



## АГРЕССИВНОСТЬ

АГРЕССИВНОСТЬ - склонность к причинению другим морального или физического ущерба. В той или иной мере встречается почти у всех детей младшего возраста вследствие недостаточной произвольности поведения и несформированности моральных норм. В условиях неправильного воспитания эта особенность может закрепиться и впоследствии перерасти в устойчивую черту поведения.

Агрессивность маленького ребенка проистекает от неудовлетворения его потребностей.

Однако по отношению к сверстникам агрессивность продолжает оставаться распространенным типом реагирования на протяжении всего дошкольного детства. Если же ребенок с помощью простейшей стратегии — враждебных и насильственных действий неоднократно добивается успеха, то он теряет интерес к освоению более конструктивного поведения. Агрессивность, таким образом, закрепляется и создает над взрослеющим человеком ореол недоброжелательности и неуживчивости.

Установлено, что закрепление форм агрессивного поведения происходит под влиянием неблагоприятных внешних условий — авторитарный стиль воспитания, недостатки нравственного воспитания, деформация системы ценностей в семейных отношениях и т.п. Эмоциональная холодность или чрезмерная строгость родителей часто приводят к накоплению внутреннего психического напряжения у детей, которые стараются разрядить его посредством агрессивных действий. Преодоление агрессивности тесно связано с широким кругом задач воспитания — формированием эмоциональной устойчивости, волевой регуляции поведения, овладением навыками межличностных отношений.

### Причины агрессивности детей и методы их коррекции

№ п/п	Причина	Методы коррекции
1.	Недостаток двигательной активности, недостаток физической нагрузки	<ul style="list-style-type: none"> <li>• подвижные игры</li> <li>• спортивные эстафеты</li> <li>• «минутки радости» между занятиями</li> </ul>
2.	Дефицит родительского внимания, неудовлетворенная потребность в родительской любви и принятии	<ul style="list-style-type: none"> <li>• беседа с родителями</li> <li>• направление к психологу</li> <li>• наблюдение за поведением ребенка</li> <li>• совместное включение в сюжетно-ролевые игры</li> <li>• налаживание эмоционального контакта с ребенком</li> </ul>
3.	Повышенная тревожность (комплекс несоответствия)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• беседа с родителями</li> <li>• направление к психологу</li> <li>• совместное включение в сюжетно-ролевые игры</li> <li>• наблюдение за поведением ребенка</li> <li>• налаживание эмоционального контакта с ребенком</li> </ul>
4.	Усвоение эталонов агрессивного поведения в семье	<ul style="list-style-type: none"> <li>• беседа с родителями</li> <li>• направление к психологу</li> </ul>
5.	Косвенно стимулируемая агрессивность (СМИ, игрушки)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• препятствовать появлению в группе таких игрушек или направлять их агрессивный потенциал в положительное русло</li> <li>• проигрывать и оговаривать сюжеты положительных мультфильмов и сказок</li> <li>• ненавязчивые разъяснения поступков действующих лиц</li> <li>• давать способы и образцы миролюбивых способов общения</li> <li>• обсуждать книги, предусмотренные программой</li> <li>• перевод драк в конструктивное русло: игры в пиратов, похитителей сокровищ</li> </ul>
6.	Низкий уровень развития игровых и коммуникативных навыков	<ul style="list-style-type: none"> <li>• подвижные, сюжетно-ролевые игры, игры на понимание эмоционального состояния,</li> <li>• психогимнастика, игры на мимическое и пантомимическое самовыражение</li> <li>• обучение приемам саморасслабления</li> <li>• разработка программ обучения коммуникативным навыкам</li> </ul>

## КАК ИГРАТЬ С АГРЕССИВНЫМИ ДЕТЬМИ

На первых этапах работы с агрессивными детьми рекомендуется подбирать такие игры и упражнения, с помощью которых ребенок мог бы выплеснуть свой гнев.

Существует мнение, что этот способ работы с детьми неэффективен и может вызвать еще большую агрессию. На первых порах ребенок действительно может стать более агрессивным (всегда следует предупреждать родителей об этом), но через 4-8 занятий, по-настоящему отреагировав свой гнев, «маленький агрессор» начинает вести себя более спокойно.

Для снятия излишнего мышечного напряжения можно использовать игры, способствующие релаксации

### Первое направление работы - обучение детей социально-приемлемым формам выражения эмоционального состояния.

1. Формирование у ребенка идентификации с коллективом: «Божьи коровки», «Ладошки», «Пес Барбос»
2. Снижение эмоционального перенапряжения ребенка: «Непослушные детишки», «Веселушки-топотушки», игрушки - «Мякиши»
3. Нейтрализация негативных переживаний ребенка: тактильный контакт (элементы массажа, прикосновение), игрушки - «Мякиши», переключение деятельности, внимания ребенка на другой объект.

### Второе направление работы - обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме

1. Ролевая игра, игры-драматизации, игры с песком, водой, глиной, пластилином.
2. Этюды на выражение гнева: «Сердитый дедушка», «Король Боровик», «Хмурый орел», «Гневная гиена», «Разъяренная медведица», «Два сердитых мальчика», «Обзывалки», «Два барана», «Толкалки», «Жужа», «Рубка дров», «Да и нет», «Тух-тиби-дух», «Ворвись в круг».
3. Этюды на выражение гнева, игры с куклой «Би-ба-бо», Чтение художественных произведений с последующим обсуждением поведения героев.
4. Чтение сказок с соответствующим содержанием - «Придумай другую концовку»

### Третье направление работы - обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях

1. ИЗО терапия
2. Совместные игры агрессивных и неагрессивных детей
3. Специально спланированные ситуации во время сюжетно-ролевой игры
4. Игры: «Слушай команду», «Расставить посты» «Смотри на руки», «Кто за кем?», «Идем за синей птицей» «Заколдованный ребенок»
5. Игры с правилами: обучение приемам «гашения» вспышек агрессии, перевод в мирное русло.
6. Игры за столами: «Драка», «Дудочка» «Ловим комаров», «Пальчиковые игры».

### Четвёртое направление работы - отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях

1. «Головомяч», «Камушек в ботинке», «Давайте поздороваемся», «Король», «Ласковые лапки», и другие.
2. «Игры-беседы» (Представь себе, что ты...»
3. *Музыкальные произведения:* «Органная музыка в обработке для детей»; «Звуки природы»: «В лесу», «Пение птиц»; «Лютневая музыка XVI в.»; М. Огинский «Полонез»; С. Рахманинов «Этюды-картины ля минор, до минор»; Ф. Лист «Венгерские рапсодии № 2, 10, 12»; Ф. Шопен «Вальс ля минор»; песня из к/ф «Приключения Электроника» «Куда подует ветер...», муз. Е. Крылатова, Е. Ю. Энтина); танцевальная музыка: «Румба», «Самба».

### Пятое направление работы - формирование таких качеств как эмпатия, доверие к людям и т.д

1. Сюжетно-ролевые игры, специально смоделированные ситуации.
2. Этюды на выражение страдания и печали «Стрекоза замерзла», «Котенок», «Северный полюс», «Ой, ой, живот болит!»

## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

«Обзывалки» (Кряжева Н.Л., 1997) *Цель:* снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме.

Скажите детям следующее: «Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необходимыми словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: «А ты,

..., морковка!» Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты, ..., солнышко!»

Игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

**«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.

**«Доброе животное» (Кряжева Н.Л., 1997)** Цель: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

**«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 Е.В., Лютова Е.К., 1999)** Цель: обучить детей эффективным способам общения.

Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берет 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).

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» (Коротаяева 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 «турист» 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.

**«Зайчики» (Барднер Г.Л. и др., 1993)** Цель: дать ребенку возможность испытать разнообразные мышечные ощущения, научить задерживать внимание на этих ощущениях, различать и сравнивать их.

Взрослый просит детей представить себя веселыми зайчиками в цирке, играющими на воображаемых барабанах. Ведущий описывает характер физических действий – силу, темп, резкость – и направляет

внимание детей на осознание и сравнение возникающих мышечных и эмоциональных ощущений.

Например, ведущий говорит: «Как сильно зайчики стучат на барабанах! А вы чувствуете, как напряжены у них лапки? Ощущаете, какие лапки твердые, не гнутся! Как палочки! Чувствуете, как напряглись у вас мышцы в кулачках, ручках, даже в плечиках?! А вот лицо нет! Лицо улыбается, свободное, расслабленное. И животик расслаблен. Дышит... А кулачки напряженно стучат!.. А что еще расслаблено? Давайте еще попробуем постучать, но уже медленнее, чтобы уловить все ощущения».

Кроме упражнения «Зайчики», рекомендуется проводить упражнения на релаксацию мышц, которые подробно описаны в разделе «Как играть с тревожными детьми».

**«Я вижу...» (Карпова Е.В., Лютова Е.К., 1999)** *Цель:* установить доверительные отношения между взрослым и ребенком, развивать память и внимание малыша.

Участники, сидя в кругу, по очереди называют предметы, которые находятся в комнате, начиная каждое высказывание словами: «Я вижу...». Повторять один и тот же предмет дважды нельзя.

**«Ласковые лапки» (Шевцова И.В.)** *Цель:* снять мышечное напряжение рук, помочь снизить агрессивность ребенка, развить чувственное восприятие, способствовать гармонизации отношений между ребенком и взрослым.

Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасается к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

**«Толкалки» (Фопель К., 1998)** *Цель:* научить детей контролировать свои движения.

Скажите следующее: «Разбейтесь на пары. Встаньте на расстояние вытянутой руки друг от друга. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями о ладони своего партнера. По сигналу ведущего начните толкать своего напарника, стараясь сдвинуть его с места. Если он сдвинет вас с места, вернитесь в исходное положение. Отставьте одну ногу назад, и вы почувствуете себя более устойчиво. Тот, кто устанет, может сказать: «Стоп». Время от времени можно вводить новые варианты игры: толкаться, скрестив руки; толкать партнера только левой рукой; толкаться спиной к спине».

**«Жужа» (Кряжева Н.Л., 1997)** *Цель:* научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.

«Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет «Жужей». Взрослый должен следить, чтобы «дразнилки» не были слишком обидными.

**«Рубка дров» (Фопель К., 1998)** *Цель:* помочь детям переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее во время игры.

Скажите следующее: «Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!» Для проведения этой игры можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди».

**«Головомяч» (Фопель К., 1998)** *Цель:* развивать навыки сотрудничества в парах и тройках, научить детей доверять друг другу.

Скажите следующее: «Разбейтесь на пары и ложитесь на пол друг напротив друга. Лечь нужно на живот так, чтобы ваша голова оказалась рядом с головой партнера. Положите мяч точно между вашими головами. Теперь вам нужно его поднять и встать самим. Вы можете касаться мяча только головами. Постепенно поднимаясь, встаньте сначала на колени, а потом на ноги. Пройдитесь по комнате». Для детей 4-5 лет правила упрощаются: например, в исходном положении можно не лежать, а сидеть на корточках или стоять на коленях».

**«Аэробус» (Фопель К., 1998)** *Цель:* научить детей согласованно действовать в небольшой группе, показать, что взаимное доброжелательное отношение товарищей по «команде» дает уверенность и спокойствие.

«Кто из вас хотя бы раз летал на самолете? Можете ли вы объяснить, что держит самолет в воздухе? Знаете ли вы, какие бывают типы самолетов? Хочет ли кто-нибудь из вас стать Маленьким Аэробусом? Остальные ребята будут помогать Аэробусу «летать»».

Один из детей (по желанию) ложится животом вниз на ковер и разводит руки в стороны, как крылья самолета.

С каждой стороны от него встает по три человека. Пусть они присядут и просунут руки под его ноги, живот и грудь. На счет «три» они одновременно встают и поднимают Аэробус с поля...

Так, теперь можно потихонечку поносить Аэробус по помещению. Когда он почувствует себя

совершенно уверенно, пусть закроет глаза, расслабится, совершит «полет» по кругу и снова медленно «приземлится» на ковер».

Когда Аэробус «летит», ведущий может комментировать его полет, обращая особое внимание на аккуратность и бережное отношение к нему. Вы можете попросить Аэробуса самостоятельно выбрать тех, кто его понесет. Когда вы увидите, что у детей все получается хорошо, можно «запускать» два Аэробуса одновременно.

**«Бумажные мячики» (Фопель К., 1998)** *Цель:* дать детям возможность вернуть бодрость и активность после того, как они чем-то долго занимались сидя, снизить беспокойство и напряжение, войти в новый жизненный ритм.

Перед началом игры каждый ребенок должен скомкать большой лист бумаги (газеты) так, чтобы получился плотный мячик. «Разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждая из них выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно 4 метра. По команде ведущего вы начинаете бросать мячи на сторону противника. Команда будет такой: «Приготовились! Внимание! Начали!»

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на ее стороне, на сторону противника. Услышав команду «Стоп!», вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячей на полу. Не перебегайте, пожалуйста, через разделительную линию». Бумажные мячики можно будет использовать еще неоднократно.

**«Дракон» (Кряжева Н.Л., 1997)** *Цель:* помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.

Играющие становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник – «голова», последний – «хвоста». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

### **ИГРЫ ЗА СТОЛАМИ**

Для агрессивных детей можно порекомендовать следующие игры за столами: «Драка», «Дудочка», «Ловим комаров», «Пальчиковые игры» и другие.

#### **Совместные настольные игры**

Для работы с агрессивными детьми могут с успехом использоваться различные настольные игры, которые предусматривают игру как поодиночке, так и совместно. Например, игра «Конструктор». Детям предлагается вдвоем или втроем собрать какую-нибудь фигуру из деталей «Конструктора». После игры возможно проигрывание конфликтных ситуаций с нахождением путей выхода из них.

В ходе совместных настольных игр дети овладевают навыками совместного бесконфликтного общения.

**«Глаза в глаза» (Кряжева Н.Л., 1997)** *Цель:* развивать в детях чувство эмпатии, настроить на спокойный лад.

«Ребята, возьмитесь за руки со своим соседом по парте. Смотрите друг другу только в глаза и, чувствуя руки, попробуйте молча передавать разные состояния: «я грущу», «мне весело, давай играть», «я рассержен», «не хочу ни с кем разговаривать» и т.д. После игры обсудите с детьми, какие состояния передавались, какие из них было легко отгадывать, а какие трудно.

**«Маленькое привидение» (Лютова Е.К., Моница Г.Б.)** *Цель:* научить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.

«Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук «У». Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить». Затем педагог хлопает в ладоши: «Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!»

#### **«Брыкание»**

Ребенок ложится на спину на ковер. Ноги свободно вскинуты. Медленно он начинает брыкаться, касаясь пола всей ногой. Ноги чередуются и высоко поднимаются. Постепенно увеличивается сила и скорость брыкания. На каждый удар ногой ребенок говорит «Нет», увеличивая интенсивность удара. Упражнение способствует эмоциональной разрядке, снятию мышечного напряжения.