

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Иркутского районного муниципального образования
«Хомутовский детский сад №1»**

**Консультация для родителей
на тему: «Агрессивность у детей»**

**Подготовила: педагог-психолог
Филиппова С.С.**

с.Хомутово,2018

Рекомендации родителям в случае проявления их детьми агрессивного поведения:

1. Не оскорбляйте ребенка, не обзывайте его. Осуждайте именно действие, поступок, а не личность ребенка в целом.

2. Постарайтесь исключить агрессию из окружающего мира ребенка (наказания, сверстники, телефильмы, грубые фразы в разговоре и т. д.). Особое место уделяйте формированию круга интересов детей, учитывая особенности его характера и способностей. Привлекайте к положительно формирующим личность занятиям: чтению, музыке, спорту и т. д.

3. Старайтесь чаще общаться «на равных», чтобы вовремя заметить тревожные «звоночки» и понять, чем они вызваны. Прислушивайтесь к чувствам своего ребёнка, поощряя их откровенность. Но потом не используйте эту информацию для наказания или для упреков. Важно, чтобы и сам взрослый умел описать и выразить свое эмоциональное состояние.

4. Если ребенок просит вас уделить ему внимание, а вы в данный момент не можете этого сделать, то не отмахивайтесь, тем более, не раздражайтесь на него за назойливость. Будьте внимательны к желаниям своего ребенка, постарайтесь выделить время на общение с ним.

5. Контролируйте собственные агрессивные импульсы. Помните, что дети учатся приемам социального взаимодействия, прежде всего, путем наблюдения за поведением окружающих людей (в первую очередь, родителей). Старайтесь, чтобы Ваши слова не расходились с делами.

6. Не подавляйте проявление агрессии ребенком, иначе подавленные агрессивные импульсы могут нанести серьезный вред его здоровью. Научите его выражать свои враждебные чувства социально приемлемым способом: словом или в рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих, в спорте.

7. Уважайте личность в вашем ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства.

8. Не забывайте хвалить ребенка за старательность. Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими.

Рекомендации родителям по коррекции агрессивного поведения у детей с ОВЗ:

1. Работа с гневом. Обучите агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева.

2. Помогите ребенку осваивать конструктивные способы преодоления препятствий, разрешения проблем; покажите, что есть более эффективные и

безопасные для всех способы, чем физическое нападение; объясните, что агрессия дает только временный успех.

3. Не заражайте ребенка собственными агрессивными реакциями на какие-то события.

4. Формируйте способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию и т. д.

5. Помогите ему лучше узнать себя и других людей. Не исключено, что ребенок ведет себя агрессивно, потому что не видит другого способа самоутвердиться или воспринимает мир как враждебный. Не унижайте и не оскорбляйте ребенка; обеспечьте ему чувство защищенности.

6. Объяснения, почему «нельзя», не должны быть долгими, иначе они неэффективны. Такой ребенок вряд ли будет понимать вашу аргументацию, а, скорее всего, просто не услышит вас.

7. Агрессивный ребенок нуждается, прежде всего, не в усмирении любой ценой, а в понимании его проблем и в помощи взрослого.

Игры по коррекции агрессивного поведения

Игра «Испорченный телефон»

Цель: развитие умения понимать других детей на вербальном уровне, снять эмоциональное напряжение.

Описание игры: игра для 5-6 человек. Дети садятся в одну линию. Ведущий шепотом спрашивает одного ребенка, как он провел выходные дни, а после этого говорит всем детям: «Как интересно рассказал мне Саша про свои выходные дни! Хотите узнать, что он делал и что он мне рассказал? Тогда Саша шепотом на ушко расскажет об этом своему соседу. И так по цепочке мы все узнаем о том, что делал Саша». Взрослый советует детям, как лучше понять и передать, что говорит сверстник: нужно сесть поближе, смотреть ему в глаза и не отвлекаться на посторонние звуки (можно даже зажать другое ухо рукой). Когда все дети передадут свои сообщения соседям, последний громко объявляет, что ему сказали и как он понял, что Саша делал в выходные. Все дети сравнивают, насколько изменился смысл передаваемой информации. Если первому ребенку трудно сформулировать четкое сообщение, «запустить» цепочку может взрослый. Начинать игру можно с любой фразы, лучше, если она будет необычная и смешная. Например: «У собаки длинный нос, а у кошки длинный хвост» или «Когда птички зевают, они рот не открывают». Иногда дети специально, ради шутки искажают содержание полученной информации, и тогда можно констатировать, что телефон совершенно испорченный и нуждается в починке. Нужно выбрать мастера, который найдет «поломку и сможет ее устранить». Мастер

понарошку «чинит» телефон, и после следующего круга все оценивают, стали телефон работать лучше.

Игра «Запрещенные движения»

Ведущий становится перед участниками игры. Они следят за его движениями и повторяют все движения, кроме запрещенного, которое называется преждевременно. Тот, кто нарушает правила, выбывает из игры.

Упражнение № 1 «Приветствие»

Процедура проведения: участники сидят в кругу. Ведущий выходит в круг, выбирает следующего человека, подходит к нему, здоровается, пожимая руки. Вышедший участник свободной рукой приветствует другого. Образуется цепочка, в которой игроки держатся за руки. По команде ведущего громко говорят друг другу «Здравствуйте!».

Упражнение № 2 «Поменяйтесь местами те, кто...»

Процедура проведения: участникам предлагается встать и поменяться местами в соответствии с правилами известной игры «Поменяйтесь местами те, кто...» по какому-либо признаку. Все сидят по кругу. Ведущий (без стула, в центре круга), например, говорит: Поменяйтесь местами те, кто любит болтать по телефону; кто любит красный цвет; кто любит мороженое; у кого есть дома собака (кошка); кто любит ходить в кино, кто любит петь; кто любит танцевать; кому сколько лет; кто первый раз участвует в тренинге; любит ли читать фэнтези; любит ли смотреть телесериалы; любимый вид спорта (волейбол, баскетбол).

Методика «Наши чувства».

Цель: посредством ознакомления детей с положительными эмоциями, вербальным и не вербальным общением, а так же отреагированием негативного опыта, мы учим их справляться с агрессией.

Материалы: карточки с названием чувств: радость, огорчение, обида, вдохновение, страх, удовольствие, гнев, стыд, восхищение, благодарность, удивление, злость, отвращение, облегчение, нетерпение, испуг, смущение, печаль.

Процедура: предложить ребёнку разделить карточки на две группы, в которой одни чувства будут положительными, а в другой, отрицательные. А потом постараться вместе придумать разные ситуации, в которых они будут проявляться. После этого, дать ребёнку задание нарисовать те чувства, которые ему больше всего нравятся, и рассказать почему.

Методика «Маленький секрет».

Цель: восстановление позитивного эмоционального состояния помогает детям избавляться от негативных импульсов и агрессивного поведения.

Материалы: лист бумаги, цветные карандаши.

Процедура: «Сядь поудобней, сделай 2 –3 глубоких вдоха, закрой глаза. Сосредоточься и вспомни своё любимое место, где ты любишь быть, где тебе

спокойно и хорошо, если такого нет, придумай его. Звуки, цвета, окружающие предметы в этом месте, какие они.... Поиграй там некоторое время. А теперь ещё раз глубоко вдохни, оглядись и запомни, открой глаза.

Попробуй нарисовать это место, что ты представил».

Затем вместе с ребёнком обсудить картинку, о чём он думал, на что это всё похоже и т.д.

Время процедуры: час, час двадцать.

Методика «Мои эмоции».

Цель: ролевое проигрывание жизненных ситуаций, вживание в роль. Возникающие чувства и переживания учат детей искать альтернативные варианты поведения, нежели агрессия.

Материалы: картон, детский конструктор, кукольный театр, либо обычные игрушки (мишки, солдатики, куклы, машинки и т.д.)

Процедура: Проводится на примере сказок, либо вместе с ребёнком придумываются различные истории, где ребёнок придумывает персонажей и наделяет их определёнными качествами и поведением. Затем истории проигрываются, их можно записывать на камеру, а потом вместе с ребёнком просматривать и выделять персонажей, на сколько их задуманный образ получилось передать, какие качества этот образ подчёркивали, каким героем ему больше нравилось быть и почему. Если отрицательным, то побеседовать о том, что же не хватает положительному герою, что бы быть лучшим и как ему этого достичь. Придумать сказку, где положительный персонаж постепенно наделяется теми качествами, что нравятся ребёнку в отрицательном герое и что из этого в итоге получается.

Постараться переместить героев к концу 3 – 4 занятию в реальную жизнь.

Методика «Театр из пластилина».

Цель: выход агрессии, спровоцированной на кукол из пластилина.

Материалы: коробка с пластилином, палочки, веточки, а так же маленькие игрушки и конструктор.

Процедура: первый этап может быть осуществлён по принципу методики «мои эмоции», но с добавлением агрессивной окраски. Например: игра крепость. Ребёнок строит один лагерь из пластилина, а другой из конструктора, одной из сторон объявляется война. Разыгрывается нападение, дальнейший ход придумывает ребёнок, будет ли кто - то победителем или он всё разрушит, консультант остаётся здесь зрителем и лишь поддерживает динамику процесса высвобождения агрессии.

В момент, когда консультант почувствует, что агрессивные импульсы стали постепенно угасать в игре, ему следует постараться постепенно, посредством новых историй научить ребёнка понимать и контролировать свои порывы. А так же объяснить, чем они будут мешать в жизни «главного героя», и постараться обратить внимания ребёнка на то, что негативные чувства других в большинстве случаев можно обратить в добрые.

Количество встреч и работы по данной методике в целом определяет сам консультант, но для достижения наилучшего терапевтического эффекта должно быть проведено не меньше 10 занятий.

Методика «Каракули».

Цель: создание непринуждённой обстановки, налаживание контакта, освобождение ребёнка от торможений и благодаря чему его каракули становятся более спонтанными.

Материалы: простой карандаш, лист ватмана и цветные карандаши.

Процедура: Ребёнку предлагается, вовлекая всё тело, размашистыми движениями нарисовать какую ни будь каракулю в воздухе. После того, как он испытывает свободу движений, то может с закрытыми глазами перенести это на бумагу. Когда каракули уже готовы, ребёнок должен рассмотреть их со всех сторон, пока какая - либо форма не ассоциируется с некой темой.

Все эти действия ведут обычно к беседе о различных замеченных формах, фигурок и образов, некоторые обнаруживают и не одну, выделяя их более яркими цветами, иногда из этого рождается спонтанно придуманная история.

Здесь консультанту следует обратить внимание на используемые при раскраске цвета, а так же и на увиденные образы. Если ребёнок рассказывает какую то историю по нарисованной картинке, уточните, у него роли персонажей и кого они ему напоминают, на кого похожи.

Методика «Картина мира».

Цель: Изучение индивидуальных особенностей образа мира. А так же личностного восприятия «своего мира», на сколько его восприятие негативное у данного ребёнка.

Материал: лист бумаги размером 250 / 150 см, карандаш и ручки.

Процедура: Даётся инструкция нарисовать картину мира, то есть мир, его образ, как ты его себе представляешь. После этого, ребёнка просят изобразить его собственный мир, на что он похож.

Интерпретация: существует пять основных видов рисунков:

1. «Планетарная картина мира» - изображение земного шара, других планет солнечной системы – когнитивная картина мира в форме общепринятых нормативных знаний, приобретаемых в школе.

2. «Пейзажная картина мира» - в виде городского или сельского пейзажа с присутствием людей, животных, деревьев, цветов и т.п. – по самоотчётам – желаемая картина своего окружения.

3. «Непосредственное окружение», обстановка вокруг себя, своего дома, какая есть на самом деле, или ситуативная, - то, что приходит на ум. Неожиданные образы, лампа, горящая свеча, идущие от ощущений человека.

4. «Опосредованная, или метафорическая картина мира», передающая сложное смысловое содержание, представленное в виде какого либо сложного образа.

5. «Абстрактная, схематическая картина мира», отличающаяся лаконизмом построения, в виде некоего абстрактного образа, знака, символа.

В интерпретации главными ориентирами для нас должны быть выделенные жирным шрифтом картины мира, т.к. они могут подсказать, каким бы ребёнок хотел видеть мир и какой он есть у него сейчас. Обязательно нужно его попросить, подробно рассказать, что же он нарисовал.

Методика «Рисование истории».

Цель: укрепление связи между консультантом и клиентом (ребёнком), а так же осознание альтернативных чувств и способов поведения в разных жизненных ситуациях.

Материал: карандаши и листы бумаги.

Процедура: консультант на бумаге рисует одну линию и просит ребёнка дополнить это таким образом, что бы возникла картинка. И только тогда, когда рисунок закончен, консультант задает вопросы вроде: «что это?» или «Что здесь происходит, и кого ты изображал?» На следующем этапе уже ребёнок должен нарисовать первый знак, консультант развивает этот знак в рисунок, который является продолжением картинки нарисованной ребёнком. Таким образом, возникает серия рисунков, которые должны уложиться в более полную историю. Когда серия картинок будет закончена и ребёнок расскажет историю о них, стоит рассмотреть их заново и проанализировать. Одновременно стоит намекнуть ребёнку, чтобы он придумал другое завершение истории, которое могло бы быть более красочным. Таким образом, ребёнок сможет осознать существование альтернативных чувств и способов поведения.

Далее представим некоторые примеры игр, в которых ребёнок может выражать свою агрессию в социально приемлемой форме.

Игра - «Ящик с «обидками».

Эту игру можно предложить и девочкам и ребятам.

Цель: посредством активных действий выплеснуть свои негативные переживания.

Материалы: картонный ящик и газета.

Ребёнок комкает куски газеты в шары и кидает их в стену. Они падают, оставаясь на полу, а он продолжает комкать всё новые куски газеты и кидать в стену до тех пор, пока не устанет. Если ребёнка обидели, то ему можно посоветовать сопровождать каждый бросок словами, адресованными обидчику.

Когда ребёнок устанет и немного успокоится, можно вместе с ним собрать бумажные комки и сложить их до следующего раза, объясняя ему, что он всегда может ими воспользоваться наедине в своей комнате, когда снова почувствует сильное напряжение и желание злиться.

Игра «Крикни громче!»

Цель: посредством создания ситуации принятия, нейтрализовать вербальную агрессию.

Данное упражнение является одним из методов, применяемых, когда ребёнок часто использует ненормативную лексику либо просто обзывается. Методика может быть использована как родителями, так и психологами.

При очередной ситуации, когда ребёнок применил какие либо «обзывательства», родителю (или психологу) обязательно нужно выяснить, насколько ребёнок вообще понимает значение тех слов, которые произносит. Если он понимает их смысл, провести беседу, ответив на вопросы:

- Почему он употребляет именно эти слова?
- Чем они ему нравятся? Что для него значат?
- Объяснить, как чувствуют себя люди, по отношению к которым адресуются ругательства.
- Предложить ребёнку решить эту проблему, заинтриговав его тем, что предложить прогуляться в такое место, где он может говорить эти слова, сколько хочет, и его ни кто не будет там за это ругать...

На следующий день или в ближайшее время после такого разговора предложить ему прогуляться в лес. Привести ребёнка на какую-нибудь, достаточно дальнюю полянку (где вас ни кто не сможет услышать), остановившись по середине, объявить, что это то самое место, где он может очень, очень громко произносить все ругательства, какие хочет.

После этого, постараться сделать так, что бы ребёнок произнёс все известные ему негативные слова, причём не один раз, с каждым разом усиливая их громкость. Последним разом считается тот повтор, когда вы почувствуете, что ребёнок уже действительно устал и не хочет больше кричать плохие слова. По окончанию данной процедуры похвалите его за то, что он так громко умеет кричать, и скажите, что вы вместе с ним придёте сюда снова, если у него возникнет желания воспроизвести всё то, что он выкрикивал. Потом просто как будто ничего и не было вернуться домой. Желательно об этом случае не кому не рассказывать, чтобы не поставить ребёнка в неприятную, негативно окрашенную ситуацию.