

«Агрессивные дети в детском саду и дома.

Игры, направленные на снижение агрессивных проявлений у детей дошкольного возраста».

(консультация педагога-психолога
для родителей)

Что понимают под словом «Агрессия?»

Детская агрессия – это способы причинить другим детям физическую боль: щипки, царапания, укусы или намеренная порча игрушек и других предметов в приступе злости и гнева.

Агрессия может проявляться в вербальной (словесной) форме, например, ребенок в адрес близких, произносит бранные слова: «Выброшу», «Убью».

Причины проявления детской агрессии:

Родители часто задают вопрос: «Почему мой ребенок агрессивный?»

На проявление детской агрессии влияют внутренние и внешние факторы:

Внутренние: особенности нервной системы, темперамент, личностные черты.

Внешние: воздействие окружающих, социума, неблагоприятная ситуация в семье (конфликт, ругань, драки, развод родителей).

Причинами проявления детской агрессии могут быть:

- Эмоциональное неблагополучие ребенка в семье и в детском саду – ему там плохо. И с помощью агрессии ребенок пытается добиться стабилизации.
- Некоторые негативные черты личности ребенка.
- Особенности сложившихся черт поведения, т.е. ребенка научили, таким образом, себя вести.
- Ребенок просто не умеет по-другому разрешать конфликты и спорные ситуации, кроме как агрессивным поведением.
- Ребенок подражает агрессии родителей, сверстников, окружающих людей, тому, что увидел по телевизору, в компьютерных играх.
- Недостаток двигательной активности, физические нагрузки.
- Индивидуальные особенности психики (низкий уровень активного торможения, ребенок быстро заводится).

- Постоянное стимулирование агрессивного поведения (СМИ, интернет, компьютер).
- Стилль воспитания в семье: гиперопека – повышенное внимание на ребенка со стороны родителей или гипоопека – на ребенка совсем не обращают внимания.
- Неразрешенные конфликты.

Снизить агрессивные проявления у дошкольников можно с помощью семейной терапии.

Когда достигается успех семейной терапии?

- Если родители осознают причины агрессивного поведения ребёнка,
- все члены семьи участвуют в психокоррекции,
- выполняют рекомендации психолога,
- соблюдают мир в семье в период проведения коррекционных мероприятий и всегда.
- сочетают семейную терапию с индивидуальной и групповой формами помощи.

Как справляться с детской агрессией?

- Необходимо научить ребенка проявлять агрессию приемлемым способом: похлопать в ладошки, побить кулачками, «слова-обзывалки» (например, ругаемся названиями овощей или фруктов, животными).
- Сдерживать агрессивные проявления ребенка непосредственно перед их появлением, т.е. вы

видите, как ребенок занес руку – остановите его, окликните его.

- Лишнюю энергию помогут снять ванна с хвойным экстрактом, травяной чай с успокаивающим сбором трав (если нет противопоказаний по аллергии), ритуал с чтением книги перед сном, спокойный разговор о прошедшем дне.
- Нужно разобраться с самооценкой ребенка, Возможно ребенок испытывает проблему из-за критики со стороны окружающих. Помогите малышу разобраться с самим собой.

Наиболее эффективной для дошкольника является игровая коррекция агрессивного поведения.

Именно через игру можно пытаться решить некоторые проблемы агрессивного поведения.

Игра развивает у ребенка умение более эффективно разрешать проблемные ситуации и, конечно же, способствует развитию как интеллектуального, так и эмоционально-личностного развития.

Предлагаю игры, направленные на коррекцию агрессивности у дошкольников.

1. Игра «Злость лопнула»

1. Игра «Злость лопнула»

Эта игра может успокоить ребенка, снять психоэмоциональное напряжение, прогнать обиду, злость, отреагировать агрессии.

Дети выбирают для себя шары и надувают их. При надувании предложите им вдохнуть вместе с воздухом в шар свою злость, обиду, гнев и т.п.

После завязанные шары проколоть острой палочкой (зубочисткой), сказав при этом: «Злость лопнула!»

2. Упражнение «Золотая рыбка»

2. Упражнение «Золотая рыбка»

Цель: Снятие агрессивности, развитие навыков общения.

Все встают в круг, плотно прижавшись, друг к другу плечами, бедрами, ногами, взявшись за руки. Это – сеть. Водящий – золотая рыбка стоит в кругу. Его задача - выбраться из круга, а задача остальных не выпустить рыбку. Если водящему долго не удастся выбраться из сети, взрослый может попросить детей помочь рыбке.

3. Игра «Кляксы»

3. Игра «Кляксы»

Цель: снять у ребенка страх и состояние агрессии

Оборудование: чистые листы бумаги, жидкая краска (можно гуашь).

Предложите ребенку взять на кисточку немного краски любого цвета и плеснуть «кляксу» на лист. Сложите лист вдвое так, чтобы «клякса» отпечаталась на второй половине листа. Разверните лист и постарайтесь понять на кого или на что похожа полученная двухсторонняя «клякса».

Агрессивные или подавленные дети выбирают темные цвета и видят в своих кляксах агрессивные сюжеты (чудовищ, страшных пауков и т. д.) Через обсуждение страшного рисунка агрессия ребенка выходит, он освобождается от отрицательной энергии. Родители должны брать для своей кляксы обязательно яркие краски и придумывать приятные, спокойные ассоциации (бабочка), сказочные цветы, деревья и т. д.

4. Час "Тишины" и час "Можно"

4. Час "Тишины" и час "Можно"

Договоритесь с ребенком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть в доме будет «Час тишины». Ребенок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у Вас будет «Час «Можно»,

когда ребенку разрешается делать почти все: прыгать, кричать, брать машины, наряды, инструменты, обнимать родителей и висеть на низ.

5. Игра «Кулачок»

5. Игра «Кулачок»

Попросите ребенка вытянуть руку вперед и закрыть глаза. Положите ему на руку какую-нибудь маленькую игрушку, например, из киндер-сюрприза или конфетку и крепко-крепко сжать ее в руке. После попросите его открыть глаза и разжать кулачок. Пусть теперь посмотрит, во что он может превратить свой страх, свою злость.

6. Упражнение «Возьми себя в руки»

6. Упражнение «Возьми себя в руки»

Ребёнку говорят: «Как только ты почувствуешь, что ты забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, остановись на секунду. Поставь ноги чуть шире плеч, обхвати ладонями плечи и сильно прижми руки к груди, – это поза выдержанного человека».

7. Упражнение «Ёжик»

7. Упражнение «Ёжик»

Представь, что ты маленький ёжик и идешь по зимнему лесу. Вдруг подул сильный морозный ветер. Ёжик сжался в клубочек и задрожал от ледяного порыва. Но вдруг выглянуло солнышко и погладило

ёжика теплым лучиком по спинке и он развернулся, потянулся и улыбнулся ласковым лучикам.

8. Игра «Сердитые подушки»

Ребенок вбивает свои злинки и сердинки в подушки.

Педагог-психолог МБДОУ д/с №82
И.С. Картамышева
