

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Аксайского района
Аксайская средняя общеобразовательная школа №2
с углубленным изучением английского языка и математики

Утверждаю

Директор школы

Колыбельникова И.Д.

приказ от 30.08.2024 г. № 177



ПРОГРАММА

для детей с симптомами агрессивности

«Я смогу владеть собой!»

Специалист: педагог – психолог

В. С. Молтянинова

г. Аксай

Пояснительная записка

Актуальность. Проявление агрессивности свойственно многим детям независимо от их возраста, пола, социального положения. Это подтверждается практической деятельностью в школе.

С агрессивным состоянием детей сталкиваются как учителя начальной школы, так и учителя средней школы: способствовать проявлению могут возрастные особенности, когда ребенок еще не в состоянии полноценно контролировать свои эмоции, управлять своим поведением.

Агрессия может проявляться в вербальной форме, когда применяются бранные слова, крики, оскорбления в адрес кого – либо, и в невербальной – физической форме, когда прибегают к расправе с обидчиком путем нанесения телесных повреждений, толчков, укусов...

Учитывая мнение некоторых исследователей, подобное поведение свойственно тем детям, которые, в силу различных обстоятельств, неспособны к иному – неагрессивному поведению.

С возрастом данные особенности детей становятся все более привычными (закрепляются в поведении), агрессивность детей приобретает более выраженную враждебность и начинает граничить с противоправным поведением.

Работа по коррекции и профилактике агрессивного поведения, прежде всего, должна быть направлена на развитие элементарных навыков общения, умения сотрудничать, прислушиваться к мнению другого, уступать. Кроме этого, в систему работы должно быть включено обучение детей приемлемым способам избавления от гнева. Важным в коррекционной работе с данными детьми является развитие способности анализировать свое поведение, чувства, качества личности, а также формирование чувства эмпатии.

Цель программы. Коррекция и профилактика агрессивного поведения.

Задачи:

1. Обучить конструктивным формам поведения.
2. Развивать способности адекватного восприятия себя и окружающих.
3. Формировать четкие моральные представления, правила поведения.

4. Развивать навыки самоконтроля.
5. Способствовать снятию чрезмерного напряжения и тревожности.

Принципы формирования программы:

1. Принцип доверительности (открытость и искренность).
2. Принцип конфиденциальности.
3. Принцип взаимосвязи и взаимодействия.
4. Принцип минимизации негативных последствий.

Форма работы:

- беседа;
- изобразительная деятельность;
- ролевое проигрывание ситуаций;
- упражнения на самопознание и самовоспитание;
- психогимнастика;
- ауторелаксация.

Участники – дети в возрасте 8 – 11 лет (2-5 класс).

Продолжительность занятий – программа рассчитана на 12 занятий по 40 минут.

Форма работы – групповая, с элементами тренинга.

Ожидаемые результаты

В ходе реализации программы предполагается: - снижение уровня агрессии у детей; - выработка адекватных стратегий поведения; - приобретение навыков конструктивного общения; - развитие самоконтроля; - применение навыков релаксации и приемов самоконтроля.

Алгоритм работы.

1. **Диагностический этап** – получение запроса, беседа, использование диагностических методов.
2. **Подготовительный этап.**
3. **Коррекционно – профилактический этап.**

4. Аналитический этап – проведение итогового диагностического обследования, анализ проведенной работы, подготовка рекомендаций, планирование дальнейшей работы по запросу.

Структура занятий:

- разминка;
- основная часть занятия: чтение сказки, просмотр мультипликационного фильма по теме, выполнение упражнений;
- обсуждение после каждого выполненного упражнения;
- проведение сеанса релаксации;
- ритуал завершения занятия.

С учетом особенностей детей разных возрастных категорий занятия в целом, (а также отдельные задания программы), могут видоизменяться, исключаться, дополняться другими, дробиться и т.д.

Методы работы:

- сказкотерапия;
- арт-терапия,
- ролевое проигрывание ситуации;
- групповая дискуссия;
- беседа;
- упражнения на самопознание;
- релаксационные техники.

Тематический план

№	ТЕМА	ЗАДАЧИ	СРОКИ	ПРИМЕЧАНИЕ
1	Входящая диагностика	Выявление наличия и уровня агрессии		
2	Агрессивный человек - знакомство	Познакомить с понятием агрессии, сформировать отрицательное отношение к ее проявлению		
3	Выражение гнева и обиды	Развивать умение анализировать собственное поведение		
4	Управляем гневом	Обучить приемлемым способам выражения гнева		
5	Правила безопасного общения	Формировать поведенческие реакции в повседневном общении		
6	Реакция на грубость	Обогащать опыт собственного поведения в конфликтных ситуациях		
7	Если меня дразнят	Обучить созданию положительного эмоционального настроения		
8	Слова – помощники для дружбы	Формировать мотивацию на использование вежливых слов в обществе		
9	Поведение в игре	Обучить сотрудничеству в игровой деятельности		
10	Навыки сотрудничества	Сформировать положительный настрой при групповом взаимодействии		
11	Привлеку к себе внимание	Обучить адекватным формам поведения в общении со сверстниками и окружающими		
12	Итоговая диагностика	Отследить динамику наличия и уровня агрессии		

Список литературы

1. Бреслав Г. Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учеб. пособие. – СПб.: Речь, 2007.
2. Вачков И. В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно – методическое пособие. – М.: Ось-89, 2002.
3. Долгова А. Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция. 2-е изд. – М.: Генезис, 2011.
4. Фурманов И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция. – СПб.: Речь, 2007.
5. Хухлаева О. В. Тропинка к своему Я. – М.: Генезис, 2005.

Занятие № 1

«Агрессивный человек - знакомство»

Задачи:

1. Создание положительной мотивации у учащихся на изменение своего стиля взаимодействия с окружающими.
2. Знакомство учащихся с понятиями «Агрессивность», «Агрессивный человек», «Агрессивное поведение».
3. Формирование отрицательного отношения к агрессивным формам взаимодействия с окружающими.
4. Развитие умения анализировать собственное поведение, качества личности.

Ход занятия:

1. **Знакомство с понятием «Агрессивность»** (*Вопросы для дискуссии:* «Что это такое?» «На что похожа агрессивность, если сравнивать с животными, растениями, явлениями природы?» «Какого человека можно назвать агрессивным: как он выглядит, как ходит и разговаривает, как ведет себя?». *Делается вывод:* агрессивный человек – тот человек, который проявляет агрессию – ругается, орет, дерется, дразнится и т.д.)
2. **Упражнение «Портрет агрессивного человека»** (Учащиеся, представив агрессивного человека, рисуют его цветными карандашами).
3. **Обсуждение рисунков** (*Вопросы для обсуждения:* «Как понять по рисунку, что человек агрессивный?» «За что можно уважать агрессивного человека?» «За что нельзя уважать агрессивного человека?» «Как к такому человеку относятся окружающие?» «Как ты сам относишься к нему?»).
4. **Упражнение «Темные и светлые мешочки»** (В кабинете на стене крепятся два мешочка – черный и белый. Ребятам объявляется, что все качества человека можно разделить на две группы – темные (плохие, которые мешают ему общаться с другими, приносят неприятности) и светлые (хорошие, которые помогают человеку жить, трудиться, общаться). На отдельном листочке печатается слово «Агрессивность». Учащимся предлагается определить, к какой группе человеческих качеств относится агрессивность – светлым (положительным) или темным (отрицательным), и расположить это качество в соответствующий мешочек. Также им предлагается обосновать свой выбор, доказав примерами из жизни).
5. **Дискуссия «Большой секрет для маленькой компании»** (Учащимся объявляется, что агрессия в некоторых ситуациях - это нормально. *И обсуждается вопрос* «В каких ситуациях?»: в ситуации опасности).
6. **Чтение рассказа «О путнике и его беде»** (В рассказе говорится о том, что агрессия необходима человеку в ситуации обороны – например, для защиты Родины от захватчиков, в других же ситуациях она должна быть под контролем человека, т.к. может причинить много вреда окружающим).
7. **Обсуждение рассказа** (*Вопросы для обсуждения:* «В чем была самая главная беда путника?», «Можно ли главного героя (путника) назвать агрессивным человеком? Почему?» «К чему в рассказе привело неумение сдерживать свою агрессивность?», «Если бы люди деревни всегда по отношению ко всем были дружелюбными (в том числе не проявляли агрессии, обороняясь от захватчиков), могли бы они быть в безопасности?», «Правильно ли то, что в некоторых случаях агрессия - это нормально?», «Приведите примеры из вашей повседневной жизни, когда у вас может возникнуть необходимость проявлять агрессивность по отношению к другим людям», «Можно ли в других случаях проявлять агрессию?»).
9. **Прощание – Упражнение «Скажи доброе пожелание»** (Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания, ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).

Занятие №2

«Выражение гнева и обиды»

Задачи:

1. Обучение учащихся приемлемым способам выражения обиды и гнева.
2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в конфликтной ситуации.
3. Знакомство с техникой «Я - высказывание», ее отработка.

4. Развитие умения анализировать собственное поведение.

1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).

2. Просмотр мультипликационного фильма «Месть кота Леопольда» (Кот Леопольд не умел злиться на мышей, которые делали ему всякие пакости, и всегда прощал их. Для изменения ситуации он выпил лекарство «Озверин» - стал злым, страшным, грубым, мстительным. Но долго злиться на мышей не смог).

3. Обсуждение мультфильма (*Учащимся задаются вопросы:* «Как кот Леопольд вел себя в ситуации, когда его обижали в начале мультфильма?», «Как кот Леопольд вел себя в обидной ситуации в конце мультфильма, когда выпил «Озверин»?», «Какой из увиденных способов поведения правильный?»). *В беседе с детьми необходимо подвести их к мнению* о том, что ни первый способ (терпеть и прощать все обидные действия в свой адрес), ни второй способ (драться, ругаться в ответ на обидные действия) не приемлемы. Они являются крайними и нежелательными формами поведения. В первом случае страдает сам человек. Во втором случае – страдают окружающие. Выражать свое недовольство и обиду нужно, но надо уметь это делать правильно).

4. Упражнение «Опасно - безопасно» (Ребятам предлагаются возможные ситуации проявления агрессии. Им необходимо определить, являются ли предложенные в перечне способы выражения гнева, злости, обиды опасными или безопасными для окружающих людей и самого человека. С учащимися обсуждается вопрос о том, почему одни способы выражения гнева опасны, а другие безопасны. Списки двух получившихся групп по желанию дополняются примерами ребят).

5. Упражнение «Волшебная фраза» (Учащиеся информируются о том, что есть волшебная фраза, которая поможет выразить свое недовольство, при этом не обидев другого человека. *Психолог знакомит учащихся с формулой «Я - высказывания», например:* «Коля, мне очень неприятно, когда ты меня называешь таким обидным словом. Пожалуйста, называй меня по имени»).

6. Упражнение «Психологический театр» (Ребятам предлагается представить, что они актеры театра и им необходимо обыграть несколько ситуаций. *Ситуации для обыгрывания, в которых необходимо выразить свое недовольство с помощью «волшебной» фразы - «Я - высказывания»:* 1.Одноклассник взял без спроса твою ручку. 2.Девочки класса смеются над тем, что у тебя не получается прыгать на скакалке. 3.Ученик в классе придумал тебе прозвище и начал обзывать и т.п.)

7. Прощание – упражнение «Комплимент» (Учащиеся по кругу друг другу говорят комплименты, ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).

Занятие №3 **«Управляем гневом»**

Задачи:

1. Знакомство учащихся с приемлемыми способами избавления от гнева и других негативных эмоций.

2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в конфликтной ситуации.

3. Знакомство учащихся с разными техниками «выпускания пара» (ауторелаксацией, саморегуляцией, дыхательной гимнастикой, самовнушением и др.), их отработка.

4. Развитие умения анализировать собственное поведение, эмоции.

Ход занятия:

1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).

2. Просмотр м/ф «Уроки хороших манер: Умение управлять гневом» (В мультипликационном фильме в виде поучительной беседы учителя с учащимися даются знания о том, какими способами можно избавиться от своего гнева (и других негативных чувств), не причинив вред самому себе и окружающим.)

3. Обсуждение м/ф (*Вопросы для обсуждения:* «Какие чувства обычно возникают у человека в ответ на грубое поведение окружающих?», «Можно ли постоянно держать гнев (обиду и другие негативные чувства) внутри себя? Почему?», «Какие способы в мультфильме предлагаются для выплескивания гнева и других негативных эмоций?»)

Опасные ли эти способы или безопасные?» *В беседе с детьми необходимо подвести их к выводу* о том, что грубое поведение человека может вызывать у других людей множество негативных чувств. Возникающие негативные чувства - злость, гнев - как нельзя держать в себе, так и нельзя выплескивать на окружающих. От имеющегося гнева и других негативных эмоций необходимо избавляться с помощью приемлемых способов: пробежаться или выполнить другое физическое упражнение; покричать наедине; побить боксерскую грушу и т.д.)

4. Информация на заметку «Как правильно «выпускать пар»?» (Учащиеся информируются о том, что существуют так называемые приемы «выпускания пара» - избавления от агрессии, гнева и других негативных чувств и эмоций. Далее психолог знакомит учащихся с перечисленными ниже приемами, предлагая выполнить ряд упражнений).

4.1. Упражнение «Кулачки» («Лимон»). Учащиеся обучаются следующей технике: необходимо встать прямо, опустить руки вдоль туловища, сильно, до боли, сжать кулаки и затем очень медленно их разжать. Детям следует обратить внимание на разницу между ощущениями, которые они испытывают в напряженном и в расслабленном состоянии. Дети рассказывают о своих впечатлениях. *Тренер сообщает ребятам, что это упражнение позволяет сдерживать первый импульс, побуждающий к физической агрессии.*

При выполнении упражнения «Лимон», ребята должны представить, что в руках они сдавливают лимон, выжимая лимонный сок – полностью, без остатка.

4.2. Упражнение «Посчитай до десяти». Психолог предлагает учащимся вспомнить свое внутренне состояние в одной из ситуаций, когда они испытывали гнев, обиду, злость, и попытаться воспроизвести его. После этого необходимо задержать дыхание и, прежде чем начать что-то делать или говорить, посчитать до десяти. *Вместе с тренером дети отрабатывают данный прием и затем обсуждают, как трансформировалось их состояние. Изменилось ли первоначальное намерение быть агрессивным? Каким оно стало? Кому это упражнение помогло сдержаться?*

4.3. Упражнение «Воздушный шарик». Ребятам предлагается превратиться в воздушный шарик, для чего необходимо: поднять руки вверх, изображая воздушный шарик; глубоко вдохнуть – наполнить шарик воздухом и задержать дыхание. После – медленно выдохнуть, выпустив воздух из шарика, при этом руки медленно опускаются вниз. Шарик сдулся и стал похож на тряпочку: голова склонилась на грудь, руки расслабленно опущены вдоль туловища. Упражнение выполняется 2-3 раза. *Психолог обращает внимание ребят, что это упражнение также можно использовать для снятия гнева или злости. Если не поднимать руки вверх, то его можно делать совсем незаметно для окружающих.*

4.4. Упражнение «Лист гнева» («Рисунок обидчика», «Порви бумагу»). Ребята информируются о следующем приеме «выпускания пара»: нарисовать на листке бумаги обидчика, а после скомкать, потоптать, разорвать на мелкие кусочки этот листок. Можно просто разорвать ненужный вам листок, потратив всю отрицательную энергию на это действие.

4.5. Упражнение «Боксерская груша» («Кукла Бобо», «Подушка гнева» и т.п.). Тренером заблаговременно готовится инвентарь, который будет выполнять функцию боксерской груши, куклы Бобо, подушки гнева: подушки, мягкие съемные спинки кресел, скатанный валиком матрац и т.п. Ребятам предлагается возможность «отлупить грушу». *После выполнения упражнения детям сообщается, что сейчас ими был использован один из приемов, позволяющих «выпустить пар», выплеснуть агрессивную энергию.*

Подытоживая работу по обучению школьников приемлемым способам избавления от агрессии, гнева и других негативных эмоций, необходимо обратить их внимание на то, что желательно эти методы использовать в сочетании друг с другом.

8. Сеанс релаксации «Ручей» под спокойную музыку.

9. Прощание – Игра – пантомима «Подари подарок» (Учащиеся по кругу друг другу без слов, а только с помощью жестов изображают подарки, которыми хотели бы одарить своих одноклассников. Получивший подарок должен поблагодарить дарящего. Ведущий начинает первый выполнять задание, задавая правильный настрой).

Занятие №4

«Правила безопасного общения»

Задачи:

1. Создание условий для комфортного пребывания учащихся в классном коллективе.
2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в ситуации повседневного общения.
3. Развитие умения анализировать собственное поведение, чувства.
4. Формирование положительной мотивации на соблюдение правил комфортного общения.

Ход занятия:

1. **Разминка** (Любая игра на групповое взаимодействие).
2. **Упражнение «Термометр комфорта»** (Ребятам необходимо, используя заготовку «Термометр комфорта», оценить, насколько им комфортно в группе, классе. При этом, комфортно – значит хорошо, уютно, безопасно, у меня хорошее настроение. *Для обсуждения полученных результатов предлагаются вопросы:* «По какой причине возникает чувство дискомфорта?», «Как часто такое чувство возникает?», «Что ученик сам делает для того, чтобы общение с ним было комфортным для других?») После учащиеся информируются о том, что существуют правила безопасного общения в группе, классе, соблюдение которых делает общение, взаимодействие комфортным. Степень комфорта зависит от самих учащихся – прилагают ли они сами усилия).
3. **Знакомство с памяткой «Правила общения в нашем классе»** (Учащимся предлагается самостоятельно попробовать сформулировать правила общения с окружающими. После психолог знакомит учащихся с правилами, предложенными в памятке. Все правила совместно обсуждаются).
4. **Создание рисунков «Школа с правилами и без»** (Учащимся предлагается нарисовать на одной половине листа школу с правилами, на другой – школу без правил. В дальнейшем рисунки обсуждаются – *ребята отвечают на вопросы:* «Безопасно ли в Школе без правил?», «В какой школе – с правилами или без – ребята чувствуют себя комфортнее и почему?», «В какой школе они хотели бы сами учиться?»)
5. **Прощание – Упражнение «Скажи доброе пожелание»** (Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания, ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).

Занятие №5

«Реакция на грубость»

Задачи:

1. Создание условий для профилактики конфликтов в классном коллективе.
2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в конфликтной ситуации.
3. Развитие умения анализировать собственное поведение, чувства.

Ход занятия:

1. **Разминка** (Любая игра на групповое взаимодействие).
2. **Упражнение «Психологический театр»** (*Ребятам предлагается представить, что они актеры театра и им необходимо обыграть несколько ситуаций.* Ситуация для обыгрывания: «Один одноклассник, проходя мимо другого, нечаянно задел его». Учащимся необходимо изобразить, как обычно школьники ведут себя в данной ситуации.)
3. **Просмотр м/ф «Уроки хороших манер: Грубость»** (В мультипликационном фильме в виде поучительной беседы учителя с учащимися даются знания о том, как правильно реагировать на чужую грубость).
4. **Обсуждение мультфильма** (*Вопросы для обсуждения:* «О каких видах грубости рассказывается в мультфильме?», «Как вы обычно ведете себя в ответ на грубое поведение других людей?», «Как правильно человеку реагировать на грубость другого человека в зависимости от ее вида?») *В беседе с детьми необходимо подвести их к выводу* о том, что грубое поведение окружающих необходимо либо игнорировать (не обращать внимания), либо пресекать в культурной, вежливой форме (с помощью корректного замечания). А

возникающие негативные чувства - злость, гнев - как нельзя держать в себе, так и нельзя выплескивать на окружающих.).

5. Знакомство с памяткой «Как правильно вести себя в ответ на грубое поведение человека?» (Учащиеся информируются о том, что существуют правила, как необходимо вести себя в ответ на грубое поведение другого человека в ваш адрес. Учащиеся самостоятельно записывают перечисленные правила в заготовку «Лесенка». Для закрепления полученных знаний все перечисленные в памятке правила обыгрываются посредством воспроизведения типичных конфликтных ситуаций в школьной жизни).

6. Упражнение «Психологический театр» (Отработка пяти правил памятки)

7. Сеанс релаксации «Порхание бабочки» под спокойную музыку.

8. Прощание – упражнение «Комплимент» (Учащиеся по кругу друг другу говорят комплименты, ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).

Занятие №6 **«Если меня дразнят»**

Задачи:

1. Создание условий для профилактики конфликтов в классном коллективе.
2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в конфликтной ситуации.
3. Развитие умения анализировать собственное поведение, чувства.
4. Создание положительного эмоционального настроя, доброжелательной атмосферы в классном коллективе.

Ход занятия:

1. **Разминка** (Любая игра на групповое взаимодействие).
2. **Чтение рассказа «История про Энни: Если ребенка дразнят» с последующим обсуждением** (В рассказе говорится о девочке, над которой смеялись (дразнили, обзывали) в классе. Для разрешения этой ситуации мама ей предложила поменять свое отношение к происходящему и свое поведение – перестать обращать внимание на дразнилки. В результате изменилось поведение одноклассников – они перестали дразнить девочку).
3. **Обсуждение рассказа (Вопросы для обсуждения:** «Почему Энни не нравилась Мэри?», «Как Энни вела себя в подобных ситуациях», «Что посоветовала мама Энни для исправления ситуации?», «К какому выводу пришла Энни в ходе своего эксперимента?», «Как стала вести себя Энни в ситуациях, когда ее обижали? К чему это привело?»)
4. **Упражнение «Называй меня ласково»** (Учащимся предлагается по кругу, передавая друг другу мягкую игрушку сердцем, озвучить вслух для всех учащихся класса информацию о том, как бы ребенку хотелось, чтобы его называли одноклассники – ласковое, вежливое имя).
5. **Составление панно «Ромашка ласковых имен», «Поляна ласковых имен» или «Дерево ласковых имен»** (Составляется коллективное панно – цветок ромашка, или поляна с цветами, или дерево с листочками, на лепестках, цветах или листочках которых пишутся ласковые имена ребят. Получившееся панно вывешивается на видное место в классе как напоминание о желательном обращении ребят друг к другу).
6. **Сеанс релаксации «Полет птицы» под спокойную музыку.**
7. **Прощание – Игра – пантомима «Подари подарок»** (Учащиеся по кругу друг другу без слов, а только с помощью жестов изображают подарки, которыми хотели бы одарить своих одноклассников. Получивший подарок должен поблагодарить дарящего. Ведущий начинает первый выполнять задание, задавая правильный настрой).

Занятие №7 **«Слова – помощники для дружбы»**

Задачи:

1. Формирование положительной мотивации на использование вежливых слов в повседневном общении.
2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в ситуации повседневного общения.

3. Развитие умения анализировать собственное поведение, свои качества личности.

Ход занятия:

1. **Разминка** (Любая игра на групповое взаимодействие).
2. **Прослушивание аудио сказки или чтение сказки Ш. Перро «Подарки феи»** (Сказка о том, как две разные по характеру сестры – грубая и вежливая – были награждены волшебницей: грубую фея проучила, а вежливую, учтивую – наградила волшебным даром)
3. **Обсуждение сказки** (*Вопросы для обсуждения:* «О каких двух противоположных качествах человека говорится в этой сказке?», «Как проявлялась вежливость младшей сестры в сказке?», «Как проявлялась грубость у старшей сестры?», «Как фея наградила двух сестер за их особенности?», «Чем закончилась жизнь старшей (грубой) сестры?»).
4. **Упражнение «Темные и светлые мешочки»** (Учащимся предлагается определить, к какой группе человеческих качеств относится качество грубость – светлым (положительным) или темным (отрицательным), и расположить это качество в соответствующий мешочек. Также им предлагается обосновать свой выбор, доказав примерами из жизни. То же проделывается и с противоположным качеством - вежливость).
5. **Упражнение «Волшебные очки»** (Учащимся предлагается примерить волшебные очки, которые помогают человеку увидеть в себе темные (отрицательные качества). Ребятам, одев очки, необходимо всмотреться в свой внутренний мир и понять, есть ли в нем такое качество как грубость. *Предлагаются вопросы для обсуждения:* «В чем проявляется грубость?», «Мешает или помогает грубость дружить, общаться с окружающими?»)
6. **Знакомство с памяткой «Краткий словарь вежливых слов»** (После обсуждения вежливых слов, представленных в памятке, учащимся предлагается перечислить другие известные вежливые слова и выражения, а также описать ситуации их использования)
7. **Сеанс релаксации «Лентяи» под спокойную музыку.**
8. **Прощание – Упражнение «Скажи доброе пожелание»** (Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания, ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).

Занятие №8 **«Поведение в игре»**

Задачи:

1. Создание условий для развития умения сотрудничать в ситуации игрового взаимодействия.
2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в игровой ситуации.
3. Развитие умения анализировать собственное поведение.
4. Создание положительной мотивации на соблюдение правил поведения в игре.

Ход занятия:

1. **Разминка** (Любая игра на групповое взаимодействие).
2. **Чтение сказки «Мальчик, который не умел играть»** (Сказка о грубом мальчике, который не любил соблюдать правила игры, в связи с чем с ним не играли и не дружили другие ребята. Поэтому мальчик придумывал себе сказочных персонажей, общение с которыми помогло понять герою, как необходимо относиться к окружающим и взаимодействовать с ними).
3. **Обсуждение сказки** (*Вопросы для обсуждения:* «Почему мальчика Петю назвали врединой?», «Почему знакомые ребята не хотели с ним играть и дружить?», «Что значит «уметь играть с другими»?», «Что делать, если тебе не нравятся правила игры?», «Как чудовище проучило Петю?», «Почему чудовище пропало?»).
4. **Знакомство с памяткой «Правила дружной игры»** (*Учащиеся информируются:* чтобы игра была интересной для каждого, чтобы каждый получал в игре удовольствие и положительные эмоции, необходимо соблюдать определенные правила. Ребятам предлагается самостоятельно попробовать перечислить эти правила. *После психолог знакомит учащихся с памяткой «Правила игры».* Каждое правило обсуждается, приводятся примеры).

- 5. Дискуссия «Самое главное правило»** (Учащимся предлагается из перечисленных в памятке правил выбрать самое главное правило. Выслушиваются все мнения, но в ходе дискуссии *школьники подводятся к выводу*, что главного правила нет, все они очень важны).
- 6. Упражнение «Психологический театр»** (*Ребятам предлагается представить, что они актеры театра и им необходимо обыграть несколько ситуаций. Обыгрываются ситуации*, в которых необходимо соблюдать перечисленные в памятке правила игры. *Ситуации для обыгрывания:* 1) Ребята играли в подвижную игру, в которой один из одноклассников нечаянно ударил другого – на применение правила «Попроси извинения, если ты кого-нибудь обидел»; 2) В игровой ситуации необходимо попросить помощи у своего одноклассника так, чтобы он согласился помочь – на применение правил «Используй вежливые слова», «Обращайся к ребятам по имени» и др. ситуации).
- 7. Сеанс релаксации «Ручей» под спокойную музыку.**
- 8. Прощание – упражнение «Комплимент»** (Учащиеся по кругу друг другу говорят комплименты, ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).

Занятие №9

«Навыки сотрудничества»

Задачи:

1. Создание условий для формирования у учащихся навыков учебного сотрудничества.
2. Обогащение репертуара поведенческих реакций в ситуации делового (учебного) взаимодействия.
3. Развитие умения анализировать собственное поведение.
4. Создание положительной мотивации на соблюдение правил работы в группе.

Ход занятия:

1. **Разминка** (Любая игра на групповое взаимодействие).
2. **Упражнение «Делаем вместе»** (Имея на двоих один набор карандашей, необходимо разукрасить одинаково два совершенно одинаковых рисунка, заранее договорившись. *Далее обсуждается поведение детей при выполнении задания* – «Кому удалось договориться?», «Что им помогло в этом?»)
3. **Знакомство с памяткой «Правила работы в группе»** (Учащиеся знакомятся с содержанием предложенной памятки. Высказывают собственное мнение по поводу предложенных правил – «Зачем нужно выполнять данное правило?», «К чему приведет нарушение перечисленных правил?» и т.д.)
4. **Упражнение «Делаем вместе»** (Учащимся теперь предлагается поработать вместе, соблюдая перечисленные «Правила работы в группе». Для взаимодействия дается задание – имея один набор карандашей, договорившись, разукрасить вместе один рисунок на двоих. *В последующем обсуждается вопрос* – «Помогают ли правила поведения в группе работать дружно, сотрудничать?»)
5. **Чтение притчи «Веник»** (Притча о том, как отец семейства объяснил своим сыновьям, что вместе они – сила и с легкостью преодолеют все невзгоды).
6. **Обсуждение притчи** (*Вопросы для обсуждения:* «Для чего отец семейства собрал своих сыновей?», «Как он показал своим сыновьям, что нужно держать вместе, жить в мире?», «В чем смысл притчи?»)
7. **Сеанс релаксации «Облака» под спокойную музыку.**
8. **Прощание – Игра – пантомима «Подари подарок»** (Учащиеся по кругу друг другу без слов, а только с помощью жестов изображают подарки, которыми хотели бы одарить своих одноклассников. Получивший подарок должен поблагодарить дарящего. Ведущий начинает первый выполнять задание, задавая правильный настрой).

Занятие №10

«Привлеку к себе внимание»

Задачи:

1. Обогащение репертуара поведенческих реакций в ситуации повседневного общения.
2. Развитие умения анализировать собственное поведение, чувства.
3. Создание положительной мотивации на использование адекватных форм общения со сверстниками.

Ход занятия:

1. Разминка (Любая игра на групповое взаимодействие).

2. Дискуссия «Можно ли прожить без внимания?» (*Вопросы для обсуждения:* «Любите ли вы, когда на вас обращают внимание?», «Какое вам нравится внимание со стороны окружающих?», «Зачем человеку внимание окружающих?», «Может ли человек прожить без внимания?») *После обсуждения делается вывод* о том, что каждый человек нуждается во внимании со стороны окружающих. Так он начинает чувствовать себя кому-то нужным, полезным. Появляется уверенность в себе, понимание, что я что-то значу. Но бывают ситуации, когда человеку недостает внимания окружающих. Поэтому он вынужден привлекать к себе внимание. Зачастую это делается неправильными способами, что приводит к ухудшению ситуации – от человека еще больше отворачиваются, игнорируют, не дружат с ним).

3. Чтение сказки «Сказка о Ежике, который хотел, чтобы на него обращали внимание» (В сказке главный герой Ежик любил, чтобы на него обращали внимание, но привлекал к себе внимание часто неправильными способами, чем вызывал у окружающих одни неприятные чувства. Ежику приснился сон, в котором он побывал в двух разных мирах. После чего понял, что только положительное внимание со стороны окружающих – истинное удовольствие, а его нужно добиваться правильными способами)

4. Обсуждение сказки (*Вопросы для обсуждения:* «Ежик любил находиться в центре внимания, но как он привлекал к себе внимание окружающих?», «К чему приводило такое его поведение?», «Что помогло понять Ежику, как правильно нужно привлекать к себе внимание?»).

5. Игра «Да, нет, не знаю» (Учащимся предлагается в игровой форме оценить, приемлемыми ли способами являются перечисленные способы привлечения к себе внимания. Оценка производится не словами, а действиями: ответ «Да» - один хлопок в ладоши, ответ «Нет» - один удар ногой по полу, ответ «Не знаю» - полное молчание. *Подобным образом оцениваются и в последующем обсуждаются следующие формы привлечения к себе внимания:* ударить (щипнуть, толкнуть и т.п.) человека, обозвать человека (сказать матом, назвать посредством клички и т.п.), говорить громким и раздраженным голосом, сломать что-то принадлежащее человеку, обратиться по имени к человеку, сделать доброе дело, предложить помощь человеку, сказать комплимент человеку и т.д. Учащиеся могут предлагать свои варианты – все они оцениваются и обсуждаются)

6. Сеанс релаксации «Порхание бабочки» под спокойную музыку.

7. Прощание – Упражнение «Скажи доброе пожелание» (Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания, ведущий начинает первый, задавая правильный настрой).