**консультация психолога**

**на тему:**

 **«АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ПЕРИОДА»**



*« Чем  безупречнее  человек*

*снаружи --  тем больше демонов*

*у него внутри»*

*З. Фрейд.*

2016г.

**КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ПЕРИОДА**

     Агрессивное поведение детей дошкольного возраста выражается всегда по-разному. И это поведение можно разделить на несколько видов:

1. **Внешняя агрессия** – она направлена на окружающих людей, животных, игрушки. Ребенок может кричать, обзываться, угрожать, дразнить окружающих. Так же он может свою агрессию выражать жестами – пригрозить кулаком или пальцем, кривляться, передразнивать. Помимо устной и жестовой агрессии, ребенок может перейти и к физической, т.е. он может укусить, поцарапаться, подраться, ущипнуть, или толкнуть.
2. **Внутренняя агрессия** – эта агрессия направлена на самого ребенка. Он может себе кусать ногти, биться головой об стену, кусать свои губы, выдергивать ресницы или брови.

     И к первому и ко второму виду агрессии нужно отнестись серьезно. Постараться понять, почему она появилась**,** и потом провести коррекцию агрессивного поведения у детей.

**ПРОФИЛАКТИКА АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ**

Агрессивное поведение ребенка может быть вызвано различными причинами. Но все они схожи в том, что у ребенка они вызывают чувство гнева или дискомфорта. И малыш эти эмоции проявляет так, как может. Справиться с ними ему совсем не просто.

     Чаще всего агрессивное поведение детей дошкольного возраста зарождается в семье. Родители своим примером и действиями могут спровоцировать агрессию ребенка. Если в семье родители между собой общаются на повышенных тонах и у них это считается нормой, то и не удивительно, что и ребенок в скором времени будет с окружающими разговаривать на таких же повышенных тонах. К такому же результату приведут и постоянные ссоры в семье, конфликты или же развод родителей.

Так же агрессия может возникнуть если ребенок не получает любви, понимания, ласки родителей, наталкивается на их равнодушие и безразличность к нему и к его просьбам, или-же к его мнению.

К агрессии может привести и просмотр фильмов и мультфильмов с пропагандой жестокости. **Если же ребенок ходит в детский садик, то к вечеру у него могут проявляться вспышки агрессии**. Происходит это из-за того что ребенок перегружен информацией и эмоциями, полученными за день.

**Проведение коррекции агрессивного поведения ребенка**

     Если у ребенка появляются приступы агрессии, то необходимо знать, в чем заключается  коррекция агрессивного поведения у детей**,**и сразу же начинать ее проводить.

1. Для начала нужно работать взрослым над собой, ведь их поступки и поведение всегда служат примером  для детей. При ребенке не должно быть никаких ссор и конфликтов.
2. Не нужно родителям наказывать ребенка по любому поводу. Ребенок больше нуждается в любви и понимании, а не в постоянных наказаниях.
3. Когда ребенка начинает одолевать злоба, нужно постараться сразу переключить его внимание на что-то интересное и увлекательное.
4. Если ребенок проявил агрессию, нагрубил или кого-то обидел, нужно с ним поговорить. Объяснить, что так поступать нехорошо, что такие поступки огорчают маму или папу, но при этом любить меньше его никто не стал. Он должен чувствовать поддержку своих близких.
5. Если ребенку нужно избавиться от негативных эмоций, можно предложить ему побить подушку или порвать старые газеты. А также специально для этой цели купить боксерскую грушу.

Как же помочь агрессивному ребенку? Задача взрослых – научить их выражать свои чувства другим приемлемым неразрушительным способом. Родителям необходимо развивать и формировать у детей такие положительные качества, как доброжелательность, доверие к людям, сочувствие и сопереживание другому.

Читайте книги и обсуждайте с ребенком прочитанное, поощряйте выражение ребенком своих чувств и эмоций, которые будят в них те или иные герои и их действия.

Сочиняйте с ребенком сказки и истории, в которых главным героем становится ваш ребенок. Лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения детей является умение родителей владеть собой и быть положительным примером для своего ребенка.

**Как проводить профилактику агрессивного поведения ребенка**

Профилактика агрессивного поведения детей заключается в следующем:

* Нужно следить за содержанием фильмов и мультфильмов, которые просматривает ребенок.
* Следить за друзьями ребенка, их поведением. А так же ознакомиться с играми, в которые они играют.
* Развивать любовь и доброжелательные отношения с братиками и сестренками.
* И главное любить и понимать своего ребенка.

Если профилактика агрессивного поведения детей будет проводиться постоянно, то агрессия ребенка может и не коснуться.

**Работа родителей с детьми:**

Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные ниже. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры), а также с друзьями своего ребёнка.

**Самое главное – попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.**

**"ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ"**

(для детей с 4 лет)

Каждому участнику даётся "пыльная подушка". Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её "почистить".

**"ДЕТСКИЙ ФУТБОЛ"**

(для детей с 4 лет)

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья – обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.

**Примечание:**взрослый следит за соблюдением правил – нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

**"ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС “МОЖНО”"**

(для детей с 4 лет)

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

**Примечание:**"часы" можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

**"ПАДАЮЩАЯ БАШНЯ"**

(для детей с 5 лет)

Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника – штурмом взять её (запрыгнуть), издавая победные крики типа:

 "А-а-а", "Ура!" и т.д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив её стены.

**Примечание:**

· Каждый участник может сам себе построить башню такой высоты, которую, по его мнению, он способен покорить.

· После каждого штурма "болельщики" издают громкие крики одобрения и восхищения: "Молодец!", "Здорово!", "Победа!" и т.д.

**Работа педагога с агрессивными детьми.**

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

ØБить подушку или боксерскую грушу.

ØТопать ногами.

ØНаписать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу.

ØВтирать пластилин в картонку или бумагу.

ØПосчитать до десяти.

ØСамое конструктивное - спортивные игры, бег.

ØВода хорошо снимает агрессию.

ØКомкать 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 - достаточного 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 6.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., Лютово 6. 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.