

Копилка мастерства



К.С. Шалагинова

Системное психологическое сопровождение как эффективная технология работы с агрессивными младшими школьниками¹

Шалагинова Ксения Сергеевна — кандидат психологических наук, доцент кафедры практической психологии и педагогики Тульского государственного педагогического университета им. Л.Н. Толстого, педагог-психолог гимназии №4 г. Тулы.

Окончание. Начало в «Вестнике практической психологии образования» №4 за 2011 год.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

ПРОЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА «КАКТУС»

Методика предназначена для работы с детьми старше 4 лет.

Цель: исследование эмоционально-личностной сферы ребенка.

При проведении диагностики испытуемому выдается лист бумаги формата А4 и простой карандаш. Возможен вариант с использованием цветных карандашей восьми «люшеровских» цветов, тогда при интерпретации учитываются соответствующие показатели теста Люшера.

Инструкция. «На листе бумаги нарисуй кактус — таким, каким ты его себе представляешь». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.

Обработка данных.

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

- пространственное положение;
- размер рисунка;
- характеристики линий;
- сила нажима на карандаш.

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

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

Интерпретация результатов: по результатам обработанных данных по рисунку можно диагностировать качества личности ребенка.

Агрессивность — наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке РФНФ, проект № 11-16-71017 а/Ц.



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 в низу 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.

После завершения рисунка ребенку в качестве дополнения можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Этот кактус домашний или дикий?
2. Этот кактус сильно колется? Его можно потрогать?
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?
5. Когда кактус подрастет, то как он изменится (иголки, объем, отростки)?

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

АДАПТИРОВАННАЯ ДЛЯ ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКИ АГРЕССИВНОСТИ МЕТОДИКА «КРОКОДИЛЫ»

Согласно мнению специалистов по проективному рисунку, крокодил является символом агрессивного поведения. Изображение крокодила способствует выявлению у человека агрессивных тенденций. На рисунке проецируются такие черты

характера, как злопамятность, подозрительность, враждебность.

Методика была апробирована на различных возрастных группах.

Материалы: листы белой бумаги формата А4. Изобразительные средства: простой и цветные карандаши, фломастеры.

Цвет, форма, размер, сюжет дополнительно не обсуждались. Ограничений по времени не устанавливалось. Младшие школьники обладают высокой степенью конформности, поэтому при обследовании необходимо разместить их таким образом, чтобы предотвратить срисовывание.

«Чтобы его никто не боялся»

Тревожные дети в большинстве случаев прибегают к использованию простого карандаша. Как и во всех рисуночных техниках, в нашем исследовании наблюдались такие признаки тревожности, как стирание, прорисовывание деталей, возвращение к различным частям рисунка, штриховка. Причем в рисунках детей младшего школьного возраста количество стертых и исправленных изображений во много раз больше, чем у подростков. Этот факт можно объяснить стремлением детей соответствовать школьным нормам и правилам, поскольку рисование воспринимается ими как задание на оценку, а не как способ самовыражения.

В то же время исправление (и/или стирание) могут рассматриваться как потребность с помощью изобразительных средств уменьшить переживание агрессии и порожденного ею страха.

Рисунок отражает не только устойчивые черты индивида, но и его состояние во время тестирования. Возможна ситуативная тревожность, которая вызвана общением с незнакомым человеком (исследователем), психологической атмосферой и другими причинами. Поэтому необходимо учитывать личностные характеристики исследователя: пол, возраст и т. д. По мнению Е. Т. Соколовой, исследователь должен выступать не в роли регистратора, а в роли партнера.

Кое-что об интеллекте

Методика «Крокодилы» позволяет «снимать» не только показатели эмоционального состояния, но и диагностировать интеллектуальное развитие испытуемых.

Обсуждение образа жизни, географии распространения и других особенностей крокодила позволит исследователю получить дополнительную информацию о развитии интеллектуальной сферы испытуемого.

Я и социум

На рисунках детей агрессивность может проявляться в двух формах: как состояние самого ребенка, а также как ощущение враждебного социума по отношению к себе.

Например, Алина, 8 лет. Девочка нарисовала животное, похожее на динозавра. По ее мнению, это



очень-очень злой крокодил, живет на острове и является полноправным его хозяином, как лев — царем (хозяином) зверей. Такое понимание окружающей социальной среды травмирует ребенка, вызывает в нем страх. Графическим индикатором сказанного являются облака, прорисованная линия основания, хвост и гребень.

Дополнительные детали

Дополнительные элементы (вода, деревья, земля и др.) трактуются как желание структурировать ситуацию и, следовательно, контролировать ее. Вода (озеро, река, бассейн...) в сочетании с замаскированным в ней крокодилом имеет свою символику. Она скрывает враждебное поведение, демонстрирует латентную форму агрессии.

Кроме прямых агрессивных символов (когти, зубы, шипы), о враждебности свидетельствует количество изображенных животных. Например, на рисунке Оли, 8 лет, изображены два крокодила, которые расположены рядом и как бы поддерживают друг друга. В ходе пострисуночного опроса выяснилось, что данная работа является примером ситуативной агрессии, так как выполнена сразу после нелюбимого урока математики.

Иди на место

Очень важным показателем является место животного на листе бумаги.

Положение в верхнем левом углу выявляет тревожность (Наташа, 7 лет) и ориентацию на прошлое.

Срезание рисунка левым краем листа свидетельствует о фиксации на прошлом и, возможно, отрицании его (Саша, 8 лет). Краем листа срезан хвост — таким действием ребенок отрицает свою злопамятность, проговаривая при этом, что он всех любит и всех прощает.

Положение животного в центре страницы свидетельствует о чувстве неполноценности и незащищенности (Юля, 7 лет). Этот рисунок был сделан очень застенчивой девочкой, которая физически менее развита по сравнению со сверстниками. Контакта с ней в ходе исследования установить не удалось.

Если весь рисунок сделан как вид сверху (Надя, 15 лет), то состояние испытуемого интерпретируется как депрессивное. В ходе опроса девушка сообщила, что получился слишком большой крокодил для такого маленького озера, ему там очень тесно. Творческая работа и рассказ Нади отражают конфликтную ситуацию, вызванную потребностью выразить свою агрессивность и одновременно желанием замаскировать ее (в воде). Учителя и школьный психолог отмечают крайнюю неудовлетворенность девочки социальной ролью и материальными условиями жизни. Отмечают частые вспышки агрессивности, сменяющиеся депрессивным состоянием.

Рисунки анфас, как правило, характерны для людей с бескомпромиссным поведением.

В процессе пострисуночного опроса, как правило, выясняются причины агрессии. Так, Люда (17 лет)

прокомментировала свое произведение: «Крокодил бывает злой тогда, когда он один».

В исследовании наблюдались и высокоинформативные прямые проговаривания типа: «я его совсем не боюсь», «я их всех съем», «всех бы вас, радостных, перекусать».

Таким образом, при интерпретации приемлемы параметры, характеризующие стандартизированные проективные рисуночные тесты (ДДЧ, тест Махове-ра, «Несуществующее животное» и др.). Данная методика проста в исполнении, доступна, интересна для детей, не вызывает у них сопротивления.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

КРИТЕРИИ АГРЕССИВНОСТИ РЕБЕНКА

(анкета для педагога, Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М., 1992)

1. Временами кажется, что в него вселяется злой дух.
 2. Он не может промолчать, когда чем-то недоволен.
 3. Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.
 4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.
 5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, разбивает что-то, потрошит.
 6. Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.
 7. Он не прочь подразнить животных.
 8. Переспорить его трудно.
 9. Очень сердится, когда ему кажется, что над ним кто-то подшучивает.
 10. Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.
 11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все наоборот.
 12. Часто не по возрасту ворчлив.
 13. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.
 14. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.
 15. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виноватых.
 16. Легко ссорится, вступает в драку.
 17. Старается общаться с младшими и физически более слабыми.
 18. У него нередко приступы мрачной раздражительности.
 19. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.
 20. Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.
- Ключ.* Положительный ответ на каждое утверждение оценивается в 1 балл, высокая агрессивность — 15—20 баллов, средняя — 7—14, низкая — 1—6.

Занятие 8

Упражнение 1. «Безопасное место».

Цель. Коррекция агрессивности в эмоционально-волевой сфере.

Описание упражнения. Психолог предлагает детям сесть поудобней, расслабиться и закрыть глаза. «Сосредоточьтесь и вспомните ваше любимое место. Это самое безопасное место, где вы себя чувствуете уединенно и спокойно. Вспомните и постарайтесь увидеть его. Вспомните звуки, цвета, запахи, окружающие предметы. Несколько минут понаблюдайте за этим местом, побудьте некоторое время в этом месте. Обратите внимание на свои мысли и чувства. Сделайте 2–3 глубоких вдоха и откройте глаза. Возьмите бумагу и цветные карандаши, постарайтесь нарисовать это место.

Теперь покажите картину своего безопасного места и расскажите о нем: где это, что там происходило? Поделитесь с группой чувствами, которые испытали тогда, когда мысленно находились в этом месте. О чем думали? Есть ли такое место сейчас? Чем оно похоже на то место, которое вы видели, чем отличается?

Упражнение 2. «Крокодил».

Цель. Коррекция агрессивности в деятельностной сфере.

Описание упражнения. Все дети делятся на две команды. Каждая команда загадывает любое существительное в именительном падеже, кроме имен нарицательных и названий. Потом команды обмениваются представителями. Представителю команды-противника сообщается задуманное слово, которое он должен передать своей команде, но не словами, а жестами. При этом нельзя указывать пальцем на этот предмет или обрисовывать его по контуру, а нужно изобразить этот предмет через его «характер», «сущность». Команда выдает свои версии, представитель изображает предмет различными способами до тех пор, пока команда не угадает. Если же это не удастся, то команда посылает другого представителя.

Занятие 9

Упражнение 1. «Близнецы».

Цель. Коррекция агрессивности в эмоционально-волевой сфере.

Описание упражнения. Все мы люди, и среди нас есть девочки и мальчики. У нас есть много общего и много различий. Часто бывает так, что люди, похожие внешне, на самом деле внутренне не похожи совсем, и, наоборот, люди, абсолютно не похожие внешне, очень сходны внутри. Давайте попробуем увидеть это друг в друге.

Работа в парах. Сначала работа в однополых парах (мальчик — мальчик, девочка — девочка), затем — разнополых (мальчик — девочка). Попробуйте поработать сначала с теми, кто больше всего схож с вами внешне, а затем с теми, кто меньше всего. При этом старайтесь найти с похожими внешне различия во внутреннем мире, а с непохожими — схожее во внутреннем мире.

Обсуждение: какие эмоции вы испытывали в процессе выполнения упражнения. Что чувствовали к одноклассникам, не похожим на вас? Почему? Как вы считаете, влияют ли наши эмоции на наше поведение? Если да, то в чем выражается это влияние.

Упражнение 2. «Безмолвный крик».

Цель. Коррекция агрессивности в интеллектуальной сфере.

Описание упражнения. Психолог: «Закрой глаза и трижды глубоко и сильно выдохни. Представь себе, что ты идешь в тихое и приятное место, где тебе никто не мешает. Вспомни о ком-нибудь, кто действует тебя на нервы, кто тебя злит. Представь себе, что этот человек еще сильнее раздражает тебя. Пусть твое раздражение усиливается. Определи сам, когда раздражение станет достаточно сильным. Тот человек тоже должен понять, что больше раздражать тебя уже нельзя. Для этого можешь закричать изо всех сил, но так, чтобы этого никто не услышал в классе. То есть кричать нужно про себя. Может быть, ты захочешь заорать: «Хватит! Перестань! Исчезни!» Открой рот и закричи про себя так громко, как только сможешь. В твоём потаённом месте ты один, там никто не может услышать тебя. Закричи еще раз, и в этот раз ори еще громче! Ну вот, теперь хорошо...

А теперь снова вспомни о человеке, который осложняет тебе жизнь. Представь себе, что каким-то образом ты мешаешь этому человеку по-прежнему злить тебя. Придумай в своем воображении, как ты сможешь сделать так, чтобы он больше тебя не мучил».

Упражнение 3. «Грека».

Цель. Коррекция агрессивности в деятельностной сфере.

Описание упражнения. Каждый по кругу, включая психолога, произносит по одному слову из скороговорки. «Ехал Грека через реку, видит Грека: в реке — рак, сунул Грека руку в реку — рак за руку Греку цап», причем на знак препинания все делают общий хлопок. В случае ошибки скороговорку начинают сначала.

Занятие 10

Упражнение 1. «Законы жизни».

Цель. Коррекция агрессивности в эмоционально-волевой и интеллектуальной сферах.

Описание упражнения. Сейчас вам будет зачитаны мнения людей по поводу различных жизненных проблем. Те, кто согласны с этим мнением, сядьте на стулья у правой стены, те, кто не согласны — у левой стены. В центре не должно остаться ни одного человека. Вы должны принять однозначное решение: «согласен — не согласен». Далее зачитывается одно из нижеследующих мнений:

- соблюдение законов является обязательным для всех;
- если установленное правило не нравится, то его можно нарушить;
- родителям можно простить все;
- люди должны уважать права друг друга.



После того как зачитывается суждение и участники разделились на группы, начинается *обсуждение*. Психолог обращается к одной группе и просит каждого из ее членов обосновать свой выбор: объясните, пожалуйста, почему вы согласились именно с этой точкой зрения? Во время высказываний членов одной микрогруппы тренер должен находиться в нейтральной позиции, то есть занять место с краю между группами и следить за тем, чтобы участники, имеющие противоположные мнения, не мешали говорить визави. Затем предоставляется слово членам второй микрогруппы. Потом снова первой — что вы можете возразить на аргументы своих оппонентов. И так продолжается до тех пор, пока четко не прояснится позиция членов обеих групп. В процессе возможно изменение точек зрения кого-то из участников, поэтому в конце обсуждения необходимо предоставить возможность тем, кто этого желает, перейти в противоположную группу.

В случае если вся группа заняла одну позицию, все равно нужно попросить каждого из участников обосновать свое решение. И лишь затем переходить к оглашению следующего суждения из списка.

Упражнение 2. «Ответный жест».

Цель. Коррекция агрессивности в деятельности в сфере.

Описание упражнения. Психолог предлагает детям научиться не теряться и находить достойные, адекватные ответы на самые различные обращения и вопросы. А что будет, если такое обращение к вам произойдет безмолвно, с помощью жеста? Сможете ли вы легко ответить на такое обращение? Давайте поиграем. Сейчас вы расходитесь по комнате и начинаете в произвольном порядке подходить к тому или иному участнику игры. Подойдя друг к другу, вы обмениваетесь жестами — допустим, вы показываете пальцем на часы, молчаливо спрашивая который час. В ответ ваш партнер может показать время, используя свои пальцы. При встрече с очередным участником вопрос в форме жеста может задать уже он, тогда вы должны понять, о чем он хочет вас спросить, и ответить ему тоже жестами.

Занятие 11

Упражнение 1. «Письмо гневу».

Цель. Коррекция агрессивности в эмоционально-волевой сфере.

Описание упражнения. Напишите своему гневу небольшое письмо, расскажите ему, как вам с ним живется, как вы чувствуете себя без него. Какую он пользу и какой вред приносит вам и вашим отношениям с другими людьми.

Упражнение 2. «Небеса и ад».

Цель. Коррекция агрессивности в интеллектуальной сфере.

Описание упражнения. Психолог: «Время от времени каждый из нас в разговоре с кем-то имеет другую точку зрения и хочет доказать свою правоту во что бы то ни стало. Иногда в таком споре нет ничего плохого, но порой это превращается в настоящую

открытую борьбу. Ты можешь вспомнить случай, когда твой спор с кем-то едва не закончился настоящей битвой? Может быть, ты был настолько возбужден, что готов был сам начать драку, а может быть, другой спорщик в порыве ярости был готов наброситься на тебя. Может быть, вы оба были готовы драться, но что-то позволило вам избежать рукоприкладства?..

Напиши, что произошло тогда, и как ты себя при этом чувствовал. Расскажи, как вам удалось избежать драки. Дай этой истории какое-нибудь название».

Обсуждение. В чем разница между спором и дракой? Что ты можешь сделать, чтобы спор не превратился в драку? Что ты делаешь, когда кто-то пытается оскорбить или ударить тебя? Почему ты так поступаешь? Всегда ли оправданны действия, есть ли им альтернатива?

Упражнение 3. «Как в зеркале».

Цель. Коррекция агрессивности в деятельности в сфере.

Описание упражнения. Психолог предлагает детям разбиться в произвольном порядке на пары и встать лицом к лицу на расстоянии вытянутой руки. Один из пары будет играть роль зеркала. Ему нужно будет копировать как можно точнее все движения партнера. Потом вы поменяетесь ролями. Внимание! Те из вас, кто стоит перед якобы «зеркалом», будет как бы разглядывать в этом зеркале свое лицо, изменяя при этом мимику: будет хмуриться или улыбаться, делать удивленное лицо, подмигивать — в общем, как фантазия подскажет. Партнер, играющий роль зеркала, должен в точности копировать это. Главное условие — не рассмеяться. Тот, кто засмеется, — получает штрафное очко.

Занятие 12

Упражнение 1. «Приветствие».

Цель. Коррекция агрессивности в эмоционально-волевой сфере.

Описание упражнения. Каждому ученику предлагается произнести приветствие в соответствии со своим настроением, состоянием в данный момент. Например, один говорит громко, весело, бодро, другой — вяло и неуверенно.

Обсуждение. Мы ведем себя эмоционально по-разному даже в таком простом действии, как приветствие. Каким образом мы проявляем свои эмоции, с какой силой?

Упражнение 2. «Обсуждение дилеммы».

Цель. Коррекция агрессивности в интеллектуальной и деятельности в сферах.

Описание упражнения. Два брата попали в скверную историю. Одолжили деньги, но не смогли вовремя их отдать. Кредиторы пригрозили и сказали, что бы они срочно отдали деньги. Старший, Сергей, влез в чужую машину, украл магнитофон и продал его. Младший, Саша, пошел к пожилому человеку, известному в доме своей добротой, и сказал, что его мать заболела и ему нужны деньги на покупку лекарств. Саша просил занять ему деньги и обещал вернуть их,

как только мать получит зарплату. На самом деле мать Саши была абсолютно здорова, и Саша вовсе не собирался возвращать деньги. Старик плохо знал Сашу, но все же дал ему нужную сумму. В итоге братья отдали деньги.

Обсуждение. Постарайтесь ответить на два вопроса.

1. Чего добились братья, что они выиграли в этой ситуации, в чем достоинство их поведения?

2. Чего лишились братья, что они проиграли в этой ситуации, в чем недостатки их поведения?

Возьмите листочки бумаги и на одной стороне запишите все возможные ответы на первый вопрос, а на другой — на второй вопрос.

Затем детям предлагается зачитать свои ответы сначала на первый, потом — на второй вопрос. Давайте обсудим ваши ответы: со всеми ли ответами вы согласны или вас в них что-то не устраивает, вы придерживаетесь другого мнения. Постарайтесь как-то обосновать вашу точку зрения.

Давайте обсудим еще некоторые вопросы.

- Что, на ваш взгляд, хуже: воровство Сергея или обман Саши?
- Важно ли сдерживать слово, данное малознакомому человеку, которого, возможно, никогда больше не увидишь?
- Как вы относитесь к воровству? Попадали ли вы в ситуации, когда у вас что-то украли?
- Как, на ваш взгляд, вел себя старик, давая Саше деньги?
- Как бы вы поступили, оказавшись в подобной ситуации?

Занятие 13

Упражнение 1. «Законы жизни».

Цель. Коррекция агрессивности в эмоционально-волевой и интеллектуальной сферах.

Описание упражнения. Сейчас вам будет зачитаны мнения людей по поводу различных жизненных проблем. Те, кто согласны с этим мнением, сядьте на стулья у правой стены, те, кто не согласны, — у левой стены. В центре не должно остаться ни одного человека. Вы должны принять однозначное решение: «согласен — не согласен». Далее зачитывается одно из нижеследующих мнений:

- все недобрые поступки не остаются безнаказанными;
- людям, которые лгут, трудно смотреть в глаза другим;
- любого преступника можно освободить благодаря ловкой защите адвоката;
- каждый человек должен следовать чувству долга и ответственности.

После того как зачитывается суждение, и участники разделились на группы, начинается *обсуждение*. Психолог обращается к одной группе и просит каждого из ее членов обосновать свой выбор: объясните, пожалуйста, почему вы согласились именно с этой точкой зрения? Во время высказываний членов

одной микрогруппы тренер должен находиться в нейтральной позиции, то есть занять место с краю между группами и следить за тем, чтобы участники, имеющие противоположные мнения, не мешали говорить визави. Затем предоставляется слово членам второй микрогруппы. Потом снова первой — что вы можете возразить на аргументы своих оппонентов. И так продолжается до тех пор пока, пока четко не прояснится позиция членов обеих групп. В процессе возможно изменение точек зрения кого-то из участников, поэтому в конце обсуждения необходимо предоставить возможность тем, кто этого желает, перейти в противоположную группу.

В случае если вся группа заняла одну позицию, все равно нужно попросить каждого из участников обосновать свое решение и лишь затем переходить к оглашению следующего суждения из списка.

Упражнение 2. «Деньги на бочку!»

Цель. Коррекция агрессивности в деятельностиной сфере.

Описание упражнения. Все дети сидят с одной стороны длинного стола. Водящий — напротив. Руки играющих находятся под столом, накрытым скатертью, или учебным столом с задней стенкой (чтобы водящий не видел рук игроков). Участники передают под столом монетку. Водящий останавливает этот процесс словами «Деньги на бочку!» и указывает на подозреваемого.

4. Обобщающе-закрепляющий этап программы

Занятие 14

Упражнение 1. «Волшебные заросли».

Цель. Обобщение сформированных на предыдущем этапе адекватных способов коммуникации.

Описание упражнения. Каждый участник пытается проникнуть в центр круга, образованными тесно прижатыми «волшебными водорослями» — всеми остальными участниками. «Водоросли» знают и понимают только хорошие слова и не приемлют силы и жестокости. Водящий должен самыми добрыми словами и нежными движениями уговорить «водорослей» пропустить его в центр круга. По окончании игры обсуждается, когда и при каких условиях водоросли расступились, а при каких нет.

Упражнение 2. «Слепой и поводырь».

Цель. Формирование у детей чувства доверия к окружающим.

Описание упражнения. Психолог. «Как важно в жизни доверять людям! Как часто этого не достаёт, и как много порой мы от этого теряем. Пожалуйста, все встаньте, закройте глаза и походите по комнате в разные стороны в течение нескольких минут. Так, хорошо. Теперь произвольно разбейтесь на пары. Один из вас закрывает глаза, и другой водит его по комнате, даёт возможность коснуться различных предметов, помогает избежать столкновения с другими парами, даёт соответствующие пояснения по поводу их передвижения и т. п. Итак, один с открытыми гла-



зами стоит впереди. Другой на расстоянии вытянутой руки, чуть касаясь спины впереди стоящего, встает с закрытыми глазами. Пожалуйста, начали. Хорошо, а теперь поменяйтесь ролями. Каждый должен пройти школу «доверия». Пожалуйста, начали».

Обсуждение. Кто чувствовал себя уверенно, надежно, у кого было желание полностью довериться партнеру? Пусть каждый оценит своего партнера, поднимая руку с нужным количеством пальцев, — оцениваем по пятибалльной системе. Ведомый поднимает столько пальцев, сколько он считает нужным дать своему поводырю.

Упражнение 3. «Мой портрет в лучах солнца».

Цель. Формирование представления о себе, о своем внутреннем мире, выявление личностных особенностей каждого ребенка; развитие интереса к себе, к своему внутреннему миру.

Описание упражнения. Психолог просит ответить на вопрос «Почему я заслуживаю уважение?» следующим образом: нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя. Затем вдоль одного луча напишите свое самое главное достоинство, остальные лучи попросите подписать других членов группы.

Упражнение 4. «Мост».

Цель. Развитие конструктивных навыков сотрудничества, умения принимать совместные решения.

Описание упражнения. Дети работают в парах. Каждой паре необходимо разойтись на узком мосту, не упав в пропасть.

Занятие 15

Упражнение 1. «Разыгрывание ситуаций».

Цель. Обобщение сформированных на предыдущем этапе адекватных способов коммуникации.

Описание упражнения. Работа в парах. Каждой паре предлагается разыграть следующую ситуацию: ты нагрубил и тем самым обидел близкого человека. Поговори с ним, попроси прощения. Смена ролей. *Совместное обсуждение.*

Упражнение 2. «Радость в карусели».

Цель. Отработка сформированных на предшествующем этапе адекватных способов коммуникации.

Описание упражнения. Работа в парах по принципу «карусели». Поделитесь с партнером своей самой большой радостью этой недели. Задача партнера — порадоваться вместе с вами и поделиться своей радостью.

Упражнение 3. «Добрый бегемотик».

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

Описание упражнения. Участники встают в шеренгу друг за другом. Психолог говорит, что все вместе они — маленький добрый бегемотик. Каждый ребенок кладет руки на плечи стоящего впереди. Психолог просит каждого ребенка погладить своего соседа по плечу, по голове, по руке. Затем «бегемотику» предлагается походить по группе, присесть. Обычно

дети, приседая все вместе, падают и смеются.

Занятие 16

Упражнение 1. «Разыгрывание ситуаций».

Цель. Обобщение сформированных на предыдущем этапе адекватных способов коммуникации.

Описание упражнения. Работа в парах. Каждой паре предлагается разыграть следующую ситуацию: в разговоре с близким человеком ты не смог сдержаться и сломал дорогую ему вещь. Попытайся помириться, попробуй найти нужные слова. Смена ролей. *Обсуждение.*

Упражнение 2. «Благодарность без слов».

Цель. Завершение работы группы, выражение чувства благодарности участникам.

Описание упражнения. Дети разбиваются на пары по желанию. Пары выходят в центр круга, сначала один, а потом другой пытаются без помощи слов выразить чувство благодарности.

Обсуждение: что чувствовали, выполняя это упражнение; искренно или наигранно выглядело изображение благодарности партнером. Понятно ли было, какое чувство изображал партнер.

Упражнение 3. «Сердце группы».

Цель. Завершение работы группы, создание ситуации, в которой каждый ребенок имеет возможность ощутить себя уважаемым и достойным любви, внимания, хороших, добрых слов.

Описание упражнения. Совместное рисование. Психолог: «Знаете ли вы, что у нашей группы есть свое сердце? Я хочу, чтобы сейчас вы сделали друг другу что-нибудь приятное. Напишите свое имя на листе бумаги и сложите его, чтобы каждый из вас мог потом вытянуть жребий с чьим-нибудь именем. Обязательно проверьте, не вытащили ли вы свое собственное имя, в таком случае вы можете поменять бумажку. Я принесла с собой большое сердце, которое станет сердцем нашей группы. Придумайте дружескую и приятельскую фразу в адрес того, чье имя вы вытянули по жребию. Возьмите лист бумаги и запишите на нем то, что вы придумали. Может быть, вы напишете: «Мне нравится то, что Лиза такая веселая», «У Никиты всегда очень интересные мысли». Если составленная вами фраза придется вам по душе, возьмите фломастер и запишите ее на красном сердце группы».

Обсуждение. Что тебе нравится в этом сердце? Легко ли было сказать что-нибудь приятное о другом человеке? Нравится ли тебе то, что написано на сердце про тебя?

В идеале коррекционная работа с агрессивным ребенком должна вестись параллельно с работой родителей. Агрессивные дети — это та категория детей, которая больше всего осуждается и отвергается взрослыми. Непонимание и незнание причин агрессивного поведения приводит к тому, что агрессивные дети вызывают у взрослых открытую неприязнь и неприятие в целом. Очень часто родители агрессивного ребенка, испытывающие к нему неприязнь, обращаются за психологической помощью

не для того, что бы помочь ребенку, а для того, чтобы попробовать его успокоить.

При работе с родителями важно избегать негативного воздействия на их самооценку, нужно стремиться ее стабилизировать, а также необходимо выяснить отношение родителей к ребенку до рождения и в первые месяцы его появления. Если ребенок был изначально нежелателен, то возможно выяснение причин отвержения ребенка изменит отношение к нему родителей. Если же ребенок был желанным, а отношение к нему родители изменили, когда он уже стал агрессивным и непослушным, то нужно помочь родителям понять, что таким поведением ребенок отвечает на их собственные действия.

Перед началом работы родителям необходимо сделать несколько шагов:

1. изменить негативную установку по отношению к ребенку на позитивную;
2. изменить стиль взаимодействия с ребенком;
3. расширить поведенческий репертуар родителей в отношении ребенка.

Между тем, опыт работы показывает, что родители агрессивного ребенка иногда отказываются идти на контакт, признавать наличие повышенной агрессии в поведении собственных детей, что достаточно часто сопровождается стремлением обвинить других, снять, переложить с себя ответственность.

В подобных ситуациях достаточно хорошо зарекомендовало себя использование наглядной информации, которую можно разместить в уголке для родителей. В своей практике мы использовали следующий вариант, предложенный Е.К. Лютовой и Г.Б. Мониной (табл. 3), призванный стать отправным пунктом для размышления родителей о своем ре-

бенке, о причинах возникновения негативного поведения. А эти размышления, в свою очередь, возможно, приведут к сотрудничеству с психологом.

Главная цель подобной информации — показать родителям, что одной из причин проявления агрессии у детей может быть агрессивное поведение самих родителей. Если в доме постоянные споры и крики, трудно ожидать, что ребенок вдруг будет покладистым и спокойным. Кроме того, родители должны осознавать, какие последствия тех или иных дисциплинарных воздействий на ребенка ожидают их в ближайшем будущем и тогда, когда ребенок вступит в подростковый возраст. Кроме того, использование данной информации вполне позволяет осуществлять функцию просвещения.

III. Консультирование и просвещение.

Данное направление деятельности предусматривает преимущественно работу с учителями и родителями агрессивных детей.

Как правило, учителя обращаются с одним и тем же вопросом — что делать, как реагировать. Психологическое управление уровнем агрессивности ребенка является достаточно сложной задачей для учителя. Установлено, что лобовые дисциплинарные атаки, как правило, дают лишь временный и внешний эффект. Но и тактика молчаливого игнорирования воспринимается как уступка, поощряющая агрессора, чувствующего свою безнаказанность. Сам учитель должен понимать, что агрессивность обостряется из-за чувства повышенной тревоги и неуверенности в позитивном отношении окружающих. Немедленное включение агрессивного ребенка в такую деятельность, в которой он может получить заслуженную похвалу от

Стратегия воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Родители резко подавляют агрессивное поведение ребенка.	«Прекрати!», «Не смей так говорить». Родители наказывают ребенка.	Агрессивный ребенок может прекратить сейчас, но обязательно выплеснет свои отрицательные эмоции в другое время и в другом месте.	Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения.
Родители игнорируют агрессивные вспышки ребенка.	Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают, что ребенок еще мал.	Агрессивный ребенок продолжает действовать агрессивно.	Ребенок думает, что делает все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются в черту характера.
Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим.	Если родители видят, что ребенок разгневан они могут вовлечь его в игру, которая снимет его гнев. Родители объясняют ребенку, как не довести себя в определенных ситуациях.	Скорее всего, ребенок научится управлять своим гневом.	Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих тактичных родителей.

Табл. 3. Стили родительского воспитания (в ответ на агрессивные действия ребенка)



учителя и одноклассников, дает гораздо более благоприятный эффект, чем любая отрицательная санкция. Но и это кратковременная мера. В особенно интенсивном агрессивном состоянии ребенка учителя могут использовать следующие приемы:

1. предложить переадресовать агрессию на неодушевленный предмет или действие (скомкать и разорвать в клочья бумагу, рисунок со своим гневом/обидчиком; топтать ногами; громко кричать, используя «трубу» из ватмана; бить боксерскую грушу, манекен и т. д.);
2. переключить внимание на какое-либо задание («помоги мне, пожалуйста, снять с полки... ты ведь выше меня»);
3. попросить вспомнить что-то приятное, мысленно оказаться в приятном месте; сказать себе добрые слова; найти в случившемся положительные стороны.

Отечественные исследователи разработали для педагогов ряд специальных рекомендаций и правил экстренного вмешательства, обеспечивающих конструктивное воздействие на агрессивные реакции детей:

1. спокойное отношение, игнорирование незначительной агрессии (так называемый «изысканный уход»). Озадачьте «агрессора», неожиданно соглашаясь с ним или меняя тему. Отвечайте так, как если бы слова ребенка были безобидными, незначительными или очевидными;
2. акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности ребенка («Ты воспитанный ребенок, но сейчас ведешь себя агрессивно/преступаешь допустимую черту»; «Я знаю, что ты дисциплинированный ребенок, почему ты сейчас нарушаешь правило?», «Ты злишься? Ты хочешь меня обидеть? Ты хочешь нам продемонстрировать свою силу?»);
3. контроль педагогом собственных негативных эмоций. Это ослабляет агрессивное поведение, сохраняет партнерские отношения, укрепляет авторитет педагога;
4. снижение напряжения ситуации. Нельзя использовать приемы, усиливающие напряжение и агрессию: утрашающие и гневные интонации, сарказм и насмешки, демонстрацию власти («учитель здесь пока еще я», «будет так, как я скажу. Понятно?»), агрессивные позы и жесты, физическую силу, жесткие требования, давление, оценку характера и личности ученика, втягивание в конфликт друзей и родителей ребенка, сравнение с другими детьми, нотации и проповеди, обобщения («все вы одинаковые», «опять ты», «ты, как всегда»), придирки, передразнивание и др. Опытный педагог знает, что некоторые из этих реакций могут остановить проступок на короткое время, но отрицательный эффект от такого поведения принесет гораздо больше вреда;
5. осуждение проступка. Сделать это надо после успокоения обеих сторон, но как можно скорее, сначала наедине, без свидетелей, а затем в группе или семье. Важно сохранять спокойную, объек-

тивную позицию; акцентировать внимание на проступке и его негативных последствиях для окружающих и самого ребенка.

6. сохранение положительной репутации ребенка. Для ребенка самое страшное — публичное осуждение и негативная оценка. Сохранить положительную репутацию можно: публично сведя к минимуму вину ребенка («ты не хотел его обидеть», «ты плохо себя чувствуешь»), предложив компромисс и не требуя полного подчинения;
7. демонстрация модели неагрессивного поведения. Поведение педагога, альтернативное агрессивному поведению ученика, можно построить на следующих приемах: выдержать паузу, молча и заинтересованно выслушать ребенка, прояснить ситуацию наводящими вопросами, признать интересы маленького агрессора и сообщить ему свои, апеллировать к правилам и т. д.

Для успешного взаимодействия с агрессивным ребенком необходимо установить с ним доброжелательные отношения, отказаться от оценочных суждений и замечаний. Важно сохранять уважительное отношение к личности ребенка, веру в его силы и возможности, стремиться к созданию ситуации успеха, радости. Большое значение имеет понимание внутреннего мира ребенка, его чувств и переживаний.

Главный принцип, которым должен руководствоваться педагог, — сотрудничество и принятие ребенка в целом; концентрация на оказании помощи в разрешении его проблем и преодолении конфликтных ситуаций.

Консультируя родителей и говоря об их конкретных практических действиях, мы в своей практике достаточно широко используем способы контроля поведения ребенка, предложенные Р. Кэмпбеллом: два из них — позитивные, два — негативные и один — нейтральный.

К позитивным способам относятся просьбы и мягкое физическое манипулирование (например, можно отвлечь ребенка, взять его за руку и отвести и т. д.).

Модификация поведения — нейтральный способ контроля — предполагает использование поощрения (за выполнение определенных правил) и наказания (за их игнорирование). Но данная система не должна использоваться слишком часто, так как впоследствии ребенок начинает делать только то, за что получает награду.

Частые наказания и приказы относятся к негативным способам контролирования поведения ребенка. Они заставляют его чрезмерно подавлять свой гнев, что способствует появлению в характере пассивно-агрессивных черт. Что же такое пассивная агрессия, и какие опасности она в себе таит? Это скрытая форма агрессии, ее цель — вывести из себя, расстроить родителей или близких людей, причем ребенок может причинять вред не только окружающим, но и себе. Он начнет специально плохо учиться, в отместку родителям надевать те вещи, которые им не нравятся, будет капризничать на улице без всякой причины. Главное — вывести родителей из равновесия. Чтобы устранить такие формы поведения,

система поощрений и наказаний должна быть продумана в каждой семье.

Существует еще один способ эффективной работы с гневом ребенка, хотя он может быть применен далеко не всегда. Если родители хорошо знают своего сына или дочь, они могут разрядить обстановку во время эмоциональной вспышки ребенка уместной шуткой. Неожиданность подобной реакции и доброжелательный тон взрослого помогут ребенку достойно выйти из затруднительной ситуации.

Первым шагом при работе с агрессивностью ребенка является попытка сдерживать его порывы непосредственно перед их проявлением. В отношении физической агрессии это сделать легче, чем в отношении вербальной. Можно остановить ребенка окриком, отвлечь его игрушкой или каким-то занятием, создать физическое препятствие агрессивному акту (отвести руку, удержать за плечи). Если этот порыв предотвратить не удалось, надо обязательно дать понять ребенку, что такое поведение абсолютно неприемлемо. Провинившийся подвергается суровому осуждению, в то время как его «жертва» окружается повышенным вниманием и заботой взрослого. Таким образом, ребенок видит, что он только проигрывает от своих поступков.

В случае разрушительной агрессии взрослый обязательно должен кратко, но однозначно выразить свое недовольство подобным поведением. Очень полезно каждый раз предлагать ребенку устранить učinенный им разгром. Чаще всего ребенок отвечает отказом, но рано или поздно он может откликнуться на слова: «Ты уже достаточно большой и сильный, чтобы все поручить, поэтому я уверена, что ты сможешь мне убрать». Уборка как наказание за содеянное неэффективна; мотивом доводов взрослого должна быть уверенность в том, что «большой» мальчик должен нести ответственность за свои дела. Если ребенок все же поможет убрать, он обязательно должен услышать искреннее «спасибо».

Вербальную агрессию предотвратить трудно, поэтому почти всегда приходится действовать после того, как обидные слова ребенком уже сказаны. Если эти слова он адресовал взрослому, то целесообразно вообще проигнорировать их, но при этом попытаться понять, какие чувства и переживания ребенка за ними стоят. Может быть, он хочет испытать приятное чувство превосходства над взрослым, а может быть, в гневе не знает более мягкого способа выражения своих чувств. Иногда взрослые могут превратить оскорбления ребенка в комическую перепалку, что позволяет снять напряжение и сделать саму ситуацию ссоры смешной. Если же ребенок оскорбляет других детей, то взрослые должны посоветовать тем, как правильно и достойно ответить.

Конечная цель преодоления агрессивности ребенка состоит в том, чтобы дать ему понять: есть иные способы проявления силы и привлечения внимания, гораздо более приятные с точки зрения ответной реакции окружающих. Таким детям очень важно пережить удовольствие от демонстрации нового навыка поведения перед благожелательной аудиторией.

Один из способов снижения агрессии — установить с ребенком обратную связь, используя при этом определенные приемы. Например, выразить собственные чувства по отношению к данному поступку («мне не нравится, когда на меня кричат» или «мне неприятно, когда со мной так разговаривают»). Вскрыть мотивы агрессии («ты хочешь меня обидеть?»). Напомнить о правилах («мы же с тобой договорились...»). Дать определение происходящему («ты ведешь себя грубо»). Пытаясь установить обратную связь, следует проявить заинтересованность, доброжелательность и твердость, которые касаются именно конкретного поступка, а не личности в целом. Обсуждая поступок, лучше воздержаться от эмоциональных критических замечаний, которые вызовут у ребенка протест и раздражение и будут способствовать уходу от решения проблемы. Вместо неэффективного чтения морали важно показать все возможные негативные последствия агрессивного поступка и обсудить конструктивные способы разрешения ситуации.

В момент проявления агрессии не стоит анализировать ее причины. Об этом следует задуматься, когда все успокоится, однако и откладывать надолго решение вопроса — не следует. Ребенок очень тяжело переживает публичное осуждение и всячески старается его избежать. Плохая репутация и полученная негативная оценка в коллективе могут быть стимулом к проявлению дальнейшей агрессии. Чтобы не испортить ребенку репутацию в коллективе, можно «на людях» свести к минимуму его вину, но в личной беседе дать объективную оценку случившегося.

С помощью некоторых приемов можно показать ребенку пример конструктивного поведения. А именно — внимательно выслушивать ребенка, предоставить ему возможности высказаться. Обеспечить спокойную обстановку невербальными способами (спокойная мимика и жестикация взрослого), признанием чувств ребенка («я понимаю, тебе обидно...»). Поможет пауза, позволяющая ребенку успокоиться, и, конечно, чувство юмора.

IV. Социально-диспетчерская деятельность

Социально-диспетчерская деятельность педагога-психолога при работе с агрессивными детьми направлена на получение детьми, их родителями и педагогами (школьной администрацией) социально-психологической помощи, выходящей за рамки функциональных обязанностей и профессиональной компетенции школьного практика.

Описанная выше модель достаточно хорошо зарекомендовала себя в практике работы с детьми в начальной школе благодаря своей прозрачности, доступности. Между тем, мы прекрасно понимаем, что каждый конкретный случай всегда индивидуален, требует особого подхода и особой технологии работы.