

Почему дети дерутся и кусаются?



Подобное поведение мы наблюдаем у детей раннего возраста, когда малыш не имеет возможности донести до взрослого свои желания или потребности, а эмоции и чувства переполняют его, но механизм контроля пока еще не сформирован. Это перерастает в агрессивное поведение: он дерётся, кусается, кричит, кидается игрушками, ломает свои и чужие постройки, осыпает другого ребёнка песком или кидает в него камнем. Чаще всего такое поведение проявляется в период возрастных кризисов (3-4 года, 6-7 лет, 13-14 лет).

В чем причина такого «нежелательного» поведения?

Нервная система ребёнка в раннем возрасте не предоставляет ему возможности целенаправленно управлять своим поведением. Эмоций внутри малыша много, а сдерживать их маленький забияка не умеет.

Основными причинами, влияющими на появление агрессивности у ребенка являются:

- семейное неблагополучие;
- стрессы, перемены, изменения в семье или в ближайшем окружении;
- авторитарное воспитание, постоянные запреты или отказы;
- излишняя опека, потакание любым прихотям ребенка;
- негативизм родителей (отчужденность, равнодушие, постоянная критика);
- безразличное отношение, игнорирование агрессивных проявлений ребенка по отношению к другим детям и взрослым;
- суровость дисциплинарных воздействий (физическое наказание, психологическое давление).

В работе с агрессивными детьми рекомендуем использовать игры и упражнения, с помощью которых ребенок мог бы выплеснуть свой гнев и обиды.

«Ваза»

Цель: снятие напряжения, повышение самооценки.

Ребенку предлагаются на выбор любые маленькие баночки, которые обклеиваются тонким слоем пластилина и украшаются мелкими деталями.

«Аппликация»

Цель: выплеск гнева, эмоциональная разрядка.

Мы рисуем для ребёнка контур какого-либо предмета, животного (зависит от возраста ребёнка). Ребёнок рвет цветную бумагу и кусочки наклеивает – получается аппликация, снятие напряжения.

«Чудовище»

Цель: выплеск гнева, эмоциональная разрядка.

Рисует ребёнок пальчиками страшное чудовище. Мы задаем вопросы (как при рисунке несуществующего животного). Затем уничтожает рисунок – рвёт на мелкие части. На пол выбрасываем кусочки и топчем, затем выбрасываем в урну.

«Леворучки»

Цель: эмоциональная разрядка.

Ребенку представляем карандаши, краски или фломастеры и листок бумаги. Включаем расслабляющую музыку. Слушая музыку, ребёнок рисует левой рукой (левша – правой).

«Звуки природы»

Цель: Игра помогает детям оценить свое состояние, проанализировать поведение.

Перед ребёнком ватман, тарелки с гуашью. Включаем музыку и даём команду «крась!» Ребёнок макает в тарелку ладони и красит. Как только музыка останавливается, ребёнок перестаёт красить и ждёт очередную команду. Игру проводят 3-4 раза.

«Снежная баба»

Цель: разминка мышц и эмоций, внимание к человеку, реакция.

Солнце греет и баба тает. Ребёнок, изображающий «бабу» постепенно «тает», превращаясь в лужу.

«Цветик – семицветик»

Цель: Игра помогает детям оценить свое состояние, проанализировать поведение.

Взрослый заранее заготавливает вырезанные из картона цветы. На каждом из лепестков нарисованы лица, выражающие основные эмоции.

Ребенок смотрит на лепестки, называет эмоцию и говорит, когда он находился в том или ином состоянии.

«В тридевятом царстве»

Цель: Игра способствует формированию чувства эмпатии, установлению взаимопонимания между взрослым и ребенком.

Взрослый и ребенок, прочитав какую-либо сказку, рисует ее на большом листе бумаги, изображая героев и запомнившиеся события, затем взрослый просит ребенка пометить на рисунке, где бы он (ребенок) хотел бы оказаться.

Ребенок сопровождает рисунок описанием своих походов «в сказке».

Взрослый же в процессе рисования задает ему вопросы: «А что бы ты ответил герою сказки, если бы он спросил тебя...?», «А что бы ты сделал на месте героя?», «А что бы ты ощутил, если бы герой сказки появился здесь...?»

"Мешочек криков"

Цель: выплеск гнева, эмоциональная разрядка.

Так, если ребенок возмущен, взволнован, разозлен, словом, просто не в состоянии говорить с вами спокойно, предложите ему воспользоваться "мешочком криков". Договоритесь с ребенком, что пока у него в руках этот мешочек, то он может кричать и визжать в него столько, сколько ему необходимо. Но когда он опустит волшебный мешочек, то будет разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая произошедшее.

"Листок гнева"

Цель: выплеск гнева, эмоциональная разрядка.

Стоит предложить разные способы выражения своих негативных эмоций: можно комкать, рвать, кусать, топтать, пинать листок гнева до тех пор, пока ребенок не почувствует, что это чувство уменьшилось и теперь он легко с ним справится. После этого попросите мальчика или девочку окончательно справиться со своим гневом, собрав все кусочки "гневного листа" и выбросив их в мусорную корзину. Как правило, в процессе работы дети перестают злиться и эта игра начинает их веселить, так что заканчивают ее обычно в хорошем настроении.

«Подушка для пинаний»

Цель: выплеск гнева, эмоциональная разрядка.

Пусть это будет небольшая подушка темного цвета, которую ребенок сможет пинать, бросать и колотить, когда почувствует себя сильно рассерженным. После того как ему удастся выпустить пар таким безобидным способом, можно перейти к другим средствам решения проблемной ситуации. Примечание. Аналогами подушки могут стать надувной резиновый молоток, которым можно бить по стенам и по полу, или боксерская груша, которая поможет избавиться от накопившегося гнева не только детям, но и взрослым.

«Верёвочка»

Цель: развитие самоконтроля, умение доверять.

На пол кладут нитку или рисуют мелом. Ребёнок закрывает глаза, мы его ведём.

«Комкаем-кидаем»

Цель: выплеск гнева, снятие напряжения.

Газету смять и выкинуть со всей силы.

«Танцуем-отдыхаем»

Цель: снятие напряжения.

Музыка играет – дети танцуют, музыка замолчала – дети отдыхают.

Игра «Щит гнева»

Цель: выплеск гнева, снятие напряжения.

Ребенок рисует «гнев». Затем идет обсуждение: об альтернативе этого чувства, как выглядит и что говорит человек в порыве гнева. Затем ребенок дорисовывает, переделывает что-то в данном рисунке, чтобы превратить в доброе и смешное.

Игра «Цыплята»

Цель: снятие напряжения.

Ребенку предлагается приготовить «корм» для цыплят, то есть разорвать лист бумаги на мелкие-мелкие кусочки.

Игра-упражнение «Где прячется злость?»

Цель: выплеск гнева, снятие напряжения.

Ребенок закрывает глаза, одну руку с вытянутым указательным пальцем поднимает вверх. Не открывая глаз, нужно словом или жестом ответить на вопросы: «Где у вас злость прячется? В коленях, в руках, в голове, в животе? А гнев? А раздражение? А грусть? А радость?»

Данные упражнения позволят вашим детям снять напряжение и расслабиться.

«Снеговик»

Цель: снятие мышечных нажимов, разрядка агрессии.

Родитель и ребенок превращаются в снеговиков: встают, разводят руки в стороны, надувают щеки и в течение 10 секунд удерживают заданную позу.

Взрослый говорит: «А теперь выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговика, и он начал таять». Играющие постепенно расслабляются, опускают руки, приседают на корточки и ложатся на пол.

Упражнение «Борьба руками»

Цель: снятие мышечных нажимов, разрядка агрессии.

Ребенок и взрослый встают напротив друг друга, вытянув руки вперед, соединяют их. На счет 1,2,3 упираются ладонками так, чтобы столкнуть своего противника с места.

Упражнение «Одеяло»

Цель: выплеск гнева, снятие напряжения.

Взбивается одеяло и усаживается на стул:

- представь, что это...

- ты можешь что-то сделать с...

Ребенок может мять, бить, переворачивать одеяло и т.д.

«Шарик»

Цель: снятие напряжения.

Представьте себе, что вы надуваете воздушный шарик. Положите руки на живот.

Шарик мама нам достала.

Вдох- и тело легким стало,

Выдох- шарик ожил словно.

Дышим мы легко и ровно.

Используемые источники:

1. Фопель К.: Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Практическое пособие. М.: Генезис, 1998.
2. Гаспарова Г. Агрессивные дети // Дошкольное воспитание. – 1988 - №8.
3. Кряжева И. Л. Развитие эмоционального мира ребенка – Ярославль – 1997.
4. Лютова Г. К. Моница Шпаргалка для взрослых. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными, аутичными детьми.