Ямало-ненецкий автономный округ

Департамент образования Пуровского района

МКДОУ «ЦРР- детский сад «Белоснежка»

***Практикум для родителей «И драчун,***

***и забияка, и еще не знаю кто…»***

**Разработали:**

**педагоги-психологи**

**Репина О.Н., Киселева Н.В.**

Пурпе-1, 2012г.

***Ход мероприятия***

Здравствуйте дорогие родители! Мы Вас очень рады видеть и собрались мы здесь для того чтобы поговорить об очень важной и распространенной теме: ***«Детская агрессия».*** Ведь ни для кого не является секретом, что агрессивное поведение ребенка это актуальная проблема на сегодняшний день.

Хочется начать с того? что агрессия, к сожалению, окружает нас и наших детей. Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть.

***Детская агрессивность*** – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.

В нашей жизни, к сожалению, происходит много событий, которые сами по себе могут ожесточить, озлобить, довести до отчаяния и вызвать негативные переживания. Дети чётко улавливают настроения окружающих. Поэтому родителям не стоит при ребёнке допускать обсуждение неприятностей, смотреть передачи про катастрофы и фильмы, про убийство и безысходность, оценивать отрицательно поступки других, укорять и угрожать расправой обидчикам. Подобные проявления своего недовольства и обиды являются не лучшим примером для подражания и бумерангом могут вернуться в семью в "исполнении" ребёнка. Взрослые не должны удивляться, почему их ребёнок слово в слово повторяет их ругательные выражения, находится в позиции постоянного сопротивления и неприятия окружающих его людей и событий.

**"Что такое агрессивность"**

***Агрессивное поведение*** - одно из самых распространённых нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели. *(слайд№ 2)*

***Агрессия*** - это действие человека, противоречащее нормам и правилам поведения и наносящее вред объекту нападения одушевлённому или нет, приносящее физический или моральный ущерб либо вызывающий психологический дискомфорт. (Может быть направлена на человека, а может на животное, предметы и т.д*.) (слайд№ 3)*

Существуют два вида агрессии – ***«доброкачественная»*** и ***«злокачественная»***. Первая появляется в момент опасности и носит оборонительный характер. Как только опасность исчезает, затухает и данная форма агрессии. "Злокачественная" агрессия представляет собой жёсткость и деструктивность, бывает спонтанной и связанной со свойствами личности человека.

Психологи отмечают, что существуют две формы агрессии.

1. ***Доброкачественная агрессия*** - это настойчивое, невраждебное, садозащитное поведение. Оно проявляется в момент опасности и носит оборонительный характер. Как только опасность устранена, исчезает и проявление этой формы агрессии. Доброкачественная агрессия может обнаруживаться с первых месяцев жизни ребенка. Этот вид агрессии необходим для нормальной адаптации малыша к окружающей среде, помогает ему познавать мир, самоутверждаться.

*(пример)*

*Юля катается на трехколесном велосипеде. К ней подходит Денис и пытается столкнуть ее, вырывает руль, встает на дороге, не дает возможности ехать дальше. Юля изо всех сил старается оторвать руки Дениса от руля и при этом без конца повторяет: «Не дам, не дам, не дам...».*

И Юля, и Денис настроены враждебно по отношению друг к другу, оба испытывают дискомфорт, однако гнев Юли - это реакция самозащиты, а у Дениса - неудовольствие от того, что его желание покататься на велосипеде не может быть реализовано. *(слайд №4)*

2. ***Злокачественная агрессия*** - это враждебное, злобное поведение, которое причиняет боль другим людям. Конечно, гнев, ярость, желание отомстить тоже могут быть средством самозащиты, но они, тем не менее приносят страдание и боль окружающим. Злокачественная агрессия может возникнуть спонтанно. Эта форма агрессии не проявляется сразу после рождения, она активизируется в случае причинения ребенку боли или каких-либо неприятных переживаний, ощущений. Иногда же мы можем заметить, что ребенок получает удовольствие от того, что причиняет боль другому.

*(слайд №5)*

Помимо доброкачественной и злокачественной психологи выделяют ***физическую и вербальную агрессию***.

При ***физической агрессии ребенок*** бросает в других предметы, кусает, бьет, толкает, щипает кого-то (взрослых, детей, животных).

При ***вербальной агрессии ребенок*** обзывает детей, взрослых, яростно спорит, выкрикивает какие-либо обидные слова, фразы, иногда повторяя какую-нибудь угрозу много раз подряд.

Хочется отметить, что агрессивный ребенок, как и любой другой, тоже нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что агрессия - это прежде всего отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг события.

Агрессивный ребенок очень часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Неправильный стиль воспитания родителей, будь то жестокое обращение или безучастное отношение, вселяют в душу ребенка чувство, что его не любят. Иногда ребенок просто ищет способы привлечь внимание взрослых и сверстников, а как это сделать, не знает.  *(слайд №6)*

Вот как описывает Н. Л. Кряжева поведение агрессивного ребенка: «Агрессивный ребенок, используя любую возможность, чтобы толкать, бить, ломать, стремится разозлить маму, воспитателя, сверстников. Он не успокаивается до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку. Нам, родителям и воспитателям, не всегда понятно, чего добивается ребенок и почему он это делает, если заранее знает, что со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых - наказание. А ведь в действительности это порой лишь отчаянная попытка завоевать свое "место под солнцем". Ребенок не имеет представления, как другим способом можно бороться за выживание в этом странном и жестоком мире».

Ну а сейчас дорогие родители предлагаем приступить к практической части нашего практикума.

***Упражнение "Портрет агрессивного ребёнка"***

Необходимо разделиться на 2 группы. Каждой группе выдаётся карточка *(Приложение 1)* участники совместно выбирают черты, свойственные агрессивному ребёнку, затем проводится обсуждение.

***(****Приложение 1)*

**Характерные особенности ребёнка**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Слишком говорлив 2. Отказывается от коллективной игры 3. Чрезмерно подвижен 4. Имеет высокие требования к себе 5. Не понимает чувств и переживаний других людей 6. Ощущает себя отверженным 7. Имеет низкую самооценку 8. Часто ругается со взрослыми 9. Создаёт конфликтные ситуации 10. Отстаёт в развитии речи 11. Чрезмерно подозрителен 12. Вертится на месте 13. Постоянно контролирует своё поведение 14. Чрезмерно беспокоится по поводу каких – либо событий 15. Сваливает вину на других 16. Беспокоен в движениях 17. Часто спорит со взрослыми 18. Суетлив | 1. Любит заниматься головоломками, мозаиками 2. Часто теряет контроль над собой 3. Отказывается выполнять просьбы 4. Импульсивен 5. Часто дерётся 6. Имеет отсутствующий взгляд 7. Часто предчувствует плохое 8. Самокритичен 9. Не может адекватно оценить своё поведение 10. Имеет мускульное напряжение 11. Опасается вступить в новую деятельность 12. Часто специально раздражает взрослых 13. Задаёт много вопросов, но редко дожидается ответов 14. Робко здоровается 15. Мало и беспокойно спит 16. Толкает, ломает, рушит всё кругом 17. Чувствует себя беспомощным |

Ну а сейчас попросим вас заполнить анкету на выявление степени агрессивного поведения вашего ребенка ***"Признаки агрессивности"***

*(Приложение 2)*

**«Признаки агрессивности»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ребёнок** | **Да** | **Нет** | **Ребёнок** | **Да** | **Нет** |
| 1. Временами кажется, что в него вселился злой дух |  |  | 11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать всё наоборот |  |  |
| 1. Он не может промолчать, когда чем- то недоволен |  |  | 12. Часто не по возрасту ворчлив |  |  |
| 1. Когда кто – то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же |  |  | 13. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного |  |  |
| 4. Иногда ему безо всякой причины хочется выругаться |  |  | 14. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других |  |  |
| 5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что – то разбивает, потрошит |  |  | 15. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виноватых. |  |  |
| 6. Иногда он так настаивает на чём-то, что окружающие теряют терпение |  |  | 16. Легко ссорится, вступает в драку |  |  |
| 7. Он не прочь подразнить животных |  |  | 17. Старается общаться с младшими и физически более слабыми |  |  |
| 8. Переспорить его трудно |  |  | 18. У него нередки приступы мрачной раздражительности |  |  |
| 9. Очень сердится, когда ему кажется, что над ним подшучивают |  |  | 19. Не считается со сверстниками, не уступает и не делится |  |  |
| 10. Иногда у него вспыхивает желание сделать что – то плохое, шокирующее окружающих |  |  | 20. Уверен, что любое задание выполнит лучше всех |  |  |

Если у вас получилось 15-20 положительных ответов, то ваш ребёнок с высокой степенью агрессивности; если 7-14 - со средней степенью, если 1-6 - с низкой степенью агрессивности.

Сейчас попробуем выявить критерии агрессивного поведения ребенка, если они, конечно же, имеются.

Если 4 из 8 критериев часто проявляются у ребёнка в течение не менее 6 месяцев, то можно предположить, что ребёнок является агрессивным.

*(Приложение 3)*

**« Критерии выявления агрессивного ребёнка»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ребёнок** | **Часто** | **Редко** |
| 1. Спорит, ругается со взрослыми |  |  |
| 2. Теряет контроль над собой |  |  |
| 3. Завистлив, мстителен |  |  |
| 4. Сердится и отказывается что-либо делать |  |  |
| 5. Специально раздражает людей |  |  |
| 6. Отказывается подчиниться правилам |  |  |
| 7. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его. |  |  |
| 8. Винит других в своих ошибках |  |  |

Сейчас давайте поговорим о там, как можно помочь агрессивному ребенку.

**"Как помочь агрессивному ребёнку"** *(слайд №7)*

Установить чёткий запрет на агрессивное поведение, систематически напоминайте о нём. Обучайте детей способам выражения гнева в приемлемой форме. Существует ***4 основных способа выражения гнева:*** Прямо *(вербально или невербально)* выразить свои чувства, при этом давая выход отрицательным эмоциям.

Сдерживать свой гнев "загоняя" его внутрь. В этом случае накапливающиеся отрицательные чувства и эмоции будут способствовать возникновению стресса.

Задерживать негативную эмоцию до момента её наступления, не давая ей возможности развиться, при этом пытаться выяснить причину гнева и устранить её в кратчайший срок.

Приемлемыми формами выражения гнева являются - прямое заявление о своих чувствах и выражение гнева в косвенной форме с помощью игры.

Обучение детей приёмам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях

Хочется отметить, что часто агрессивным детям свойственны мышечные зажимы, особенно в области лица и кистей рук. Для таких детей очень полезны релаксационные упражнения. Например, в карман можно положить знак "стоп". Как только ребёнка начнут одолевать незваные мысли и желания он достанет этот знак и мысленно или в слух произнесёт «стоп». чтобы этот приём начал действовать нужна многодневная тренировка.

6. Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях.

Агрессивные дети иногда проявляют агрессию лишь потому, что не умеют выразить свои чувства словами или другим способом. Задача взрослого - научит выходить из конфликтных ситуаций приемлемым способом, например с помощью ролевой игры.

Необходимо формировать такое качество, как эмпатия, доверие к людям и т.д.

***Эмпатия*** - способность сопереживать другим людям. Считается, что развить эмпатию и формировать другие качества личности можно в процессе совместного чтения с ребёнком. Обсуждая прочитанное, взрослый поощряет выражение ребёнком своих чувств. Очень полезно сочинять с ребёнком сказки, истории, где герои разными способами решают конфликтные ситуации.

*(слайд №8)*

***Существуют нейтральные способы модификация поведения.***

За хорошее поведение ребёнок получает поощрение, за плохое - наказание или лишение привилегий. Однако этот метод не стоит использовать слишком часто, иначе родители получат вполне законный вопрос - а что мне за это будет?. Поощрения должны быть небольшими, не на перёд (будешь себя вести хорошо, к лету купим велосипед), а в тот же момент, который поощряем, и нечастыми.

Лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения детей является умение родителей владеть собой. Многие взрослые сами не умеют этого делать, а значит, не могут требовать подобного от своих детей.

Сейчас вам хотим раздать памятки с общими рекомендациями как избавляться от собственного гнева. *(раздача памяток)*

Ну а сейчас давайте вспомним детство и вместе немного поиграем.

***Игровое упражнение "Пальцы добрые, пальцы злые"***

**Цель:** Игра хорошо развивает мелкую моторику, даёт возможность выявить особенности общения ребёнка, помогает ощутить возможности своего тела, новые способы налаживания контакта, преодолеть боязнь физического контакта, развивает эмоциональную сферу, коммуникативные навыки.

Представьте, что ваши пальчики - добрые кошечки, злые мышки, добрые волчата, злые зайчата и т.д. на правой руке пальчики превратились в добрых волчат, а на левой в злых мышат. Им надо поговорить друг с другом, познакомиться, поиграть, поссориться и т.д. если хорошо получается можно познакомиться с ручками других детей, мамы или папы.

Дома с ребенком вы можете самостоятельно выполнять игровые упражнения. Например:

***Игровое упражнение "Говори!"***

**Цель:** развитие внимания, произвольности, так как детям сложно управлять своими чувствами и поведением.

Взрослый бросает мяч и задаёт вопрос. Ребёнок должен поймать мяч, а ответить только после разрешения "Говори!"

Какие времена года ты знаешь?...Говори!

Какой сегодня день недели?...Говори

Сколько дней в недели? :Говори!

Какого цвета платье у Маши? :Говори!

Какого цвета твой стул?...Говори!

Давайте поиграем в игру, которую вы сможете проводить со своими детьми дома. Если вы будете ее выполнять, то можно провести предварительно беседу, что люди обижаются на обидные слова и начинают тоже обзываться.

***Игровое упражнение "Обзывалки"***

**Цель**: развитие коммуникативных навыков, снятие отрицательных эмоций.

Необходимо передавать по кругу мячик обзывать друг друга необидными словами, например названиями овощей и фруктов, при этом обязательно называть имя того к кому обращаешься и даёшь мячик : "А ты Лёшка-картошка", "А ты - Иришка-редиска". Мячик передавать нужно быстро, долго не задумываться.

Обязательно предупреждаем, что на обзывалки нельзя обижаться. Завершать игру необходимо хорошими словами: "А ты, Маринка - картинка", "А ты, Антошка - солнышко"

***Упражнение "Работа с гневом"***

Группа делится на 2-3 подгруппы. Каждой выдаётся список выражения гнева. Обсуждают 5 минут, затем в кругу выбирают наиболее приемлемые способы общения с детьми. Список можно уточнить и дополнить.

*(Приложение 4)*

**Способы выражения (выплёскивания) гнева**

* Громко спеть любимую песню
* Пометать дротики в мишень
* Используя «стаканчик для криков» высказать все свои отрицательные эмоции
* Налить в ванну воды, запустить в неё несколько игрушек и бомбить их мячиком
* Пускать мыльные пузыри
* Устроить «бой» с боксёрской грушей
* Полить цветы
* Устроить соревнования «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит»
* Скомкать несколько листов бумаги, а затем выбросить.
* Быстрыми движениями нарисовать обидчика а затем зачиркать его
* Слепить из пластилина фигурку обидчика а затем сломать её.
* Подраться с подушкой
* Порвать лист бумаги в мелкие куски
* Поколотить стол надувным молотком
* Потопать ногами
* Высказать свои чувства
* Попросить помощи
* Смыть дурные чувства
* Надуть злостью шарик
* Сплясать «буйный» танец

Наш практикум дорогие родители подошел к концу и хочется услышать от вас, чем была полезна для вас эта встреча, а для этого я попрошу вас встать в круг и передавать мяч. Какие конкретные приёмы вы будете использовать.

Завершить сегодняшнюю встречу хочется мудрой притчей о двух волках. *(слайд №9)*

Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину. В каждом человеке идёт борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло - зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь… Другой волк представляет добро – мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность…

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами дедушки, задумался, а потом спросил:

- А какой волк в конце побеждает? Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил:

- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

Когда читаешь эту притчу, вспоминается поговорка: «Что посеешь, то и пожнёшь». Конечно детское дошкольное учреждение делает всё возможное, чтобы дети росли в добре, мире и развивались согласно современным тенденциям образования… Но помните, уважаемые родители, социум вокруг ребёнка складывается помимо детского сада из семьи, дополнительного образования, интернета, детской площадки и др. Задумайтесь, какую информацию черпает для себя ваш малыш из этого окружения и как она может повлиять на формирование личности вашего чада.

***Счастья, любви, понимания Вам и вашим детям!***