

## **Коррекция агрессивного поведения детей с ограниченными возможностями здоровья**

Проблема воспитания и обучения детей с ограниченными возможностями здоровья с нарушенным интеллектом на сегодняшний день очень важна.

Кто такие дети с умственной отсталостью? Умственная отсталость – это стойкое, необратимое нарушение познавательной деятельности, вызванное органическим повреждением коры головного мозга. Это такое развитие, при котором страдают не только интеллект, но и эмоции, воля, поведение, физическое развитие. У этих детей имеются разнообразные по степени тяжести эмоциональные нарушения.

Агрессивное поведение – одно из самых распространенных нарушений среди детей с ограниченными возможностями здоровья. У этих детей часто наблюдается низкая способность к саморегуляции, отсутствие развитых навыков общения, неустойчивая самооценка. Если не научить ребенка справляться с гневом, то неконтролируемая агрессия в подростковом возрасте может привести к очень серьезным и непредсказуемым последствиям. К подростковому возрасту формируются характерологические черты на основе гнева, озлобленности, обиды. Развиваются акцентуации, личностные расстройства с преобладанием агрессии. Возрастает риск социальной дезадаптации, девиантного поведения, правонарушений.

Задача психологов и педагогов – помочь разрешить личностные проблемы, обучить адекватным способам выражения чувств, разрешения конфликтных ситуаций. Целью моей работы с такими детьми является: создание условий для формирования у детей установок на снятие агрессивных реакций. Основная работа ориентируется на коррекцию межличностных отношений и таких проблем, как дефицит коммуникативных умений, помощь в развитии умения безопасным способом выразить свои чувства, потребности, мысли.

Так же в работе с этими детьми мы должны не забывать, что главными правилами в коррекционной работе являются: индивидуальный подход к каждому ученику, проявление педагогического такта, использование методов, активизирующих познавательную деятельность учащихся, коррекцию всех видов высших психических функций.

Четыре года назад мне предложили взять классное руководство. Класс из 7 человек был маленький, но сложный. Постоянные конфликты, драки, разборки, нецензурная брань. Многие школьники очень бурно реагировали на замечания взрослых. Не умели терпеливо выслушать друг друга. В игре не соблюдали правила, обзывались, обижались, не уступали друг другу. По результатам диагностики агрессивного поведения опросника Л.Г.Почебут у обучающихся 5 класса была высокая степень агрессивности – 42 %.

Я поставила перед собой задачу снизить уровень агрессивного поведения у детей. Чтобы обучить способам регуляции эмоциональных состояний, развить умение анализировать свое внутреннее состояние и состояние других, научить конструктивным формам общения, поведенческих реакций, обучить приемлемым формам выражения гнева, техникам контроля над негативными эмоциональными состояниями, развить адекватный уровень самооценки и самоконтроля, в работе нужна система. И эту систематическую работу, используя разные методы: тренинги, игровые упражнения, сказкотерапию, арт-терапию, применяла на групповых и индивидуальных коррекционно-развивающих занятиях.

На сегодняшний день в моем уже 9 классе 12 человек. В целом коллектив дружный. Конфликтов не наблюдается. В классе нет ссор. В единичных случаях могут повздорить между собой, но тут же быстро мирятся. Помогают друг другу. Стараются проявлять культуру поведения как со взрослыми так и с одноклассниками. Любят анализировать

разные поступки, предлагают свои варианты ответов. Научились слушать друг друга. Когда возникают спорные вопросы, обращаются к взрослым, могут поспорить, но всё равно прислушиваются к советам. На уроках соблюдают дисциплину. По результатам итоговой диагностики уровень агрессивности в классном коллективе стал ниже (высокая степень агрессивности - 0 %). Результат говорит об эффективности представленных методов и приемов.

Предлагаю несколько групповых коррекционных упражнений и игр для данной категории детей.

Важнейшее условие в коррекционной работе - это установление контакта с ребенком. Упражнение «Поднимите руку»: поднимите левую руку те, у кого сегодня хорошее настроение. Поднимите правую руку те, у кого настроение сегодня плохое. Поднимите обе руки те, у кого случилось, что в один день бывает и хорошее и плохое настроение».

Поиграем в парах, поднимем себе хорошее настроение. Приготовьте руки и поверните друг другу ладонками. Мы будем здороваться пальчиками, прикасаясь с пальцами соседа по парте и проговаривать: «Желаю (большой палец), успеха (указательный), большого (средний), во всём (безымянный) и везде (мизинец). Здравствуй! (ладонка)».

Игра может служить не только целям исправления, но и предоставить ценный диагностический материал, который позволяет специалистам увидеть проблему глазами ребенка. Упражнение «Где прячется злость?»: перед вами рисунок человека. Подумайте, где у вас сейчас прячется ваша злость? Возьмите карандаш и раскрасьте на рисунке это место.

На некоторых рисунках детей мы видим разные раскрашенные части тела: руки, ноги или голову. В конце занятия мы снова возвращаемся к этому упражнению, ребятам предлагается раскрасить человека, в том случае, если у них осталась злость? В результате на рисунках мы видим минимум раскрашенных мест, что говорит о снижении агрессии.

Игры и упражнения, направленные на снятие агрессии, помогают детям выплеснуть гнев, снять лишнее мышечное и эмоциональное напряжение, направить энергию в нужное, «созидающее» русло, настроить на спокойный и позитивный лад.

«Приготовьте свои руки, выполняем упражнение, сидя за партой «Кулак, ребро, ладонь». Это упражнение направлено на развитие межполушарного взаимодействия, помогает детям снять лишнее мышечное и эмоциональное напряжение, учит самоконтролю. Выполняя упражнение, мы ускоряем темп. Если дети сильно начинают выплескивать агрессию стучать по парте, мы меняем позу и продолжаем его выполнять на своих коленках.

Специальные упражнения могут помочь ребенку снимать вербальную агрессию, выплескивать гнев в приемлемой форме. Дыхательное упражнение «Повздыхаем». «Предлагаю изобразить с помощью вздохов ваше состояния в различных ситуациях используя междометие: «Ох», «Ах», «Эх», «Ой-ой», «Ай-ай» «Увы», «Ого», «Вау», «Ух ты», «Ага». Реагируем на ситуации громко: Утром просыпаемся. Идем в школу. Встречаемся с друзьями. Идем на уроки. Завтракаем в школьной столовой. Идем со школы. Гуляем на улице. Общаемся с родителями. Играем с друзьями».

Игра «Глаза в глаза» развивает в детях чувство эмпатии, настраивает на спокойный лад. Участники разбиваются на пары, по желанию берутся за руки. Предлагаю пристально посмотреть друг другу в глаза. Далее дается задание: молча передать партнеру чувство: «Я грущу», «Мне весело», «Я злюсь», «Вспоминаю», «Я удивлен».

Правильно подобранные упражнения учат считаться с другими людьми, договариваться, сопереживать, а также учат эффективным способам общения.

Упражнение «Попроси конфетку» — невербальный вариант. Выполняется в парах с использованием только невербальных средств общения (мимики, жестов). Эту игру можно повторять несколько раз, она будет полезна особенно тем детям, которые часто

конфликтуют со сверстниками, так как в процессе выполнения упражнения они приобретают навыки эффективного взаимодействия.

Упражнение «Попроси конфетку» — вербальный вариант. Группа делится на пары, один из участников пары берёт в руки какой-либо предмет, например, конфетку или карандаш. Другой участник должен попросить этот предмет. Инструкция первому участнику: «Ты держишь в руках конфетку, которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя ее просить. Постарайся оставить конфетку у себя и отдать ее только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать». Инструкция второму участнику: «Подбирая нужные слова, постарайся попросить конфетку так, чтобы тебе ее отдали». Затем участники меняются ролями.

Один из самых эффективных приемов коррекционной работы с детьми ОВЗ это сказкотерапия. В работе использую свои авторские, а так же подбираю сказки в соответствии с проблемой. Любая сказка ориентирована на социально-педагогический эффект: она обучает, воспитывает, побуждает к деятельности и даже лечит.

### *Сказка «Доброта»*

«На кухне в деревянном буфете жили тарелки. Они были все разные: стеклянные, фарфоровые, керамические. Жили они вместе, но никак не могли подружиться. Всё время ругались, злились и хвастались друг перед другом.

Когда на кухне хозяйева готовились к празднику, в буфете тоже царило оживление. Каждая тарелка говорила о чем-то своем, и никто не слышал друг друга.

Когда на кухне наступала ночная тишина, тарелки немного успокаивались. Так проходили дни, и что - то стало меняться в жизни. Хозяйева перестали пользоваться тарелками из буфета. Может быть, потому что им подарили новый сервиз, а может быть по другой причине...

Со временем пыль стала покрывать все ни кому не нужные тарелки.

- Почему меня не ставят на обеденный стол, ведь я самая красивая? - обидчиво возмутилась тарелка на верхней полке.

- Где хозяйка, почему она забыла про меня, ведь я лучше всех? – раздраженным грубым голосом заговорила фарфоровая тарелка, готовая сама прыгнуть на стол.

- А я была такая прозрачная, а теперь на меня налипла пыль, я чувствую себя не кому не нужной – вздохнула стеклянная тарелка.

Вдруг на кухне заскрипело и кто - то громко заговорил.

- Это не пыль на вас налипла, а злость, грубость, ненависть и обида.

- Кто это говорит? – испугались тарелки.

- Это я, ваш буфет. Каждый день я слушал ваши злые, агрессивные слова. От этих слов мои полки и двери потемнели. Я стал болеть и быстро стареть. А вы знаете, что ваши злые слова делают вас одинокими. Вы даже не можете подружиться друг с другом.

Все тарелки замолчали. Кухню окутала тишина.

- Вы говорите, что вас не ставят на обеденный стол, а кто захочет обедать из злой, самодовольной, хвастливой тарелки? Ведь вы можете своим негативом просто отравить еду.

- Я не такая, это всё они...

- Не отрицай то, что очевидно – нахмурился буфет.

- А что нам делать? – прошептало блюдце.

- Измените свое отношение к другим. Будьте добрее. Научитесь дружить и уважать друг друга, разговаривать доброжелательно и тогда люди это почувствуют и смоют эту грязь с вас. Вы станете добрыми и нужными тарелками. И не важно, какие вы красивые или не очень, старинные или современные, стеклянные или железные, главное, что бы вы были добрыми.

Призадумались тарелки и поняли, что нужно измениться. Но им нужна помощь. Эту помощь они просят у вас. Готовы вы помочь им?»

Школьники выполняют аппликацию «Новая жизнь тарелки» и сочиняют окончание сказки «Сказочные тарелки изменились, стали добрее и самое главное подружились друг с другом. Теперь их с удовольствием ставят на обеденный стол».

Для того, чтобы дети смогли оценивать свое состояние и управлять им, важно объяснить, что наше тело подскажет выход из конфликтной ситуации, только нужно правильно понять его ощущения, уметь вовремя расслабиться и сбросить негативные эмоции. Игра «Кулачок» способствует осознанию эффективных форм поведения, мышечной релаксации. «Возьмите в руку конфету. Сожмите кулачок крепко-крепко. Подержите кулачок сжатым, а когда раскроет его, рука расслабится, и на ладошке будет конфета. Посмотрите на неё. Какая она стала? Почему?»

Представьте, что у вас в руках теперь не конфета, а маленькая беспомощная птичка. «Спаси птичку». Вытяни руки ладонями вверх. А теперь согрейте ее, медленно, по одному пальчику складывай ладони, спрячьте в них птичку, подышите на нее, согревая своим ровным, спокойным дыханием, прижмите ладони к груди, отдайте птичке доброту своего сердца и дыхание. А теперь откройте ладони - и вы увидите, что птичка радостно взлетела, улыбнитесь ей и не грустите, она еще прилетит к вам. Ведь ваше сердце и ваши руки наполнены добротой. А доброта нас всегда сближает!»

Так же в систему мероприятий с детьми ограниченными возможностями здоровья входит ежедневное наблюдение, проведение ежедневных индивидуальных профилактических бесед, которые позволяют в некоторых случаях смягчить проблемы, с которыми сталкивается ребенок. Важно утром с улыбкой приветствовать «Доброе утро! Желаю вам сегодня успехов, у вас всё получится!». Кажутся простые слова, но данная установка способствует развитию позитивного мышления, концентрации внимания, повышению учебной мотивации и самооценки.

Общаясь с детьми, мы должны быть сдержаны, терпеливы, должны показывать, что прекрасно понимаем внутреннее состояние ребенка. Ребенок должен почувствовать, что его уважают, ценят, хотят видеть более сдержанным, умеющим владеть собой.

### **Использованная литература**

1. Бреслав Г. Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. – СПб.: Речь, 2007.
2. Долгова А. Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция. – М.: Генезис, 2011.
3. Фурманов И. А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. – Минск: Ильин В. П., 1996.
4. <https://forpsy.ru/works/kurovaya/osobnosti-proyavleniya-agressii-u-lits-s-ovz/>