

Саврандейкина Ирина Николаевна  
Тренинг эффективного взаимодействия на тему:  
**«Как работать с агрессивными детьми»**

**Ведущий:** Здравствуйте, дорогие коллеги. Сегодня у нас с вами тренинг эффективного взаимодействия на тему: **«Как работать с агрессивными детьми»**

**Цель нашего тренинга:**

- познакомить с причинами появления агрессивности и основными критериями агрессивных детей;
- помочь участникам тренинга в поиске путей преодоления агрессивного поведения;
- познакомить с основными методами и приемами работы с агрессивными детьми;

Но сначала проведем упражнение на знакомство.

### **1. Упражнение «Знакомство»**

**Цель:** настроить группу на рабочий лад, дать возможность узнать друг о друге большее, сформировать оптимистическое настроение у всех участников.

**Ход:** Все участники передают по кругу мячик и называют свое имя и характеризуют себя словом, начинающимся на первую букву имени. Например: «Я, Ирина. Я-интересная.

Вот мы с вами и познакомились и узнали друг о друге побольше. Итак, что же мы сегодня узнаем и какие вопросы будем обсуждать.

- Что такое агрессивность
- Причины проявления жестокости и агрессивности детей.
- Роль семьи в проявлении детской агрессивности.
- Критерии агрессивности агрессивного ребенка
- Пути преодоления агрессивности ребенка.

### **2. Мини лекция «Что такое агрессивность»**

**Агрессия** - поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический ущерб людям.

**Причины проявления агрессивности:**

- стремление привлечь к себе внимание сверстников;
- ущемление достоинства другого с целью подчеркнуть свое превосходство;
- защита и месть;
- отстаивания своего превосходства;
- стремление получить желанный предмет.

### **3. Упражнение «Портрет агрессивного ребенка»**

Все участники должныделиться на подгруппы. Всем подгруппам выдается карточка «Портрет особого ребенка», на которой перечислены индивидуальные особенности разных категорий детей (аутичных, тревожных, гиперактивных, агрессивных). Участники подгруппы совместно выбирают черты, которые свойственны рассматриваемой на данном занятии категории детей, и, таким об-

разом составляют портрет ребенка. Затем каждая подгруппа зачитывает составленную характеристику. После чего проводится общее обсуждение.

А теперь подведем итоги. **Агрессивный ребенок**, это:

- Злой
- Драчун
- Забияка
- «Гроза» дворов
- Большое родительское огорчение
- Несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть.

**Формы агрессивного поведения бывают разные:**

Вербальная агрессия:

- Жалобы
- Агрессивные фантазии
- Прямые оскорбления

Физическая агрессия:

- Разрушение продуктов деятельности противника
- Удары
- Укусы

**Давайте узнаем, какие факторы влияют на агрессивное поведение:**

- особенности семейного воспитания
- модели агрессивного поведения на телеэкране,
- модели агрессивного поведения сверстников,
- уровень фрустрации.

**Очень часто причиной агрессивности детей являются семейные отношения.**

1. Психологи считают, что ребёнок проявляет агрессию во много раз чаще, если видит её в семье, унижение друг друга, взаимные оскорбления и упреки в повседневной жизни накладывают отпечаток на поведение ребёнка, порождают его жестокость и агрессивность по отношению к другим.

2. Если родители сегодня говорят детям одно, завтра им удобно сказать другое, негативно отзываются об учителях, воспитателях, классе целом, навязывают свои противоречивые высказывания ребёнку, то, это безусловно, способствует растерянности, раздражительности, озлоблению, и против родителей, и против педагогов, сверстников и других людей.

3. Если семья помогает ребёнку преодолевать трудности, умеет слушать ребёнка, включает в общение доброту, ласку, то тем самым вызывает у него расположение, способствует преодолению агрессивности.

**Критерии агрессивного ребенка:**

- высокая частота агрессивных действий;
- преобладание прямой физической агрессии;
- враждебные агрессивные действия направлены не на достижение какой цели, а на причинение физической боли или страданий сверстникам.

Сейчас я раздам вам анкеты «Признаки агрессивности» и «Критерии выявления агрессивного ребенка», которые вы можете использовать в практической работе с детьми (смотреть приложение).

**Как же помочь агрессивному ребенку?** Работа с агрессивными детьми строится в несколько этапов.

- Работа с гневом.
- Обучение самоконтролю
- Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию
- Развитие навыков общения

Давайте разберем по отдельности каждое направление работы.

#### **4. Способы борьбы с гневом**

- Обзывалки (единственное условие этой игры, слова не должны быть обидными, и не иметь ругательный смысл в реальной жизни: «А ты -морковка»)
- Громкий крик (просто громкий крик, глубокое дыхание и громкий звук способны снимать даже очень сильный стресс)
- Если ему хочется чего-нибудь стукнуть, дайте ему в руки выбивалку для ковров и отправьте выколачивать подушку
- Листок гнева (это достаточно большой лист бумаги, на котором изображено какое-то чудовище, ребенок может выместить на нем свои негативные эмоции)

#### **Упражнение «ШЛА САША ПО ШОССЕ»**

**Цель:** Данная игра, как правило, вызывает оживление в группе, снимает излишнее эмоциональное напряжение в группе. Многие участники, не выдерживая инструкции «говорить грозным голосом», начинают улыбаться и смеяться. Упражнение проводится в два этапа.

**1 этап.** Каждый из участников получает карточку с какой-либо скороговоркой (смотреть приложение) и вспоминает какую-либо ситуацию, в которой чувствовал себя раздраженным. Имитируя данную ситуацию, участники, насупив брови и сжав кулаки, ходят по комнате в свободном направлении и бормочут себе под нос скороговорку (в удобном для них темпе) — ворчат. Время от времени они останавливаются друг перед другом и, потупив глаза, монотонно, тихим голосом, произносят скороговорку, стараясь интонацией и тембром голоса передать свое неудовольствие, раздражение: «Шла Саша по шоссе... ». После этого все продолжают бродить по комнате и «ворчать» себе «под нос». По сигналу тренера первый этап игры заканчивается.

**2 этап.** Участники с серьезными лицами молча ходят по комнате. Время от времени они останавливаются друг перед другом и сердито грозным голосом, трижды выкрикивают текст своей скороговорки. После этого продолжают молча ходить по комнате, до следующей встречи.

**Обсуждение.** Участники отвечают на вопросы ведущего.

«Что они чувствовали после проведения 1 и 2 этапов игры. В каком случае удалось в большей степени освободиться от своих отрицательных эмоций?» Наблюдал ли каждый из участников эффект «катарсиса» на втором этапе рабо-

ты? Как участники поступают в реальной ситуации, если кто-либо из близких постоянно ворчит или кричит на них. Могли бы они посоветовать близким выразить гнев в другой форме?

### **Игра «Обзывалки»**

**Цель:** снять вербальную агрессию, помочь выплеснуть гнев в приемлемой форме.

Ведущий говорит следующее: «Передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необходимыми 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!» Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты, ..., солнышко!»

Игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

**Обсуждение.** В ходе обсуждения участники делают вывод о том, что данная игра способствует решению не только поведенческих проблем ребенка, но и может быть использована на занятиях по классификации.

Эта игра будет полезна не только агрессивным, но и обидчивым детям.

Исследователи утверждают, что у детей, получивших возможность выплеснуть, с разрешения педагога, негативные эмоции, а вслед за этим услышавших что-то приятное о себе, уменьшается желание действовать агрессивно.

### **Игра «Рубка дров»**

**Цель:** помочь переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее во время игры.

Участники получают следующую инструкцию: «Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!» Для проведения этой игры можно разбиться на пары и, падая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди.

### **УПРАЖНЕНИЕ «РАБОТА С ГНЕВОМ»**

Группа делится на 3—4 подгруппы, каждой из которых выдается список способов выражения гнева (смотрите приложение). Подгруппы в результате обсуждения выбирают из всего списка те приемы, которые считают наиболее приемлемыми в работе с детьми. Затем каждая подгруппа зачитывает свой список, а остальные участники дополняют его, перечисляя удачные приемы и методы, которые уже успешно используются ими в повседневной практике.

Также можно использовать игры: «**Маленькое привидение**», «**Два барана**», «**Нет! Да!**», «**Брыкание**», «**Уходи, злость, уходи**» и др.

## **5. Обучение самоконтролю**

Для того чтобы помочь ребенку овладеть навыками самоконтроля, вы должны прежде всего научить его осознавать и понимать свои чувства, оценивать ситуацию общения и прогнозировать варианты ее развития. Это непростая задача, так как агрессивные дети привыкли действовать импульсивно. Поэтому любой отсроченный во времени и обдуманый вариант поведения можно считать определенным достижением.

### **Игровые приемы:**

- Дыхательные упражнения
- Релаксационные упражнения
- Медитация и др.

#### **«Посчитал до десяти я и решил...»**

По сути, это правило, которого должен придерживаться ребенок, когда чувствует свою готовность действовать агрессивно. Он ни в коем случае не должен принимать никакого решения сразу, а вместо этого попробовать спокойно посчитать до десяти, успокаивая свое дыхание и стараясь расслабиться. Только после этого он может принять решение, как ему действовать в данной ситуации.

#### **«Возьмите себя в руки»**

Ребенку говорят: «Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди - это поза выдержанного человека».

#### **«Дыши и думай красиво»**

Когда ты волнуешься, попробуй красиво и спокойно дышать.

Закрой глаза, глубоко вдохни, мысленно скажи:

«Я - лев» - выдохни, вдохни.

«Я - птица» - выдохни, вдохни.

«Я - камень» - выдохни, вдохни.

«Я - цветок» - выдохни, вдохни.

«Я спокоен» - выдохни.

Ты действительно успокоишься.

### **6. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию**

По мнению специалистов, развитию эмпатии способствует совместное (взрослых и детей) чтение книг с последующим обсуждением. В ходе обсуждения взрослый может задавать ребенку такие вопросы, как: «Что чувствовал Буратино, когда Мальвина заперла его в чулане?», «А что чувствовала Мальвина в это время?», «Как вы думаете, почему Баба Яга стала такой злой?» и т. д.

### **7. Развитие навыков общения**

Здесь можно использовать все игры на развитие коммуникативных навыков, например: «Слепой и поводырь», «Сороконожка», «Дракон кусает свой хвост» и др. Давайте поиграем в некоторые из них.

#### **Игра «Сороконожка»**

Участники встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде ведущего Сороконожка начинает сначала просто двигаться вперед, затем

приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями (это могут быть стулья, строительные блоки и т. д.) и выполняет другие задания. Главная задача играющих — не разорвать единую «цепь», сохранить Сороконожку в целости.

### **Игра «Два паровозика»**

Участники разбиваются на команды по 5-6 человек и встают «паровозиком». Голова паровозика зрячая, все остальные слепые. Паровозики двигаются, не задевая друг друга. Ведущий, дотрагиваясь до последнего «вагона», переходит на место паровоза.

### **Игра «Строим цифры»**

Участники спокойно двигаются по помещению. По команде психолога: «Я буду считать до 10, а вы за это время должны выстроить все вместе из себя цифру 1 (2, 3, 4, 5 и т.д.)», - дети выполняют задание. Если дети справляются с заданием быстро, то можно считать быстрее, то есть сократить время построения, или наоборот. Игра проводится несколько раз.

## **8. Как работать с родителями агрессивного ребенка**

Родители агрессивных детей часто бывают сами агрессивными, но не осознают этого, поэтому педагогу трудно установить контакт с ними.

Используйте наглядную информацию, проводите совместные мероприятия, а не индивидуальные беседы. Например, на общем родительском собрании поговорить не о поведении конкретных детей, а провести беседы на темы: «Что такое «агрессивность», «Как общаться с агрессивным ребенком», «Можно ли помочь агрессивному ребенку». Интересный материал о работе с родителями агрессивного ребенка можно найти в книге Р. Кэмпбелла «Как справиться с гневом ребенка». Посоветуйте играть с детьми в игры, которые способствуют улучшению детско-родительских отношений.

## **9. Памятка и рекомендации по вопросам воспитания**

- Будьте внимательны к своему ребенку, почувствуйте его эмоциональное напряжение.
- Учитесь слушать и слышать своего ребенка.
- Не запрещайте ребёнку выражать свои отрицательные эмоции, а вникайте в их суть.
- Умейте принять и любить своего ребёнка таким, каков он есть.
- Предъявляйте разумные требования к ребёнку, и будете иметь послушание, повиновение и исполнительность.
- Не критикуйте действия учителей, воспитателей, классе в присутствии ребёнка, а предъявите своё неудовольствие при личной встрече с ними.
- Агрессивность в семье приводит к агрессивности ребёнка.

А сейчас я попрошу сказать несколько слов о тренинге. Кто, что лично взял для себя и после этого отдохнем.

## **10. Обсуждение, выводы.**

**11. Участники свободно располагаются и слушают трансмедитативный сеанс Ефимова.**