

Агрессивные дети. Рекомендации родителям

в воспитании агрессивных детей.

Стили родительского воспитания (в ответ на агрессивные действия ребенка)

Стратегия воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребенка	"Прекрати!" "Не смей так говорить" Родители наказывают ребенка	Агрессивный (Ребенок может прекратить сейчас но выплеснет свои отрицательные эмоции в другое время и в другом месте)	Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения
Игнорирование агрессивных вспышек ребенка	Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают что ребенок еще мал	Агрессивный (Ребенок продолжает действовать агрессивно)	Ребенок думает, что делает все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются в черту характера
Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим	Если родители видят что ребенок разгневан они могут вовлечь его в игру, которая снимет его гнев. Родители объясняют ребенку, как на до вести себя в определенных ситуациях	Скорее всего ребенок научится управлять своим гневом	Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих тактичных родителей

Как ладить с ребенком, который постоянно ведет себя вызывающе? Полезные рекомендации родителям мы нашли на страницах книги Р. Кэмпбелла "Как справиться с гневом ребенка" (М., 1997). Советуем прочитать эту книгу и педагогам, и родителям. Р. Кэмпбелл выделяет пять способов контроля поведения ребенка: два из них — позитивные, два — негативные и один — нейтральный. К позитивным способам относятся просьбы и мягкое физическое манипулирование (например, можно отвлечь ребенка, взять его за руку и отвести и т.д.).

Модификация поведения — нейтральный способ контроля — предполагает использование поощрения (за выполнение определенных правил) и наказания (за их игнорирование). Но данная система не должна

использоваться слишком часто, так как впоследствии ребенок начинает делать только то, за что получает награду.

Частые наказания и приказы относятся к негативным способам контролирования поведения ребенка. Они заставляют его чрезмерно подавлять свой гнев, что способствует появлению в характере пассивно-агрессивных черт. Что же такое пассивная агрессия, и какие опасности она в себе таит? Это скрытая форма агрессии, ее цель — вывести из себя, расстроить родителей или близких людей, причем ребенок может причинять вред не только окружающим, но и себе. Он начнет специально плохо учиться, в отместку родителям надевать те вещи, которые им не нравятся, будет капризничать на улице безо всякой причины. Главное — вывести родителей из равновесия. Чтобы устранить такие формы поведения, система поощрений и наказаний должна быть продумана в каждой семье. Наказывая ребенка, необходимо помнить, что эта мера воздействия ни в коем случае не должна унижать достоинство сына или дочери. Наказание должно следовать непосредственно за проступком, а не через день, не через неделю. Наказание будет иметь эффект только в том случае, если ребенок сам считает, что заслужил его, кроме того, за один проступок нельзя наказывать дважды.

Существует еще один способ эффективной работы с гневом ребенка, хотя он может быть применен далеко не всегда. Если родители хорошо знают своего сына или дочь, они могут разрядить обстановку во время эмоциональной вспышки ребенка уместной шуткой. Неожиданность подобной реакции и доброжелательный тон взрослого помогут ребенку достойно выйти из затруднительной ситуации.

Для родителей, которые недостаточно хорошо понимают, каким образом они или их дети могут выражать свой гнев, рекомендуем разместить на стенде в классе или в группе следующую наглядную информацию.

Таблица "Позитивные и негативные способы выражения гнева"
(рекомендации доктора Р. Кэмпбелла)

Способы выражения гнева	
Позитивные	Негативные
Вежливость	Выражение гнева в громкой и невежливой форме
Стремление найти решение	Использование ругательств и угроз
Выражение основной жалобы без уклонения в сторону	Использование словесных оскорблений

**Шпаргалка для взрослых или правила работы с агрессивными
детьми**

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения.
3. Быть последовательным в наказаниях ребенка, наказывать за конкретные поступки.
4. Наказания не должны унижать ребенка.
5. Обучать приемлемым способам выражения гнева.
6. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.
7. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.
8. Развивать способность к эмпатии.
9. Расширять поведенческий репертуар ребенка.
10. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.
11. Учить брать ответственность на себя.

Однако все перечисленные способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения ребенка. Терпение и внимание к ребенку, его нуждам и потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими — вот что поможет родителям наладить взаимоотношения с сыном или дочерью.

Терпения вам и удачи, дорогие родители!

Источник: Лютова Е.К., Моина Г.Б. "Шпаргалка для взрослых"

Занятие № 1

Цель:

- создать положительный эмоциональный фон, чувства комфорта, сплоченности в группе;
- ослабить эмоциональное напряжение;
- развить эмпатийные способности у детей.

Материалы: бумага, карандаши.

1. Приветствие. Упражнение «Имя»

Дети передают по кругу клубочек, называют предыдущих участников и добавляют свое имя. Разрешается называться вымышленным именем.

2. Пластический этюд «Солнышко»

Ведущий: от ласковых имен стало тепло как от солнышка. Сейчас мы все станем маленькими солнышками и согреем друг друга.

«Я - маленькое солнце. Я просыпаюсь, я умываюсь. Я расчесываю свои лучи и поднимаюсь медленно и торжественно. Я - большой шар. Во мне много тепла и света. Я - большое солнце. Я дарю свое тепло всем: небу, тучкам, рекам, полям, людям. Я выдыхаю тепло. Я превращаюсь в тонкий солнечный луч. Я лечу к земле и ныряю в мягкую зелень листы, я купаюсь в волнах моря, я играю в белой пене».

3. Игра «Доброе животное»

Участники становятся в круг и берутся за руки. Ведущий тихим таинственным голосом говорит: «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 2 шага вперед, на выдох - 2 шага назад. Вдох - 2 шага вперед. Выдох - 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется ее большое доброе сердце. Стук - шаг вперед, стук - шаг назад и т.д. Мы все чувствуем дыхание и стук сердца этого животного».

4. Психологический этюд «Спаси птичку»

Психолог: Представь, что у тебя в руках маленькая беспомощная птичка. Вытяни руки ладонями вверх. А теперь согрей ее, медленно, по одному пальчику складывай ладони, спрячь в них птичку, подыши на нее, согревая своим ровным, спокойным дыханием, прижми ладони к груди, отдай птичке доброту своего сердца и дыхание. А теперь открой ладони - и ты увидишь, что птичка радостно взлетела, улыбнись ей и не грусти, она еще прилетит к тебе.

5. Рефлексия.

Занятие № 2

Цель:

- обеспечить атмосферу доверия;
- снять эмоциональное напряжение, повысить уровень адаптации в коллективе;
- развить умение распознавать эмоциональные состояния других людей;
- развить сострадание, милосердие;
- вызвать положительные эмоции у детей.

Материал: набор карточек со схематическим изображением различных эмоциональных состояний людей, карандаши.

1. Приветствие.

2. Этюд «Улыбка по кругу»

Все берутся за руки и «передают улыбку по кругу»: каждый ребенок поворачивается к своему соседу справа или слева и, пожелав ему что-то хорошее и приятное, улыбается ему, тот улыбается следующему соседу и т.д. При этом можно образно «взять улыбку» в соединенные ладони и бережно «передавать» ее по кругу, из рук в руки. Психолог интересуется впечатлениями детей от занятия, благодарит группу за работу и приглашает на следующую встречу.

3. Упражнение «Наши эмоции»

Для выполнения упражнения понадобится набор из шести карточек со схематическим изображением различных эмоциональных состояний человека, например: радость, страх, злость, грусть, вина, спокойствие.

Для работы с карточками предлагается серия заданий:

- Назвать эмоциональные состояния (чувства, настроения), изображенные на карточках.

- Разделить лист дневника на 2 половины и перерисовать схематические рисунки так, чтобы слева были изображения эмоциональных состояний, которые детям нравятся, а справа - какие не нравятся. После выполнения задания дети по очереди называют эмоциональные состояния, изображения которых оказались слева, а затем - справа, и объясняют, почему им нравятся либо не нравятся определенные эмоциональные состояния.

- Определить свое настроение, эмоциональное состояние в этот момент, схематично изобразить его в своем дневнике и коротко объяснить причину этого состояния.

При обсуждении различных эмоциональных состояний психолог обращает внимание детей на особенности экспрессии лица: форма глаз и бровей, форма губ, положение уголков рта, и тому подобное. В процессе выполнения упражнения психолог обращает внимание на эмоциональное состояние детей в группе, констатирует наличие повышенной тревожности отдельных ее участников.

4. Беседа психолога с детьми «Волшебное слово»

Логическим продолжением игры становится короткая беседа о силе «волшебного» слова «пожалуйста», о последствиях вежливости и грубости, о том, какое впечатление производит на людей вежливый человек, а какое - грубый человек. И какая из этих двух тактик решения проблем является более конструктивной и эффективной.

5. Игра «Мой хороший мышонок»

Дети стоят в кругу. Затем взрослый говорит: «Дети! К нам в гости пожаловал мышонок. Он хочет с нами познакомиться и поиграть. Как вы думаете, что мы можем сделать, чтобы ему понравилось у нас, чтобы он захотел прийти к нам снова? Дети предлагают: «Говорить с ним ласково», «Научить его играть» др. Взрослый бережно передает кому-то из них игрушечного мышонка. Ребенок, получив игрушку, должен прижать ее к себе, погладить, сказать что-то приятное, назвать ласковым именем и передать (или

перебросить) мышонка другому ребенку. Игру лучше проводить в медленном темпе.

6. Минутка отдыха «Птичка»

Дети представляют себя птицами, порхают в голубом небе, поют и радуются солнышку.

7. Рефлексия. (дети делятся впечатлениями).

Занятие № 7

Цель:

- обучение детей приемам саморегуляции, умения владеть собой в ситуациях, провоцирующих гнев;
- закрепление социально принятых норм;
- развитие способности быть внимательным к другим;
- воспитание сострадания и терпимости.

1. Этюд «Улыбка по кругу»

2. Игра «Маленький призрак»

Ведущий: Дети! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений.

Нам захотелось пошалить и слегка напугать друг друга. По моей командой вы будете делать руками такое движение (психолог поднимает согнутые в локтях руки, пальцы разведены) и произносит 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 - хорошие призраки и хотим только слегка пошутить. Затем педагог хлопает в ладоши: «Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!»

3. Упражнение «Рубка дров»

Психолог: Скажите, 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? Станьте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите ее. Можно даже вскрикнуть: «Ха!». Для проведения этого упражнения можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, по очереди ударять по одной колоде.

4. Упражнение «Доброе животное»

Участники становятся в круг и берутся за руки. Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: «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 2 шага вперед, на выдох - 2 шага назад. Вдох - 2 шага вперед. Выдох - 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук - шаг вперед, стук - шаг назад и т.д. Мы все изображаем дыхание и стук сердца этого животного».

5. Упражнение «Внимание друг к другу»

Один из участников группы садится спиной к другим. В этом варианте упражнения он должен подробно описать уже не внешность, а поведение одного из членов группы. Можно предложить описать поведение ребенка, который плохо либо хорошо себя вел в течение сегодняшнего дня со всей последовательностью событий.

Затем дети меняются. Упражнение продолжается, пока не будет описано поведение каждого участника группы. Получая оценку окружения, дети учатся контролировать свое поведение.

6. Закрепление правил хорошего поведения.

7. Релаксация "Радуга".

Занятие № 3

Цель:

- снять эмоциональное напряжение;
- сформировать положительную самооценку;
- научить осознавать свои положительные черты; способствовать повышению чувства личностной значимости;
- сформировать альтруистические формы поведения, умение заботиться о других.

Материалы: бумага, цветные краски.

1. Приветствие

2. Игра «Котик»

Дети находятся на коврике. Под спокойную музыку они придумывают сказку о котике, который нежится на солнышке (лежит на коврике), потягивается, умывается, царапает коготками коврик, и тому подобное.

В качестве музыкального сопровождения можно использовать записи аудиокассеты «Волшебные голоса природы».

3. Упражнение «За что меня любит мама?»

Дети сидят по кругу. Каждый ребенок по очереди говорит всем, за что его любит мама. Если возникают трудности, другие дети могут помочь. Психологу необходимо подвести детей к выводу о том, что нужно внимательно относиться к окружающим.

4. Упражнение «Какой я?»

Дети по очереди называют свои положительные и отрицательные черты.

5. Беседа психолога по сказке «Гуси-лебеди»

Анализ поведения героев сказки: гусей и сестрички. Какие герои нравятся? Почему? А какие не нравятся?

Дети называют и показывают мимикой основные черты сказочных героев:

Кого бы вы выбрали себе в друзья? Почему?

У кого из сказочных героев сердце было: хорошее, доброе, прекрасное, а у кого плохое, каменное, холодное. Ролевое проигрывание сцен сказки.

6. Игра «Подари свое сердце»

Предложить детям «подарить» свое сердце (бумажное) тем героям, которые нравятся.

7. Психологический этюд «Чародеи»

Дети представляют себя волшебниками и попадают в страну сказок, где могут заменять сказочных героев.

Занятие № 4

Цель:

- обеспечить чувство комфорта, уменьшить тревогу, развить положительные эмоции;
- научить навыкам ауторелаксации; установить телесный контакт; формировать способности к эмпатии, доверия, сопереживания, сочувствия, установление доверительных отношений.

1. Упражнение «Паутинка»

Дети стоят в кругу и передают клубок ярких ниток тому, кому захотят, говоря при этом добрые пожелания. Во время игры образуется паутинка, которая соединяет детей.

2. Игра «Волшебные шарики»

Дети сидят в кругу. Психолог просит их закрыть глаза и сделать из ладошек «Челнок». Затем он вкладывает каждому ребенку в ладошки пластиковый шарик и дает инструкцию: «Возьмите шарик в ладошки, согретьте его, сложите ладошки вместе, покачайте, подышите на него, согретьте его своим дыханием, отдайте ему часть своего тепла и ласки. Откройте глаза. Посмотрите на шарик и по очереди расскажите о чувствах, возникших у вас во время выполнения упражнения.

3. Игра «Эмоции героев»

Взрослый напоминает детям сказку «Красная шапочка». Детям заранее выдаются маленькие карточки с изображениями различных эмоциональных состояний. Ребенок откладывает несколько карточек, которые, по его мнению, отражают эмоциональное состояние героя в различных ситуациях. Каждый ребенок объясняет, в какой ситуации и почему ему кажется, что герой был веселый, грустный, подавленный ...

В эту игру лучше играть или индивидуально, или в малой группе.

Вопросы к детям. Что бы ты ответил герою сказки, если бы он тебя спросил? Что бы ты сделал на месте героя? Что бы ты чувствовал, если бы герой сказки появился здесь?

Ролевое проигрывание сцен сказки.

4. Игра «Серебряное копытце»

Ведущий: Представь себе, что ты - красивый, стройный, сильный, спокойный, мудрый олень с гордо поднятой головой. На твоей левой ножке серебряное копытце.

Как только ты трижды стукнешь копытцем по земле, появляются серебряные монеты. Они волшебные, невидимые. С каждой новой монетой ты становишься добрее и ласковее. И хотя люди не видят этих монет, они чувствуют доброту, тепло и ласку, что идут от тебя. Они тянутся к тебе, любят тебя, ты им все больше и больше нравишься.

5. Ауторелаксация: «Я ветер»

Я - ветер. Я легкий, нежный, теплый. Я играю с цветами, я нежно касаюсь их лепестков. Я прячусь в кронах деревьев и шевелю листочками. Я вдыхаю в себя чистый воздух полей и становлюсь сильнее и добрее ... Мои крылья легкие и большие. Я лечу над морем, поднимаюсь высоко в горы и пою во весь голос; «Я - ветер. Я быстрый, сильный, добрый ветер».

6. Рефлексия.

Занятие № 5

Цель:

- игровая коррекция агрессивности, снятие вербальной агрессии;
- заучивания социально принятых норм поведения с помощью обратных связей со сверстниками, установление доверительных отношений, стимуляция гуманных чувств; ауторелаксация.

Материалы: колокольчик, пиктограммы «Злость», «Радость».

1. Упражнение «Доброе утро»

Ведущий: Я рад вас видеть. Давайте все вместе возьмемся за руки и громко скажем друг другу; «Доброе утро!».

2. Упражнение «Знакомство с чувством злости»

Детальное рассмотрение пиктограммы «Злость», сравнение с пиктограммой «Радость».

Вопросы к детям. Когда бывает весело? Почему печально? Когда люди сердятся? Почему злятся? На что похожа злость? Какая злость на вкус? Какого цвета может быть злость?

По команде ведущего «Зло, зло, зло ...» каждый ребенок своей мимикой изображает Зло. По команде «Добро» - изображают доброго и ласкового ребенка.

3. Сказкотерапия «Как злость Олю и Толю в плен поймала»

Психолог читает детям сказку.

«Жили веселые дети Оля и Толя. Все их очень любили: и мама с папой, и воспитательница, и дети в детском саду. Но как-то они вышли гулять на улицу, налетела вдруг откуда-то злая фея и захватила в плен Олю и Толю, и понесла в «Королевство Злобляндию». Все, кто попадал в то королевство, сразу становились вот такими (дети показывают), злыми и некрасивыми, и Оля с Толей тоже стали злыми, научились кусаться, плевать, драться и даже, ногами пинаться. Кто может показать, чему они научились? И даже

обзывать они научились? Как вы думаете, какими словами? Но злая фея еще большее зло для наших малышей придумала. Она вернула их обратно в свой дом, но не расколдовала. И что тут началось! Оля и Толя на маму злятся. У папы потихоньку компьютер ломают. А малышей в детском саду то обидят, то стукнут, то игрушки заберут. А как вы думаете, как изменилась жизнь у Оли и Толи? Почему? Правильно вы догадались, совсем плохая жизнь в них настала, так как злым людям очень трудно живется на свете.

Но был у Оли и Толи лучший друг Даня. Решил Даня победить злу фею и попросил помощи у воспитательницы Тамары Андреевны, и она сказала:

«Зло ты злом не пересилишь, только людям навредишь». «А чем же мне победить зло?» - растерялся Даня.

- «Злого надо полюбить, чтобы о зле он мог забыть», - ответила ему мудрая воспитательница. Вот и мы с вами запомним эти слова и поиграем в заколдованных злых Олю и Толю, которых все вместе расколдуем.

4. Игра «Меняем Олю и Толю»

Двое детей - Оля и Толя - садятся на стульчиках в центре группы, делают злые лица. Дети по очереди подходят к ним, гладят и говорят добрые слова. Оля и Толя не расколдовываются и не улыбаются. Психолог предлагает детям сказать правила, которые должны знать Оля и Толя. Только тогда они расколдуются.

Правила: жить дружно; мириться; игрушками делиться; помогать другим; не обижать детей.

Дети закрепляют правила. А если они очень рассержены кем то, то они могут сделать так (учебные действия): смять или порвать какую-то бумажку; потопать ногами; попрыгать; громко покричать в «стаканчик для криков»; помять пластилин.

5. Игра «Злюка»

Один из участников группы садится на стул. В руках у него полотенце или легкая косынка. Все остальные участники бегают вокруг него и всячески

дразнят, пытаюсь разозлить: кривляются, касаются его, щекочут. Психолог следит за тем, чтобы дети не допускали оскорбительных слов, после условного сигнала, злюка превращается в доброго ребенка.

6. Игра «Тух-тиби-дух»

Ведущий: Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинания 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 от времени останавливайтесь перед кем-то 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.

7. Упражнение «Свободное рисование»

Ребенок рисует свои фантазии. Взрослый помогает вопросами, постепенно усиливая положительную окраску элементов.

8. Рефлексия.

Занятие № 6

Цель:

- обучение детей приемлемым способам выражения гнева, снятие агрессии;
- направление разрушительной энергии на достижение успехов;
- ориентация на состояние и чувства других детей, обучение детей навыкам распознавания различных эмоциональных состояний;
- формирование умения заботиться о других.

1. Игра «Клеевой дождик»

Дети становятся друг за другом и держатся за плечи. В таком положении они преодолевают различные препятствия: подняться и сойти со стула; проползти под столами; обогнуть «широкое озеро»; пробраться через «дремучий лес»; прятаться от «диких животных».

В течение всего упражнения дети не должны отцепляться от своего партнера.

2. Игра «Охота Бабы Яги»

Один из участников группы - Баба Яга. Она стоит спиной к другим детям. По сигналу руководителя: «День» - Баба Яга выходит на охоту, дети бегут от нее. Охотясь, Баба Яга всячески выражает свою злость: мимикой, жестами, движениями рук и тому подобное. Как только ей удастся поймать одного из участников игры, руководитель дает команду: «Ночь» - что означает, что больше никто никуда не убегает и Баба Яга никого не ловит, а «вершит расправу» над пойманной жертвой. Тому, кто попадет ему в руки, она злобно сообщает, что с ним сделает, сопровождая рассказ угрожающей жестикуляцией и мимикой. После этого пленник становится Бабой Ягой и «выплескивает» свою злость на другого участника, которого ему удастся поймать. Психолог следит за соблюдением участниками группы правил безопасной игры.

3. Упражнение «Беги, злость, беги!»

Дети лежат на коврике по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают бить ногами по полу, а руками по подушкам с криком: «Беги, злость, беги». Продолжительность - до 3 мин. Затем ложатся в позу «звезды» и спокойно лежат, слушая музыку.

4. Упражнение «Овладей собой»

Психолог учит детей приемам. Он говорит, что как только ребенок почувствует беспокойство, то ему захочется кого-нибудь стукнуть, или что-то бросить, это очень простой способ доказать себе свою силу. Но можно и нужно поступать по-другому - обхватить ладонями локти и сильно прижать руки к груди, это поможет сохранить выдержку и силу духа.

5. Игра «Сбрось усталость»

Дети становятся в круг. Руководитель предлагает им широко расставить ноги, согнуть их в коленях, немного согнуть тело и свободно опустить руки, расправить пальцы, склонить голову к груди. После этого покачаться в стороны, вперед, назад, а потом резко встряхнуть головой, руками, ногами, телом. Руководитель говорит, обращаясь к каждому; «Ты сбросил всю усталость. Что-то еще осталось? Тогда повтори еще раз».

6. Рефлексия.

Занятие № 8

Цель:

- нейтрализация негативной эмоциональной энергии, формирование адекватных способов реагирования;
- снятие эмоционального напряжения у детей;
- закрепление представлений о добре и зле, стимулирование к их воплощению, понимание эмоциональных состояний других детей.

1. Приветствие.

2. Упражнение «Передай чувство»

Дети садятся «цепочкой» (друг за другом), пальцы ставят на спину ребенка, сидящего впереди. Ребенок в конце цепочки загадывает и передает на спину партнеру загаданное чувство. Тот распознает его и передает следующим и т.д. Когда чувство дойдет до первого ребенка, ведущий спрашивает его, которое чувство он получил, сравнивает его с тем чувством, которое было загадано.

3. Упражнение «Кулачок»

Дать ребенку в руку какую-то мелкую игрушку или конфету и попросить его крепко сжать ее в кулачок. Пусть он подержит кулачок сжатым, а когда раскроет его, рука расслабится, и на ладонке будет красивая игрушка.

4. «Тряпичная кукла»

Вы, наверное, замечали, что агрессия у ребенка постепенно накапливается, и, когда ему удастся выплеснуть ее, он снова становится спокойным и уравновешенным.

Получается, если дать ребенку возможность выплеснуть агрессию на какой-то объект, часть проблем, связанных с его поведением, будет решена. Для этой цели используется специальная тряпичная кукла. Эта

кукла не продается, но вы можете очень легко сделать ее сами, например, из подушки.

5. Психологический этюд «Добрый мальчик»

Зима. Маленькая девочка играла со снегом и потеряла перчатку. У нее замерзли пальчики. Это увидел мальчик. Он подошел к девочке и надел ей на руку свою варежку. Ролевое проигрывание этюда.

6. Упражнение «Волшебная кружка»

Вопросы к детям: Кто из вас пытается исправлять свое плохое настроение? Кто может нам рассказать, как это ему удавалось сделать? Кто из вас хороший? Что такое доброта? Мысли помогают быть хорошими?

Дети под музыку для релаксации выполняют задания психолога «Сядьте удобно, закройте глаза, дышите спокойно, ровно и глубоко. Расслабьтесь. Представьте себе белый экран, сосредоточьтесь на нем. Представьте, что вы видите на нем свою любимую кружку. Раскрасьте ее так, как вам хочется. Еще раз внимательно рассмотрите кружку. Наполните ее до краев своим любимым напитком. Представьте и постарайтесь мысленно нарисовать рядом со своей кружкой другую, чужую. Она пуста. Отлейте из своей кружки в пустую. Рядом еще пустая кружка, еще и еще. Отливайте из своей в пустые и не жалейте. А сейчас посмотрите снова в свою кружку. О! Она снова полная до краев! Что же с ней случилось? Почему так случилось? Ваша кружка особая - волшебная. Мы можем отливать из нее, а она всегда будет полной. Эта кружка - наполнена твоей добротой! Откройте глаза. Давайте спокойно и уверенно скажем: «Это я! У меня есть такая кружка».

Закончив упражнение, дети рассказывают о том, какие кружки они видели, обмениваются впечатлениями, чья кружка всегда оставалась полной.

Вопросы к детям:

«Почему кружка становилась все более полной, хотя из нее отливали напиток в другие кружки?»

(Чем больше отдаешь доброты - тем больше доброты ты получаешь в ответ.)

«Как узнать доброту другого человека?»

«Кто может назвать добрых людей?»

«Кто очень хороший в группе?»

«Как вы узнали об их доброте?»

«Можно ли всем стать добрее и как?»

7. Домашнее задание

Нарисовать дома свою кружку доброты.

8. Упражнение «Гора с плеч»

Психолог объясняет участникам группы, когда они очень устали, им трудно, хочется лечь, а надо еще что-то сделать, можно выполнить упражнение «Гора с плеч». Для этого нужно стать, широко расставив ноги, поднять плечи, отвести их назад, слегка напрягая их и сводя в лопатках. После этого нужно резко опустить плечи, сбросив гору с плеч». Повторив это упражнение с детьми два-три раза, психолог сообщает, что в случае, если усталость большая, упражнение нужно повторить пять-шесть раз и тогда сразу станет легче.

9. Рефлексия.

Занятие № 9

Цель:

- игровая коррекция агрессивности, приобретение способности решать проблемы;
- отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях, воспитание доброжелательного, толерантного отношения друг к другу.

1. Приветствие с.о свечой (рассказать о своем настроении)

2. Игра «Липучка»

Все дети двигаются, бегают по комнате, желательно под быструю музыку. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают: «Я - липучка-приставучка, я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребенка «липучки» берут за руку, присоединяют его к своей компании.

Затем они все ловят в свои «сети» других. Когда все дети станут «Липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки.

Если музыкальное сопровождение невозможно осуществить, взрослый задает темп игре, хлопая в ладоши. В этом случае темп, быстрый в начале игры, замедляется по мере ее проведения.

3. Игра «Как поступить?»

Детям раздают карточки с изображением различных событий, которые они должны оценить как положительные или отрицательные, и расставить соответственно около пиктограммы доброго или злого человека.

Вопросы к детям. А как бы поступили вы? Как поступить иначе? Как научить злого героя совершать добрые поступки?

4. Закрепление правил хорошего поведения

5. Упражнение «Овладей собой»

Психолог учит детей приемам. Он говорит, что только ребенок почувствует, что хочется кого-то стукнуть, или что-то бросить, есть очень простой способ доказать себе свою силу: нужно обхватить ладонями локти и сильно прижать руки к груди - это тренирует выдержку и силу духа человека.

6. Совместные настольные игры

Для работы с агрессивными детьми могут с успехом использоваться различные настольные игры, предусматривающие игру, как в одиночку, так и вместе. Например, игра «Конструктор». Детям предлагается вдвоем или втроем собрать какую-то фигуру с деталей «Конструктора». Во время игры взрослый помогает детям решить конфликты и избежать их. После игры возможно проигрывание конфликтных ситуаций с нахождением путей их решения. Во время совместных настольных игр дети овладевают навыками совместного бесконфликтного общения.

7. Психомышечное расслабление под музыку.

Занятие № 10

Цель:

- формирование конструктивных форм общения, навыков самоконтроля и самопознания;
- закрепление приемлемых форм выражения гнева;
- закрепление моральных представлений и суждений;
- развитие чувства взаимопомощи, взаимоуважения.

1. Упражнение «Тренируем эмоции»

Попросите ребенка похмуриться как: осенняя туча, злая волшебница; разгневанный человек;

улыбнуться, как: кот на солнышке, как солнышко; буратино, хитрая лиса, радостный ребенок, ребенок, который увидел что-то необычное;

позлиться, как: ребенок, у которого отобрали мороженое, два барана на мосту, человек, которого ударили;

испугаться, как: ребенок, который потерялся в лесу; заяц, увидевший волка, котенок, на которого лает собака;

устать, как: папа после работы; человек, который поднял тяжелый груз; муравей, который тащит на себе большую муху;

отдохнуть как: турист, снявший с плеч тяжелый рюкзак; ребенок, который много поработал, помогая маме; усталый воин после победы и т.д.

2. Упражнение «Злюка-звездочка»

Мальчики и девочки по очереди садятся на стул лицом ко всем.

Сначала изображают «злюку» (смотрят на каждого с недовольством, из-под густых бровей, закусив верхнюю губу), затем изображают «звездочку» (смотрят ласково, доброжелательно, улыбаются).

Для этюда можно подобрать музыку.

3. Упражнение «Детский футбол»

Вместо мяча - подушки. Играющие делятся на 2 команды. Взрослый-судья. Играть можно руками и ногами. Подушку можно бить, бросать, забирать.

Главная цель - забить в ворота гол.

Примечание: взрослый следит за соблюдением правил: нельзя пускать в ход руки и ноги, если нет подушки. Нарушителей удаляют с поля.

4. Сказкотерапия «Волшебные очки»

Психолог читает сказку. Мама пришла за Димой в детсад. Тот подбежал к маме и спрашивает; «А что ты мне принесла?» «Ничего, сынок», - отвечает мама. «Ага, - обиделся мальчик, тогда я не пойду с тобой домой, пока ты мне чего-то не принесешь», - и побежал играть дальше. Расстроилась мама, что у нее вырос сын-эгоист.

Идет себе и плачет. Подбегает к ней белочка и говорит: «Не плачь, я тебе помогу. Дима просто еще не научился понимать других и поэтому оскорбляет их. А на самом деле он добрый и умный мальчик!» Поблагодарила мама белочку и вернулась к Диме с очками. Обрадовался мальчик, надел очки и тут увидел, как он обидел свою маму. Прижался Дима к маме, взял ее руки и говорит: «Мамочка, я не хотел тебя огорчать, я тебя очень люблю». Улыбнулась мама и простила сына. Пришли они домой. Бабушка встретила их и принялась хозяйничать на кухне. А Дима посмотрел сквозь волшебные очки и говорит: «Бабушка, я вижу, ты очень устала, сядь, отдохни, а я тебе помогу на стол накрыть». Так приятно стало бабушке, что у нее внук чуткий, что даже заплакала, слезы передником вытирает. А тут котик пришел - «Мяу», - сказал и сел в уголке, Дима дал ему молочка. Кот замурлыкал и благодарно потерся о Димину руку.

Беседа с детьми по содержанию.

5. Упражнение «Попроси игрушку»

Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берет в руки какой-то предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику 1: «Ты

держишь в руках игрушку (тетрадь, карандаш), которая тебе очень нужна, 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.

6. Упражнение «Улыбка по кругу»

7. Рефлексия.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 7
города Крымска
муниципального образования Крымский район

Методическая разработка на тему:
«Коррекционная программа, направленная на коррекцию агрессивного поведения
дошкольника».

Педагог-психолог
Селиванова Оксана Владимировна

г. Крымск
2019 г.

Пояснительная записка

Настоящая программа составлена на основе реализуемых задач в нашем МБДОУ детский сад № 7, одной из которых является содействие личностному и интеллектуальному развитию воспитанников на каждом возрастном этапе развития личности.

Многим детям дошкольного возраста свойственна агрессивность. Агрессивное поведение нельзя рассматривать однозначно отрицательно. С одной стороны, оно является врожденным защитным механизмом, способствующим адаптации и выживанию в социальной среде. С другой стороны – может серьезно осложнять жизнь ребенка, негативно влиять на его контакты с окружающими людьми и на личностное развитие в целом.

В общении детей друг с другом возникают ситуации, требующие согласования действий и проявления доброжелательного отношения к сверстникам, умение отказаться от личных желаний ради достижения общих целей. Но в таких ситуациях дети не всегда находят нужные способы поведения, и это часто приводит к конфликту, в котором, с одной стороны, находятся желания и права одних детей, а с другой стороны – желания и права других. Конфликтная ситуация между детьми часто сопровождается отсутствием сопереживания другому ребенку и взаимных уступок. Это связано, прежде всего, с тем, что дошкольник еще не осознает свой внутренний мир, свои переживания, намерения, интересы, поэтому ему трудно представить, что чувствует другой. Он видит только внешнее поведение другого ребенка: толкает, кричит, мешает, отбирает игрушки и т. д., но не понимает, что каждый сверстник – личность, со своим внутренним миром, интересами и желаниями. Поэтому, очень важно, на данном этапе развития ребенка, помочь ему посмотреть на себя и сверстника со стороны. Работая с агрессивными детьми необходимо постепенно научить ребенка выражать свое недовольство в социально приемлемых формах.

Слово "агрессия" произошло от латинского «*agressio*», что означает "нападение", "приступ". В психологическом словаре приведено следующее определение данного термина: «Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.)».

Выделяют множество факторов, влияющих на ее появление:

- стиль воспитания в семье (гипер- и гипоопека);
- повсеместная демонстрация сцен насилия;

- нестабильная социально-экономическая обстановка;
- индивидуальные особенности человека (сниженная произвольность, низкий уровень активного торможения и т.д.).

Цели данной программы: выработка механизмов эмпатии, сочувствия к окружающим, умения считаться с другими, умения выходить из конфликтных ситуаций без признаков агрессии; создание положительного эмоционального фона в различных видах деятельности дошкольника; снятие эмоционального напряжения во взаимодействии между детьми; оптимизация общения агрессивного ребенка с семейным окружением.

Задачи:

1. Снижение уровня агрессивности и тревожности.
2. Обучение способам регуляции эмоционального поведения.
3. Обучение анализу своего поведения и внутреннего состояния.

В ходе построения коррекционной программы я руководствовалась **следующими принципами:**

- принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей ребенка;
- деятельностный принцип коррекции;
- принцип единства диагностики и коррекции;
- принцип системности коррекционных и профилактических задач;
- принцип комплексности методов психологического воздействия;
- принцип активного привлечения ближайшего социального окружения ребенка к участию в коррекционной программе.

Основным методом, используемым для коррекции агрессивного поведения в детском саду, является игра, направленная на отработку навыков общения, обучение агрессивных детей управлению своим гневом, а также способам выражения гнева в приемлемой форме: психогимнастика, арттерапия, музыкотерапия, пальчиковые игры, сказкотерапия, этюды.

Программа может использоваться как составная часть более общей программы по оптимизации психического развития ребенка, но ее самостоятельное применение также дает положительный эффект.

Программа занятий рассчитана на 13 занятий. Занятия проводятся с группой 1 раз в неделю. В каждой группе до 6 человек в возрасте 6-7 лет. Продолжительность каждого занятия 25-30 мин. Программа реализуется педагогом-психологом. Объем, и содержание занятий могут изменяться в соответствии с возможностями и способностями детей, гибко приспособиваясь к конкретной ситуации.

Этапы работы:

- Проведение диагностики уровня агрессивности в старших и подготовительных группах детского сада. Выявление детей с повышенным уровнем агрессивности. Для диагностики использовался метод наблюдения, а также проективные методики: «Несуществующее животное», тест «Руки», тест «Сказка» Л.Дюсс, опросник «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г.Эйдемиллера (Методика АСВ), анкета "Признаки агрессивности".
- Консультирование педагогов, родителей по темам: «Стиль поведения взрослых с агрессивным ребенком», «Рекомендации по работе с агрессивными детьми», «Агрессивные дети. Рекомендации родителям в воспитании агрессивных детей».
- Индивидуальное консультирование родителей по результатам диагностики.
- Формирование групп для проведения занятий по программе.
- Проведение занятий.
- Повторная психологическая диагностика детей с целью отслеживания динамики их развития и результативности занятий сразу после реализации программы и спустя 4 месяца.
- Консультирование педагогов и родителей по результатам диагностики.

Ожидаемые результаты.

Программа позволит дошкольникам снизить уровень агрессивности, усвоить групповые правила поведения, создаст безопасное пространство для общения.

Структура занятий.

1. Разминка. Педагог приветствует детей. Рассказывают, что им сегодня предстоит. Спрашивает о настроении, самочувствии.
2. Основная часть. На этом этапе используются беседы, игры и упражнения, которые обеспечивают снижение уровня агрессивных проявлений.
3. Заключительная часть. Педагог подводит итоги каждого занятия. Хвалит каждого участника за его заслуги.

Литература:

1. Аллан Д. Ландшафт детской души. М., 1997
2. Альманах психологических тестов. М., 1997
3. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми. М., 1997
4. Громова Т.В. Страна эмоций. — М., 2002.
5. Гаспарова Е. М. Агрессивные дети // Дошкольное воспитание. — 1989.
6. Завражин С.А. Агрессивные фантазии в детском возрасте. Вопр.псих., 1993
7. Бреслав Г. Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности : учеб. пособие для специалистов и дилетантов / Г. Э. Бреслав. - СПб. : Речь, 2004.
8. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. — Ярославль, 1997.
9. Минаева В.М. Развитие эмоций. — М., 2001.
10. Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло»). - М., 1994.
11. Лютова Е.К., Моница Г.Б. "Шпаргалка для взрослых"
12. Лютова Е. К., Моница Г. Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. — М.: Генезис, 2000.
13. Осипова А. А. Общая психокоррекция. — М.: ТЦ Сфера, 2002.
14. Паренс Г. Агрессия наших детей. — М.: Форум, 1997.
15. Интернет источник (информация о развитии эмоционально-волевой сферы).

СТИЛЬ ПОВЕДЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ С АГРЕССИВНЫМ РЕБЕНКОМ

1. Помните, 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.
2. Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместить 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.
3. Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах, строя планы «мести».
4. 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.

