

Агрессивность ребенка проявляется, если:

- ребенка бьют;
- над ребенком издеваются;
- над ребенком зло шутят;
- ребенка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда;
- родители заведомо лгут;
- родители пьют и устраивают дебоши;
- родители воспитывают ребенка двойной моралью (у мамы одни правила, у папы - другие);
- родители нетребовательны и неавторитетны для своего ребенка;
- родители не умеют любить одинаково всех своих детей;
- родители ребенку не доверяют;
- родители настраивают своих детей друг против друга;
- родители не общаются со своим ребенком;
- вход в дом закрыт для друзей ребенка;
- родители проявляют по отношению к своему ребенку мелочную опеку и заботу;
- родители живут своей жизнью, и в этой жизни нет места их ребенку;
- ребенок чувствует, что его не любят.

Игры и упражнения на снижение агрессии.

**Для детей 4 лет.*

«Выбиваем пыль».

Каждому участнику достаётся «пыльная» подушка. Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её «почистить».

«Детский футбол».

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на 2 команды. Взрослый судья. Играть можно руками и ногами, подушку пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.

ЗАМЕЧАНИЕ: Взрослый следит за соблюдением правил: нельзя пускать в ход руки и ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

«Уходи злость, уходи!».

Играющие ложатся на ковёр по кругу. Между ними подушки.

Закрыв глаза, они начинают со всей силой бить ногами по полу, а руками по подушкам с громким криком:

«Уходи злость, уходи!». Упражнение продолжается 3 минуты, затем участники по команде взрослого ложатся в позу «звезды», широко раздвинув руки и

ноги, и спокойно лежат, слушая музыку 3 минуты.

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ: Следите, чтобы ударяя руками по подушке, дети не попадали очень часто по рукам соседа.

Отдельные попадания полезны.

«Час тишины и час «можно!».

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

ЗАМЕЧАНИЕ: «Часы» можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтоб они стали привычным в семье.

** Для детей 5 лет.*

«Подушечные бои».

Для игры необходимы маленькие подушки. Играющие кидают друг в друга подушками, издавая победные кличи, колотят друг друга ими, стараясь попадать по разным частям тела. Сюжетом игры может быть «Сражение двух племен» или «Вот тебе за...».

ЗАМЕЧАНИЕ: Игры начинает взрослый, как бы давая разрешение на подобные действия, снимая запрет на агрессию.

«Два барана».

«Рано-рано два барана повстречались на мосту». Игроки разбиваются на пары. Широко расставив ноги, склонив вперёд туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места. Кто сдвинулся проиграл. Можно издавать звуки «Бе-е-е».

ЗАМЕЧАНИЕ: Следите, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

«Штурм крепости».

Из попавшихся «под руку» небьющихся предметов строится крепость (танки, стулья, кубики, одежда, книги, одеяла и т.п. – все собирается в одну большую кучу). У играющих есть мяч – «пушечное ядро». По очереди каждый со всей силой кидает мяч во вражескую крепость. Игра продолжается, пока вся крепость «куча» не разлетится на куски. С каждым удачным попаданием штурмующие издают громкие победные кличи.

«Нет! Да!».

Дети свободно бегают по помещению и громко-громко кричат «Нет! Нет!». Встречаясь, заглядывают в глаза друг друга и ещё громче кричат «Нет!» «Нет!».

По сигналу ведущего продолжают бегать, но кричат уже «Да! Да!», заглядывая друг другу в глаза.

МДОУ "Детский сад № 133"
г. Ярославль



Если ребёнок агрессивен

Составитель: педагог-психолог А.А. Поплёскина

2023 г.

Портрет агрессивного ребенка.

Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, «гроза» дворов, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть.

Детская агрессивность признак внутреннего эмоционального неблагополучия, ступок негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.

Такие дети используют любую возможность, чтобы толкать, бить, ломать, щипать других. Их поведение часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, они всегда готовы разозлить маму, воспитателя, сверстников. Они не успокоятся до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку.

Например: такой ребёнок сознательно будет одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит её крик или не получит шлепок. После этого он готов заплакать и, только получив утешение и ласку от мамы, успокоится.

Не правда ли, очень странный способ получения внимания?

Но это для данного ребёнка единственный механизм «выхода» психоэмоционального напряжения, скопившейся внутри тревожности.

Причины агрессивности почти всегда внешние: семейное неблагополучие, лишение чего-то желаемого, разница между желаемым и возможным.

Только поняв и приняв это, взрослые «догадываются», что ребёнок ни в чём не виноват, и если его не будут обижать, то он будет доброжелателен и приятен в общении.

Так не **ОБИЖАЙТЕ!**



Как строить взаимодействие с агрессивным ребенком

* Не кричите на ребенка, старайтесь решать все возникающие проблемы мирно, слушайте ребенка, уважайте его мнение и личное достоинство, сообщайте ребенку о своих чувствах и желаниях, при принятии решения соотносите свои и его потребности;

* Попробуйте понять причины агрессивности вашего ребенка. Лишь сделав это и устранив источник стресса, вы можете надеяться, что агрессивность удастся преодолеть;

* Если чувствуете, что ребенок вот-вот «взорвется», дайте ему возможность выплеснуть свою агрессию, сместить ее на другие объекты: поколотить подушку, нарисовать человека или предмет, который разозлил его. Такой способ вымещения гнева будет реально способствовать снижению агрессивности ребенка в настоящий момент и поможет ему стать более спокойным в общении с другими детьми;

* Помните, что запрет и повышение голоса - самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Попробуйте отвлечь ребенка во время вспышки его гнева, предложите ему заняться чем-то интересным. Возможно, ваш неожиданный шаг отвлечет его, и центр внимания сместится с объекта агрессии на новый предмет;

* Постарайтесь, чтобы ребенок по возможности всегда был спокоен и уравновешен. Используйте расслабляющие упражнения, которые помогут успокоить его, снять психоэмоциональное напряжение, ощутить покой и расслабленность;

* Старайтесь предвидеть и предвосхитить события, которые могут стать причиной проявления агрессии, помогайте ребенку урегулировать свои отношения с друзьями и учителями, обсуждайте вместе с ним все возникающие проблемы и сложности;

* Уделяйте больше внимания своему ребенку. Дайте ему возможность почувствовать, что вы всегда, несмотря ни на что, любите, цените и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз обнять и приласкать малыша. Пусть он видит, что он нужен вам и важен для вас.



На заметку:

• **Учите ребенка выражать свой гнев безопасными способами** дайте ребенку:

- легкие мячи, которые ребенок может швырять в мишень;
- мягкие подушки, боксерскую грушу, которые разгневанный ребенок может пинать, колотить;
- резиновые молотки, которыми можно со всей силы бить по стене и по полу;
- газеты, которые можно скомкать и швырять, не боясь что-либо разбить и разрушить и многое другое, главное - проявить фантазию.

• **Научите ребенка распознавать и контролировать свои негативные эмоции.**

Следите за тем, чтобы в момент появления негативных эмоций ребенок не напрягал свои мышцы (лица, челюсти, рук, живота), а старался их расслабить.

• **Дайте ребенку знания, как вести себя в конфликтных ситуациях.**

Обсуждайте с ним случившееся - кто поступил правильно, кто не правильно, как можно было поступить? Обогащайте репертуар неагрессивных реакций ребенка в конфликте.

• **Развивайте у ребенка способность к эмпатии, сочувствию, сопереживанию** через совместное чтение сказок, рассказов и последующее их обсуждение; на собственном примере показывайте подобное отношение к людям.