

Снижение агрессивности и страхов у детей.

Васильева Татьяна Викторовна – педагог-психолог ГБОУ СОШ №484 Московского района

Агрессия (от лат. *aggredere* - нападать) - поведение, направленное на нанесение физического или психологического вреда, вплоть до уничтожения объекта агрессии. Агрессия может возникнуть как реакция человека на фрустрацию, стресс, психологический или физический дискомфорт.



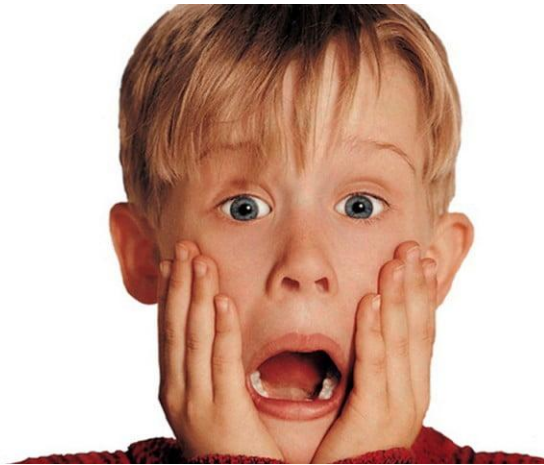
Причины детской агрессивности

Агрессивность, о которой пойдет речь в данной статье, никак не назовешь здоровой. Причины, провоцирующие подобное поведение, имеют под собой вполне реальную почву, и знать об этом чрезвычайно важно. Ведь игнорируя их, вряд ли можно справиться с проявлениями агрессии. Рассмотрим наиболее распространенные причины.

- «Семейные» причины

- «Личные» причины
- Ситуативные причины
- Тип темперамента и особенности характера
- Социально-биологические причины

Страх - эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности.



Самая очевидная причина детских страхов – это пережитая ранее травмирующая ситуация. Например, если ребенка укусила собака, есть большая вероятность, что в будущем он будет бояться собак. Если родители запугивают малыша сказочными персонажами, пытаясь добиться собственных целей, ребенок может бояться оставаться в одиночестве или в темноте. Базой для формирования страхов так же служит общая тревожность ближайшего окружения, которая транслирует ребенку огромное количество запретов и установку

на неудачу. Мамы и бабушки часто предостерегают детей фразами: «осторожно! Иначе упадешь, поранишься, сломаешь ногу». Из таких фраз ребенок, как правило, воспринимает только вторую часть. Он еще не до конца понимает, от чего его предостерегают, но его наполняет чувство тревоги, которое может перерасти в устойчивые страхи. Чрезмерно эмоциональное обсуждение взрослыми различных происшествий и стихийных бедствий, акцентирование внимания на том, что опасность может подстеречь на каждом шагу также не остается без внимания детей и является плодотворной почвой для страхов.

Есть не столь очевидные причины, которые могут лежать в основе детских страхов:

- Гиперопека
- Недостаток внимания родителей
- Недостаток физической активности
- Агрессия матери по отношению к ребенку
- Нестабильная атмосфера в семье
- Наличие у ребенка психологических и психических расстройств

Игры на снижение у детей агрессивности и страхов (3-9 лет)

«Прогони Бабу Ягу» Цель • содействовать символическому уничтожению страхов детей; помочь детям проявить их агрессию в конструктивных целях. Ребенка просят представить, что в стул залезла Баба-Яга, надо обязательно прогнать ее оттуда. Она очень боится громких криков и шумов. Ребенку предлагается прогнать Бабу Ягу,

для этого надо покричать и постучать по стулу пустыми пластмассовыми бутылками. **«Конкурс художников»** Цель • разрушать стереотипное восприятие агрессивных персонажей сказок и фильмов. Ведущий заранее готовит черно-белые рисунки какого-нибудь сказочного агрессивного персонажа. Детям предлагается поиграть в художников, которые смогут сделать этот рисунок добрым. Всем детям даются заранее приготовленные рисунки, к которым они пририсовывают «добрые детали»: пушистый хвост, яркую шляпку, красивые игрушки и т.п. При этом можно устроить конкурс — чей персонаж выглядит добрее всех?

«Почему подрались мальчики» Цель • развивать у детей рефлексию (способность анализировать причины и следствия) своего агрессивного поведения. Ведущий заранее готовит рисунок, на котором изображены дерущиеся мальчики (рис. 6 — см. Приложение). Показывает этот рисунок и предлагает придумать, почему ребята подрались, чем закончится драка, будут ли они жалеть о том, что подрались, и как можно было бы поступить по-другому. На последующих занятиях можно рассматривать другие аналогичные рисунки, задавая те же вопросы.

«Я могу защитить...» Цель • формировать у детей способность использовать агрессивные действия в социально желательных целях. Дети и ведущий перебрасываются мячиком. Тот, у кого в руках мячик, заканчивает фразу «Я могу

защитить...». Если дети достаточно взрослые, можно использовать фразу «Я могу защитить..., потому что...».

«Чужие рисунки» Цель • предоставить детям возможность обсудить свои и чужие страхи. Детям показывают нарисованные другими детьми «страхи». Глядя на эти рисунки, дети должны рассказать, чего, по их мнению, боялись авторы рисунков и как им можно было бы помочь.

«Одень страшилку» Цель • дать детям возможность поработать с предметом своего страха. Ведущий заранее готовит черно-белые рисунки какого-нибудь страшного персонажа: Бабы-Яги, привидения и т.п. (образец такого рисунка — см. рис. 7 в Приложении). Каждый ребенок получает экземпляр рисунка. Он должен «одеть его» при помощи пластилина. Ребенок выбирает пластилин нужного ему цвета, отрывает маленькие кусочки и размазывает их внутри контура страшилки. Когда дети «оденут» свои страшилки, они рассказывают о них группе. Ведущий стимулирует рассказы своими вопросами. Например: что этот персонаж любит и не любит, кого боится, кто боится его? И т.п.

Уважаемые родители и педагоги!

С проблемами агрессивности и страхов у детей Вы всегда можете обратиться к педагогу-психологу Васильевой Т.В.

**Государственное бюджетное
образовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №484
Московского района**

Игры на снижение у детей агрессивности и страхов (3-9 лет)



Санкт-Петербург
2021