

# ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РЕБЕНКА С АГРЕССИВНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Рукина Е.С.

«Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида № 54», г. Воронеж

В современных условиях развития нашего общества отмечается высокий темп психического, личностного и физического развития личности ребенка, тем самым он не успевает отвечать требованиям, которые ему предъявляются как субъекту образовательного процесса, что в свою очередь вызывает различные нарушения поведения.

Особое значение имеют нарушения поведения в период пяти-семи лет, который характеризуется трудностями в адаптации, связанными с переходом из дошкольного образовательного учреждения в начальную школу, подготовкой к кризису семи лет и его преодолению. В этот период агрессивность находится в начальной стадии формирования и поведение ребенка можно скорректировать. Агрессивное поведение — одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели.

3. Фрейд писал: «Самая любимая и всепоглощающая деятельность ребенка — это игра. Возможно, мы можем сказать, что в игре каждый ребенок подобен писателю: он создает свой собственный мир, или, иначе, он устраивает этот мир так, как ему больше нравится. Было бы неверно сказать, что он не принимает свой мир всерьез, напротив, он относится к игре очень серьезно и щедро вкладывает в нее свои эмоции». (Лэндрет Г.Л.,1998)

Психологи разных подходов обратили внимание на то, что детям проще проигрывать свои переживания, нежели словесно их описывать. Если ребенок

не может рассказать нам о своих проблемах, может он может их нам показать в игре?

Работа с агрессивным поведением у детей требует комплексного подхода, включающего в себя понимание причин агрессии, создание благоприятной среды для коррекции поведения и применение различных методов психологической поддержки. И я представляю вашему вниманию игровой тренинг «Тропа агрессии». Прохождение этого тренинга позволяет безопасно выразить негативные эмоции и найти способ справиться с ними через творчество. «Тропа агрессии» это совокупность игровых и творческих упражнений, представленных в виде квеста или набора испытаний, которые выполняются друг за другом в четкой последовательности. Тренинг можно использовать как для индивидуальной, так и для подгрупповой работы. Так же тренинг можно провести на одной встрече, а можно разделить испытания на несколько встреч, для более глубокой проработки агрессии и причин ее возникновения.

Цель: Психоэмоциональная разгрузка через игру, творчество и физические упражнения.

Задачи:

1. научить понимать и выражать свои чувства безопасным и здоровым способом;
2. научить контролировать свое поведение;
3. развивать социальные навыки ребенка;
4. создать положительный внутренний настрой.

Материалы:

1. листы бумаги формата А4, картон или ватман А3 или А4;
2. краски, фломастеры, маркеры, цветные карандаши;
3. ножницы;

4. мешочки, воздушные шарики;
5. пшено, манка.

Ход игрового тренинга «Тропа агрессии»:

Приветствие:

«Добрый день! Сегодня мы будем играть в очень интересные игры. Эти игры помогут вам лучше понимать себя, свои чувства и научат, как справляться с трудностями».

Шаг 1: Листы агрессии

- Инструкция: «Возьмите несколько листов бумаги и скомкайте их. Приложите усилия, чтобы сформировать именно комочки. Сделайте столько комочков, сколько хочется».

Этот этап помогает снять напряжение и выпустить накопившуюся энергию.

Шаг 2: Печать злости/ агрессии

- Инструкция: «На получившиеся комочки нанесите на них краски и сделайте отпечатки на большом плакате. Цвета красок выбирает ребенок».

На втором этапе учимся выражать свои эмоции через творческий процесс и продолжаем выпускать негативную энергию.

Шаг 3: Фигура злости/агрессии

- Инструкция: «Используя получившиеся силуэты, оттиски, нарисуйте на плакате образы, которые ассоциируются и напоминают вашу злость. Какая она сейчас? »

Это могут быть абстрактные формы, символы или конкретные предметы. Также учимся выражать свои эмоции через творческий процесс.

#### Шаг 4: Имя злости/агрессии.

- Инструкция: «Смотря на получившуюся фигуру или символ, придумайте имя своей злости».

На данном этапе ребенок как бы знакомится со своей агрессией, она обрела форму и имя. А педагог - психолог может выдвинуть гипотезу, что является причиной агрессии ребенка.

#### Шаг 5: Мишень

- Инструкция: «Наполните воздушные шарики или тряпичные мешочки пшеном, манкой и прочно завяжите. Бросайте мешочки с пшеном в плакат, на котором изображена злость, как в мишень. Представляйте, что каждый бросок – это избавление от негативной энергии».

Работа с сыпучим сенсорным материалом снимает мышечное напряжение, помогает ребенку стабилизировать эмоциональное состояние. Продолжаем выпускать негативную энергию, ребенок учится выражать свои эмоции и через физические упражнения.

#### Шаг 6: Каракули

- Инструкция: «Возьмите фломастеры или маркеры, малюйте ими по плакату в произвольной форме. Старайтесь замалевать весь плакат, чтобы создать хаос и беспорядок».

Это этап символизирует разрушение негативных эмоций. Эмоции не властны над нами, люди управляют своими эмоциями.

#### Шаг 7: Победа над злостью

Инструкция: «Порежьте плакат ножницами или разорвите его вручную. Встаньте на разорванный плакат и потопчитесь по нему. Выбирает ребенок».

Это этап разрушения, он символизирует освобождение от гнева и злости. Это финальный этап, который завершает процесс эмоциональной разрядки.

Завершение. Рефлексия.

После завершения всех шагов, вместе с ребенком соберите все части плаката и выбросите их.

Обязательно обсудите чувства ребенка после этого процесса, что он чувствовал до и после выполнения упражнения. Помогайте ребёнку осознавать и называть свои эмоции. Это не только способствует развитию эмоциональной грамотности, но и укрепляет доверие, поскольку ребенок чувствует, что его понимают и принимают таким, какой он есть. Так же необходимо обсуждение чувств и эмоций вести на каждом этапе, контакт с ребенком нужно поддерживать в течение всего маршрута. Наблюдайте за тем, как ребенок реагирует на ваши объяснения. Возможно, ему потребуется больше примеров или дополнительных разъяснений. Поддерживайте его вопросы и старайтесь отвечать на них, максимально четко и открыто.

### **Список литературы:**

1. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений: Пер. с англ./Предисл. А.Я. Варга. – М.: Международная педагогическая академия, 1998.
2. Эльконин Д.Б. Психология игры. – М.: «Педагогика», 1978.
3. Е.С. Мосина, «Почему облака превращаются в тучи? Сказкотерапия для детей и родителей», М.: Генезис, 2012.