

Коррекция агрессивности у детей

В работе с конфликтными детьми важно:

- научить их конкретным способам накопления опыта практических действий,
- преодоления своего эмоционального неблагополучия,
- побуждать к действиям с проявлением эмоциональной отзывчивости к сверстникам,
- разъяснять причины, вызывающие эмоциональное неблагополучие в отношениях со сверстниками.

Формирование уверенности в себе

Цель. Развивать у ребенка внимание к самому себе.

Кто я?

Цель. Учить детей осознавать свою индивидуальность, значимость для других людей. Формировать игровое партнерство.

Детям по очереди предлагается ответить на вопрос «Кто я?». Ответ должен начинаться с местоимения «Я» (*Я мальчик. Я хороший. Я веселый. Я умный. Я люблю играть*).

Кто к нам пришел?

Взрослый предлагает одному из детей изобразить животное, уточняет, какое животное он будет изображать, помогает ему найти нужные движения. Остальные дошкольники должны угадать изображаемое животное и ласково пригласить его в гости. Игра повторяется до тех пор, пока каждый ребенок не побывает в роли гостя.

Собери фигуру

Детям предлагается собрать изображения людей, разрезанные на части (изображения можно взять из журналов, ненужных книг). Изображения разрезаны таким образом, чтобы на них прослеживалась определенная часть тела.

Шкатулка ласковых имен

Цель. Развивать у ребенка внимание к самому себе, уверенность. Способствовать формированию умений и навыков саморегуляции, снятию психоэмоционального напряжения.

Взрослый предлагает детям придумать ласковые имена своим товарищам и себе. Побеждает тот из детей, кто придумает больше ласковых имен.

Ты — лев

Воспитатель выполняет движения и дает ребенку инструкцию: «Закрой глаза, представь льва — царя зверей: сильного, могучего, уверенного в себе, спокойного и мудрого. Он красив, выдержан, горд и свободен. Этого льва зовут, как тебя, у него твое имя, твои глаза, твои руки, ноги, тело. Лев — это ты!» Дошкольник повторяет движения вслед за педагогом.

Дерево

Ребенку дается инструкция: «Попробуй сильно-сильно надавить пятками на пол, руки сожми в кулачки, крепко стисни зубы. Ты — могучее, крепкое дерево, у тебя сильные корни, и никакие ветры тебе не страшны. Это поза уверенного человека». Дошкольнику необходимо осуществить движения в соответствии с инструкцией.

Формирование контроля за собственными чувствами

Цель. Учить детей осознавать индивидуальность других людей, копировать, имитировать движения сверстника. Развивать двигательную раскрепощенность.

Зеркало

Цель. Способствовать снятию тревожности, страхов. Развивать уверенность в себе. Научить конкретным способам преодоления своего эмоционального неблагополучия, накапливать опыт практических действий.

Детям предлагается представить, что они пришли в магазин зеркал. Одна половина группы — «зеркала», другая — разные «звери». «Звери» ходят мимо зеркал, прыгают, строят рожицы. «Зеркала» должны точно повторять движения и выражения лиц «зверей».

Качели

Цель. Учить различать людей по внешним признакам и голосу. Развивать двигательную раскрепощенность. Способствовать снятию мышечного напряжения.

Детям предлагается сесть на ковер, обхватить колени руками, наклонить к ним голову. Ступни должны быть плотно прижаты к полу, глаза закрыты. Взрослый встает сзади, кладет руки ребенку на плечи и начинает его осторожно, медленно покачивать. Выполнять упражнение следует 2—3 минуты.

Жмурки

Один из детей выбирается водящим. Ему завязывают глаза, остальные дети свободно двигаются, издавая разные звуки: «ку-ку», «ля-ля», «а вот и я». Задача водящего — поймать одного из детей и назвать его имя. Если имя названо неправильно, то ребенок водит еще раз.

Цель. Формировать понятие об уникальности каждого человека, о том, что люди имеют свои характерные особенности. Учить определять детей и взрослых по голосу.

Узнай по голосу

Цель. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения у детей, снижению агрессии, ослаблению негативных эмоций.

Дети стоят полукругом. Один из дошкольников выбирается водящим. Он становится спиной к детям. «Давайте представим себе, что мы с вами в лесу собираем грибы, ягоды. Но один из нас потерялся. Мы очень обеспокоены и громко и ласково зовем его: «Ау, Сашенька!» Дети по очереди зовут ребенка, а ребенок угадывает, кто его позвал.

Два барана

Дети разбиваются на пары. Им предлагается встать друг напротив друга, широко расставив ноги, наклонив туловище вперед, соприкоснуться ладонями и лбами. Задача дошкольников — попытаться сдвинуть с места товарища. Тот, кто первым сдвинется с места — проиграл.

Штурм крепости

Из различных небьющихся предметов (тапки, стулья, одежда и т.д.) строится крепость. По очереди каждому из детей предлагается мячом — «пушечным ядром» разбить крепость. Игра продолжается до тех пор, пока вся «крепость» не будет разрушена. Каждое удачное попадание мяча в крепость сопровождается громким одобрением ровесников.

Формирование правильного социального поведения

Цель. Формировать доброжелательное отношение детей друг к другу. Дать понятие об индивидуальных особенностях людей. Привлекать застенчивых детей к общению, пробуждать желание находить и рассказывать хорошее о другом ребенке.

Комплименты

Дети сидят в кругу и держатся за руки. Взрослый предлагает одному из них, глядя в глаза соседу, сказать ему несколько добрых слов или за что-то похвалить. Ребенок, которому говорят комплименты, должен поблагодарить за теплые слова, а потом сделать комплимент другому ребенку. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не скажут и не услышат добрые слова. (На первых порах взрослый помогает детям подобрать нужные слова.)

Возьмите себя в руки

Ребенку говорят: *«Как только ты почувствовал, что забеспокоился или хочешь кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ*

доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми к груди — это поза выдержанного человека».

Стратегия на стимуляцию гуманных чувств

- Стимулируйте у агрессивных детей умение признавать собственные ошибки, переживание чувства неловкости, вины за агрессивное поведение.
- Учите их не сваливать свою вину на других.
- Развивайте у агрессивных детей чувство эмпатии, сочувствия к другим, сверстникам, взрослым и живому миру.

«Миша, неужели тебе не жалко других детей?»

* * *

«Если ты других жалеть не будешь, то и тебя никто не пожалеет».

* * *

Саша толкнул Сережу. Взрослый подходит к обидчику и спрашивает, как будто ничего не видел: «Ты не знаешь: почему Сережа плачет? Пойдем погладим его по головке?!»

Стратегия ориентации на эмоциональное состояние другого

Отличается от стимуляции гуманных чувств у ребенка тем, что взрослый стремится обратить, привлечь внимание к состоянию другого, не выражая оценочного отношения к случившемуся.

«Ты сейчас чувствуешь себя победителем?», «Кому сейчас плохо, как ты думаешь?»

* * *

«Как ты думаешь, сейчас только тебе плохо или еще кому-то?», «Тебе сейчас грустно?»

«Ты злишься?», «Ты чувствуешь усталость и ни с кем не хочешь разговаривать?»

Стратегия на осознание агрессивного и неуверенного поведения или состояния

- Помогайте агрессивному ребенку адекватно оценивать эмоциональное состояние ребенка-жертвы, а не только собственное.
- Стремитесь поставить агрессивного ребенка на место ребенка-жертвы.
- Чаще разговаривайте с агрессивными детьми о палитре их собственных эмоциональных состояний.
- Чаще спрашивайте у них о вариантах выхода из конфликтной ситуации.
- Объясняйте, какими другими неагрессивными способами они могут самоутвердиться.
- Расскажите, что такое вспышка гнева, и что означает «контролировать» собственную агрессию, и зачем это необходимо делать.

«Ты стукнул Веру потому, что..., а еще почему?»

* * *

Взрослый говорит: «Сейчас возьму листок и злое лицо изображу. Это Дима, возьми резинку и злое лицо сотри (и незлое изобрази!). Как ты думаешь, почему это было злое лицо?»

(Эти вопросы можно адресовать и ребенку-жертве притеснения.)

«Я вижу, что тебе плохо!», «Ты сейчас больше злой, добрый или никакой?», «Как ты думаешь, почему ты обижаешься?», «Когда тебя обижают, ты отвечаешь сразу или молчишь и долго помнишь обиду?»

Детям с агрессивным и неагрессивным поведением.

«Глаза закройте, дети, и руку с указательным пальцем вверх поднимите! Глаза не открывайте и пальцем покажите, где у вас зло прячется? В коленках, в руках, в голове, животе?»

Взрослый, бросая ребенку мяч, предлагает отвечать на вопросы:

- Что такое злость (обида)?
- Какого она цвета (синего, серого, желтого, красного)?
- Когда чаще бывает (утром, днем, вечером)?
- Дома или в школе (в детском саду)?

Стратегия на выражение агрессивного поведения

- Отличается от стратегии на осознание тем, что взрослый стремится, чтобы ребенок отреагировал негативные чувства «здесь и сейчас».
- Учите детей выплескивать гнев в приемлемой форме и выражать его словами, а не физической агрессией.
- Стремитесь, используя чувство юмора, объяснять ребенку, склонному к агрессии, что «если кто-то на тебя лаят, то не надо лаять (реагировать) в ответ».

Через предметно-практические игровые действия.

Взрослый предлагает ребенку: «Давай разорвем эту бумажку. Вот так! На мелкие кусочки!»

* * *

Взрослый спрашивает ребенка: «Расскажи, что случилось?», «Кто тебя обидел?»

Стратегия на моделирование состояния агрессивности через ее провокацию и преодоление

- Это создание условий, при которых возникают состояния агрессивности у ребенка-агрессора и нерешительности, подавленности у ребенка-жертвы, с целью:

- выявления выраженности (диагностики) этих состояний и
- «зоны ближайшего развития» в регуляции, преодолении, овладении этими состояниями, а также с целью
- выражения и переключения агрессии или подавленности у детей,
- выработки новых адаптивных способов поведения.

Взрослый предлагает: «Дети, встаньте в круг. Давайте возьмем мяч, будем его передавать друг другу и обмениваться необидными именами, шуточными прозвищами».

Ребенок-жертва в роли «толкающего», ребенок-агрессор в роли «отвечающего».

«Я тебя в плечо буду толкать, а ты мне в ответ не толчком отвечай, а слова такие подбирай, чтобы мне стало стыдно за мое агрессивное поведение».

Стратегия на переключение состояния

Имеет сходство со стратегией на стимуляцию чувства удивления (инсайта) у ребенка.

Стимулируйте положительные эмоции у агрессивных детей с целью переключения с агрессивного состояния на иное.

Используйте новизну, необычность, неожиданность игрового и неигрового поведения и действий с предметами.

Взрослый, надрезая несколько квадратных бумажек по кривой или ломаной, просит ребенка: *«А теперь правильно соедини!»*

Взрослый говорит ребенку: *«Я на бумаге быстро нарисую крестик и назову его злом или обидой! А ты быстрее всех этот крестик зачеркни. Чем больше крестиков зачеркнем, тем быстрее хорошее настроение вернем!»*

Взрослый обращается к агрессивному или к обиженному ребенку: *«У тебя лист бумаги и у меня. Кто больше мелких бумажек-снежинок нарвет, тот и молодец! Снежинки «обиды» или «злости» вместе соберем, вверх подбросим и щеткой подметем».*

Стратегия на положительное подкрепление, похвалу

- Это стремление взрослого увеличить частоту ситуаций овладения ребенком собственной агрессивностью или нерешительностью.
- Поощряйте всякое желание детей сдерживать свои агрессивные действия.
- Развивайте у нерешительных детей способность овладевать состоянием нерешительности и неуверенности.

Взрослый говорит ребенку: *«Я знаю, ты хотел стукнуть Машу, но не стукнул. Молодец!»*

Стратегия на отрицательное подкрепление

- Это стремление взрослого уменьшить вероятность, частоту проявления агрессии или неуверенности у детей.

Применяются приемы отстранения ребенка от деятельности на время. *«Кто обидно других называет, тот в игре ход пропускает».*

- Использовать чувство юмора, чтобы стимулировать у ребенка критичность к агрессивному поведению.

«Молодец, опять толкнул Иру»

Взрослый говорит, обращаясь к детям: *«Ребята, я не ожидал, что вы такие холодные ледышки».*

Стратегия на игнорирование

Это отсутствие в поведении взрослого положительного или отрицательного подкрепления, оценочного отношения к проявлениям агрессии или неуверенности в поведении детей.

Приемы прерывания агрессивного реагирования

Необходимо составить перечень наиболее характерных агрессивных действий ребенка. Затем, мысленно фиксируясь на каком-либо агрессивном проявлении, подобрать такие «игровые действия», которые могут новизной или необычностью ситуации предварить его агрессивное поведение или переключить на иное состояние.

Пример.

Перечень агрессивных действий ребенка:

- царапается;
- отвечает грубо «отстань», «заткнись»;
- слишком крепко обнимает другого ребенка, пытаясь завалить;
- ломает назло всем постройки;
- бьет ногой дверь;
- бьет по ногам родителей;

Перечень возможных действий взрослого:

- похлопать сильно в ладоши;
- поприседать;
- подуть в ухо ребенку;
- потрясти ребенка за кисть;
- поиграть с мячом, бросая его в ребенка;