МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД № 87

КОНСУЛЬТАЦИЯ

 ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

«АГРЕССИВНЫЙ РЕБЕНОК.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ КАК СРЕДСТВА КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

 У ДЕТЕЙ»

 Составила:

 педагог-психолог

 Ложкина В.С.

г. Калининград

2021 г.

 Часто приходиться слышать от огорченных родителей: «Такой хороший был мальчик, а сейчас драчун! В детском саду только его и ругают!».

 К сожалению, нередко эти жалобы вполне обоснованы. Такие превращения из «хорошего, доброго мальчика» в драчуна и задиру встречаются достаточно часто. В каждой группе детского сада наверняка есть несколько таких детей.

 Вспышки ярости с элементами агрессивного поведения впервые наблюдаются тогда, когда желание ребенка по какой-то причине не выполняется. Препятствием к выполнению желания обычно служит запрет или ограничения со стороны взрослого. Ребенок хочет получить куклу или конфету, спрыгнуть со шкафа, потрогать хрустальную вазу, бросить в угол бабушкины очки – разнообразие таких желаний не имеет границ. Только малая часть их может быть осуществлена без неприятных последствий для самого ребенка или взрослых. Во всех остальных случаях приходится ограничивать требования ребенка. И вот появляется реальная возможность для возникновения конфликта между ним и взрослым. Как правильно вести себя в этой ситуации? Давайте попробуем перевести активность в другое русло. Предложите ему какую-нибудь игру или отвлеките его внимание от предмета желания, и вы сами убедитесь, что избежать такого конфликта не только можно, но и необходимо.

 Нередко встречаются такие ситуации, когда агрессивность ребенка является частью протеста против действий взрослых, принуждающих его к чему-либо.

 Это часто встречается в семьях, где родители переусердствовали в отношениях каких-либо действиях, которые они считают необходимыми. Они заставляют ребенка что-то делать, вызывая у него реакцию протеста.

 Большое значение для появления агрессивности в дошкольном возрасте имеет популярность ребенка в группе сверстников. Не имея адекватных средств общения, ребенок кулаками стремится занять лидерское место в группе. В различные возрастные периоды решающее значение для получения популярности имеют различные требования со стороны группы. Имеют значение интеллектуальный уровень, развитие речи, физическое развитие, ловкость, степень овладения различными видами деятельности. Среди дошкольников ценятся также внешний вид и красивая одежда, общительность, готовность делиться игрушками. Но доминирующее значение имеет то, насколько ребенок овладел навыками игры, как он умеет организовать игру, придумать сюжет, распределить роли и т.п. Подобные факторы полностью определяют положение ребенка в группе сверстников. Агрессивность, таким образом, может быть следствием переживаний, связанных с обидой, ущемленным самолюбием. Впервые она возникает в той ситуации, которая является психотравмирующей и направлена против тех, кого ребенок считает причиной неприятных переживаний и конфликтов.

 Безусловно, если вы замечаете у ребенка проявления агрессивности, необходимо тщательно анализировать ее причины, выявлять трудности, испытываемые ребенком, по возможности устранять их, а затем формировать у ребенка недостающие умения, навыки, а также установки в отношении других людей. Внимательность и огромное терпение со стороны взрослых – обязательное условие успеха.

 Таким образом, мы рассмотрели возможные причины возникновения агрессивности. Теперь, перед тем как перейти к описанию игр и упражнений, направленных на ее коррекцию, давайте попробуем **сформулировать некоторые принципы общения с агрессивными детьми:**

**- помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята;**

**- дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку или разорвать «портрет» его врага и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась;**

**- показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах;- обсудите с ребенком возможные варианты его поведения и взаимодействия с окружающими последствиями. Пусть он сам скажет, когда был не прав, и почему возникла ссора или драка. Важно обсудить сам конфликт, а не ребенка;**

**- пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы любите, цените и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что он нужен и важен для вас;**

**- предложите ребенку игры и упражнения на снятие напряжения и эмоциональное расслабление и расширение поведенческого репертуара.**

**Упражнение «Брыкание»**

Цель: снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение.

Ребенок ложится на спину на ковер. Ноги свободно раскинуты. Медленно он начинает брыкаться, касаясь пола всей ногой. Ноги чередуются и высоко поднимаются. Постепенно увеличивается сила и скорость брыкания. На каждый удар ногой ребенок говорит «нет», увеличивая интенсивность удара.

**Упражнение «Кулачок»**

Цель: способствовать осознанию эффективных форм поведения, мышечная релаксация.

Дайте ребенку в руку какую-нибудь мелкую игрушку или конфетку и попросите его сжать кулачок крепко-крепко. Пусть он подержит кулачок сжатым, а когда раскроет его, рука расслабиться, и на ладошке будет красивая игрушка.

**Игра «Обзывалки» (Н.Л. Кряжева)**

Цель: снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме.

«Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривайте условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: « А ты…морковка!» Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты…солнышко!»

Игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Проводится ее в быстром темпе.

**«Попроси игрушку»- вербальный вариант Е.В. Карпова, Е.К. Лютова**

Цель: обучить детей эффективным способам общения

Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берет 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.

**«Попроси игрушку»- невербальный вариант Е.В. Карпова, Е.К. Лютова**

Цель: обучить детей эффективным способам общения.

Упражнение выполняется аналогично предыдущему, но с использованием только невербальных средств общения (мимики, жестов, дистанции и. д.).

После проведения обоих его вариантов (вербального и невербального) можно обсудить упражнение. Дети по кругу могут поделиться своими впечатлениями и ответить на вопросы: «Когда было легче просить игрушку (или другой предмет)?», «Когда тебе действительно хотелось ее отдать? Какие нужно было произносить слова?» Эту игру можно повторять

**Игра « Два барана» (Н.Л. Кряжева)**

Цель: снять вербальную агрессию, предоставить ребенку возможность «легальным образом» выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение направить энергию детей в нужное русло.

Мы разбивали детей на пары и читали текст: «Рано-рано два барана повстречались на мосту». Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издавать звуки « Бе - е - е».

Необходимо соблюдать «технику безопасности», внимательно следить, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

**Игра «Доброе животное» (Н.Л. Кряжева)**

Цель: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Ведущий тихим таинственным голосом говорил: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы - одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! на вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем два шага вперед, на выдох – два шага назад. Вдох – два шага вперед. Выдох- два шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад т т.д. мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

**Игра «Тух - тиби - дух» (К. Фопель)**

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

«Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное слово заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по – настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито - пресердито произнесите волшебное слово: «Тух - тиби -дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время то времени останавливайтесь перед кем – либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами».

В этой игре заложен комический парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух - тиби - дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

**«Жужа» Н.Л. Кряжева**

Цель: научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.

«Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет «Жужей».

Взрослый должен следить, чтобы «дразнилки» не были слишком обидными.

**«Камушек в ботинке» К. Фопель**

Цель: способствовать снижению эмоционального напряжения ребенка.

В эту игру полезно играть, когда кто-то из детей обижен и сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ребенку заниматься делом, когда назревает конфликт группы. Каждый участник имеет возможность вербализовать, то есть выразить словами, свое состояние, и сообщить о нем окружающим. Это способствует снижению его эмоционального напряжения. Если зачинщиков назревающего конфликта несколько, они смогут услышать о чувствах и переживаниях друг друга, что, возможно, позволит сгладить ситуацию.

Игра проходит в два этапа:

1 этап (Подготовительный). Дети сидят в кругу. Педагог спрашивает «Ребята, случалось ли, что вам в ботинок попадал камушек?» обычно дети активно отвечают на вопрос. «Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а, придя, домой, просто снимали ботинки?».

2 этап: Педагог говорит: «Когда мы сердимся, чем–то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорее всего, возникнут проблемы. Поэтому всем людям – и взрослым, и детям – полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят.

Давайте договоримся: если кто-то из нас скажет: «У меня камушек в ботинке», мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом.

Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то неудовольствия, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете, скажите нам: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег ломает мои постройки из кубиков». Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: «У меня нет камушка в ботинке».

**«Летний дождь» (А.Г. Бреслав)**

Представь, что ты стоишь на опушке леса. Перед тобой раскрывается великолепный вид на летний лес, залитые солнцем луга.

Воздух раскален от солнца и наэлектролизован. Нет ни малейшего ветерка. Душно. Все замерло в ожидании дождя. Ты чувствуешь как подул слабый ветерок. Вот он становится все сильнее и сильнее. Солнце закрыла череда грозовых туч.

Почувствуй порывы пронизывающего ветра. Ощути, как ветер уносит все ненужное: беспокойство, разочарование, тревогу. Сроднись с ветром. Почувствуй его силу и энергию. Теперь это твоя сила и энергия.

Вот хлынул теплый летний ливень. Его прозрачные струи омывают тебя, принося с собой чистоту и ясность, наполняя тебя новой жизнью, новыми идеями.

Ты видишь как дождь стихает. Небо очищается. Ты видишь, как вновь светит солнце, и чувствуешь себя обновленным, бодрым и уверенным.

**«Рубка дров» К. Фопель**

Цель: помочь детям переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» её во время игры.

Говорилось следующее: «Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг оставалось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!»

Для проведения этой игры можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди.

**«Сороконожка» (Г.Б. Монина).**

Цель: научить детей взаимодействию со сверстниками, способствовать сплочению детского коллектива.

Несколько детей (5-10 человек) встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде ведущего Сороконожка начинает сначала просто двигаться вперед, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями, (это могут быть стулья, строительные блоки и т.д.) и выполняет другие задания. Главная задача играющих - не разорвать единую цепь.

**«Дракон» Н.Л. Кряжева**

Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.

Играющие, становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник – «голова», последний – «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

**«Маленькое привидение» Е.К. Лютова, Г.Б. Монина**

Цель: научить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.

«Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение, (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко.

Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить». Затем педагог хлопает в ладоши: «Молодцы! Пошутили – и достаточно. Давайте снова станем детьми!».

**Игра «Разыгрывание ситуаций»**

Цель: развивать возможные варианты поведения и взаимодействия с окружающими

Ребенку предлагается ситуация, в которой он должен изобразить самого себя. Ситуации могут быть самыми разнообразными. Родители и воспитатели могут придумать их сами, а могут взять реальные ситуации из жизни ребенка. Прочие роли при разыгрывании ситуации выполняет один из родителей или другие дети. Иногда после разыгрывания бывает полезно поменяться ролями с партнером и «оказаться на месте» того, с кем он общался. Примеры ситуаций:

- Ты вышел во двор и увидел, что там дерутся два незнакомых мальчика. Разними их.

- Тебе очень хочется поиграть такой же игрушкой, как у одного из ребят вашей группы. Попроси ее.

- Ты очень обидел своего друга. Попробуй помириться с ним.

- Ты нашел на улице слабого, замершего котенка – пожалей его.

**Игра «Лепим сказку»**

Детям предлагается всем вместе слепить какую-нибудь сказку. При подборе сказки важно учесть, что в ней должно быть достаточно много героев, чтобы каждый ребенок мог лепить одного из них. Перед игрой дети обсуждают фрагмент, который они собираются изобразить, и соотносят друг с другом свои замыслы. Для реализации этого упражнения хорошо подходит сказка «Три медведя».

Работа с пластилином дает возможность сместить «энергию кулака». Разминая пластилин, ребенок направляет на него свою энергию, расслабляет руки, что позволяет косвенным образом реализовать агрессивные чувства. Кроме того, игра развивает и закрепляет навыки совместной деятельности.

**Совместные настольные игры**

Для работы с агрессивными детьми могут с успехом использоваться различные настольные игры, которые предусматривают игру как поодиночке, так и совместно. Например, игра «Конструктор». Детям предлагается вдвоем или втроем собрать какую-нибудь фигуру из деталей. По ходу игры взрослый помогает детям решить возникающие конфликты и избежать их. После игры возможно проигрывание ситуаций с нахождением путей выхода из них. В ходе совместных настольных игр дети овладевают навыками совместного бесконфликтного общения.