



Осторожно! Агрессивные дети!

Всем знакома неприятная картина: ребенок укусил, толкнул, ударил другого ребенка или даже взрослого; устроил «представление» в магазине из-за того, что ему отказались что-то покупать, громко кричит и обзывается, бросает игрушки на пол и машет кулаками.

Агрессивное поведение ребенка вызывает у нас, взрослых, негативные чувства и эмоции: гнев, раздражение, стыд, беспомощность.

Действительно, агрессия – это поведение, которое противоречит неким нормам и правилам социума. Но всегда ли плоха агрессия, попробуем в этом разобраться.

В переводе с греческого «агрессия» обозначает "движение к", преодоление. Агрессия может иметь не только деструктивную, но и конструктивную направленность. Это может быть как движение вверх, так и разрушение.

На самом деле, сама агрессия не хорошая и не плохая. И полностью избавиться от нее нам ни в коем случае нельзя. Агрессия необходима в жизни. Но, проявить ее нужно по отношению к сопернику и к самому себе, чтобы добиться какой-то цели. Человеку, живущему в социуме, никак без нее не обойтись. Абсолютно неагрессивный мальчик будет выглядеть как слабый человек.

Задача взрослого – научить управлять этой агрессией и направлять ее в нужное русло. Как правило, агрессия в отношении других является следствием определенных причин.

Если ребенок кусается и дерется, смотрим, как мы относимся к ребенку дома, не используем ли мы физических наказаний, физических способов воздействия.

Зачастую у ребенка вследствие попустительского воспитания родителей не сформированы границы дозволенного. Т.е. не родитель ведет за собой ребенка, а ребенок – главный в семье и ведет родителя. Ему всё можно. А при таком подходе у малыша не формируется умение контролировать свои эмоции и понимание другого человека. В данном случае необходимо и воспитателю, и родителям устанавливать разумные границы в поведении ребенка (не всё, что хочется, можно). Также необходимо сформировать представление у ребенка о том, что делать хорошо, а что плохо. Необходимо встать на сторону ребенка и понять, что чувствует он в этот момент.

Сопереживайте и старайтесь понять причину. Потому, что дети, которые обижают других детей, сами чувствуют себя обиженными в чем-то. Если вы поймете и примете его обиду («Я вижу, что ты злишься, чем я тебе могу помочь»), он может перестать обижать других детей. Объясните, что чувствуют другие дети, когда их обижают, так вы начнете воспитывать в нем сочувствие к другим. Обыгрывайте с ним различные ситуации, помогая описать словами свои чувства на собственном примере. Не надо ничего объяснять, когда Вы остановили агрессию ребенка, а он начал истерить. Переждите истерику, а потом начните разговор.

Ни в коем случае нельзя подавлять агрессию, ее можно только контролировать и направлять. Научите ребенка приемлемым способам выплескивания своей агрессии: порвать бумажки, побить грушу, подушку, слепить фигурку из пластилина и превратить ее в лепешку, почеркать ручкой по бумаге, поиграть в «Дартс» (со снежками). После таких действий необходимо время на успокоение (полежать с закрытыми глазами, посидеть, послушать спокойную музыку). Кроме того, у ребенка должно быть несколько «агрессивных» игрушек (но не подавляющее большинство): солдатики, монстры, пистолеты, кро-

кодилы, динозавры и т.д. Такой способ целесообразен, когда Вы заметили, что ребенок заводится или уже кого-то ударил, собирается ударить.

Необходимо принятие и безусловная любовь к ребенку: ругая и не поощряя ребенка за плохое поведение, в то же время любить его, искренне желать помочь и хвалить за хорошие поступки, обнимать, говорить ласковые слова. В речи взрослого должно быть только описание поведения ребенка, но не характеристика его личности. Когда ребенок чувствует любовь к нему, у него возникает желание стать лучше.

Часто бьет детей тот ребенок, у кого не сформированы коммуникативные навыки. Для них стукнуть другого - привлечь к себе внимание, не умеет попросить – остается только отнять и стукнуть. Таких детей необходимо обучать коммуникативным навыкам: как просить, как пригласить в игру, как играть и т.д. Также помочь проявиться ребенку в группе (сыграть роль по силам, станцевать, помочь воспитателю и т.д.)

Такая же реакция возникает у детей, которые плохо разговаривают или, по медицинским причинам, вообще не разговаривают. Необходимо помочь детям расширить своё невербальное (жестовое) общение, чтобы они были понятны сверстникам.

Может начать драться ребенок, которого что-то беспокоит (из семьи ушел папа, родился второй ребенок, обижают в детском саду). Здесь за помощью необходимо обратиться к психологу.

Целесообразно отдать ребенка в спортивную секцию, тогда отдача от его энергия будет положительной. Очень хорошо, если это будет командная игра (футбол, хоккей, баскетбол и т.п.), при этом агрессия будет востребована.

Напоминайте себе, что когда Ваш ребенок кричит, не слушается, проявляет агрессию, то он подает сигнал SOS. Постарайтесь сделать глубокий вдох и выдох и сохранить спокойствие, тем самым вы сделаете шаг к моделированию одного из важнейших навыков вашего ребенка – эмоциональному самоконтролю! Дети гораздо эффективнее учатся тому, что мы делаем, а не тому, что мы говорим. Если вы кричите на ребенка, объясняя, что надо держать себя в руках, это едва ли будет воспринято детским мозгом. И напротив, если ваш обычный тон – уважительный и спокойный, в будущем уважительный и спокойный тон станет нормой и для вашего ребенка.

Игры для коррекции агрессивного поведения:

«Зеркало»

Цель: эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, формирование умения подчиняться требованиям другого, произвольный контроль, преодоление неуверенности.

Участники группы становятся в две шеренги лицом друг к другу, таким образом, разбиваясь на пары. Один человек в паре водящий, другой – «зеркало». Водящий смотрится в «зеркало», а оно отражает его движения. По сигналу ведущего участники меняются ролями. А затем - напарниками.

«Котик»

Цель: развитие умения выразить свое эмоциональное состояние, развитие способности к самовыражению, сплочение группы.

Дети находятся на ковре.

Под спокойную музыку дети придумывают сказку про котика, который:

- нежится на солнышке (лежит на коврике)
- потягивается
- умывается
- царапает лапками с коготками коврик и т. д.

В качестве музыкального сопровождения можно воспользоваться записями аудиокассеты.

«Попроси игрушку»

Цель: Обучение детей эффективным способам общения.

Ход: 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: «Постарайся попросить у него игрушку так, чтобы тебе ее отдали, но без слов одними жестами».

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 несколько раз (в разные дни), она будет полезна особенно тем детям, которые часто конфликтуют со сверстниками, так как в процессе выполнения упражнения они приобретают навыки эффективного взаимодействия

«Связующая нить»

Цель: Формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга, формирование чувства ценности других.

Дети сидят, по кругу передавая клубок ниток так, чтобы все, кто уже держал клубок, взяли за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать другим. Начинает взрослый, показывая пример. Затем он обращается к детям, спрашивая, хотят ли они что-нибудь сказать.

«Цыплята»

Цель: создание условий для выпуска агрессивными детьми разрушительной, необузданной энергии.

Агрессивному ребенку предлагается приготовить «корм» для цыплят, то есть разорвать лист бумаги на мелкие-мелкие кусочки.

«Я вижу...»

Цель: Установить доверительные отношения между взрослым и ребенком, развивать память и внимание малыша.

Ход: Участники, сидя в кругу, по очереди называют предметы, которые находятся в комнате, начиная каждое высказывание словами: «Я вижу...»

Повторять один и тот же предмет дважды нельзя.

«Где прячется злость?»

Цель: развитие способностей к сосредоточению, осознание своего поведения или состояния.

Ребенок с агрессивным поведением, а также другие дети, принимающие участие в игре, закрывают глаза; руку с вытянутым указательным пальцем поднимают вверх. Не открывая

глаз, игроки должны словом или жестом ответить на вопрос: «Где у вас прячется злость? В коленях, в руках, в голове, в животе? А гнев? А раздражение? А грусть? А радость?».

«Изучение тарабарского языка»

Цель: создание позитивного настроения, внутренней свободы и раскованности, способности к самовыражению.

Ведущий говорит детям, что они научатся сегодня говорить на иностранном языке – тарабарском. Затем сначала рассказывает сам, а потом предлагает детям сказать какое-нибудь предложение, рассказать стихотворение, песенку на тарабарском языке.

Сказка «Репка» (инсценировка)

Цель: снятие накопившегося внутреннего напряжения, развитие способности к самовыражению, сплочение группы.

Дети распределяют роли между собой. Кроме основных персонажей могут быть еще и дополнительные: бабочка, солнышко, дождик и т. д. Ведущий может быть как взрослый, так и кто-то из детей. Ведущий рассказывает сказку на тарабарском языке, а другие участники ее инсценируют.

«Передай сигнал»

Цель: сплочение группы, развитие способностей к сосредоточению и чувства ответственности.

Участники становятся в круг, держась за руки. Ведущий просит всех закрыть глаза и передать какой-нибудь сигнал (2 раза пожать руку, поднять руку вверх и т. д.). Получив справа или слева сигнал, должен передать его следующему по цепочке. Игра окончена. Когда ведущий получает переданный им сигнал. В игре используется принцип «испорченного телефона»

Повторяется несколько раз.

«Сочинение сказки»

Цель: развитие умения выразить свое эмоциональное состояние.

Совместное сочинение со взрослым сказок и историй научит ребенка выражать свою тревогу, страх, даже если он приписывает их не себе, а вымышленному герою. Это поможет снять эмоциональный груз внутренних переживаний и в какой-то мере успокоить ребенка.

«Зеркало наоборот»

Цель: эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, произвольный контроль, преодоление неуверенности.

Дети свободно располагаются в пространстве лицом к ведущему. Задача игроков выполнять действия противоположные тем, что показывает ведущий. Например, ведущий молчит, дети - кричат; ведущий сжимает руки в кулаки, дети - раскрывают ладошки; ведущий топает ногами, дети - хлопают в ладоши; ведущий раскидывает руки в стороны, дети - скрещивают руки на груди и т. д.

«Обзывалки»

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

Ход: Скажите детям следующее: «Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необходимыми и 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!" 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. Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

«Голова - мяч»

Цель: снижение напряжения, создание позитивного настроения, формирование чувства близости с другими людьми.

Дети играют парами или, что сложнее, тройками. Для игры потребуется мяч средних размеров. Мяч лежит на табурете или кубе. Игроки опускаются на колени и зажимают мяч между головами. Если играют по двое, то задача детей - поднять мяч со стула и донести его до определенного места, например, до стены. Если играют по трое, то достаточно поднять мяч со стула и удерживать его так некоторое время. Удача сопутствует тем игрокам, которые действуют медленно и согласованно. Строго запрещается поддерживать мяч руками.

«Ванька - Встанька»

Цель: формирование чувства близости с другими людьми.

Дети по четыре - пять человек кружком сидят на полу, взявшись за руки. По команде ведущего одновременно, не расцепляя рук, все встают в полный рост. Затем, по команде ведущего, также садятся. Побеждает кружок, который встал и сел первым. Запрещается размыкать руки и опираться на них.

«Звонари»

Цель: сплочение группы, развитие способностей к сосредоточению и чувства ответственности.

В отведенном для игры месте натянута веревка, на которую прикреплены на разной высоте и на некотором расстоянии друг от друга колокольчики (четыре-семь штук). Каждый колокольчик имеет порядковый номер. Дети играют по очереди. В руке у ребенка - звоняря палочка. Он называет номер колокольчика, в который собирается звонить, отмеряет на глаз расстояние до него (оптимально шесть - десять шагов, закрывает глаза (их лучше завязать платком, подходит и ударяет. Если удар точный, то ребенок возвращается на исходную позицию и выбирает следующий колокольчик. Если ребенок промахивается, то звонярем становится другой.

«Шалтай - Болтай»

Цель: снятие эмоционального напряжения, развитие познавательных процессов, преодоление неуверенности в себе.

Дети хором произносят слова:

«Шалтай-Болтай сидел на стене,

Шалтай-Болтай свалился во сне.

Куда упал?

Во что попал?»

Ребенок-водящий с закрытыми (а лучше с завязанными платком) глазами опускает руки в заранее приготовленные емкости с песком, крупой, кнопками, пуговицами, семечками, камушками, бисером, ракушками и др. Определяет их содержимое, отдельно, правой и левой рукой. Игру можно усложнить, если в емкости смешаны два-три наполнителя.

«Подари камешек»

Цель: Формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга, формирование чувства ценности других.

Дети встают в круг. Ведущий предлагает детям взять из коробки разноцветные камешки и подарить их тому, кому они захотят, но обязательно со словами: «Я дарю тебе камешек, потому что ты самый...» (называются положительные качества ребенка).

Тем детям, которым ничего не досталось, камешки дарит ведущий, обязательно отмечая при этом лучшие качества каждого ребенка, которому он делает подарок.

«Сороконожка»

Цель: снятие накопившегося внутреннего напряжения, создание позитивного настроения, сплочение группы.

Игра проводится под музыку, ритм музыки меняется от быстрого к медленному и наоборот. Дети 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 и выполняет другие задания. Главная задача играющих - не разорвать единую «цепь», сохранить Сороконожку в целости.

«Волшебный шарик»

Цель: снижение напряжения, агрессивности, развитие умения выразить свое эмоциональное состояние.

Дети сидят в кругу. Взрослый просит их закрыть глаза и сделать из ладошек «лодочку». Затем он вкладывает каждому ребенку в ладошки стеклянный шарик и дает инструкцию: «Возьмите шарик в ладошки, согрейте его, сложите ладошки вместе, покатайте, подышите на него, согрейте его своим дыханием, отдайте ему часть своего тепла и ласки. Откройте глаза. Посмотрите на шарик и теперь по очереди расскажите о чувствах, которые возникли у вас во время выполнения упражнения».

«Все наоборот»

Цель: эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, произвольный контроль, преодоление неуверенности.

«Выполним упражнение, в котором играющим нужно будет не повторять движения взрослого, а делать все наоборот. Если он поднимает руку, вы должны ее опустить. Он разведет ладони – вы сложите. Он махнет рукой вправо – вы немедленно влево. Он откроет книгу – вы закроете. А теперь без слов». Взрослый закрывает глаза... Кладет руку в карман... Сжимает пальцы рук... Идет вперед... Поворачивает направо... Ответ на любое движение всегда противоположен по направлению и скорости. Выполняющий неправильно упражнение выходит из игры.

«Ласковые слова»

Цель: Формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга, формирование чувства ценности других, развитие навыков общения.

«Давайте, ребята, встанем в круг и будем передавать друг другу вот этот красивый шарик. Пока шарик у вас в руках, вы можете придумать ласковое слово и вместе с шариком передать его своему соседу, а он - своему и так - по кругу». Спросите детей, что приятнее получать - обидные или ласковые слова.

«Ласковые лапки»

Цель: снижение напряжения, агрессивности.

Взрослый кладет на стол 6-7 мелких предметов: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату. Ребенок закатывает рукава по локоть. Взрослый объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ребенка ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасался к руке, - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Можно поменяться с ребенком ролями.

«Волшебные клубочки»

Цель: снятие накопившегося внутреннего напряжения, невротических состояний.

«Ребята, смотрите, как много у нас разноцветных клубочков, какие они все красивые. Это волшебные клубочки, они тоже помогут избавиться нам от гнева. Каждый берет в руки по клубочку, распускает кончик нитки, чем гнев сильнее, тем кончик длиннее, и начинает быстро сматывать клубок. Молодцы!»

«Единство»

Цель: Формирование чувства близости с другими людьми.

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Постоять надо так тихо, пытаться почувствовать единство маленького коллектива.

«Давайте с вами здороваемся»

Цель: Формирование чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга

При помощи рукопожатий. Сидя в кругу, все держатся за руки, поочередно пожимая их, смотрят друг на друга.

«Липучка»

Цель: эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, произвольный контроль, развитие навыков общения.

Все дети двигаются, бегают по комнате, желательно под быструю музыку. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстника. При этом они приговаривают: «Я липучка - приставучка, я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребенка «липучки» берут за руки, присоединяя его к своей компании. Затем они вместе ловят в свои «сети» других. Когда они все станут «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки.

«Дождик»

Цель: создание условий, которые помогают выходу энергии ребенка.

Ребенок вместе со взрослым хлопает в ладоши во все убыстряющемся темпе.

Ведущий «Набежали тучки и пошел дождик... Сначала редкие капли застучали по крыше. Но вот дождик стал сильнее, капли падают чаще, чаще. Настоящий ливень! Хорошо!

«Знакомство»

Цель: создание атмосферы принятия и понимания, развитие навыков общения, активного слушания, эмпатии.

Ведущий, используя микрофон (заменитель микрофона, по очереди подходя к каждому ребенку, представляется журналистом и просит его сказать несколько слов о себе. Берется интервью по очереди у каждого из присутствующих, также могут задавать вопросы и все остальные дети.

- Что ты любишь делать в свободное время?

- есть ли у тебя старший брат? И т. д.

«Дракон кусает свой хвост»

Цель: снятие напряженности, невротических состояний, страхов.

Звучит веселая музыка.

Дети встают друг за другом и крепко держат друг друга за плечи. Первый человек «голова дракона», последний – «хвост дракона». «Голова дракона» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается от нее.

Ведущий должен следить за тем, чтобы участники не отпускали друг друга.

В роли «головы дракона» и «хвоста» должны побывать все участники.

«Баржа»

Цель: снятие эмоционального напряжения, развитие познавательных процессов, преодоление неуверенности в себе.

Участники становятся в круг и называют слова, перебрасывая при этом друг другу мяч, т. е. «грузят баржу» например, все слова на «н» (ножницы, нарциссы, ноль и т. д.)