас должен, оставаясь на своем месте и молча, найти себе пару. Когда я скажу два, вы вместе начнете одинаковые движения. Потом я снова скажу раз, и вы должны найти себе новую пару, а на счет два начать делать одинаковое движение с новым партнером».

**Инструкция ведущему:**

Обсуждение: Как вы нашли себе пару? По каким признакам? Как вы выбрали одинаковое движение? Подвести детей к мысли о сотрудничестве в жизни.

Заемствованная [13]

### 3. Упражнение «Разговор с телом».

**Цель:** Учить ребенка владеть своим телом.

**Оборудование:** просторное помещение, рулон обоев

**Инструкция ведущему:**

Ребенок ложится на пол, на большой лист бумаги или кусок обоев. Взрослый карандашом обводит контуры фигуры ребенка. Затем вместе с ребенком рассматривает силуэт и задает вопросы: «Это твой силуэт. Хочешь, мы можем разрисовать его? Каким бы цветом ты хотел разукрасить свои руки, ноги, туловище? Как ты думаешь, помогает ли тебе твое тело в определенных ситуациях, например, когда ты спасаешься от опасности и др.? Какие части тела тебе особенно помогают? А бывают такие ситуации, когда твое тело подводит тебя, не слушается? Что ты делаешь в этом случае? Как ты можешь научить свое тело быть более послушным? Давай договоримся, что ты и твое тело будут стараться лучше понимать друг друга».

Заемствованная [9]

### 4. Упражнение «Это я. Узнай меня».



**Цель:** Снятие эмоционального напряжения, агрессии, развитие эмпатии, тактильного восприятия, создание положительного эмоционального климата в группе.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие

**Инструкция ведущему:**

Дети сидят на ковре. Один из них поворачивается спиной к сидящим. Дети по очереди ласково поглаживают его по спине ладошкой и говорят: «Это я. Узнай меня». Водящий ребенок (которого поглаживают) — должен отгадать, кто до него дотронулся. Желательно, чтобы каждый ребенок побывал роли ведущего.

Заимствованная [10]

### 5. Упражнение «Счет».

**Цель:** быстро ориентироваться в намерениях, тактике, состоянии других людей, согласовывать свои действия с действиями других, принятия на себя ответственности за то, что происходит в группе.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие, стулья, стоящие по кругу

**Инструкция группе:** Все участники садятся по кругу.

«Я буду называть числа. Сразу же после того, как число будет названо, должны встать именно столько человек, какое число прозвучало (не больше и не меньше). Например, если я говорю „четыре" то, как можно быстрее должны встать четверо из вас. Сесть они смогут только после того, как я скажу „спасибо". Выполнять задание надо молча. Тактику выполнения задания следует выработать в процессе работы, ориентируясь на действия друг друга».

**Инструкция ведущему:**

Тренер несколько раз называет группе разные числа. Вначале лучше назвать 5 — 7, в середине 1 — 2.

При обсуждении тренер может задать группе несколько вопросов: «Что помогало нам справляться с поставленной задачей и что затрудняло ее выполнение?», «На что вы ориентировались, когда принимали решение вставать?».

Заимствованная [13]

### 6. Упражнение «Археология».

**Цель :** обучение приему саморегуляции, развитие мышечного контроля.

**Оборудование:** просторное помещение, крупа или песок, таз

**Инструкция ведущему:**

Взрослый опускает кисть руки в таз с песком или крупой и засыпает ее. Ребенок осторожно «откапывает» руку — делает археологические раскопки. При этом нельзя дотрагиваться до кисти руки. Как только ребенок коснется своей ладони, он тут же меняется ролями со взрослым.

Заимствованная [9]

### 7. Обратная связь.

- Что мы сегодня делали?
- Что больше всего понравилось?

## 8 занятие.

**Тема:** Формирование и развитие позитивных качества личности детей.

**Цель:**

Формирование одобренных в обществе моральных представлений;

Обучение осознанию своего поведения;

Обучение регулированию поведения в коллективе в соответствии с нормами и правилами принятыми в коллективе;

Формирование адекватных форм поведения;

Формирование у детей таких качеств, как эмпатия, доверие к людям, сочувствие, сопереживание.

**Задачи:** создать положительный эмоциональный климат в группе; побудить членов группы к проявлению творческой активности; развивать воображение; увеличить словарный запас; развить умение слушать и слышать другого человека; научить ориентироваться в состоянии других людей, согласовывать свои действия с действиями других; научить принимать на себя ответственность за свои поступки; отреагировать отрицательные эмоции и агрессию; снять эмоциональное напряжение; развивать умение взаимодействовать со сверстниками.

**Оборудование:** просторное помещение, ковровое покрытие, стулья, стоящие по кругу, обручи по количеству игроков, столы, листы бумаги А4, изобразительные средства, магнитофон, диски с веселой музыкой

**Время занятия:** 45 мин

### 1. Приветствие

**Цель :** сплочение группы

Группа выполняет ритуал приветствия.

### 2. Разминка.

**Цель:** побудить членов группы к проявлению творческой активности, развивать воображение, увеличить словарный запас, развить умение слушать и слышать другого.

**Оборудование:** просторное помещение, стулья, стоящие по кругу

**Инструкция ведущему:**

Участники садятся по кругу.

Инструкция: «Пусть каждый из вас подумает над тем, какое качество он больше всего ценит в людях. После того как вы сделаете свой выбор, придумайте короткий рассказ, историю, которые несли бы информацию о выбранном вами качестве. Услышав ваш рассказ, остальные участники группы должны понять, о каком качестве идет речь». После первого, а также каждого из последующих рассказов тренер обращается к группе с вопросом: «Как вам кажется, о каком качестве шла речь?» (или: «Как вам кажется, о каком качестве нам хотел сообщить Андрей?»). После того как все участники группы выскажут свои предложения, тренер обращается к самому рассказчику и просит его сказать, какое качество выбрал он.

Можно предложить список качеств, характеризующих поведение человека:

*Злой, ответственный, упрямый аккуратный, беспечный, вдумчивый, вспыльчивый, гордый, добрый,, грубый, жадный, жизнерадостный, завистливый, застенчивый, злопамятный, искренний, капризный, мечтательный, нежный, нерешительный, несдержанный, обидчивый, осторожный, подозрительный, терпеливый, трудолюбивый, трусливый, черствый, честный, чуткий.*

В начале ведущий сам зачитывает предложенный список. Если ребенок не понимает смысл какого-то качества надо объяснить ему смысл слова.

Заемствованная [13]

### 3. Упражнение «Бездомный заяц».

**Цель :** Игра способствует развитию быстроты реакции, отработке навыков невербального взаимодействия с детьми.

**Оборудование:** просторное помещение, обручи по количеству игроков

#### **Инструкция ведущему:**

Каждый игрок — заяц — кладет на пол обруч, становится по середине обруча. Расстояние между обручами — один - два метра. Один из зайцев — бездомный. Он водит. Заяцы должны незаметно от него (взглядами и жестами) договориться о «жилищном обмене» и перебежать из домика в домик. Задача водящего — во время этого обмена занять домик, оставшийся на минутку без хозяина.

Тот, кто остался бездомным, становится водящим.

Модифицированная [9]

### 4. Упражнение «Карабас Барабас»

**Цель:** отреагирование отрицательных эмоций и агрессии.

**Оборудование:** просторное помещение

**Инструкция группе:** Ребята, рядом со страной Добrolандией есть страна Злосландия. Там живут злые герои сказок. Каких отрицательных героев сказок вы знаете? (*Ответы детей.*)

Ребята, а еще добрый волшебник сказал мне о Карабасе Барабасе из сказки «Золотой ключик», о его злодеяниях.

Карабас Барабас никого не любит. Он злобно смотрит на всех. Держит в руках свою плетку. Покажите злого Карабаса Барабаса (2—3 раза).

Выразительные движения: брови нахмурены, губы сомкнуты, топает ногой, сильно сжимает руки в кулаках.

Заимствованная [1]

### 5. Упражнение «Злые – добрые кошки».

**Цель:** отреагирование отрицательных эмоций и агрессии,

**Оборудование:** просторное помещение, обруч

**Инструкция группе:** А еще в Злосландии живут злые кошки.

Детям предлагается образовать большой круг, в центре которого на полу лежит физкультурный обруч. Это «волшебный круг», в котором будут совершаться «превращения».

Ребенок входит внутрь обруча и по сигналу ведущего (*хлопок в ладоши, звук колокольчика, звук свистка*) превращается в злощую-презлющую кошку: шипит и царапается. При этом из «волшебного круга» выходить нельзя.

**Инструкция ведущему:**

Дети, стоящие вокруг обруча, хором повторяют вслед за ведущим: «Сильнее, сильнее, сильнее...», — и ребенок, изображающий кошку, делает все более «злые» движения.

По повторному сигналу ведущего «превращение» заканчивается, после чего в обруч входит другой ребенок, и игра повторяется.

Когда все дети побывают в «волшебном круге», обруч убирается, дети разбиваются на пары и опять превращаются в злых кошек по сигналу ведущего. (*Если кому-то не хватило пары, то в игре может участвовать и сам педагог.*) Категорическое правило: не дотрагиваться друг до друга! Если оно нарушается, игра мгновенно останавливается, ведущий показывает пример возможных действий, после чего продолжает игру.

По повторному сигналу «кошки» останавливаются и могут поменяться парами.

На заключительном этапе игры ведущий предлагает «злым кошкам» стать добрыми и ласковыми. По сигналу дети превращаются в добрых кошек, которые ласкаются друг к другу: «Не хотим быть злыми, как Карабас Барабас и кошки! Будем добрыми и дружными, как иголочка и ниточка

Заимствованная [1]

### 6. Упражнение «Иголочка и ниточка».

**Цель:** побудить членов группы к проявлению творческой активности, развивать воображение, создание положительного эмоционального климата в группе.

**Оборудование:** столы и стулья, листы бумаги А4, изобразительные средства, магнитофон, диски с веселой музыкой

**Инструкция группе:** Ребята, нельзя быть злыми. Если вы злитесь, вы не только доставляете неприятности окружающим, но и вредите себе. Нужно быть добрыми. Если вы будете добрыми, то и люди, окружающие вас, будут доброжелательно относиться к вам.

Ребята, в сказке «Золотой ключик» много положительных героев. Добрый волшебник страны, в которой мы гостим, дал нам волшебную бумагу и волшебные карандаши и попросил нас нарисовать добрых героев этой сказки.

Мы подарим наши красивые рисунки волшебнику.

Это упражнение проходит под быструю и веселую музыку.

Заемствованная [1]

### 7. Обратная связь.

- Какой договор мы с вами заключили со своими руками на первом занятии? А сейчас у вас получается соблюдать этот договор?
- Что мы сегодня делали?
- Что больше всего понравилось?

## Приложение 5

### Список используемой литературы

1. Алябьева Е.А. «Психогимнастика в начальной школе». Москва изд-во «Сфера» 2003 год
2. Бандура А., Уолтерс Р. «Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений». Москва 1999 год.
3. Баркан А.И. «Его величество ребенок какой он есть». Москва изд-во «Столетие» 1996 год
4. Бэрон Р., Ричардсон Д. «Агрессия». Санкт-Петербург изд-во «Питер» 2001 год
5. Копчёнова Е.Е. «Что стоит за агрессивностью дошкольников» Психолог в детском саду №1. 1999 год
6. Кэмпбелл Р. «Как справляться с гневом ребенка» Санкт-Петербург изд-во «Мирт» 1999 год
7. Лешли Д. «Работать с маленькими детьми, поощрять их развитие и решать проблемы» Москва изд-во «Просвещение» 1991 год
8. Лоренц К. «Агрессия (так называемое зло)» Москва изд-во «ПРОГРЕСС» 1994 год
9. Лютова Е.К., Моница Г.Б. «Тренинг эффективного взаимодействия с детьми» Санкт-Петербург изд-во «Речь» 2003 год
10. Лютова Е.К., Моница Г.Б. «Тренинг общения с ребенком». Санкт-Петербург изд-во «Речь» 2003 год
11. Лютова Е.К., Моница Г.Б. «Шпаргалка для взрослых». Санкт-Петербург изд-во «Речь» 2003 год
12. Можгинский Ю.Б. «Агрессивность детей и подростков. Распознавание, лечение, профилактика» Москва изд-во «Когито-центр» 2006 год
13. «Психогимнастика в тренинге» под ред. Н.Ю. Хрящевой Санкт-Петербург изд-во «Речь» 2000 год
14. «Психологический словарь» ( под ред.. Зинченко В.П, Сещерякова Б.Г. ) Москва изд-во «Просвещение» 1993 год
15. Раншбург Й., Поппер П. «Секреты личности» Москва изд-во «Педагогика» 1997 год
16. Реан А.А. «Агрессия и агрессивность личности» Санкт-Петербург изд-во «СПбГУ» 1996 год
17. Реан А.А. «Психология изучения личности» Санкт-Петербург изд-во «Михайлов» 1999 год
18. Румянцева Т.Г. «Агрессия: проблемы и поиски в западной философии и науке». Москва изд-во «Педагогика» 1995 год
19. Семенюк Л.М. «Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции» Москва изд-во «Академия» 1998год
20. Словарь: психология, (под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского), Москва 1990 год.

21. Фрейд З. «Психология бессознательного»  
Санкт-Петербург изд-во «Питер» 2006 год
22. Фромм Э. «Анатомия человеческой деструктивности»  
Москва изд-во «АСТ» 2006 год
23. Фурманов И.А.. «Детская агрессивность : психодиагностика и коррекция».  
Минск 1996 год
24. Чижова С.Ю. «Детская агрессивность», Москва изд-во «Академия развития» 2003год