

УДК 159.9

## КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ПОМОЩЬЮ ИГРОТЕРАПИИ

**Гонина Ольга Олеговна,**

г. Тверь, ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет», доцент базовой кафедры психологии и педагогики дошкольного образования

e-mail: [olg1015@yandex.ru](mailto:olg1015@yandex.ru)

**Зинченко Регина Сергеевна,**

студент ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

e-mail: [reginazinchenko@yandex.ru](mailto:reginazinchenko@yandex.ru)

**Аннотация.** В статье раскрывается значение понятия агрессивного поведения, описываются его виды, актуализируется проблема коррекции агрессивности детей дошкольного возраста. Приводятся результаты эмпирического исследования по изучению особенностей коррекции агрессивного поведения старших дошкольников посредством игротерапии. Сформулированы рекомендации по коррекции и профилактики агрессивности детей в игровой деятельности.

**Ключевые слова:** агрессивность, агрессивное поведение, игра, игротерапия, игровая деятельность, дошкольный возраст.

## CORRECTION OF THE AGGRESSIVE BEHAVIOR OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE BY PLAYING THERAPY

**Gonina Olga Olegovna,**

Tver, «Tver state University», associate Professor of the Department of the basic Department of psychology and pedagogy of preschool education

e-mail: [olg1015@yandex.ru](mailto:olg1015@yandex.ru)

**Zinchenko Regina Sergeevna,**

Student Tver State University

e-mail: [reginazinchenko@yandex.ru](mailto:reginazinchenko@yandex.ru)

**Annotation.** The article reveals the meaning of the concept of aggressive behavior, describes its types, actualizes the problem of correcting the aggressiveness of children of preschool age. The results of an empirical study of the features of the correction of the aggressive behavior of older preschoolers through play therapy are presented. Formulated recommendations for the correction and prevention of children's aggressiveness in play activities.

**Keywords:** aggressiveness, aggressive behavior, play, game therapy, play activity, preschool age.

В последние годы многие психологи говорят о проблеме детской агрессии. Замечен рост агрессивных тенденций в обществе. По многим причинам, таким как: тяжелое материальное положение, нестабильность в работе, семейные проблемы, а также участвующая пропаганда насилия с экрана и т. д., можно наблюдать повышенные агрессивные тенденции у взрослых, что не может не отразиться и на поведении детей. Агрессивным называется целенаправленное деструктивное и наступательное поведение, нарушающее нормы и правила сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным или неодушевленным), причиняющее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт: отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и др. Качественная характеристика агрессии подразделяет её на три шкалы акта агрессии: физическая – вербальная, активная – пассивная и прямая – косвенная, которые также делятся на 8 различных категорий. По своей интенсивности агрессия делится на несколько уровней, именуемых как субнормальная, нормальная, умеренно-защитная, гипертрофированная и брутальная агрессия. Мотивационный компонент агрессивного поведения подразделяет её на враждебную, инструментальную и экспрессивную. Во взаимоотношениях агрессора и жертвы выделяют наступательную, защитную, спровоцированную, неспровоцированную, побудительную, санкционированную агрессию, а также вызванную раздражителем.

Проявление агрессии в дошкольном возрасте варьируется в зависимости от реакции родителей и воспитателей: в случае нетерпимости к проявлениям открытой агрессии, могут формироваться символические формы агрессивного поведения (нытье, фыркание, упрямство, непослушание и другие виды сопротивления, а также проявления косвенной агрессии). Причинами проявления агрессии в поведении у детей дошкольного возраста чаще всего являются специфические проявления индивидуальности психологического и биологического характера, а также процессы жизнедеятельности в семье и в других социальных образованиях.

Многими исследователями отмечено, что у определённой категории детей агрессия как устойчивая форма поведения не только сохраняется, но и развивается, трансформируясь в устойчивое качество личности. В итоге снижается продуктивный потенциал ребёнка, сужаются возможности полноценного общения, деформируется его личностное развитие. Агрессивные дети способны принести множество неприятностей не только окружающим, но и себе самим. В таких случаях говорят о необходимости диагностики характера и интенсивности агрессивных проявлений с последующим применением психологической коррекции агрессивного поведения. Так, одной из наиболее распространённых основ для современных коррекционных программ является игротерапия. Игротерапия является методом психотерапевтического воздействия на поведение ребенка, созданным на основе педагогических игр, основная цель которого заключается в том, чтобы давать ребёнку возможность «прожить» в игре волнующие его ситуации при полном внимании и сопереживании взрослого. Игротерапия делится на 3 вида: недирективная игротерапия, директивная и смешанная. Формы организации игротерапевтических занятий различны, это может быть индивидуальная, фронтальная и групповая формы. Основные механизмы коррекционного воздействия игры заключаются в моделировании системы социальных отношений, формирование способности ребёнка к произвольной регуляции деятельности и т.д. Функции педагога-психолога в процессе игротерапии – это эмоциональном сопереживании ребенку, отражении и вербализации его чувств, в создании атмосферы принятия ребенка и т.д. Принципы осуществления игротерапии: коммуникация ребенку его безусловного принятия, установление фокуса коррекционного процесса на чувствах и переживаниях ребенка и т.д. Общие примерные рекомендации к проведению игротерапевтического занятия: соответствие игр особенностям детей, продолжительность занятий 15-20 минут, зависимость наполняемости групп от содержания игры и особенностей личностного развития детей и т.д. Игротерапия агрессивного поведения старших дошкольников подбирается так,

чтобы имели место игры, направленные на отреагирование детьми чувства агрессии, обучение детей навыкам распознавания эмоций и чувств, контроля своего эмоционального состояния и т.д.

Целью нашего исследования являлось изучение на теоретическом и эмпирическом уровне особенности коррекции агрессивного поведения детей старшего дошкольного возраста посредством игротерапии. В работе использованы общенаучные методы построения теории (обобщение, конкретизация, анализ психолого-педагогической литературы); эмпирические методы (наблюдение, проективный метод, формирующий эксперимент); методы анализа и обработки эмпирических данных (сравнительный анализ качественных характеристик, количественная обработка данных, статистическая обработка результатов исследования). Исследование проводилось на базе детского сада № 62 города Твери, в исследовании приняли участие 14 детей старшего дошкольного возраста.

Для проведения диагностики уровня агрессивных проявлений старших дошкольников были использованы методики: проективная индивидуальная методика «Несуществующее животное», разработанная Дукаревич М.З., методика «Структурированное наблюдение», разработанная Романовым А.А. [4]. По результатам констатирующей диагностики испытуемые были подразделены на экспериментальную и контрольную группы. В экспериментальную и контрольную группу вошло по 6 детей со средним уровнем и по 1 с высоким. Детей с низким уровнем агрессии в группах не было. Самой наблюдаемой формой агрессии в группах является физическая, направленная на другого, самой редко наблюдаемой – физическая, направленная на себя. В результате статистической обработки результатов диагностики на констатирующем этапе с помощью  $t$  критерия Стьюдента, в экспериментальной и контрольной группах на констатирующем этапе не выявлено статистически значимых различий в уровне агрессии.

В качестве формирующего эксперимента в экспериментальной группе детей для снижения уровня агрессивных проявлений была проведена

программа игротерапевтических занятий, составленная на основе методических разработок Балагуровой Н.Н., Панфиловой М.А. и др. [1; 2; 3]. На формирующем этапе в экспериментальной группе детей было проведено 18 игровых занятий с использованием игр, направленных на ослабление негативных эмоций, методы саморегуляции и снятия психоэмоционального напряжения у детей. Задачами программы занятий являлись: формирование у агрессивных дошкольников устойчивых поведенческих реакций, обеспечивающих эмоциональную адекватность в контактах с окружающим миром, обучение способам регуляции эмоционального поведения, анализу своего внутреннего состояния, а также умению конструктивного общения и выхода из конфликтных ситуаций. Данная программа включает ряд игр на ослабление негативных эмоций, методы саморегуляции и снятия психоэмоционального напряжения у детей. В качестве методических приёмов использовались беседы об эмоциональных состояниях детей, словесные и подвижные игры и игровые упражнения, анализ и инсценировка различных ситуаций и т.п.

Структура каждого занятия включала в себя следующие элементы:

- Разминка.

Здесь педагог приветствует детей, спрашивает о настроении, самочувствии, создаёт положительный эмоциональный настрой детей на предстоящее занятие. Пример: Педагог интересуется настроением и самочувствием детей. Затем рассказывает о разных способах приветствия, реально существующих и шуточных. Детям предлагается поздороваться плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать свой собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться им. (Для каждого последующего занятия придумывается новый, ранее не использованный способ приветствия!)

- Основная часть.

На этом этапе используются игры и игровые упражнения, которые обеспечивают снижение уровня агрессивных проявлений. Количество игр в одном занятии 2-3, в зависимости от их продолжительности.

Примеры игр:

*Игра «Маленькое привидение»*

Цель: научить детей в приемлемой форме выплеснуть накопившийся гнев.

Взрослый предлагает детям сыграть роль маленьких добрых привидений, которым захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По хлопку дети делают руками такое движение: приподнимают согнутые в локтях руки, пальцы растопырены, при этом произносят страшным голосом звук «У». Если слышится тихий хлопок, то дети произносят тихо этот звук, если громкий – то громко.

*Игра «По кочкам».*

Цель: обучение безконфликтному решению ситуаций.

Педагог раскладывает листы бумаги на полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Листов на один меньше, чем детей. Дети – это лягушки, живущие на болоте. Вместе на одной кочке «лягушкам» тесно. Они запрыгивают на подушки соседей. Та «лягушка», к которой запрыгнули на подушке должна прогнать пришедшую, либо уйти сама. Желательно, чтобы в игре участвовали все «лягушки». Педагог внимательно следит, чтобы не было серьезных конфликтов и чтобы лягушки мирно уступали кочки.

*Игра "Попроси игрушку" — вербальный вариант*

Цель: обучить детей неагрессивному урегулированию напряжённых ситуаций.

Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берёт в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику 1: " Ты держишь в руках игрушку (тетрадь, карандаш), которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать". Инструкция участнику 2: "Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали". Затем участники 1 и 2 меняются ролями. Желательно чтобы все дети поучаствовали.

- Заключительная часть. Педагог подводит итоги каждого занятия. Хвалит каждого ребёнка за его заслуги и участие. Задаёт детям вопросы о том, что им понравилось, а что нет.

Анализ результатов диагностики после проведения формирующего эксперимента показал, что в экспериментальной группе произошло значительное снижение общего уровня агрессии с преобладанием низких показателей (4 детей с низким уровнем и 3 – со средним). В контрольной группе не выявлено значимых изменений, по-прежнему в ней остаётся 6 детей со средним уровнем агрессии и 1 с высоким. В экспериментальной группе также наблюдается заметное снижение всех форм проявления агрессии, в контрольной наблюдается незначительное снижение 2 форм агрессии из 7 наблюдаемых. Статистический анализ результатов диагностики с помощью  $t$  критерия Стьюдента показал, что у детей экспериментальной группы уровень агрессии стал значительно ниже, чем до проведения формирующего этапа. У детей контрольной группы статистически значимых изменений не выявлено.

По итогам исследования сформулированы практические рекомендации по коррекции агрессивных проявлений у детей старшего дошкольного возраста.

Важно понимать, что адекватному поведению и умению держать себя в руках ребёнок учится у взрослых (в основном педагогов и родителей). Для того чтобы взрослый мог совладать с негативными эмоциями и конструктивно избавиться от гнева, ему необходимо: наладить взаимоотношения с ребёнком, чтобы он чувствовал себя со взрослым спокойно и уверенно (делиться с ним своим опытом, рассказывать о победах и неудачах, слушать его и т.д.); следить за собой, особенно под воздействием стресса; говорить детям о своих расстроенных чувствах («Я очень расстроена, хочу немного побыть одна. Поиграй, пожалуйста, в соседней комнате»); успокоить себя в минуты злости, обиды, гнева (выпить чаю, послушать любимую музыку); стараться предвидеть и предотвратить ситуации, которые могут вызвать раздражение; заранее готовиться к важным событиям (отрепетировать заранее поход к врачу или в детский сад, изучить возможности ребёнка и свои собственные).

Когда ребёнок проявляет агрессию, необходимо:

- В случае незначительной агрессии – спокойное отношение.

Переключение внимания ребёнка, например, можно предложить ему помочь педагогу или родителю в чём-либо, позитивное обозначение поведения («Ты злишься, потому что ты очень устал»).

- Акцентирование внимания не на личности ребёнка, а на его поведении (описание ребёнку его действий, слов, не давая при этом оценки; обсуждать только конкретные факты, имеющие место в данной ситуации; установление обратной связи («Ты хочешь меня обидеть?», «Мне не нравится, когда со мной грубо разговаривают», «Ты ведёшь себя агрессивно»).

- Контроль над собственными негативными эмоциями.

- Сохранение положительной репутации ребёнка (публично минимизировать вину: «Ты не хотел его обидеть», но в личной беседе показать истину; позволить ребёнку выполнить требование взрослого по-своему; предложить компромисс).

- Демонстрация модели неагрессивного поведения (внимательное слушание ребёнка; пауза, позволяющая ребёнку успокоиться; прояснение ситуации наводящими вопросами; признание чувств ребёнка; проявление чувства юмора).

Известно также, что ведущей деятельностью в старшем дошкольном возрасте служит игровая деятельность. Поэтому использование игр на урегулирование агрессивных проявлений является довольно эффективным способом воздействия на поведение детей.

В качестве примера можно привести следующие игры:

Игра «Драка»

(обучение сдерживанию импульсивных проявлений)

Педагог-психолог говорит: «Представь, что вы с твоим другом сильно поссорились. Вот-вот начнется драка. Попробуй глубоко вдохнуть, очень крепко стиснуть зубы, сожми как можно сильнее кулаки, вдави изо всех сил пальцы в ладони, на несколько секунд затаи дыхание. Подумай, стоит ли

драться с другом? Ведь вы с ним не враги. Выдохни, расслабься, успокойся. Ура! Теперь неприятности позади! Встряхни кистями рук. Почувствовал облегчение?»

### Игра «Колючий ежик»

(снятие агрессии, мышечных зажимов)

Педагог-психолог предлагает детям представить себя ежиками, которые приготовились встретить опасность. При этом им необходимо «защищаться иголками» и сильно «сжиматься в клубочек». Как только опасность миновала и все неприятели разошлись, ежики собираются в круг (дети встают в круг, берутся за руки). Вместе с ведущим по его команде они медленно тянутся к воображаемому солнышку, взявшись за руки, чтобы «согреться». Игру следует сопровождать добрыми детскими песенками о дружбе. Игра повторяется 3 раза.

### Игра «Коварные хищники»

(снятие агрессии, мышечного напряжения)

Педагог-психолог предлагает детям представить себя каким-нибудь опасным хищником (тигром, львом, волком, рысью, медведем, леопардом и т.д.). Затем дети располагаются друг от друга на безопасном расстоянии. «Хищники» начинают показывать друг другу свою силу и храбрость. Показав все свои возможности, «хищники успокаиваются», уважая силу и достоинство каждого.

### Игра «Капризный ребёнок»

(преодоление упрямства и негативизма)

Дети встают в круг, в центре круга лежит физкультурный обруч. Дети, входящие в обруч, по очереди показывают капризного ребенка (топают ногами, строят обиженные рожицы, «по-нарошку» капризничают). Все помогают словами: «Сильнее, сильнее, сильнее ...». Затем дети разбиваются на пары «родитель и капризный ребенок»: при этом один ребенок капризничает, а другой – родитель, - его уговаривает успокоиться. Каждый играющий должен побывать в роли капризного ребенка и уговаривающего родителя.

## Список литературы

1. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых Психокоррекционная работа с гиперактивными агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000. - 102 с.
2. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2002. – 160 с.
3. Романов А.А. Направленная игровая терапия агрессивного поведения у детей: альбом диагностических и коррекционных методик. Пособие для детских психологов, педагогов, дефектологов, родителей. М.: «Плэйт», 2004. - 48 с.
4. Романов А. А. Расстройства поведения и эмоций у детей в целом. Рабочая тетрадь специалиста. Опросники, заключение, рекомендации, перечень игровых задач. М.: «Плэйт», 2003. - 32 с.