**Рекомендации по взаимодействию взрослого с детьми,**

**имеющими агрессивность**

Агрессия - это способ выражения своего гнева, протеста. А гнев - это чувство вторич­ное. В его основе лежит боль, унижение, обида, страх, которые возникают от неудовлетворения "базисной, фундаментальной человеческой потребности в любви и нужности другому челове­ку" (Ю.Б. Гиппенрейтер, 1998).

Агрессивное поведение детей - это своеобразный сигнал SOS, крик о помощи, о внима­нии к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмо­ций, с которыми самостоятельно ребенок справиться не в силах.

*Характерологические особенности агрессивных детей*

1. Воспринимают большой круг ситуаций как угрожающих, враждебных по отношению к ним.
2. Сверхчувствительны к негативному отношению к себе.
3. Заранее настроены на негативное восприятие себя со стороны окружающих.
4. Не оценивают собственную агрессию как агрессивное поведение.
5. Всегда винят окружающих в собственном деструктивном поведении.
6. В случае намеренной агрессии (нападение, порча имущества и т.п.) отсутствует чувство ви­ны, либо вина проявлена очень слабо.
7. Склонны не брать на себя ответственность за свои поступки.
8. Имеют ограниченный набор реакций на проблемную ситуацию.
9. В отношениях проявляют низкий уровень эмпатии.
10. Слабо развит контроль над своими эмоциями.
11. Слабо осознают свои эмоции, кроме гнева.
12. Боятся непредсказуемости в поведении взрослых.
13. Имеют неврологические недостатки: неустойчивое, рассеянное внимание, слабая оператив­ная память, неустойчивое запоминание.
14. Не умеют прогнозировать последствия своих действий (эмоционально застревают на про­блемной ситуации).
15. Положительно относятся к агрессии, так как через агрессию получают чувство собственной значимости и силы.
16. Имеют высокий уровень личной тревожности.
17. Имеют неадекватную самооценку, чаще низкую.
18. Чувствуют себя отверженными.

*Анкета "Признаки агрессивности"*

Ответьте, пожалуйста, на каждое утверждение "да" или "нет".

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Исследуемый ребенок | Да | Нет |
| 1 | Злой дух временами вселяется в него. |  |  |
| 2 | Он не может промолчать, когда чем-то недоволен. |  |  |
| 3 | Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отпла­тить ему тем же. |  |  |
| 4 | Иногда ему без всякой причины хочется выругаться. |  |  |
| 5 | Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки. |  |  |
| 6 | Иногда он так настаивает на чем-либо, что окружаю­щие теряют терпение. |  |  |
| 7 | Он не прочь подразнить животное. |  |  |
| 8 | Очень сердится, если ему кажется, что кто-то подшу­чивает над ним. |  |  |
| 9 | Кажется, что иногда у него вспыхивает желание сде­лать плохое, шокирующее окружающих. |  |  |
| 10 | В ответ на обычные распоряжения стремится все сде­лать наоборот. |  |  |
| И | Часто не по возрасту ворчлив. |  |  |
| 12 | Воспринимает себя как самостоятельного и решитель­ного. |  |  |
| 13 | Любит быть первым, командовать, подчинять себе дру­гих. |  |  |
| 14 | Неудачи вызывают у него сильное раздражение, поис­ки виноватых. |  |  |
| 15 | Легко ссориться, вступать в драку. |  |  |
| 16 | Старается общаться с младшими и физически более слабыми. |  |  |
| 17 | У него нередки периоды мрачной раздражительности. |  |  |
| 18 | Не считается со сверстниками, не уступает, не делится. |  |  |
| 19 | Уверен, что любое задание выполнит лучше других. |  |  |

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.

Подсчитайте, сколько утверждений, по вашему мнению, относится к исследуемому ре­бенку.

Высокая агрессивность - 15-20 баллов.

Средняя-7-14 баллов. Низкая-1-6 баллов.

Работу с агрессивными детьми необходимо проводить по следующим направлениям:

- обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме,

- обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях,

- отработка навыков общения, возможных конфликтных ситуаций,

- формирование осознания собственных эмоций и чувств других людей, развитие эмпатии,

- снижение уровня личностной тревожности, развитие позитивной самооценки.

*Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме*

Способы выражения (выплескивания) гнева:

1. Громко спеть любимую песню.

2. Пометать дротики в мишень.

3. Попрыгать на скакалке, потопать ногами.

4. Используя "стаканчик для криков" или "трубу", сделанную из ватмана, высказать все свои  
отрицательные эмоции.

5. Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячиком.

6. Пускать мыльные пузыри.

7. Устроить бой с боксерской грушей.

8. Полить цветы.

9. Забить несколько гвоздей в бревно.

10. Пробежать несколько кругов вокруг дома.

11. Передвинуть в квартире мебель, например, журнальный столик.

12. Поиграть в "настольный футбол", "баскетбол", "хоккей".

13. Постирать белье.

14. Отжаться от пола максимальное количество раз.

15. Устроить соревнование "кто громче крикнет", "кто выше прыгнет", "кто быстрее пробежит".

16. Быстрыми движениями руки нарисовать обидчика, а затем зачеркать его.

17. Слепить из пластилина фигуру обидчика, а затем сломать ее.

18. Комкать и рвать бумагу.

19. Попинать ногой консервную банку из-под "Пепси", "Спрайт" и т.п.

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

21. Втирать пластилин в картонку или бумагу.

22. Использовать водяной пистолет, надувные дубинки, батут.

Все эти способы нужны для того, чтобы ребенок не направлял свой гнев на людей, а пе­реносил его на неодушевленные предметы, выплескивал его в игровой форме.

*Обучение детей приемам саморегуляции,*

*умению владеть собой в различных ситуациях*

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. В результате ребенок лучше владеет собой, контролирует свои деструктивные эмоции и действия. Релаксационные упражнения позволяют ребенку овладеть навыками саморегуляции, сохранить более ровное эмоциональное состояние, снизить уровень личностной тревожности, который у агрессивных детей достаточно высок.

*Упражнение "Апельсин" ("Лимон")*

Дети лежат на спине, голова чуть на бок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. По­просите детей представить, что к их правой руке подкатился апельсин. Пусть они возьмут апельсин в руку и начнут выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень силь­но напряжена 8-10 секунд). "Разожмите кулак, откатите апельсин, рука теплая, мягкая, отдыха­ет".

Затем апельсин подкатился к левой руке. И та же процедура выполняется с левой рукой.

Желательно делать упражнения 2 раза.

*Упражнение "Черепаха"*

Упражнение делается лежа, лучше на боку или на животе. Попросите детей представить, что они маленькие черепашки, которые лежат на желтом песке или мягкой травке возле про­зрачного ручейка (реки, озера, моря). Греет солнышко, черепашке тепло и хорошо. Руки и ноги расслаблены, шея мягкая. Вдруг появилась холодная туча и закрыла солнышко. Черепашке ста­ло холодно и неуютно и она спрятала ноги, руки и шею в панцирь (дети сильно напрягают спи­ну, слегка выгибая ее и изображая тем самым панцирь, а так же напрягают шею, руки и ноги, как бы втягивая их под панцирь - 5-10 секунд). Но вот туча улетела, опять выглянуло сол­нышко, стало тепло и хорошо. Черепашка согрелась, и ее шея, руки и ноги стали теплыми и мягкими и опять появились из-под панциря, (спина расслабляется 5-10 секунд).

*Игра «Волшебные шарики»*

Цель: Снятие эмоционального напряжения.

Содержание: Дети сидят в кругу. Взрослый просит их закрыть глаза и сделать из ладо­шек "лодочку". Затем он вкладывает каждому ребенку в ладошки шарик или любую мягкую иг­рушку и дает инструкции "Возьмите шарик в ладошки. Согрейте его, сложите ладошки вместе, покатайте, подышите на него, согрейте его своим дыханием, отдайте ему часть своего тепла и ласки. Откройте глаза, посмотрите на шарик, и теперь по очереди расскажите о чувствах, кото­рые возникли у вас во время игры".

Важно также установить ряд правил, которые помогут ребенку справиться с собствен­ным гневом. Например:

1. Прежде чем перейдешь к действию, скажи себе "Стоп!". Для более эффективного усвоения навыка следует нарисовать с ребенком знак "Стоп" в виде кружка с каймой, внутри которого большими буквами, и написано "Стоп". Можно сделать данные знаки с картона и положить его в карман. Всякий раз, когда захочется ударить или толкнуть или проявить активную вербальную агрессию, нужно дотронуться до кармана, где лежит знак "Стоп" или просто представить его.
2. Прежде чем перейдешь к действию, глубоко вздохни и посчитай до 10.
3. Прежде чем перейдешь к действию, сильно сожми кулаки и разожми их. Так можно делать до 10 раз.
4. Прежде чем перейдешь к действию, остановись и подумай, что ты хочешь сделать.
5. Прочие правила. К ним относятся индивидуальные правила, составленные для конкретного ребенка в зависимости от характера проявляемой им агрессии (говорит грубо со старшими, портит вещи, больно бьет и т.д.). Например, такими правилами могут быть: "Говори уважи­тельно со старшими", "Относись бережно к вещам", "Держи руки при себе". Важно при со­ставлении таких правил отказаться от использования отрицательной частицы "не", "не де­лай", "не дерись", "не ломай", "не груби" и т.д.

*Отработка навыков общения, возможных конфликтных ситуаций*

Американским психологом Вагнером было высказано предположение: "Главным детер­минантом агрессивного поведения является не наличие сильно развитых агрессивных устано­вок, а отсутствие или слабая выраженность установок на социальную кооперацию и доброжела­тельное межличностное общение". В связи с этим представляется весьма эффектным использо­вание игр, направленных на взаимодействие со сверстниками.

*Игра «Трио»*

Цель: Научить конструктивно взаимодействовать друг с другом. Синхронизировать свои движения с движениями других детей.

Содержание: Для игры понадобятся пустые коробки из-под обуви. Взрослый говорит: "Я приготовила для вас сложную задачу, решая которую, вы можете показать насколько хорошо вы взаимодействуете друг с другом. Для начала понадобятся три добровольца. Они должны стать в одну шеренгу плечом к плечу. Тот, кто стоит посередине ставит свои ноги в две пустые коробки: в одну левую ногу, в другую правую. Стоящий справа от "центрального" ставит свою левую ногу в коробку с правой ногой "центрального", а стоящий слева правую ногу в коробку с левой ногой того, кто стоит в центре. Теперь все трое должны попробовать пройти несколько метров. Когда первая тройка успешно справится с заданием можно подключить в эту группу еще одного ребенка. Так постепенно подключаются остальные дети.

*Игра "Головомяч"*

Цель: Научить сотрудничать в парах или тройках.

Содержание: Для игры понадобится мяч среднего размера для каждой пары детей. Взрослый говорит: "Разбейтесь на пары и ложитесь на пол друг против друга. Лечь нужно на живот так, чтобы ваша голова была напротив головы партнера. Положите мяч точно между ва­шими головами. Теперь вам нужно поднять мяч и встать самим. Вы можете касаться мяча толь­ко головами. Встаньте сначала на колени, а потом на ноги. Можно держать друг друга руками, если понадобится".

*Игра "Сороконожки"*

Цель: Научить детей взаимодействию со сверстниками, способствовать сплочению дет­ского коллектива.

Содержание: Несколько детей (5-10 человек) встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде ведущего "сороконожка" начинает сначала просто двигаться вперед, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями (это могут быть стулья, столы и т.д.) и выполняет другие задания. Главная задача играющих - не разорвать единую "цепь", сохранить "сороконожку" в целости.

*Игра "Липучка"*

Цель: Игра способствует развитию умения взаимодействовать со сверстниками, снятию мышечного напряжения, сплочению детской группы.

Содержание: Все дети двигаются, бегают по команде, желательно под быструю музыку. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают: "Я липучка-приставучка, я хочу тебя поймать". Каждого пойманного ребенка "липучки" берут за руки, присоединяя его к своей компании. Затем они все вместе ловят в свои "сети" других. Ко­гда все дети станут "липучками", они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки.

*Формирование осознавания собственных эмоций*

*и чувств других людей, развитие эмпатии*

В семьях агрессивных детей, как правило, игнорируется внутренний мир ребенка, про­является безразличие к его чувствам. Тем самым у детей формируется нечувствительность к эмоциональному состоянию других людей. Так же у агрессивных детей отмечается слабое опо­знавание собственных эмоций, за исключением гнева, и отсутствие вины в случае, если ими не­вольно или намеренно была причинена боль (физическая или моральная) другому человеку (или животному).

*Игра «Танцы-противоположности»*

Цель: Научить различать и выражать чувства противоположности в импровизационных танцах, снизить эмоциональное напряжение.

Содержание: Для игры необходимы кассеты с записью ритмичной музыки и набор кар­точек с названиями эмоций (чувств):

1. Детей просят разбиться на пары, и каждой паре дается карточка с названием эмоции. Такими эмоциями могут быть: веселый - грустный, жадный - щедрый, смелый - трусливый, нервный - спокойный, бунтарский - покорный, бодрый - скучающий, сердитый - довольный и т.п.
2. Дети знакомятся с карточками, не показывая их окружающим. Их задача – придумать танец, в котором они будут изображать противоположные чувства. Например, один ребенок изображает грустный танец, другой - веселый. Через 1-2 минуты дети меняются ролями.
3. Задача других детей - отгадать, какие чувства противоположности изобразила в своем танце пара. Если кто-либо из детей захочет подключиться к танцу, не надо им мешать.

*Игра «Эмоции героев»*

Цель: Игра способствует формированию эмпатии, умению оценивать ситуацию и пове­дение окружающих.

Содержание: Взрослый читает детям сказку. Ребенку заранее выдаются карточки с изображениями различных эмоциональных состояний. В процессе чтения ребенок откладывает на столе несколько карточек, которые на его взгляд отражают эмоциональное состояние героя в различных ситуациях. По окончании чтения каждый ребенок объясняет, в какой ситуации и по­чему ему кажется, что герой был весел, грустен, подавлен. Взрослый может задать ребенку та­кие вопросы: "Что чувствовал Буратино, когда Мальвина заперла его в чулане", "А что чувство­вала Мальвина в это время", "Как вы думаете, почему Баба Яга стала такой злой".

*Игра "Цветик-семицветик"*

Цель: Игра помогает детям оценить свое состояние, проанализировать поведение.

Содержание: Взрослый заранее заготавливает вырезанные из картона цветы. На каждом из семи лепестков нарисованы лица, выражающие разные эмоции. Ребенок смотрит на лепест­ки, называет эмоцию и говорит, когда он находился в том или ином состоянии.

*Снижение уровня личностной тревожности, развитие позитивной самооценки*

Смотрите рекомендации по взаимодействию с тревожными детьми.

Одной из проблем в работе для воспитателей является соблюдение дисциплины детьми. Причинами отклоняющегося поведения могут быть внутренние мотивы, определенные потреб­ностями ребенка, проявляющиеся внешне как качества характера.

Одному необходимо быть в центре внимания, другому быть наедине с самим собой, третьему властвовать.