

Консультацию подготовил
педагог-психолог: Нарбут И.В.

«Снятие эмоционального напряжения через игровую деятельность».

Малыш - самая яркая и радостная страница в жизни любого человека. Он тот, ради кого светит солнце, и поют птицы и, глядя на улыбку и счастливое лицо которого самим хочется петь! И вдруг капризы, слезы, истерики, драки во дворе, попытки ударить самых близких и родных. Почему... Родители полны отчаяния. «Кто виноват в этом? Что мы делаем не так? Если он в 3 года такой, что же будет дальше? Как бороться с негативными проявлениями?» - эти вопросы мрачной тучей нависают над семейным благополучием, счастливым материнством и отцовством.

Небольшой эпизод из жизни детей. Песочница. Малыши увлечены игрой, пересыпают, копают, пытаются что-то мастерить. Один малыш берет игрушку другого. Хозяин незамедлительно реагирует и пытается отнять. Дело заканчивается дракой и истошными криками обоих.

Откуда в малышах столько агрессии?! Почему нет даже попытки договориться? Ответов много, и каждый из них заслуживает внимания.

Существует мнение о том, что агрессивность наследуется и дети жестоких родителей подвержены более частым и ярким вспышкам агрессии. Если малыш растет в атмосфере грубости, нетерпимости, жестокости, если для доказательства своей правоты родители прибегают к насилию, в ребенке формируется агрессивное начало. Поведение родителей с ребенком и друг с другом-это самый первый и значимый образец для ребенка. Прежде нам нужно разобраться в своем, родительском поведении. **Укреплению агрессивных форм поведения у ребенка способствуют:** скандалы в семье;

применение физической силы во время семейных ссор;

грубое, жестокое обращение с ребенком; привлечение ребенка к посещению (просмотру) жестоких спортивных состязаний: бокса, боев без правил и т. п.; просмотр боевиков, сцен насилия, как в художественных, так и в мультипликационных фильмах; одобрение агрессивного поведения как способа решения конфликта, проблемы: «А ты тоже его ударь», «И ты сломай», «А ты что, отнять не можешь?»!

Прежде чем делать вывод о поведении ребенка и, в частности, его агрессивных формах, давайте посмотрим на себя со стороны, а может, мы сами даем к тому повод?! Речь пойдет об ответных реакциях ребенка на наши ошибки в общении с ним. Всегда ли мы внимательны к особенностям развития малыша? Не слишком ли мы требовательны к нему? Не стоит переоценивать возможности ребенка, возлагать на него непосильный груз. Ведь и сами мы

становимся, раздражительны и агрессивны, если перед нами поставить слишком сложную задачу.

Уметь уступить, когда поведение ребенка не несет угрозы ему, вам, окружающим - это один из способов избежать агрессии в ваших взаимоотношениях.

Зачастую агрессивное поведение малыша — реакция на недостаток внимания, а точнее, способ его привлечь. Если малыш тихо играет, занят сам собой, родители в это время с удовольствием смотрят телевизор, занимаются домашними делами. На просьбу: «мама, почитай; папа, давай поиграем», слышен ответ: «попозже». А вот если ребенок начал раскидывать, ломать игрушки, визжать, щипаться, родители реагируют мгновенно — нравоучительными беседами, окриками и, нередко, шлепками. А это реакция на поведение, а не на его причину. Попробуйте найти 20-30 минут в день для занятий с ребенком - и вспышек гнева будет меньше.

Большой вред формированию произвольного (осознанного и контролируемого) поведения наносит родительская непоследовательность в воспитании ребенка. Сегодня вы счастливы, довольны жизнью, и малышу можно все, любой его поступок вызывает у вас умиление и восхищение. А завтра - усталость, конфликты на работе, и детские забавы начинают вас раздражать, ребенку все нельзя. Тут и взрослому впору запутаться, а малышу и подавно. Его ответ - агрессивные реакции: «нельзя, а я все равно буду!»

Кроме того, вспышки гнева и агрессии у ребенка провоцирует несогласованность мамы и папы, а в случае совместного проживания, и бабушки с бабушкой в вопросах воспитания. Если мама идет на поводу у ребенка и покупает ему все, что он попросит, закономерно, что малыш устраивает истерику, если отец отказывает ему. Помните об этом и согласовывайте свои действия.

Правила родительского поведения, способствующие снижению детской агрессивности.

Будьте внимательны к чувствам и желаниям своего малыша.

Адекватно оценивайте возможности ребенка. Стремитесь вовремя, ненавязчиво и без излишних наставлений оказывать малышу необходимую помощь. Предоставляйте малышу самостоятельность в делах, которые ему по силам. Умейте идти на компромисс.

Будьте последовательны в воспитании ребенка. Помните: в сложной работе быть родителем не бывает выходных. Найдите оптимальный путь воспитания малыша, с которым согласны и папа, и мама, и все, кто участвует в воспитательном процессе.

И самое главное правило: любите малыша просто за то, что он у вас есть, без каких-либо других условий!

Ребенок в 3 года еще слишком мал для того, чтобы воспринимать и использовать на практике теоретические наставления взрослых, но все же есть способ воспитания у ребенка культуры общения. Это игра.

В *игре* мы можем научить ребенка многому, можно даже сказать, всему. Ведь именно через игру малыш познает окружающий мир. Игра, без преувеличения, средство социализации ребенка. Как же в игре научить ребенка общаться со сверстниками?

Один из способов — *это разыгрывание сложных ситуаций с игрушками*. Один медвежонок ударил другого, кукла отняла у зайчика игрушку и т. д.

Разыгрывайте те ситуации, которые чаще всего вызывают вспышки агрессии у вашего ребенка. Сначала берите на себя все роли, пусть это будет спектакль, за которым ребенок будет просто наблюдать. Затем предложите ему самому стать активным участником действия. Но осторожно! Не заглушите инициативу ребенка излишней требовательностью и назидательностью. Понаблюдайте за поведением ребенка, за тем, как он играет роль, а затем, в следующий раз, взяв роль на себя, больше внимания уделите тем моментам, где ребенок ошибся, не смог усвоить каких-то правил.

Еще один замечательный прием — *предоставить детям возможность научить игрушки правильно себя вести*. Пусть ребенок подскажет двум котикам, как быть, если игрушка всего одна, а поиграть хотят оба. Расскажет собачкам, можно ли кусать друг друга, и т. д. Малыш в этой ситуации чувствует себя взрослым, авторитетным, компетентным. Повышается его самооценка.

И для этого тоже есть замечательные игры, позволяющие малышу идентифицировать себя со сверстниками. Это игры, где дети выполняют вместе одинаковые движения, например, прыгают, как зайчики, «летают», как самолеты, «клюют» зернышки, как воробьи, и т. д.

Все перечисленные выше приемы просты и доступны каждому родителю.

Желание и терпение помогут вам предотвратить появление и укрепление агрессивности как формы поведения у вашего малыша.