

Консультация для воспитателей:

Игры для агрессивных детей. Стратегии коррекции агрессивного поведения у дошкольников.

Дошкольный возраст – время развития и становления личности, время формирования психики и социального научения. То, что дети получают в дошкольные годы, ляжет в основу их дальнейшего развития и формирования межличностных и социальных отношений. Правильному поведению в обществе и взаимоотношениям со взрослыми и сверстниками дошкольники должны научиться у самых близких им людей – родителей и воспитателей детского сада. Окружающие ребенка взрослые несут ответственность за то, какими вырастут их дети, как сложится их жизнь.

В настоящее время повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем. Почти в каждой группе детского сада встречается хотя бы один ребенок с признаками агрессивного поведения. Он нападает на остальных детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения. Агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

Агрессия (от лат. aggression – нападение) – это осознанные действия, которыми причиняют или намерены причинить ущерб другому человеку, группе людей или животному. Агрессия, как и всякой другой реакции, можно научиться через подражание. Дети дошкольного возраста, наблюдая, как взрослые выражают разные формы агрессии, впоследствии подражали действиям взрослых. Так же подражанию в первую очередь способствуют средства массовой информации, транслирующие очень много фильмов – и тем более мультфильмов – агрессивной тематики. После просмотра таких фильмов дети плохо засыпают, спят тревожно, днем раздражительны и агрессивны.

Работа педагога с агрессивными детьми должна быть направлена не на безопасный выход агрессии (эмоциональная разрядка), на преодоление внутренней изоляции, на формирование способности видеть и понимать других. Эта задача требует отказа от некоторых привычных форм работы дошкольного педагога. Такие традиционные формы воздействия как убеждения и объяснения воспитателя, приведение положительных примеров и призывы не обижать других оказываются малоэффективны при работе с агрессивными дошкольниками. Они и так знают, что хорошо, а что плохо, а сверстник, которого приводят в качестве образца, может вызвать только неприязнь со стороны ребёнка.

Необходимо отказаться также от соревновательного начала в играх и занятиях. Всевозможные конкурсы, игры-соревнования, поединки и состязания направляют внимание ребёнка на собственные успехи, порождают ориентацию на конкурентную борьбу и противопоставляемость другим. В конечном счёте, независимо от того, выигрывает ребёнок или проигрывает, это ведёт к разобщённости и отчуждённости детей.

В работе с агрессивными детьми помогают подручные средства, которыми оборудована наша группа детского сада. Легкие мячики, которые ребенок может швырять в мишень; мягкие подушки, которые разгневанный ребенок может пинать, колотить, резиновые молотки, которыми можно со всей силы бить по стене и по полу; газеты, которые можно комкать и швырять, не боясь что-либо разбить и разрушить, — все эти предметы могут способствовать снижению эмоционального и мышечного напряжения, если мы научим детей пользоваться ими в экстремальных ситуациях.

Лучшим средством в работе по преодолению детской агрессии, снятию напряжения у детей является игра. Приведу примеры игры и упражнений, которые эффективно использую на практике:

«Выбиваем пыль».

Цель: помочь снизить агрессивность ребенка.

Ход игры. Каждому участнику достается «пыльная подушка». Он должен, усердно колотя руками, хорошенько ее «почистить».

«Ласковый мелок».

Цель: снятие мышечных зажимов, развитие тактильных ощущений.

Упражнение проводится в парах. Дети рисуют или пишут на спине друг у друга различные картинки или буквы, а затем отгадывают, что было изображено.

«Техника разрывания бумаги».

Цель: дать выход энергии и агрессивным импульсам.

Для работы необходимо иметь старые газеты и журналы, любую ненужную бумагу. Детям объясняется, что это упражнение позволит им освободиться от неприятной энергии и чувств. Затем ведущий начинает разрывать бумагу, показывает детям, как это лучше сделать. Дети присоединяются к ведущему и все вместе бросают бумагу в центр группы. Когда куча становится большой, все вместе принимаются энергично подбрасывать бумагу в воздух. Можно обсыпать друг друга кусочками бумаги.

Таким образом, можно выделить несколько направлений в работе воспитателя с дошкольниками склонными к проявлениям агрессии:

- **Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме. Это может быть словесное выражение своих чувств и мыслей, а также – выражение гнева в косвенной форме, с помощью игровых приемов.**
- **Обучение детей приемам саморегуляции, самообладания.**

Для этого можно использовать релаксационные упражнения, дыхательные упражнения, этюды – перевоплощения, аутогенную тренировку

- **Отработка навыков общения.**

Задача взрослого – научить детей выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами (обсуждение, ролевая игра).

- **Формирование способности к эмпатии, сочувствию.**

Для этого используются такие приемы как чтение художественной литературы, игры и упражнения обязательно с последующим обсуждением чувств и мыслей героев.

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

- Ø Бить подушку или боксерскую грушу.
- Ø Топать ногами.
- Ø Написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу.
- Ø Втирать пластилин в картонку или бумагу.
- Ø Посчитать до десяти.
- Ø Спортивные игры, бег.
- Ø Вода хорошо снимает агрессию.
- Ø 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”.

Упражнение “Апельсин (или лимон)”.

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 - достаточно одного раза (с левой и правой рукой).

Для того, чтобы результат работы с агрессивными детьми был устойчивым, необходима проработка каждой характерологической особенности данного ребенка,

чтобы коррекционная работа носила системный, комплексный характер. В целях эффективности проводимой коррекции необходима также работа с родителями агрессивного ребенка.

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 с агрессивными детьми

Подвижные игры

Два барана"(Кряжева Н.Л., 1997)

Цель: снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность "легальным образом" выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло.

Воспитатель разбивает детей на пары и читает текст: "Рано-рано два барана повстречались на мосту". Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача — противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издавать звуки "Бе-е-е". Необходимо соблюдать "технику безопасности", внимательно следить, чтобы "бараны" не расшибли себе лбы.

"Тух-тиби-дух"

(Фопель К., 1998)

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

"Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание 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-либо 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 комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово "Тух-тиби-дух" сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

"Попроси игрушку" — вербальный вариант (Карпова Б.В., Лютова Е.К., 1999)

Цель: обучить детей эффективным способам общения.

Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берёт в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т. д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. 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: "Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе ее отдали". Затем участники 1 и 2 меняются ролями.

"Попроси игрушку" — невербальный вариант (Карпова Е. В., Лютова Е. К., 1999)

Цель: обучение детей эффективным способам общения.

Упражнение выполняется аналогично предыдущему, но с использованием только невербальных средств общения (мимики, жестов, дистанции и т.д.). После проведения обоих его вариантов (вербального и невербального) можно обсудить упражнение. 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.

"Прогулка с компасом" (Коротаева Е.В., 1997)

Цель: формирование у детей чувства доверия к окружающим.

Группа разбивается на пары, где есть ведомый ("турист") и ведущий ("компас"). Каждому ведомому (он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнеру руки на плечи) завязывают глаза. Задание: пройти все игровое поле вперед и назад. При этом "туриста" не может общаться с "компасом" на вербальном уровне (не может разговаривать с ним). Ведущий движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий — других туристов с компасами. После окончания игры дети могут описать, что они чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнера.