**Конспект занятия с родителями «Учимся управлять детской агрессией»**

**Цель:** ознакомление родителей с методами предотвращения агрессивного поведения у детей, ознакомление со способами действия для преодоления чрезмерной агрессии.

**Предварительная работа:**

За несколько недель предложить родителям в письменном виде кратко описать ситуации, в которых они испытали затруднения в преодолении детской агрессии, для анонимного рассмотрения на собрании, с целью поиска возможных решений ситуации

Этапы занятия:

1. Беседа
2. Решение конфликтных ситуаций (практика)
3. Памятка

**Беседа:**

**Воспитатель:**

Детская агрессия – очень сильное испытание родительской компетенции. Проблема управления агрессивным поведением важна не только для родителей, но и для самого ребенка. Агрессивное поведение лишает его общения со сверстниками, формирует негативное отношение к нему, что в свою очередь вызывает у агрессивного ребенка еще большую вспышку агрессии.

**Что такое детская агрессивность и как она проявляется?**

*(высказывания родителей)*

Детская агрессивность – это нецивилизованный выход запаса энергии с целью получения разрядки.

Агрессивное поведение проявляется, когда ребёнок кричит, дерётся, кусается, пинается, отбирает игрушки, топает ногами, замахивается на взрослых, визжит, бранится, рвёт книжки и т.д.

Психологи выделяют две основные формы выражения детской агрессии: враждебная деструктивность – стремление нанесения физического ущерба, и недеструктивная агрессия – упрямстве, настойчивость.

**Почему важно своевременно научить ребенка контролировать свои эмоции?**

*(высказывания родителей)*

Научиться управлять своими эмоциями – важный аспект социализации ребенка, несформированная в детском возрасте способность справляться со своей агрессивность влияет на развитие индивидуальных и социальных качеств ребенка.

**Как вы думаете, какие могут быть причины агрессии?**

*(высказывания родителей)*

Причины детской агрессии:

1. Выражение негативных эмоций. Ребенок испытывает эмоции, которые его захлестывают, а выражать их в приемлемой форме он не умеет.
2. Может быть результатом проявления настойчивости, упорства в достижении цели, воли к победе.
3. Конфликт между естественной познавательной активностью и родительским «нельзя»
4. Попытки самоутвердиться и контролировать жизненные ситуации.

**А есть ли положительная сторона агрессивностью?**

*(высказывания родителей)*

Проявление агрессивности не всегда вызвано негативными причинами, стремление к лидерству, желание самостоятельно решать задачи – очень важные качества, и главная задача родителей — это не искоренить эмоции, а направить их в позитивное русло, научить приемлемым способам выражения своих чувств.

Факторы, влияющие на формирование агрессивность

1. негативизм близких (равнодушие, недостаток любви, постоянная критика)
2. игнорирование агрессивных проявлений ребенка (своего рода поощрение агрессивного поведения)
3. суровость наказаний (физические наказания, унижения)
4. социальное научение (агрессивное поведение взрослых в семье, влияние телевиденья)
5. предрасположенность к возбудимости нервной системы ребенка

Пути преодоления детской агрессии:

1. Объяснять ребенку, чувства, которые он испытывает, находить им вербальное выражение. («я злюсь», «я расстроился»). Ребенок имеет право выражать свои негативные эмоции, но делать это он должен не через капризы и драки, а словесно.
2. Родителем следует научиться понимать те моменты, когда ребенок находится на грани взрыва негативных эмоций. Такой момент лучше всего использовать, чтобы погасить нарастающую агрессию или перенаправить энергию ребенка.
3. Позволить больше свободы действий в разумном пределе. Зачастую родители не готовы принять, что ребенок стал более самостоятелен и пытаются действовать или принимать решения за него.
4. Пересмотреть систему запретов и ограничений. Избыточное количество запретов может привести к протесту со стороны ребенка.
5. Больше поощрять желаемое поведение, а не стремиться искоренить плохое.
6. Быть последовательным в своих действиях по отношению к ребенку. Не должно быть так, что за один и тот же поступок ребенок сегодня был наказа, а завтра он был оставлен без внимания.

**2. Рассмотрение конфликтных ситуаций**

Родители разделяются на группы, каждой группе предлагается одна типичная ситуации (или ситуации, ранее написанные родителями), при которой возможно агрессивное поведение ребенка, группа самостоятельно подготавливает ответы на вопросы:

1. Как можно предотвратить вспышку гнева?
2. Как вы поступите, если ребенок повел себя агрессивно?

Представитель от каждой группы зачитывает ситуации и высказывает коллективные ответы на вопросы, затем родители из других групп высказывают свое мнение (соглашаются или нет, предлагают свои пути решения)

1. **Памятка для родителей**

Родителям предлагается для самостоятельного ознакомления Памятка, затем идет обсуждение, родители сообщают, какие упражнения им понравились, предлагают свои варианты снятия эмоционального напряжения

Игры и упражнения на снятие напряжения, эмоциональное расслабление.

1. «Воздушный шарик». – Ты шарик. Вот ты сердишься, всё больше и больше (надувается шарик). Злости всё больше, ты уже весь ею заполнен – вот как этот шарик, такой же надутый. Что произойдёт? Ещё немного злости, и шарик лопнет (продемонстрировать ребёнку, как лопнет шарик). А если осторожно выпускать воздух, то он останется целым, не лопнет.
2. «Брыкание». – Малыш, лёжа на ковре, брыкается, как жеребёночек, как большая лошадка.
3. Прыгать, как кузнечик, козлёнок, лев, кенгуру, дождевые капельки.
4. Посиди, как бабочка на цветке, бабушка в кресле, наседка на гнезде, цветок на клумбе.
5. Походи, как медведь по лесу, хитрая лиса, котёнок, черепаха…
6. Поплавай, как золотая рыбка, злая акула, огромный кит, зубастый крокодил…
7. Полетай, как снежинки, гуси-лебеди, Баба-яга на метле, маленький воробей, большой орёл, лёгкое облачко, пчёлка над цветами…