

## Консультация

### «Профилактика возникновения агрессии у детей с ОПФР»

Истоки агрессии детей с ОПФР, в первую очередь следует искать в том, как родители воспитывают ребёнка. На детей влияют не только сознательные и целеустремлённые воспитательные воздействия, но особенности поведения родителей. Родители, как правило, не видят ни процесс развития отношений между ними и детьми, ни их последовательность, пока не произойдёт тревожная ситуация. А негативные ситуации в поведении детей крайне редко возникает внезапно. Агрессивное поведение – одно из самых распространённых нарушений среди детей с ОПФР, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели. Решающее значение в становлении агрессивного поведения ребёнка играет семейная среда и воспитание. Если родители ведут себя агрессивно, применяют физические наказания или не препятствуют проявлениям агрессии у ребёнка, то наверняка у него эти проявления будут повсеместными и станут чертой характера. Часто дети используют агрессию для того, чтобы привлечь к себе внимание взрослого. Дети для развития нуждаются как в положительных, так и в отрицательных эмоциях. Как правило, хвалят детей гораздо реже, чем наказывают. Если ребёнок ведёт себя хорошо, то родители не обращают на него внимания, а если плохо – наказывают. И тогда ребёнок любым способом пытается обратить на себя внимание родителей, пусть даже негативное. Поэтому дети «становятся неблагополучными», агрессивными из-за невозможности каким-либо иным способом получить внимание родителей. Родители являются эталоном, по которому дети сверяют и строят своё поведение. Помимо социально полезного опыта, родители порой передают и негативный, который является очень эмоциональным «руководством к действию». Не имея личного опыта, ребёнок не в состоянии соотнести правильность навязываемых моделей поведения с объективной реальностью. Наименее агрессивны те дети, родители которых не были склонны ни к снисходительности, ни к наказанию. Их позиция – осуждать агрессию и говорить об этом ребёнку, но обходиться без строгих наказаний в случае проступка. Родители более агрессивных детей вели себя так, будто любое поведение детей прилично, не акцентируя своё отношение к агрессии. Однако, когда ребёнок совершал проступок, его строго наказывали. Строгость родителей, если она достаточно чувствительна для ребёнка, может привести к подавлению негативных импульсов в их присутствии, но вне дома ребёнок будет вести себя ещё более агрессивно. Кроме того, склонный к телесному наказанию родитель, хоть и ненамеренно, подаёт ребёнку пример агрессивного поведения. Ребёнок делает вывод, что агрессия по отношению к окружающим допустима, но жертву всегда нужно выбирать меньше и слабее себя. Он узнает, что физическая агрессия- средство воздействия на людей и контроля над ними, и будет прибегать к нему при общении с другими детьми. И, наконец, дети, изменившие своё поведение в результате столь

сильного воздействия, скорее всего не сделают своими внутренними ценностями те нормы, которые им пытаются привить. Они будут повиноваться лишь до тех пор, пока за их поведением наблюдают. Агрессивность ребёнка проявляется, если ребёнка бьют, издеваются, над ним зло шутят, заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда, когда родители заведомо лгут. Если родители нетребовательны и неавторитетны для своего ребёнка, не умеют любить своих детей одинаково, настраивают детей друг против друга, родители живут своей жизнью, и в этой жизни нет места их ребёнку или ребёнок чувствует, что его не любят. Конечная цель преодоления агрессивности ребёнка состоит в том, чтобы дать ему понять: есть иные способы проявления силы и привлечения внимания, гораздо более приятные с точки зрения ответной реакции окружающих. Родители, столкнувшись с агрессивностью своего ребёнка, часто оказываются перед необходимостью понимания своего ребёнка. Без искреннего интереса к личности ребёнка невозможно полноценно воспитывать его, добиваться расположения и доверия, создавать условия для его развития, побуждать к хорошим поступкам.

### **Рекомендации по эффективному взаимодействию с детьми с агрессивным поведением**

- В каждой конкретной неблагоприятной ситуации нужно попытаться понять, чего добивается ребёнок и почему он это делает.
- Общаясь с ребёнком, оказывая на него воспитательное воздействие, помните о конечной цели ваших действий.
- Навязывание своих правил и требований против воли детей — это насилие, даже если ваши намерения благонравны.
- Запреты и строгие требования должны касаться лишь жизни и здоровья детей, а также правил общения.
- Тихий, застенчивый ребёнок также нуждается в вашей профессиональной помощи, как и отъявленный драчун.
- Невозможно проявлять доброжелательность избирательно — будьте доброжелательными в отношении к другим членам вашей семьи.
- Говорите открыто, дружелюбно, искренне.
- Создайте для ребёнка такие условия жизни, где ему показывались бы образцы миролюбивого отношения между людьми, отсутствовали бы негативные примеры агрессивного поведения.

–Воспитание на принципах сотрудничества — главное условие предотвращения появления агрессивного поведения.

Интернет-ресурс: Социальная сеть работников образования [nsportal.ru](http://nsportal.ru)

Подготовила:

И.И.Шиманица

## Игры для профилактики возникновения агрессии у детей с ОПФР

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 релаксационных упражнений делает ребёнка более спокойным, уравновешенным, а также позволяет ребёнку лучше понять, осознать чувство собственного гнева. Релаксационные упражнения позволяют ребёнку овладеть навыками саморегуляции и сохранить более ровное эмоциональное состояние. Примером могут служить следующие релаксационные техники и упражнения:

### *Упражнение «Апельсин (или лимон)»*

Дети лежат на спине, голова чуть набок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Попросите детей представить, что к их правой руке подкатывается апельсин, пусть они возьмут его в руку и начнут выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак и очень сильно напряжена, до 8-10 сек.). «Разожмите кулачек, откатите апельсин ( некоторые дети представляют, что они выжили сок ) ручка теплая ..., мягкая .., отдыхает...». Затем апельсин подкатился к левой руке. И та же процедура выполняется с левой рукой. Желательно делать упражнения 2 раза (при этом поменять фрукты), если оно выполняется только одно; если в комплексе с другими упражнениями - достаточного одного раза (с левой и правой рукой).

### *«Сильный ветер»*

Этюд на осознание собственных мышечных и эмоциональных ощущений.

«Ветер подул такой сильный. Никак не дает подняться. Прямо к земле валит. Встали гномики на четвереньки, так легче против ветра подняться. Поставили ножки пошире, устойчивее, чуть вперед наклонились, голову ручками прикрываем и идем против ветра. Ветер на нас давит, идти не дает. А гномики хитрее, то одним боком, то другим повернутся, ножки пошире ставят. Вот уже до леса дошли, здесь ветер нас не достанет. Ух, пришли!»

### *«Шарик»*

Цель: расслабление мышц живота.

«Представьте, что вы надуваете воздушный шар. Положите руку на живот. Надувайте живот, будто это большой воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Это сильное напряжение неприятно! Сделайте спокойный вдох животом так, чтобы рукой почувствовать небольшое напряжение мышц. Плечи не поднимайте. Вдох – пауза, выдох – пауза. Мышцы живота расслабились. Стали мягкими. Теперь легко сделать новый

вдох. Воздух сам легко входит внутрь. И выдох свободный, ненапряженный!  
Вот как шарик надуваем!  
А рукою проверяем (вдох).  
Шарик лопнул, выдыхаем,  
Наши мышцы расслабляем».

### Игры на снятие агрессивного поведения

#### *Игра «Обзывалки»*

Цель: внести оживление в группу, помочь выплеснуть гнев в приемлемой форме.

Игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Кроме того, игра может помочь воспитателю провести занятие по классификации.

Содержание: Участники игры, передавая мяч по кругу, называют 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." В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: "А ты ... солнышко".

Примечание: Игра будет полезна, если проводить ее в быстром темпе, а перед началом следует предупредить детей, что это только игра и обижаться друг на друга не надо.

#### *Игра «Жужа»*

Цель: обучение агрессивных детей быть менее обидчивыми, предоставление возможности посмотреть на себя глазами окружающих, "побыть в шкуре" того, кого они обычно обижают не задумываясь.

Содержание: "Жужа" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее, щекочут. "Жужа" терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за "обидчиками" вокруг стула, стараясь задеть их полотенцем по спинам.

Примечание: воспитатель должен следить, чтобы "дразнилки" не были слишком обидными.

#### *Игра «Король»*

Цель: предоставление возможности детям на некоторое время оказаться в центре внимания, при этом никого не смущая и не обижая.

Наиболее полезна она для стеснительных и агрессивных детей. Они получают право высказывать все свои желания, не боясь "потерять лицо".

Содержание: «Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности

это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого? В этой игре вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно, а минут на десять. Все остальные дети становятся слугами и должны делать все, что приказывает король. Естественно, король не имеет права отдавать такие приказы, которые могут обидеть других детей, но он может позволить себе многое. Например, чтобы его носили на руках, кланялись, чтобы подавали питье, чтобы слуги были у него "на посылках" и т.д.».

Примечание: Пусть со временем каждый ребенок получит возможность побыть королем. Сразу надо сказать детям, что наступит очередь каждого. За один раз в этой роли могут побыть 2-3 ребенка. Когда время правления короля закончится, на групповом сборе обсудите полученный в игре опыт. Это поможет следующим королям соизмерять свои желания с внутренними возможностями других детей и войти в историю добрым королем.

### *Игра «Давайте поздороваемся»*

Цель: разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, предоставление возможности агрессивному ребенку почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности.

Содержание: Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здраваться надо определенным образом: 1 хлопок — здороваемся за руку, 2 хлопка — здороваемся плечиками, 3 хлопка — здороваемся спинками.

Примечание: Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

### *Игра «Тух-тиби-дух»*

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

"Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: «Тух-тиби-дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами. В этой игре заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово "Тух-тиби-дух" сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

Дети дошкольного возраста еще не умеют ясно выражать свои мысли, зато умеют рисовать, лепить. Именно методы *арт-терапии*, позволяют ребенку выразить свое состояние через рисунок, аппликацию, сказку, пластилиновую фигурку, игру. Существует большое количество отдельных видов и направлений в арт-терапии (библиотерапия, игротерапия, драмотерапия, изотерапия, музыкотерапия и др). Для коррекции детской агрессивности чаще всего используют изотерапию, музыкотерапию, сказкотерапию, песочную терапию. Среди методов арт-терапии, одним из наиболее распространенных видов является *изотерапия*. Рисование, лепка, декоративно-прикладное искусство позволяет ребенку регулировать свои эмоции, выплескивать агрессию на бумагу.

*Упражнения, используемые для коррекции детской агрессивности (изотерапия):*

#### *Упражнение «Рисование на мокрой бумаге»*

Цель: снижение психоэмоционального напряжения, развитие мелкой моторики рук, развитие воображения.

Материалы: бумага, акварельные краски, кисти.

Намочить лист бумаги и предложить ребенку нанести с помощью акварели рисунок. Следует поэкспериментировать с цветами, понаблюдать, как они смешиваются, растекаются. Потом можно трансформировать узоры в образы, дать им названия.

#### *Упражнение «Каракули»*

Цель: снижение психоэмоционального напряжения.

Можно использовать с детьми раннего возраста.

Материалы: лист бумаги и фломастер, ручка или краски, карандаши. Малыша просят нарисовать на листе клубки линий, не думая о конечном результате. Уже после того, как линии сплелись в свой причудливый узор, ребёнок рассматривает то, что получилось, описывает увиденные им образы. На этой стадии можно дополнить свою работу, уточнив контуры, образы или заштриховать в какие-то участки.

#### *Упражнение «Рисование по сырому листу»*

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, гармонизация эмоционального состояния, развитие воображения.

Материалы: Акварель, кисть, емкость с водой, губка.

Попросить ребёнка намочить губкой лист бумаги и ставить на нем точки, рисовать линии, наблюдая, как растекаются краски. Подумать, что получилось. Если увидели что-то неприятное, устрашающее - дорисовываем, перерисовываем, превращаем в доброе и положительное.

#### *Упражнение «Выдувание соломинкой».*

Цель: снижение психоэмоционального напряжения

Материалы: листы бумаги для рисования, цветная тушь или акварельные краски, трубочки для коктейля.

На сухую бумагу наносится жидкая лужица. Соломинку следует держать в нескольких сантиметрах от поверхности и дуть через нее на лист бумаги. Таким образом, можно получить неожиданные образы. Каждый выдох через трубочку – это возможность расслабления и высвобождения. Но, любое дыхательное упражнение выполняется от 2 до 5 минут. Важно предупредить особо усердных, чтобы они не слишком старались – излишнее рвение обязательно сопровождается напряжением, и весь релаксационный эффект исчезнет.

Лепка – один из методов арт-терапии. Практически нет ни одного ребенка, который бы не любил лепить. Из пластилина можно слепить фигурку своего обидчика, разбить, смять ее, расплющить между ладонками, а затем при желании восстановить. Причем именно то, что ребенок по собственному желанию может уничтожать и восстанавливать свое произведение, и привлекает детей больше всего.

#### *Упражнение «Пластелин-силач»*

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Материалы: пластилин, лист А 4.

«Сегодня мы с тобой будем работать с пластилином. Мягкий, мягкий пластилин в ручки наши угодил. Мы помнем его еще, чтобы стало горячо. Возьми в руки кусочек пластилина, того цвета, который тебе хочется и со злостью его помни в руках, до тех пор пока он не станет мягким. При этом представляя свою злость. А теперь отрывай маленькие кусочки и размазывай их по листу, дави сильнее, чтоб получился тонкий слой».

Игра с песком, как и с глиной, тоже очень нравится ребятам. Рассердившись на кого-либо, ребенок может закопать фигурку, символизирующую врага, глубоко в песок, попрыгать на этом месте, налить туда воды, прикрыть кубиками, палками. С этой целью дети часто используют маленькие игрушки из «киндер-сюрпризов». Причем иногда они сначала помещают фигурку в капсулу и только после этого закапывают фигурку. (Объясняем, что закапываем отрицательную эмоцию, которую испытываем).

Закапывающая-раскапывающая игрушки, работая с сыпучим песком, ребенок постепенно успокаивается, возвращается к играм в группе или приглашает сверстников поиграть в песок вместе с ним, но уже в другие, совсем не агрессивные игры. Таким образом, мир восстанавливается.

*Рисование на воде в технике «эбру», еще один метод арт-терапии, который с успешностью используется с детьми с ОПФР для коррекции агрессивного поведения.* Для создания картины «эбру» необходимы минеральные краски, а также специальный загуститель для воды — нектар Гевена, благодаря этому веществу вода получается вязкой и клейкой, поэтому краски не растворяются в воде, а держатся на поверхности, переплетаясь в причудливых узорах.

Для занятия необходимо подготовить следующие материалы: водный раствор с загустителем в прямоугольной чаше по формату листа бумаги, бумагу, палитру с красками, инструменты — деревянные палочки, гребни, кисть, воду для промывания кисти и салфетки. *Первым* этапом создается фон — на воду кистью наносятся капли краски, которые расплываются в круги. Аккуратно касаясь воды палочкой, ребенок приводит в движение краски, которые образуют причудливые узоры. Наблюдение за танцем красок на воде успокаивает, снижает тревожность и агрессивность, снимает эмоциональное напряжение.

*На втором* этапе с помощью специальных инструментов и художественных приёмов создается сам рисунок из различных формализованных изображений. Данный этап требует развития навыков самоконтроля, саморегуляции, а также достаточного уровня развития абстрактного мышления, моторики, пространственного восприятия, умения ориентироваться на изобразительной поверхности. Регулярное выполнение подобных заданий способствует формированию и развитию указанных процессов, функций и навыков.

*На третьем, заключительном, этапе* полученное изображение переносится на бумагу или ткань. Бумага аккуратно кладется на поверхность воды и через несколько секунд поднимается — краски с поверхности воды отпечатываются на бумаге. Вода остается чистой и можно сразу приступить к созданию следующей картины. Для детей данный этап самый запоминающийся. Процесс переноса изображения на бумагу кажется волшебством, что вызывает сильные положительные эмоции.

Небольшие бассейны с водой, размещенные в группе детского сада (летом на игровых площадках) — настоящая находка для воспитателя при работе со всеми категориями детей, особенно с агрессивными.

Вот несколько примеров игр с водой, которые придумали сами дети.

1. Одним каучуковым шариком сбивать другие шарики, плавающие на воде.
2. Сдувать из дудочки кораблик.

3. Сначала топить, а затем наблюдать, как «выпрыгивает» из воды легкая пластмассовая фигурка.

4. Струей воды сбивать легкие игрушки, находящиеся в воде (для этого можно использовать бутылочки из-под шампуня, наполненные водой).

#### *Упражнение «Слушание музыки»*

Цель: гармонизация эмоционального состояния.

Для уменьшения агрессивности рекомендуют использовать для прослушивания Бах «Итальянский концерт», «Концерт ре-минор для скрипки», Гайдн «Симфония». Расслабляющим действием обладают звуки флейты, игра на скрипке и фортепиано. Главными направлениями профилактики агрессивного поведения детей с ОПФР в работе воспитателя заключается в следующем:

- работа с семьёй;
- специальные игры и упражнения, которые можно проводить на прогулке и между занятиями;
- подключение психолога к решению проблемы профилактики агрессивного поведения детей с ОПФР.

Если профилактика агрессивного поведения детей будет проводиться постоянно, то агрессия ребёнка может и не коснуться.