**Игры с агрессивными детьми**

Часто дети проявляют агрессивное поведение (щипают, бьют, обзывают) потому, что не знают, как поступить иначе. К сожалению, их поведенческий репертуар довольно скуден, и если мы предоставим им возможность выбора способов поведения, дети с удовольствием откликнутся на предложение, и наше общение с ними станет более эффективным и приятным для обеих сторон.

Работа воспитателей с агрессивными детьми должна проводиться в трех направлениях:

1. Работа с гневом. Обучение агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева.

2. Обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.

3. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию и т.д.

**Работа с гневом**

Поскольку чувство гнева чаще всего возникает в результате ограничения свободы, то в момент наивысшего «накала страстей» необходимо разрешить ребенку сделать что-то, что, может быть, обычно и не приветствуется нами. Причем тут многое зависит от того, в какой форме – вербальной или физической выражает ребенок свой гнев.

Например, в ситуации, когда ребенок рассердился на сверстника и обзывает его, можно вместе с ним нарисовать обидчика, изобразить его в том виде и в той ситуации, в которой хочется «оскорбленному». Если ребенок умеет писать, можно позволить ему подписать рисунок так, как он хочет, если не умеет — сделать подпись под его диктовку. Безусловно, подобная работа должна проводиться один на один с ребенком, вне поля зрения соперника.

Помочь детям доступным способом выразить гнев, а педагогу – беспрепятственно провести занятие может так называемый «Мешочек для криков» (в других случаях - «Стаканчик для криков», «Волшебная труба “Крик”» и др.). Перед началом занятия каждый желающий ребенок может подойти к «Мешочку для криков» и как можно громче покричать в него. Таким образом, он «избавляется» от своего крика на время занятия.

Воспитатель, видя, что дети «распетушились» и уже готовы вступить в «бой», может мгновенно отреагировать и организовать, к примеру, спортивные соревнования по бегу, прыжкам, метанию мячей. Причем обидчики могут быть включены в одну команду или находиться в командах-соперницах. Это зависит от ситуации и от глубины конфликта. По завершении соревнований лучше всего провести групповое обсуждение, во время которого каждый ребенок сможет выразить чувства, сопутствующие ему при выполнении задания. Обучение навыкам распознавания и контроля негативных эмоций

Следующим очень ответственным и не менее важным направлением является обучение навыкам распознавания и контроля негативных эмоций. Далеко не всегда агрессивный ребенок признается, что он агрессивен. Более того, в глубине души он уверен в обратном: это все вокруг агрессивны. К сожалению, такие дети не всегда могут адекватно оценить свое состояние, а тем более состояние окружающих.

Как уже отмечалось выше, эмоциональный мир агрессивных детей очень скуден. Они с трудом могут назвать всего лишь несколько основных эмоциональных состояний, а о существовании других (или их оттенков) они даже не предполагают. Нетрудно догадаться, что в этом случае детям сложно распознать свои и чужие эмоции.

Для тренировки навыка распознавания эмоциональных состояний можно использовать разрезные шаблоны, этюды М.И. Чистяковой (1990), упражнения и игры, разработанные Н.Л. Кряжевой (1997), а также большие таблицы и плакаты с изображением различных эмоциональных состояний.

Еще один способ научить ребенка понимать свое эмоциональное состояние и развить потребность говорить о нем – рисование. Детей можно попросить сделать рисунки на темы: «Когда я сержусь», «Когда я радуюсь», «Когда я счастлив» и т.д.

Для того чтобы дети могли верно оценивать свое состояние, а в нужный момент и управлять им, необходимо научить каждого ребенка понимать себя, и прежде всего – ощущение своего тела. Сначала можно потренироваться перед зеркалом: пусть ребенок скажет, какое настроение у него в данный момент и что он чувствует.

Конечно, обучение ребенка распознаванию своего эмоционального состояния и управлению им будет успешным лишь в том случае, если она будет проводиться систематически, изо дня в день, в течение довольно длительного времени.

**Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию**

Агрессивные дети, как правило, имеют низкий уровень эмпатии. Эмпатия – это способность чувствовать состояние другого человека, умение вставать на его позицию. Агрессивных же детей чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо. Считается, что если агрессор сможет посочувствовать «жертве», его агрессия в следующий раз будет слабее. Поэтому так важна работа педагога по развитию у ребенка чувства эмпатии.

Одной из форм такой работы может стать ролевая игра, в процессе которой ребенок получает возможность поставить себя на место других, оценить свое поведение со стороны. Например, если в группе произошла ссора или драка, можно в кругу разобрать эту ситуацию, пригласив в гости Котенка, или Тигренка, или любых известных детям литературных героев. На глазах у ребят гости разыгрывают ссору, похожую на ту, которая произошла в группе, а затем просят детей помирить их. Дети предлагают различные способы выхода из конфликта. Можно разделить ребят на две группы, одна из которых говорит от имени Тигренка, другая — от имени Котенка. Можно дать детям возможность самим выбрать, на чью позицию им хотелось бы встать и чьи интересы защищать. Какую бы конкретную форму проведения ролевой игры вы ни выбрали, важно, что в конечном итоге дети приобретут умение вставать на позицию другого человека, распознавать его чувства и переживания, научатся тому, как вести себя в сложных жизненных ситуациях. Общее обсуждение проблемы будет способствовать сплочению детского коллектива и установлению благоприятного психологического климата в группе.

Во время подобных обсуждений можно разыгрывать и другие ситуации, которые чаще всего вызывают конфликты в коллективе: как реагировать, если товарищ не отдает нужную тебе игрушку, что делать, если тебя дразнят, как поступить, если тебя толкнули и ты упал, и др. Целенаправленная и терпеливая работа в этом направлении поможет ребенку с большим пониманием относиться к чувствам и поступкам других и научиться самому адекватно относиться к происходящему.

В целях коррекции агрессивности также полезно использовать релаксационные техники. 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 таких упражнений делает ребенка более спокойным, уравновешенным, а также позволяет ребенку лучше понять, осознать чувство собственного гнева.

**Игры с гиперактивными детьми**

**1«Клубочек».**

Расшалившемуся ребенка можно предложить смотать в клубок яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше. Взрослый сообщает ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинает его сматывать, он успокаивается. Когда подобная игра станет для ребенка привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует, что он огорчен, устал или «завелся».

**2«Разговор с руками».**

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэты ладоней. Затем предложить оживить ладошки – нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять игру с руками. Спросите: «Кто вы, как вас зовут?», «Что вы любите делать?», «Что не любите?», «Какие вы?» Если ребенок не подключается к разговору, продолжите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что ручки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2–3 дней (сегодняшнего вечера или более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать. Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные ручки и их хозяина.

**3.«Пальчиковые игры»**

Гиперактивные дети непоседливы, а их руки часто находятся в постоянном, иногда бесцельном движении, поэтому полезно обучить этих детей специальным играм, которые бы направили избыточную активность в нужное русло. С этой целью можно использовать, например, пальчиковые игры. М. Рузиной собран и адаптирован целый ряд игр.. Заинтересованные взрослые могут познакомиться с ними в книге «Страна пальчиковых игр». Здесь они найдут и ряд других интересных и полезных игр, которые в нашем пособии не приводятся. При совместных занятиях родителей и детей они будут способствовать улучшению взаимопонимания в семье.( Воспитателями приводятся ряд примеров пальчиковых игр

**4.Игра «Черепаха».**

Цель: Научить контролировать  свои движения. Психолог или воспитатель встает у стены помещения, остальные участники располагаются вдоль противоположной стены. По сигналу ведущего они начинают движение. Далее педагог говорит: «Представьте себе, что все мы — черепахи. Я — большая черепаха, а вы — маленькие черепашки. Я пригласила вас в гости на день рождения. Я жду вас в гости. Но вот беда: праздничный  торт еще не  готов.

По моей команде вы можете идти ко мне, нигде не останавливаясь. Помните: Вы — черепахи и должны идти как можно медленнее, чтобы дойти только в тот момент, когда торт будет уже готов».

Педагог следит, чтобы никто не останавливался и не спешил. Через 2—З минуты он дает новый сигнал, по которому все  замирают. Побеждает тот, кто оказался дальше всех от черепахи - именинницы.

Игра может повторяться несколько раз. Затем ведущий обсуждает с группой в кругу, трудно ли им было двигаться медленно и что им помогло выполнить инструкцию.

**1.Игра «Тух-тиби-дух!».**

Цели: «Тух-тиби-дух!" — рецепт снятия негативных настроений и восстановления сил в голове, теле и сердце. В этом ритуале заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово "тух-тиби-дух" сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

Инструкция: Я сообщу вам сейчас особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований, короче, против всего, что портит настроение. Чтобы это слово подействовало по-настоящему, вам необходимо сделать следующее. Начните ходить по группе, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из детей, и трижды сердито-сердито произнесите волшебное слово. Это волшебное слово — "тух-тиби-дух". В это время другой ученик должен стоять тихо и слушать, как вы произносите волшебное слово, он не должен ничего отвечать. Но если он захочет, он может ответить вам тем же — трижды сердито-сердито произнести: "Тух-тиби-дух!". После этого продолжайте прогуливаться по классу. Время от времени останавливайтесь перед кем-нибудь и снова сердито-сердито произносите это волшебное слово. Чтобы оно подействовало, важно говорить его не в пустоту, а определенному человеку, стоящему перед вами.

**2. Игра “Обзывалки”.**

Цель: снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме.

Скажите детям следующее: «Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными 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.

**3. Игра «Передай мяч»**

Цель: снять излишнюю двигательную активность.

Сидя на стульях или стоя в кругу играющие стараются как можно быстрее передать мяч не уронив его, соседу. Можно в максимально быстром темпе бросать мяч друг другу или передавать его, повернувшись спиной в круг и убрав руки за спину. Усложнить упражнение можно, попросив детей играть с закрытыми глазами или используя в игре одновременно несколько мячей.

**Игры с тревожными детьми**

Работу с тревожными детьми желательно проводить в трех направлениях:

- повышение самооценки;

- обучение умению снимать мышечное напряжение;

- Отработка навыка уверенного поведении в конкретных ситуациях.

Состояние тревоги, как правило, сопровождается повышенным мышечным напряжением в области лица, шеи, рук, живота и т. д. Поэтому при работе с тревожным ребенком особенно эффективными являются упражнения на релаксацию мышц (одно из направлений работы с тревожными детьми).

Повышение самооценки ребенка. Для достижения успеха в этом деле необходимо, чтобы взрослый сам видел достоинства ребенка, относился к нему с уважением (а не только любовью) и умел замечать все его успехи (даже самые маленькие). Кроме того, взрослый должен часто хвалить ребенка, и очень важно делать это правильно: дети всегда должны знать, за что их хвалят, и понимать, что похвала — это не просто отражение настроения учителя или родителя, а оценка его конкретной деятельности. В отношении учебных дел это выполнить просто: здесь легко увидеть, что сегодня буковка получилась красивее, чем вчера, или в диктанте ошибок уже не пятнадцать, а всего лишь десять. А вот что касается поведения или общения, то здесь успехи детей нелегко бывает оценить даже педагогам.

Поэтому вам лучше заранее продумать, какие положительные качества у ребенка уже имеются, а какие ему необходимо приобрести. Подумайте также, как вы дадите ребенку знать, что видите его успехи и достоинства? Если вы мысленно ответили на эти вопросы, то, значит, достаточно вооружены и готовы подстраховать ребенка на пути самоизменения. Теперь смело проводите с ним игры и упражнения, описанные ниже, и постарайтесь получить от этого удовольствие, чтобы ваш ребенок ощущал себя интересной личностью, с которой приятно общаться.

**1. Игра "Солнышко"**

Это отличная игра, которая позволяет получить от других "психологические поглаживания", столь необходимые каждому человеку для того, чтобы ощущать себя любимым, нужным, успешным. Поэтому проводить ее нужно в обстановке доброжелательности, в окружении важных для ребенка людей. Идеально подходящий случай для этого — день рождения ребенка. Можно организовать эту игру, когда маленькие и большие гости наелись и готовы к общению и развлечениям.

Переключите их внимание на ребенка словами: "Посмотрите, что-то наш именинник совсем замерз. Давайте поиграем в игру "Солнышко" и согреем его все вместе!" Усадите всех гостей в круг (если не хватает стульев, можно встать или сесть на пол). В центре поставьте вашего ребенка. Каждому гостю раздайте по одному цветному карандашу. Объясните, что это лучик солнца. Его можно подарить озябшему с добрыми словами, сказав о том, что гостю нравится в имениннике, за что того можно уважать. Покажите пример сами, сказав одно предложение-комплимент своему ребенку и отдав ему лучик. Тот, кого согревают, должен не забыть сказать "спасибо", можно добавить "очень приятно", если ему что-то особенно радостно будет слышать. Дальше все гости по кругу говорят что-то хорошее и отдают ребенку свой карандаш. Во время этого ребенок поворачивается лицом к говорящему.

Примечание. У присутствующих на празднике маленьких гостей тоже может возникнуть желание побыть "отогреваемым", оказаться в центре внимания. Вы можете предоставить им эту возможность, повторив игру, а можете оставить ее для таких особых случаев, пообещав ребятам, что их ждет еще много интересных игр (не забудьте, что обещания, данные детям, нужно тут же начать выполнять).

**2.Игра «Щепки на реке» (К. Фопель, часть, 1998)**

Цель: Эта игра способствует созданию спокойной, доверительной атмосферы в группе.

Содержание: Участники встают в два длинных ряда, один напротив другого. Это — берега реки. Расстояние между рядами должно быть больше вытянутой реки. По реке сейчас поплывут Щепки. Один из желающих должен «проплыть» по реке. Он сам решит, как будет двигаться:   
быстро или медленно.

Участники игры — «берега — помогают руками, ласковыми прикосновениями движению щепки, которая сама выбирает путы она может плыть прямо, может крутиться, может останавливаться и поворачивать назад... Когда Щепка проплывет весь путь, она становится краешком берега и встает рядом с другими. В это время следующая Щепка начинает свой путь...   
Упражнение можно проводить как с открытыми, так и с закрытыми глазами (по желанию самих Щепок).

Обсуждение: Участники делятся своими ощущениями, возникшими у них во время «плавания», описывают, что они чувствовали, когда к ним прикасались ласковые руки, что помогло им обрести спокойствие во время выполнения задания.

**3.Игра «Кенгуру»**

Цель: Отработать, навык взаимодействия с партнером, способствовать сплочению группы.

Содержание:   Участники делятся на пары. Один из них кенгуру — стоит, другой — кенгуренок — сначала встает спиной к нему (плотно), а затем приседает. Оба участника берутся за руки каждой пары именно в таком положении, не разнимая рук, пройти до противоположной стены, до ведущего, обойти помещение по кругу, попрыгать вместе и т. д.

На следующем этапе игры участники мог поменяться ролями, а затем — партнерами.

Обсуждение: Участники игры в кругу делятся впечатлениями, ощущениями, возникшими у них при выполнении различных ролей.

Затем они обсуждают области применение игры в повседневной практике, а также отмечают, как игра может быть использована при работе с тревожными детьми.