Консультация для родителей:

«Как снизить детскую агрессивность»

Материал подготовила Янгулова Т.Н.
Воспитатель МАДОУ №57 г. Красноярск

- Агрессия у маленького ребёнка стала в последнее время очень актуальной проблемой. Как правило, она направлена на окружающих ребёнка людей – сверстников, воспитателей, родителей, создавая трудности и самому маленькому человечку. Взаимоотношения с окружающими становятся затруднительными. А ведь именно они определяют всестороннее развитие личности

- **Помните,** что запреты и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Агрессивность вашего ребёнка будет снята только тогда, когда будут понятны её причины

Причины агрессивности ребенка:

- стремление привлечь к себе внимание
- быть главным
- получить желаемый предмет
- ревность
- защита
- ущемление достоинства другого с целью подчеркнуть своё превосходство

Игры и упражнения на снятие агрессивности у детей

«Час тишины и час «можно»

(для детей с 4 лет)

- Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час «можно», когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать. Брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть на них и т. д.

«Два клоуна»

(для детей с 5 лет)

- Предложите ребёнку поругаться, но не плохими словами, а овощами: «Ты-огурец», «А ты – редиска» и т. д. А потом похвалить друг друга цветами: «Ты – роза», «А ты – ромашка»…

«Лепим сказку»

- Ребёнку предлагается слепить какую-нибудь сказку. При подборе сказки важно учесть, что в ней должно быть достаточно много героев, чтобы каждый из членов семьи смог слепить одного или два из них. После лепки можно проиграть в эту сказку всем вместе.
- Работа с пластилином даёт возможность сместить «энергию кулака»

«Мешочек крика»

(для детей с 4 лет)

- Предложите ребёнку «спрятать» свой крик (гнев) в мешочек

«Разыгрывание ситуаций»

1. Ты вышел во двор и видишь, что два мальчика дерутся. Разними их.

2. Тебе хочется поиграть такой же игрушкой, как у одного из ребят. Попроси его.

3. Ты обидел своего друга, попробуй помириться

«Ураган»

- Сядьте на ковёр напротив своего ребёнка. Он должен сильно на вас дуть. Вы делаете вид, что не можете справиться с потоком воздуха, и падаете на пол. Затем он должен, наоборот, втянуть в себя воздух, а вы постепенно подниматься.
- Эту игру любят маленькие дети. Она их веселит и помогает ощутить свою значимость. Будет интересно, если в игре будут участвовать все члены семьи. Чем комичнее вы будете падать, и подниматься, тем больше удовольствия получит малыш

«Котик»

- Упражнение выполняется на ковре. Придумывается сказка о котике, который нежится на солнышке, потягивается, царапает коврик, умывается и т. д

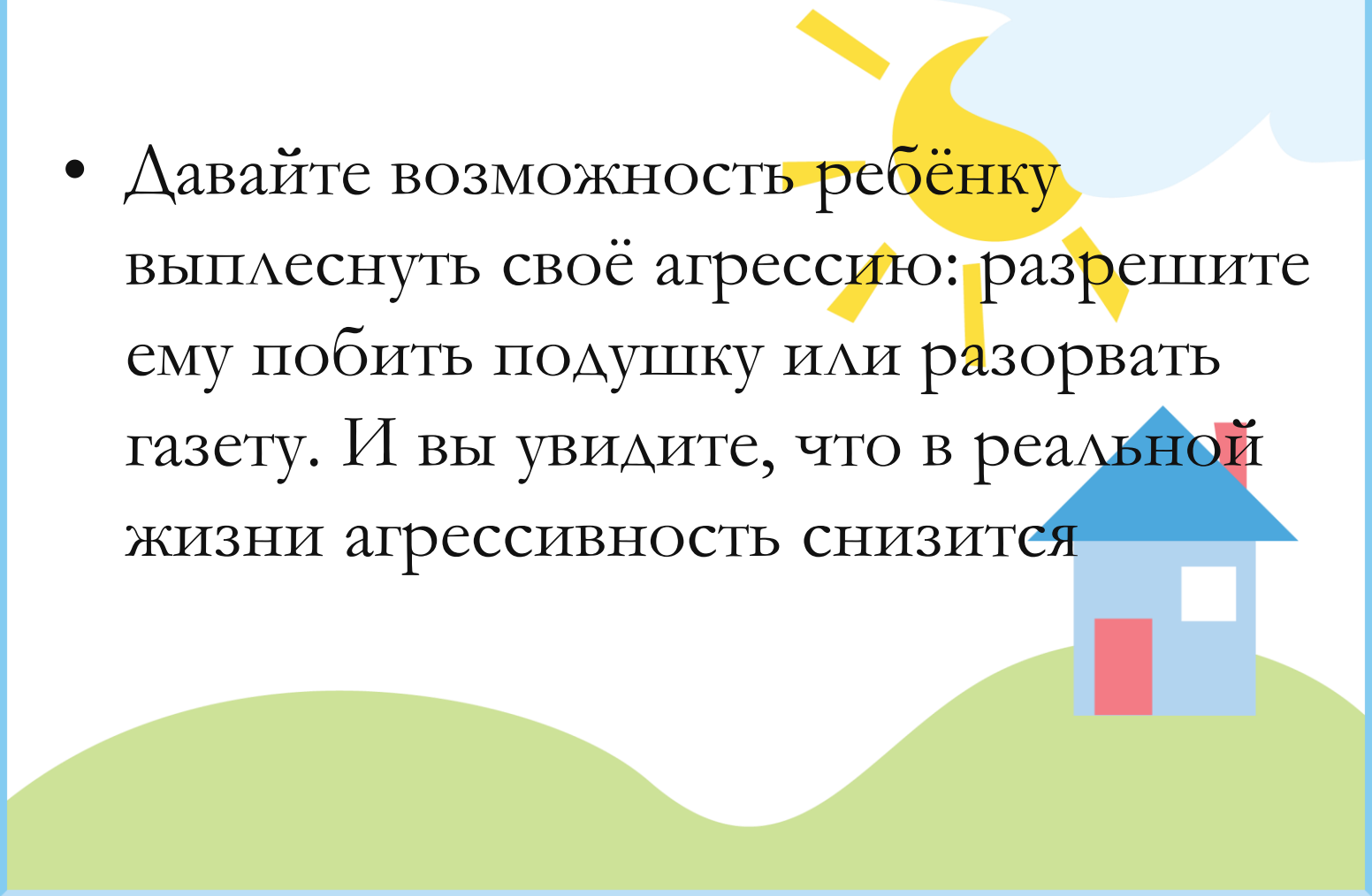
«Упрямая подушка»

- Эта игра подходит для маленьких каприз и вредин. Подготовьте подушку. Расскажите малышу, что в неё вселились капризы и детские упрямки. Это именно они заставляют его порой вести себя плохо. Предложите ребёнку прогнать их. Малыш должен очень сильно бить кулаками в подушку. Ваша задача его подбадривать. Когда ребёнок начнёт уставать, остановите его и предложите послушать, все ли капризы и упрямки ушли. Если он скажет, что нет, то игра продолжается. Если да, то похвалите его за то, что он смог их прогнать

- Чтобы помочь ребёнку избавиться от агрессивных форм поведения, нужно научить его выражать или выплёскивать свои эмоции. Сдерживая свою агрессию, ваш малыш загоняет её внутрь. В этом случаи постепенно накапливаются отрицательные чувства, которые со временем будут способствовать накоплению стресса

- Не отреагировав сразу, ребёнок рано или поздно почувствует необходимость выплеснуть всё накопившееся из себя. Но не на того, кто вызвал это чувство, а на того, кто подвернётся под руку, кто слабее и не сможет дать отпор

- Давайте возможность ребёнку выплеснуть своё агрессию: разрешите ему побить подушку или разорвать газету. И вы увидите, что в реальной жизни агрессивность снизится



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!