

Агрессивное поведение дошкольников: причины, профилактика и коррекция.

*Ребенка можно сравнить с зеркалом.
Он отражает, а не излучает любовь.
Если ему дать любовь, он возвращает ее.
Если ничего не дать, ничего в ответ и не получишь.*
Р. Кэмпбелл

Все чаще и чаще можно услышать сегодня фразы: «Какой агрессивный ребенок! Откуда в нем столько агрессии?» Чтобы разобраться в этом, для начала важно знать, что агрессивность является нарушением поведения ребенка, а не симптомом психического заболевания. Необходимо помнить, что некоторые трудности в поведении детей носят возрастной характер и связаны с переживанием одного из кризисов развития (1 года, 3 и 7 лет). И эти периоды в жизни ребенка, несмотря на всю сложность, свидетельствуют о нормальном ходе процесса психического развития дошкольника.

Итак, что же такое агрессия?

Агрессия – мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности).

Эмоциональная основа агрессии – гнев.

Агрессия (гнев) присуща каждому человеку, так как является инстинктивной формой поведения, основной целью которой является самозащита и выживание в мире. Но человек, в отличие от животных, с возрастом приучается трансформировать свои природные агрессивные инстинкты в социально приемлемые способы реагирования, т.е. у нормальных людей происходит социализация агрессии.

Агрессия – происходит от латинского *aggredi*, что означает «нападать».

До нач. 19 века агрессивным считалось любое активное поведение, как доброжелательное, так и враждебное. Позже под агрессией стали понимать более узкое враждебное поведение в отношении окружающих.

Виды агрессии:

- физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица или объекта;
- вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание вербальных реакций (угроза, проклятья, ругань);

Агрессивное поведение детей дошкольного возраста выражается всегда по-разному. И это поведение можно разделить на несколько видов:

1. **Внешняя агрессия** – она направлена на окружающих людей, животных, игрушки. Ребенок может кричать, обзывать, угрожать, дразнить окружающих. Так же он может свою агрессию выражать жестами – пригрозить кулаком или пальцем, кривляться, передразнивать. Помимо устной и жестовой агрессии, ребенок может перейти и к физической, т.е. он может укусить, поцарапать, подраться, ущипнуть или толкнуть.
2. **Внутренняя агрессия** – эта агрессия направлена на самого себя. Ребёнок может себе кусать ногти, биться головой об стену, кусать свои губы, выдергивать ресницы или брови.

Впервые агрессия у детей появляется в конце 1-го года жизни, когда ребенок уже в состоянии связывать свои чувства гнева, злости со взрослым, их вызывающим. Его направленный гнев является формой протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением.

Причины агрессивного поведения

1. Копирование образца агрессивного поведения. Дисгармонические отношения родителей, жестокое обращение с детьми или по отношению к другим людям. Разрешение на агрессию, одобрение агрессивного поведения.
2. Воздействие средств массовой информации. Систематический просмотр фильмов-ужасов, фильмов со сценами жестокости, насилия, агрессивных компьютерных игр.
3. Проявление психического заболевания (психопатии, нарушения интеллекта, РАС...)

Профилактика агрессивного поведения.

«Не воспитывайте детей, воспитывайте себя, потому что всё равно они будут похожи на вас».

Ограничьте поступление в жизнь ребёнка сцен агрессивного поведения (дайте пример эффективного поведения и исключите наносную агрессию СМИ)

Коррекция агрессивного поведения

- Выявление и устранение причины

- Научить чувствовать состояние гнева, выражать своё состояние и выплёскивать напряжение на неживой объект (отреагирование, перенос, сублимация)
- Формирование способов эффективного поведения (беседы, сказкотерапия, драматизации, игровые технологии)
- Обучение релаксации и саморегуляции состояния
- Обязательно запрет на физическую агрессию и наказание (но не физическое).

Игровые технологии коррекции неконструктивного поведения детей

1. Игры с правилами
2. Игры-соревнования
3. Игры – драматизации.
4. Коллективные дидактические игры.
5. Сюжетно-ролевая игра.
6. Психотехнические освобождающие игры. Режиссерские игры.
7. Народная игра.

Рекомендации педагогам:

- Необходимо сообщить о подобном поведении родителям и предложить консультацию психолога
- Контролировать конфликтные ситуации среди сверстников
- Сохранять спокойствие и объяснить недопустимость такого поведения
- Показать, что Вы понимаете эмоции ребёнка: «Ты рассердился потому что...»
- Предложить конструктивный вариант решения конфликта, учить выражать недовольство словами и контролировать агрессию
- Не навешивать на ребёнка ярлык «монстра, изгоя» в группе, а постараться помочь ему. Поощрять за малейшие проявления позитивного общения.
- Работать с семьёй ребёнка – тактично подсказывая приёмы коррекции агрессии.

Причины появления агрессии у детей могут быть самыми разными. Возникновению агрессивных качеств способствуют некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга. Огромную роль в развитии тех или иных качеств ребенка играет воспитание в семье, причем с первых дней жизни ребенка. Вероятно, это может быть результат воспитания и начальных годов жизни: минимальное общение с матерью, недостаток ласки, частые необоснованные наказания.

Социолог М. Мид доказала, что в тех случаях, когда детей резко отлучают от груди и общение с матерью сводят к минимуму, у них формируются такие качества, как тревожность, подозрительность, жестокость, агрессивность,

эгоизм. И наоборот, когда в общении с ребенком присутствуют мягкость, он окружен заботой и вниманием, эти качества не вырабатываются.

На становление агрессивного поведения большое влияние оказывает характер наказаний, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего ребенка. В таких ситуациях могут быть использованы два полярных метода воздействия: либо снисходительность, либо строгость. Как это ни парадоксально, агрессивные дети одинаково часто встречаются и у слишком мягких родителей, и у очень строгих. Наказания, применяемые взрослыми, следует также рассматривать как акты агрессии, которые лишают детей возможности радостного проживания своего детства. Дети привыкают к безрадостности. Безрадостные дети – это страшно. Это может у них остаться на всю жизнь. Печально, что такие дети, вырастая, воспринимают будущее как безрадостный мир, лишенный гармонии.

Исследования показали, что родители, резко подавляющие агрессивность у своих детей, вопреки своим ожиданиям не устраняют это качество, а, напротив, возвращают его, развивая в своем сыне или дочери чрезмерную агрессивность, которая будет проявляться даже в зрелые годы. Ведь всем известно, что зло порождает только зло, а агрессия – агрессию.

Кроме того, существует мнение, что, если малыш растет в атмосфере грубости, нетерпимости, жестокости, если для доказательства своей правоты родители прибегают к насилию, в ребенке формируется агрессивное начало. Поведение родителей с ребенком и друг с другом – это самый первый и значимый образец для ребенка. Зачастую в гневе ребенок может ответить взрослому его же словами и действиями.

Как отрицательный факт, способствующий проявлению агрессивного поведения, многими исследователями выделяется авторитарный стиль общения в семье, когда взрослые, чувствуя свое превосходство, добиваются от детей слепого, беспрекословного подчинения, исключая любое объяснение, аргументацию: злоупотребляют отрицательными оценками. При таком стиле общения и воспитания уровень требований и контроль за поведением сверхвысокий, строгость и наказание – основное педагогическое средство. Дети переносят стиль семейных отношений в сферу общения с товарищами в детском саду, во дворе, а потом, повзрослев, в систему общения во вновь образуемую семью.

Неблагоприятный климат в семье является источником агрессивного поведения детей. Ссоры и драки между родителями, а также агрессивное поведение их с другими людьми оказывают влияние на поведение ребенка со сверстниками. Зависимость между агрессивностью и злобностью детей, с одной стороны, и распрями между родителями с другой стороны, подтверждаются исследованиями психологов. Представляемые родителями модели поведения влияют на детей. Роль модели доля подражания может выполнять не только поведение родителей, но и их взгляды, система ценностей и отношений. Сочетание таких различных способов моделирования агрессии, как само агрессивное

поведение родителей и одобрение ими агрессивного поведения других являются предпосылками агрессивного поведения их детей.

Дети с высоким уровнем тревожности чаще других проявляют агрессивные действия, которые выступают в качестве:

1. средства достижения какой-нибудь значимой цели;
2. как способ психической разрядки, замещения, удовлетворения блокированной потребности и переключения деятельности;
3. как способ удовлетворения потребности в самореализации и самоутверждении.

Состояние агрессии может быть внешне ярко выражено в драчливости, грубости, «задиристости», а может иметь форму скрытного недоброжелательства и озлобленности.

Уже в раннем возрасте дети стремятся управлять чувством враждебности. Они осваивают способы удовлетворять свою ярость с меньшим ущербом для любящих родителей. Враждебные чувства перемещаются во враждебный акт, направленный на другого человека.

Когда дети действуют агрессивно, стараясь причинить боль другому, мы можем предположить, что они поступают так потому, что ранее они сами страдали, и их эмоциональное «Я» было ущемлено. Таким образом, деструктивная враждебность вызывается попытками самоутвердиться и контролировать жизненные ситуации. Ошибки, недоработки, упущения в воспитательной работе, нарушения детско-родительских отношений приводят к неадекватному эмоциональному реагированию, неуверенности в себе, неустойчивости самооценки. Ощущение неуверенности ведет к тому, что дети нуждаются в постоянном признании, похвале, высокой оценке, в неизменной симпатии сверстников и взрослых. Эти стремления становятся навязчивыми и приобретают агрессивные черты, если встречаются препятствия на пути своей реализации.

Хвастливость, манерность, капризность и упрямство являются проявлениями агрессии дошкольника. Которая скрывает неуверенность ребенка в себе. Дети с агрессивным поведением любят подшучивать над другими, высмеивать их, искать чужие недостатки, ошибки. Теми же причинами обусловлено желание портить чужую работу, общую игру; вместо тактики «договориться» они используют целую гамму негативных тактик: «перекричать», «дуться», «применить физическое насилие» и т.д.

У таких детей в повседневной жизни проявляются различные виды агрессии:

1. ребенок ругается, прикрикивает;
2. злорадный смех, циничные замечания, насмешка;
3. кричит, орет, ругает взрослых и детей;
4. плюется, таскает за волосы, боксирует, царапается;
5. коварная подножка, убирает стул, толкается, злорадный отказ от помощи;
6. бьет, толкает, кусает, царапает, таскает за волосы;

7. ругает собственное поведение, иронизирует над собой, оскорбляет себя;
8. грызет ногти, рвет на себе волосы, бьет по голове;
9. ругает предметы, проклиная, обзывает их;
10. повреждение предметов, наступает, разрывает, громко хлопает дверью, бросает вещи в воздух.

Агрессивное поведение чаще встречается у мальчиков. Это может иметь объяснения в том, что дошкольники стараются идентифицировать себя с родителями того же пола.

Укреплению агрессивных форм поведения у ребенка способствуют:

- скандалы в семье;
- применение физической силы во время семейных ссор (драки);
- грубое, жестокое обращение с ребенком;
- привлечение его к посещению (просмотру) жестоких спортивных состязаний: бокса, боев без правил и т. п.;
- просмотр боевиков, сцен насилия, как в художественных, так и в мультипликационных фильмах;
- одобрение агрессивного поведения как способа решения конфликта, проблемы: «А ты тоже его ударь», «И ты сломай», «А ты что, отнять не можешь?!»

Психологический портрет агрессивного ребёнка

Детская агрессия, особенно в дошкольном возрасте - это, в первую очередь отражение внутреннего дискомфорта, неспособность адекватно отвечать на происходящие события. Агрессивный ребёнок чаще других чувствует себя ненужным. Он пытается привлечь внимание и получается у него это «в меру своих сил и своего жизненного опыта». Агрессивные дети обычно не относят себя к агрессивным, а наоборот думают, что окружающие его люди агрессивные, им трудно распознать другие эмоции кроме агрессии. Если Вы заметили признаки агрессии у своего ребенка, Вы немедленно должны ему помочь.

Признаки агрессивного поведения дошкольника:

- Постоянно теряет контроль над собой.
- Слишком говорлив, чрезмерно подвижен.
- Не понимает чувств и переживаний других детей.
- Часто специально раздражает, спорит и ругается со взрослыми.
- Создает конфликтные ситуации.
- Постоянно винит других в своих ошибках.
- Суетлив, импульсивен.
- Часто дерется, сердится.
- Не может адекватно оценить свое поведение.
- Имеет мускульное напряжение.
- Мало и беспокойно спит
- Отказывается участвовать в коллективных играх

- Отказывается выполнять правила.
 - Завистлив, мстителен.
 - Чувствителен, резко реагирует на различные действия окружающих, нередко раздражающих его.
- Делать какие-либо предположения о наличии агрессии у ребенка, можно тогда, когда на протяжении **не менее шести месяцев** в его поведении наблюдаются хотя бы четыре из перечисленных признаков.

Профилактика агрессивного поведения.

Родителям и педагогам следует сконцентрироваться на формировании желательного поведения у ребенка, а не на искоренении нежелательных проявлений характера у ребенка. Важное условие предупреждения агрессивности в поведении – это последовательность в действиях по отношению к детям. Наибольший уровень проявления агрессивности демонстрируют те дети, которые не знают, какая реакция родителей последует за поведением ребенка. В целом, требования по отношению к детям должны быть разумными, тогда как на их выполнении необходимо настаивать, явно показывая, чего от них ждут.

Следует избегать немотивированного применения угроз или силы для контроля детского поведения. Чрезмерное злоупотребление такого рода мерами воздействия способствует формированию у них аналогичного поведения, а также выступает в качестве причин проявления в их характере таких особенностей, как злость, упрямство и жестокость.

Важно помочь ребенку научиться владеть собой, контролировать собственное поведение. Дети должны иметь представление о последствиях того или иного своего поведения, а также знать о том, как их действия могут восприниматься окружающими людьми. Следует также обсуждать педагогам спорные моменты с родителями и объяснять причины тех или иных поступков, все это способствует формированию и развитию такой важной характеристики, как чувства ответственности за поведение у родителей.

Ребенок имеет право выражать собственные негативные эмоции, вместе с тем, делать это он должен не только посредством крика, визга, драк, ломания и швыряния игрушек. Необходимо дать понять ребенку, что его агрессивное поведение никогда не принесет выгоды. Следует учить детей выражать собственные переживания, называть все своими именами. Важно помнить о том, что чем больше агрессии со стороны взрослого, то тем больше враждебности зарождается в душе ребенка. Не имея возможности ответить своим обидчикам, ребенок начинает отыгрываться на младших или более слабых детях или на животных.

Для ребенка порой важно просто понимание, и даже одно доброе и ласковое слово способствует снятию агрессивности у ребенка. В других случаях только сочувствия или только принятия ребенку может быть недостаточно.

Основная задача и педагогов и родителей заключается в том, чтобы научить дошкольника правильным образом направлять и проявлять собственные чувства, то есть обучить ребенка разряжаться – избавляться от негативных чувств и эмоций, но только социально приемлемыми способами.

Дайте выход гневу!

Психологи рекомендуют в момент наивысшего накала страстей, **дать возможность ребёнку выплеснуть свою агрессию**, сделать то, что он хочет: например вместе с ним нарисовать обидчика, представить его в самых разных ситуациях, написать, то что хочет Ваш ребенок или сделать запись под его диктовку. Отмечено, что вовремя не выплеснувший свой гнев и агрессию ребёнок, пойдёт иному пути, пути мести.

Вместе с тем, не стоит пытаться полностью отгородить ребенка от негативных переживаний. В повседневной жизни избежать обиды, гнева очень и очень сложно. Важно обучить ребенка противостоять агрессорам, а не копировать их, а также говорить «нет», не поддаваться на провокации, с юмором относиться к мелким неудачам и знать, что взрослые всегда помогут.

В любом случае, важно помнить о том, что только личный пример и формирование таких качеств, как сопереживание, сочувствие, желание помогать другим людям, способно противостоять агрессии и всему тому негативу, что окружают любого человека.

Методические средства в профилактике и преодолении агрессивного поведения детей.

- Игровая терапия;
- Психогимнастика;
- Релаксация;
- Арт-терапия.

Система педагогической работы:

Цель:- снизить проявления агрессивности в поведении детей на основе выстраивания конструктивного отношения к миру в противовес деструктивному.

Задачи:

- Снять эмоциональное напряжение, возбуждение и аффективные реакции детей;
- Формировать эмоциональное осознание своего поведения;
- Обучить детей навыкам самоорганизации и саморегуляции действий, поступков, эмоциональных состояний ;
- Формировать социально приемлемые, адекватные способы выражения гнева и агрессивности;
- Развивать умение распознавать эмоциональное состояние другого человека;
- Развивать коммуникативные стороны общения, обогатить опыт общения навыками конструктивного, адекватного поведения;
- Воспитывать доброжелательное отношение к окружающему миру.

УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ ПРИЕМЛЕМЫМ СПОСОБАМ РАЗРЯДКИ ГНЕВА И АГРЕССИВНОСТИ.

- Бить подушку или боксерскую грушу.
- Топать ногами.

- Написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу.
- Втирать пластилин в картонку или бумагу.
- Посчитать до десяти.
- Самое конструктивное - спортивные игры, бег.
- Вода хорошо снимает агрессию.
- Комкать и рвать бумагу.

РЕЛАКСАЦИОННЫЕ ТЕХНИКИ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ОБУЧЕНИЕ РЕБЕНКА УПРАВЛЕНИЮ СВОИМ ГНЕВОМ И СНИЖЕНИЕ УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ.

У агрессивных детей отмечается высокий уровень мышечного напряжения. Особенно он высок в области рук, лица, шеи, плеч, грудной клетки и живота. Такие дети нуждаются в мышечной релаксации. Релаксационные упражнения лучше проводить под спокойную музыку.

Регулярное выполнение релаксационных упражнений делает ребенка более спокойным, уравновешенным, а также позволяет ребенку лучше понять, осознать чувство собственного гнева. Релаксационные упражнения позволяют ребенку овладеть навыками саморегуляции и сохранить более ровное эмоциональное состояние. Примером может служить **упражнение “Апельсин”**:

Дети лежат на спине, голова чуть набок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Попросите детей представить, что к их правой руке подкатывается апельсин, пусть они возьмут его в руку и начнут выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень сильно напряжена 8-10 сек.)

«Разожмите кулачек, откатите апельсин (некоторые дети представляют что они выжили сок) ручка теплая ..., мягкая.., отдыхает...»

Затем апельсин подкатился к левой руке. И та же процедура выполняется с левой рукой. Желательно делать упражнения 2 раза (при этом поменять фрукты), если оно выполняется только одно; если в комплексе с другими упражнениями - достаточного одного раза (с левой и правой рукой).

«Сильный ветер».

(этюд на осознание собственных мышечных и эмоциональных ощущений)

Ветер подул такой сильный. Никак не дает подняться. Прямо к земле валит. Встали гномики на четвереньки, так легче против ветра подняться. Поставили ножки пошире, устойчивее, чуть вперед наклонились, голову ручками прикрываем и идем против ветра. Ветер на нас давит, идти не дает. А гномики хитрее, то одним боком, то другим повернутся, ножки пошире ставят. Вот уже до леса дошли, здесь ветер нас не достанет. Ух, пришли!

«Шарик».

Цель: расслабление мышц живота.

Представьте, что вы надуваете воздушный шар. Положите руку на живот.

Надувайте живот, будто это большой воздушный шар. Мышцы живота

напрягаются. Это сильное напряжение неприятно! Сделайте спокойный вдох

животом так, чтобы рукой почувствовать небольшое напряжение мышц. Плечи не поднимайте. Вдох – пауза, выдох – пауза. Мышцы живота расслабились. Стали мягкими. Теперь легко сделать новый вдох. Воздух сам легко входит внутрь. И выдох свободный, ненапряженный!

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (вдох).

Шарик лопнул, выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем.

Игры на «снятие» агрессивного поведения.

Игра "ОБЗЫВАЛКИ"

Цель: эта игра вносит оживление в группу, помогает выплеснуть гнев в приемлемой форме, полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Кроме того, игра может помочь воспитателю провести занятие по классификации.

Содержание: Участники игры, передавая мяч по кругу, называют друг друга разными необходимыми словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели.) Каждое обращение должно начинаться со слов: А ты . . . морковка."

В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: "А ты .. солнышко".

Примечание: Игра будет полезна, если проводить ее в быстром темпе, а перед началом следует предупредить детей, что это только игра и обижаться друг на друга не надо.

Игра "ЖУЖА"

Цель: Игра учит агрессивных детей быть менее обидчивыми, а также дает возможность посмотреть на себя глазами окружающих, "побыть в шкуре" того, кого они обычно обижают не задумываясь.

Содержание: "Жужа" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее, щекочут. "Жужа" терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за "обидчиками" вокруг стула, стараясь задеть их полотенцем по спинам.

Примечание: Воспитатель должен следить, чтобы "дразнилки" не были слишком обидными.

Игра "КОРОЛЬ"

Цель: Эта игра предоставляет детям возможность на некоторое время оказаться в центре внимания, при этом никого не смущая и не обижая. Наиболее полезна она для стеснительных и агрессивных детей. Они получают право высказывать все свои желания, не боясь "потерять лицо".

Содержание: Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого?

В этой игре вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно, а минут на десять. Все остальные дети становятся слугами и должны делать все, что приказывает король. Естественно, король не имеет права отдавать такие приказы, которые могут обидеть других детей, но он может позволить себе многое. Например, чтобы его носили на руках, кланялись, чтобы подавали питье, чтобы слуги были у него "на посылках" и т.д.

Примечание: Пусть со временем каждый ребенок получит возможность побыть королем. Сразу надо сказать детям, что наступит очередь каждого. За один раз в этой роли могут побыть 2-3 ребенка. Когда время правления короля закончится, на групповом сборе обсудите полученный в игре опыт. Это поможет следующим королям соизмерять свои желания с внутренними возможностями других детей и войти в историю добрым королем.

Игра "ВОРВИСЬ В КРУГ"

Цель: Дети, по какой-либо причине чувствующие себя отвергнутыми, склонны исполнять либо роль тирана, проявляя при этом особенно агрессивное поведение, либо жертвы. Эта игра поможет им проанализировать свое чувство отверженности и обсудить возможные варианты конструктивного поведения в подобных ситуациях.

Содержание: Кто из вас бывал когда-нибудь в ситуации, когда другие дети не принимали его в игру? Что вы делали в таких случаях? Что происходит, если одного и того же ребенка постоянно не принимают в игру?

Встаньте в один большой круг и крепко сцепитесь руками, один ребенок должен остаться за кругом и попытаться прорваться в круг. Как только ему это удастся, следующий должен выйти за круг и попытаться прорваться в него и остаться в нем. Будьте осторожны, чтобы никому не причинить боль.

Примечание: Дайте возможность как можно большему числу детей собственными силами проникнуть в круг. Если ребенок оказывается не в состоянии сделать это, проследите, пожалуйста, чтобы он находился вне круга не более одной минуты. Дети должны пропустить этого ребенка в круг, а кто-то другой выходит и продолжает игру.

Игра "ДАВАЙТЕ ПОЗДОРОВАЕМСЯ"

Цель: Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст возможность агрессивному ребенку почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности.

Содержание: Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом: 1 хлопок — здороваемся за руку, 2 хлопка — здороваемся плечиками, 3 хлопка — здороваемся спинками.

Примечание: Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

Рекомендации родителям по профилактике агрессивного поведения:

- Будьте терпеливы и внимательны к нуждам вашего ребенка;
- Дети копируют поведение родителей. Покажите ребенку неагрессивную модель поведения;
- Не ссорьтесь и не выясняйте отношения в присутствии ребенка;
- Если ребенок что-то сделал не так, критиковать нужно не ребенка вообще, а его конкретный неправильный поступок;
- Будьте последовательны в применении наказаний. Они не должны быть унижительными для малыша;
- Обучайте ребенка приемлемым формам проявления негативных эмоций. Отрабатывайте с ним умение неагрессивно реагировать в сложных ситуациях;
- Развивайте в малыше способность к сочувствию и умение брать ответственность за свои поступки на себя;
- Окружите своего ребенка заботой и любовью. Дайте ему понять, что вы всегда поддержите его и будете на его стороне в трудных ситуациях.
- Упорядочить систему требований, следите за своими поступками, показывая личный (положительный) пример.
- Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
- Дайте понять ребенку, что вы его любите таким, какой он есть.
- Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
- Направьте его энергию в положительное русло, напр: в спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (бокс, ушу, рисование, пение, плавание, бег)
- Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
- Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.
- На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
- Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдания близким людям.
- Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый (например скажите ему: Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!)
- Если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему можно предложить, громко спеть любимую песню, пробежать несколько кругов возле дома или вокруг сада, покидать мяч об стену, порвать бумагу; устроить соревнование «Кто громче крикнет?», «Кто выше прыгнет?», «Кто быстрее пробежит?»

Работа родителей с детьми:

Если у ребенка появляются приступы агрессии, то необходимо знать, в чем заключается коррекция агрессивного поведения у детей, и сразу же начинать ее проводить.

1. Для начала взрослым нужно работать над собой, ведь их поступки и поведение всегда служат примером для детей. При ребенке не должно быть никаких ссор и конфликтов.
2. Не нужно родителям наказывать ребенка по любому поводу. Ребенок больше нуждается в любви и понимании, а не в постоянных наказаниях.
3. Когда ребенка начинает одолевать злоба, нужно постараться сразу переключить его внимание на что-то интересное и увлекательное.
4. Если ребенок проявил агрессию, нагрубил или кого-то обидел, нужно с ним поговорить. Объяснить, что так поступать нехорошо, что такие поступки огорчают маму или папу, но при этом любить меньше его никто не стал. Он должен чувствовать поддержку своих близких.
5. Если ребенку нужно избавиться от негативных эмоций, можно предложить ему побить подушку или порвать старые газеты. А также специально для этой цели купить боксерскую грушу.
6. Проводите с вашим ребенком больше времени, спокойно разговаривайте с ним о том, что делается в детском саду, интересуйтесь тем, как там играют, как гуляют, а не только тем, какие проводятся занятия
7. Ищите вместе с ребенком способы разрешения конфликтов, не побуждая его дать сдачи или как-либо еще защититься физически.
8. Помогите своему малышу не утверждаться в образе «трудного ребенка» и не поддерживайте этот его образ в глазах воспитателей. Вы легче добьетесь положительных результатов, если вместо того, чтобы конфликтовать с детским садом, будете рассматривать ситуацию с вашим ребенком критически.

Профилактика агрессивного поведения детей заключается в следующем:

- Нужно следить за содержанием фильмов и мультфильмов, которые просматривает ребенок.
 - Следить за друзьями ребенка, их поведением. А так же ознакомиться с играми, в которые они играют.
-
- Развивать любовь и доброжелательные отношения с братиками и сестренками.
 - И главное любить и понимать своего ребенка.
-

Если профилактика агрессивного поведения детей будет проводиться постоянно, то агрессия ребенка может и не коснуться.

Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные ниже. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры), а также с друзьями своего ребёнка. Самое главное – попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.

"ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ"

(для детей с 4 лет)

Каждому участнику даётся "пыльная подушка". Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её "почистить".

"ДЕТСКИЙ ФУТБОЛ"

(для детей с 4 лет)

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья – обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.

Примечание: взрослый следит за соблюдением правил – нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

"ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС "МОЖНО"

(для детей с 4 лет)

Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час "можно", когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть на них и т.д.

Примечание: "часы" можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

"ПАДАЮЩАЯ БАШНЯ"

(для детей с 5 лет)

Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника – штурмом взять её (запрыгнуть), издавая победные крики типа:

"А-а-а", "Ура!" и т.д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив её стены.

Примечание:

- Каждый участник может сам себе построить башню такой высоты, которую, по его мнению, он способен покорить.
- После каждого штурма "болельщики" издают громкие крики одобрения и восхищения: "Молодец!", "Здорово!", "Победа!" и т.д.