****

**Б.А. Едильбаева**, педагог-психолог второй категории ДДО№3

г. Аксай Бурлинского района Западно-Казахстанской области

**Агрессивное поведение** – одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного возраста, так как для них это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели.

**Коррекция агрессивного поведения у детей дошкольного возраста**

Выделяют множество факторов, влияющих на появление агрессии:

**1.стиль воспитания в семье (гипер- и гипоопека)**

**2.соматические заболевания или заболевания головного мозга**

**3.повсеместная демонстрация сцен насилия**

**4.социально-культурный статус семьи и т.д.**

В работе с детьми дошкольного возраста, а особенно с агрессивными детьми высокую эффективность показывает использование элементов изотерапии. При этом необходимо применять различные способы рисования: пальцами, ладошками, ступнями. Таким детям также нравится играть с водой, с глиной. С целью отреагирования агрессии можно ставить с детьми спектакли, в которых проблемным агрессивным детям необходимо давать роли с позитивной силой характеристикой (богатыри, рыцари и т.д.). Е.К.Лютова и Г.Б.Монина предлагают использовать в работе подвижные игры, способствующие снятию накопившегося напряжения. Развитию контроля над собственными импульсивными действиями способствуют занятия пальчиковой гимнастикой. Их могут проводить и родители, и педагоги. Можно с большей уверенностью

предполагать, что решающую роль в становлении агрессивного поведения ребенка играет семейная среда и воспитание. Телевидение и компьютерные игры вносят дополнительный диссонанс в формирующееся отношение к проявлению чувств у подрастающей крохи. Сложности в обращении со злостью у детей могут быть различными. Есть несколько категорий детей, из опыта работы с которыми вытекает необходимость обсуждения темы гнева. Дети-тихони – очень скромные, незаметные в группе сверстников. Они как потухшие светлячки, в них мало жизненной энергии и внутреннего света. Такие дети часто с раннего детства научились подавлять все, что связано с «плохими чувствами», испытывая стыд или вину за собственный гнев, или страх перед любым проявлением себя. К сожалению, эти дети очень «удобны» для воспитателей и родителей, они доставляют мало хлопот и беспокойства, они покладисты и послушны. Взрослые часто расценивают эти характеристики как признак полного благополучия ребенка, не замечая, что он потерял всю свою непосредственность, что он не может самостоятельно решить, чего ему хочется. На прием к психологу дети-тихони могут попасть с проблемами более серьезными, например, при наличии психосоматического симптома (экзема, аллергия, энурез и т.д.). Невыраженная эмоция, подавленная ребенком, «камнем» остается внутри него, влияя на его развитие. Например, маленький ребенок может выражать свою злость или раздражение от недостатка внимания тем, что выливает на пол молоко каждый раз, когда мама разговаривает по телефону. Чувства ребенка говорят о том, что ему чего-то хочется, чего-то не хватает. В теле возникает напряжение, дискомфорт, беспокойство. Если потребность удовлетворяется, то эти ощущения исчезают. Когда ребенок не получает удовлетворение, остается напряжение и раздражение, которое прорывается слезами, криком, обидой или другими способами. Педагогам в работе важно понимать, что ярость и злость – совершенно нормальные чувства, и каждый так или иначе их испытывал. Поэтому проблематично не само существование, а то как дети с ними обращаются, какие находят способы выражения.

В стратегии работы с проблемой гнева у детей можно условно выделить следующие этапы:

**1.Этап установления контакта.**

**2.Этап проявления и отреагирования подавленного гнева.**

**3.Исследование представлений ребенка о гневе.**

**4.Обучение ребенка адекватным способам выражения гнева.**

(Остановимся на каждом этапе подробнее)

**Этап установления контакта**

Основной целью данного этапа является *предоставление ребенку возможности получить новый для него опыт.* Например, можно предложить ребенку сделать то, что хотелось ему самому. Спустя две – три встречи, когда ребенок почувствует себя комфортнее в присутствии психолога, можно использовать рисуночную технику «Дракон». Ребенку предлагается рассмотреть картинки и выбрать наиболее привлекательную для него на данный момент. После того как рисунок готов, проводится беседа, основная цель которой – исследование рисунка и «всех сторон жизни дракона». Поссле рассказа ребенка психолог, используя технику «Челнок», задает вопрос: «Как то, что ты рассказал о драконе похоже на тебя? Что происходит с тобой, когда ты злишься, и с окружающими?

(**Пример и з практики**

Ребенку 5 лет

*...Дракон живет в пещере, с детьми-дракончиками, огонь он пускает каждый день. Когда все вокруг сгорает, он перелетает в другой лес. Иногда он пускает огонь на других, особенно, когда чувствует, что перед ним есть преграда. Он любит спать и не любит, когда в лесу люди, тогда дракон их сжигает…*

**2.Этап проявления и отреагирования подавленного гнева.** Очень важно самому психологу создать такие условия для ребенка, чтобы он смог отреагировать накопившиеся в нем чувства раздражения, злости, гнева.

Можно использовать следующие способы отреагирования: рвать газеты, стучать молотком по пластилину, колотить подушку, боксерскую грушу, мять, комкать глину и т.д. Можно использовать специальные техники, например «Гневные слова», «Кастрюлька со злостью» и д.р.

Психолог рассказывает историю ребенку:

*«В каждом из нас есть кастрюлька со злостью, в которую попадают разные невысказанные чувства. Многие из них почему-то считаются « плохими». Нас кто-то обидел, мы не ответили на обиду не поделились этим чувством ни с кем, и вот все это ложится в нашу кастрюльку и растекается там зеленой лужей. Что же будет, когда кастрюлька наполнится? Точно взорвется до последней капли? Итак пора браться за очистку кастрюльки!»*

Далее психолог предлагает выразить гнев доступными способами – кидать мягкие игрушки в стену, вспоминая всех тех, кто обидел ребенка и т.д. Отреагирование длится до тех пор, пока есть интерес у детей. После того, как чувства злости, гнева отреагированы, ребенок способен осознавать, понимать свои чувства, появляется возможность говорить на эту тему, исследовать ее, менять свое поведение.

**3. Исследование представлений ребенка о гневе.**

Этап строится в форме беседы психолога и ребенка. Психолог расспрашивает о том, что заставляет ребенка злиться, и что он делает при этом. Что происходит с его телом и дыханием? Что хочется сделать от злости, но ребенок не позволяет себе? Что происходит с окружающими?

**4.Обучение ребенка адекватным способам выражения злости.**

**В работе можно использовать:**

1. технику «пустого стула» **(**Например: «Вспомни, кому ты хотел сказать эти слова, когда злился… Представь, что здесь на стуле сидит твоя мама… Сейчас в безопасной обстановке ты можешь попробовать ей сказать о своих чувствах…»
2. попросить ребенка сказать, что нравится в человеке, а что нет
3. попросить ребенка нарисовать себя в ярости, злости или саму злость и сделать с рисунком то, что хочется
4. при семейных сессиях попросить родителей сказать ребенку, что их больше всего злит в нем, а ребенка – рассказать о своем гневе в отношении родителей

Таким образом, в своей психологической практике мы встречаемся с темой агрессии в самых разных жизненных историях. Применение знаний об этапах работы с детским гневом, знаний специальных методик, умение обращаться со своей собственной злостью требует гибкости и творчества в каждом конкретном случае. Поддержкой в этой работе может стать наша чувствительность к своему миру и миру нашего маленького клиента.

**Практические упражнения направленные на снятие агрессии:**

1. **Упражнение – игра «Снежки»**

Цель: снятие эмоционального напряжения. Группа участников делится на две команды : добрых и злых волшебников. Им раздается равное количество газет.

По команде ведущего участники начинают «забрасывать» друг друга» «снежками». Побеждает та команда, на чьем поле не будет ни одного «снежка»(Между командами проводится черта за которую не должны выходить)

**2.Упражнение «Орешек»**

Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения

Инструкция: «А теперь представьте, что вы разгрызаете твердый орешек. Крепче сожмите зубы. Вот так. Челюсти напряглись, стали как каменные. Это неприятно. Разожмите челюсти – легко стало, рот приоткрылся, все расслаблено. Слушайте и делайте как я.

Зубы крепче мы сожмем

А потом их разожмем

Губы чуть приоткрываются

Все чудесно расслабляется!

**3.Упражнение «Обзывалки»**

Цель: снятие вербальной агрессии

**Упражнение «Крик в пустыне».** Участники садятся скрестив ноги по- турецки и по сигналу психолога начинают громко кричать. При этом необходимо наклоняться вперед, доставая руками и лбом до пола.

**Упражнение «Каратист».** Участники образуют круг, в центре которого на полу лежит обруч. Один из участников встает в обруч и превращается в «каратиста», выполняя резкие движения руками и ногами. Остальные дети, чтобы помочь игроку выплеснуть агрессивную энергию вместе с психологом хором произносят: «Сильнее, еще сильнее…»