

Консультация для родителей младших дошкольников на тему: «Детская агрессия, способы восстановления эмоционального равновесия ребенка дошкольного возраста»

педагог-психолог МБДОУ д/с № 6 «Здоровье» - Лукьянова И.Н.

Слово «агрессия» далеко не всегда употребляется нами в истинном его значении. Мы говорим: агрессор – тот, кто нападает, агрессивный, – значит злой, сердитый. На самом деле агрессия – это не эмоция, не мотив и не установка.

Агрессия – это модель поведения. И закладывается она еще в раннем детстве. В таком раннем, что трудно даже поверить. Представьте себе женщину на последнем месяце беременности, которая, ощутив идущие изнутри толчки растущего малыша, говорит сердито: «Перестань пинаться!» И другую женщину, которая в подобной ситуации погладит свой живот и в ответ на «сигналы», которые посылает ребенок, произнесет: «Как ты здорово играешь, малыш! Рости, играй! Постарайся только, пожалуйста, в следующий раз не делать маме так больно». Удивительно, но факт: ребенок наши слова каким-то образом слышит, понимает... и воспринимает как руководство к действию. Поэтому в первом случае малыш имеет больше шансов стать агрессивным, чем во втором.

Что такое детская агрессивность.

Опыт показывает, что в проблеме детской агрессивности наблюдается существенный разрыв между наблюдениями и какими-то действиями по этому поводу. Замечают ее обычно очень рано, а тревогу начинают бить значительно позднее, когда многое уже упущено и бороться с существующими нарушениями гораздо труднее. Именно поэтому в данной консультации мы будем говорить не об агрессивности асоциального подростка и даже не об агрессивности младшего школьника-драчуна. Как правило, вышеназванные персонажи вырастают именно из ранней детской агрессивности, не откорректированной в соответствующем месте и соответствующем возрасте.

Что же такое агрессивные дети в дошкольном возрасте? О причинах возникновения расстройства мы будем говорить ниже, а пока опишем типичные особенности такого ребенка.

Особенности проявления детской агрессивности.

Многие века ребенка рассматривали как взрослого, только небольшого, слабого и не имеющего прав, детям даже шили те же вещи, что и взрослым, только меньшего размера. О специфике детской психики заговорили после романов Диккенса – сначала в плоскости литературы, причем дети представлялись сущими ангелами: кроткими, добрыми, несчастными. А используя научный подход психологию

детского возраста стали серьезно изучать в основном после работ З. Фрейда, доказавшего влияние событий, происшедших в детстве, на всю дальнейшую судьбу человека.

Довольно быстро стало понятно, что дети являются ангелами не больше, чем взрослые, и агрессивность им присуща в полной мере.

Как правильно вести себя с агрессивным ребенком.

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем не только для врачей, педагогов и психологов, но и для общества в целом. Актуальность темы несомненна, поскольку число детей с таким поведением стремительно растет. Это вызвано суммацией целого ряда неблагоприятных факторов. Далее приводятся конкретные практические рекомендации родителям и педагогам по тому, как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессию в отношении взрослых или сверстников.

Если ребенок играет в агрессивные игры.

У современных детей наблюдается рост числа игр, содержащих насилие. Естественно, это не может не беспокоить родителей и педагогов.

Причины этого явления коренятся в самом обществе, в котором стало много насилия. Отсутствие повсеместных войн, пожалуй, достижение современной цивилизации, но означает ли это, что люди теперь избавлены от страха и необходимости быть готовыми защищать свою жизнь и достоинство? К сожалению, нет.

Попробуйте пощелкать каналы телевизора. Даже пары минут просмотра будет достаточно, чтобы понять, что в большинстве фильмов и передач, транслируемых телевидением, присутствует насилие: шантаж, разбойное нападение, драки, принуждение, терроризм, унижение, катастрофы – и это небольшая часть перечня. Самой позитивной при таких обстоятельствах кажется реклама, но и она по сути насилие над нашим сознанием и бессознательным. Другие средства массовой информации не сильно отличаются от ТВ: сведениями о насилии пестрят заголовки газет, оно проникло в книги и радиопередачи, хотя, конечно, соотношение его различно в этих источниках.

Как и во что играть с агрессивным ребенком.

Первое, что требуется от вас, как от взрослого, пытающегося помочь агрессивному ребенку, это искренняя симпатия, принятие его как личности, интерес к его внутреннему миру, понимание чувств и мотивов поведения. Постарайтесь акцентировать внимание на достоинствах ребенка и его успехах в преодолении трудностей (как внешних, так и внутренних), учите его тому же. Словом,

попытайтесь сделать все возможное, чтобы вернуть своему ребенку самоуважение и позитивную самооценку.

Реализовать эти коррекционные направления вам помогут игры и игровые приемы, описанные далее.

Коррекция агрессивного поведения у детей. Работа с гневом.

Как известно, детям очень непросто справляться со своими отрицательными чувствами, ведь те так и стремятся прорваться наружу в форме криков и визгов. Конечно, это не вызывает одобрения у взрослых. Однако если эмоции очень сильны, то неправильно сразу требовать от детей спокойного анализа и поиска конструктивных решений. Сначала нужно дать им возможность немного успокоиться, выплеснуть негатив приемлемым способом.

Так, если ребенок возмущен, взволнован, разозлен, словом, просто не в состоянии говорить с вами спокойно, предложите ему воспользоваться «мешочком криков». Договоритесь с ребенком, что пока у него в руках этот мешочек, то он может кричать и визжать в него столько, сколько ему необходимо. Но когда он опустит волшебный мешочек, то будет разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая произошедшее.

Примечание. Так называемый «мешочек криков» вы можете изготовить из любого тканевого мешочка, желательно пришить к нему завязочки, чтобы иметь возможность «закрыть» все «кричалки» на время нормального разговора. Получившийся мешочек должен храниться в определенном месте и не использоваться с другими целями. Если под рукой не оказалось мешочка, то можно его переделать в «баночку криков» или даже «кастрюлю криков», желательно с крышкой. Однако использовать их позднее для мирных целей, например для приготовления еды, будет крайне нежелательно.

Коррекция агрессивного поведения у детей. Работа с чувствами.

Эта игра – очередная ступень в эмоциональном развитии ребенка, мостик от его интереса и внимания к собственному внутреннему миру к пониманию чужих эмоций и сопереживанию.

Для того чтобы начать играть, вам понадобятся любые фотографии людей, отражающие их настроение. Их нетрудно подобрать, пролистав какие-нибудь журналы или просмотрев репродукции картин. Покажите ребенку одну из этих фотографий и попросите определить, какие чувства испытывает человек на фото. Затем спросите, почему он так думает – пусть ребенок попробует словами выразить, на какие внешние признаки эмоций он обратил внимание. Можно также предложить ему пофантазировать, придумав, какие события в жизни сфотографированного мужчины или женщины предшествовали этому моменту.

Примечание. В этой игре было бы хорошо использовать фотографии из вашего семейного альбома, так как после вымышленного рассказа ребенка вы смогли бы ему поведать, что именно произошло до момента съемок, и тем самым знакомить его с элементами семейной истории, дав возможность ощутить себя «причастным» к семейным событиям и переживаниям родственников. Однако использовать ваши личные фотографии для данной игры будет интересно и полезно только в том случае, если они действительно отражают разное настроение, а не стандартные улыбки для камеры.

Слепой и поводырь

Коррекция агрессивного поведения у детей. Конструктивные навыки общения.

Эта игра даст ребенку опыт доверия окружающим, а именно этого обычно сильно не хватает агрессивным детям. Для того чтобы начать игру, нужны два человека. Один из них будет слепым – ему завязывают глаза. Второй – его поводырем, старающимся аккуратно и бережно перевести слепого человека через дорогу с оживленным движением.

Это «движение» вы заранее создадите, расставив в комнате стулья и какие-то другие вещи таким образом, чтобы они мешали свободно перейти с одной стороны помещения на другую. Если есть еще желающие принять участие в игре, то они могут создавать «баррикады» из своих тел, расставив руки и ноги и замерев в любом месте комнаты.

Задача проводника – аккуратно перевести слепого на другую «сторону шоссе» (где это место, договоритесь заранее), оберегая его от столкновений с различными препятствиями. После того как задача будет выполнена, обсудите с ребенком, легко ли ему было в роли слепого, доверял ли он проводнику, его заботе и умению, какие чувства испытывал. В следующий раз пусть он попробует себя в роли проводника – это научит его заботе и вниманию к другому человеку.

Трудным может быть для детей объяснение со «слепым» человеком, так как фразы типа: «А теперь ставь ногу вот сюда» – ему ни о чем не говорят. Обычно ребенок осознает это через какое-то время и его общение со «слепым» в следующий раз уже будет более эффективным, так что полезно проводить такие игры не по одному разу.

Примечание: в этой игре «проводник» может контактировать со «слепым» разными способами: говорить о том, что нужно делать, или просто вести его за собой, поднимая ногу «слепого» на нужную высоту, чтобы перешагнуть преграду. Можете чередовать эти варианты, введя запрет на один из них, тренируя таким образом владение то вербальными (речевыми), то невербальными средствами общения.

Если ваш «слепой» норовит самостоятельно пройти весь путь, игнорируя помощь проводника, то в следующий тур постарайтесь ухудшить его ориентацию в пространстве, расставив по-другому препятствия и раскрутив на месте ребенка после того, как ему завязали глаза.

Большие мягкие игрушки, подушка.

Сшейте или купите **большую мягкую игрушку** или просто цилиндрической формы **подушку**. Придумайте простое имя, удобное для произношения маленьким ребёнком (*Бобо, Жу-жу* и т.п.).

Когда у малыша появиться желание покусаться, потолкаться, стукнуть кого-либо игрушкой, лопаткой и т.д., познакомьте его с этой игрушкой и объясните, что папу, маму (*и прочих взрослых в доме*) бить нельзя (*сказать чётко и строго*), а вот есть Бобо (*покажите игрушку*), который всегда будет рад подраться. Научите ребёнка, как можно драться, кусаться с этим Бобо. Первое время следите, чтобы агрессия ребёнка направлялась на игрушку, а не на людей.

Игры с водой, песком, глиной.

Очень полезны **игры с водой, песком**. Летом разрешите даже очень маленькому ребёнку повозиться в песке (сухом и мокром), в воде. В холодное время года это можно заменить купанием в ванной. Дети постарше (1,5-3 года) с удовольствием переливают воду из одной ёмкости в другую. Обеспечьте им условия для этого занятия

Лепка из глины и пластилина.

Хорошо снимает напряжение **лепка из глины и пластилина**. Начинайте обучать мять в кулачке пластилин, глину как можно раньше. Не бойтесь, что малыш испачкается или весь дом будет в пластилине. Просто будьте рядом и обучайте его с самого начала соблюдению определённых правил лепки. (на картонке, в родном месте и пр.)

Подвижные игры.

Учите ребёнка снимать напряжение через направленную игру: догонялки, прыгалки, зарядку и т.п. Дети с удовольствием играют в такие игры с взрослыми. Эти занятия снимают агрессивное напряжение и дают положительные эмоции ребёнку.

Релаксация, расслабление.

После снятия излишней напряжённости (подвижная игра) положите ребёнка «поспать», «поплавать на надувном матрасе» и т.п. – обеспечьте состояние покоя. Пусть это будет всего одну минуту.

Массаж.

Перед сном, после купания, делайте малышу лёгкий массаж спины, ножек, ручек, лица. Если на что-то ребёнок реагирует отрицательно, то не стоит настаивать, делайте то, что ему приятно, а следовательно позволит расслабиться. При этом рассказывайте о том, что вы делаете, тихим и спокойным голосом. Дети после двух лет с удовольствием соглашаются на игровой массаж.

Рисование красками, лучше пальцами.

Хорошо снимает напряжение, создаёт положительный эмоциональный фон. Будьте готовы к тому, что одежду ребёнка придётся стирать. Лучше такие рисунки делать на большом листе бумаги или старых обоях.

Желаю Вам и Вашим детям крепкого психологического здоровья!!!