**Методическая консультация**

1. **Причины или проблема**

* частой причиной детской агрессивности является семья

Если детство ребёнка сопровождается агрессивным поведением родителей в обыденных жизненных ситуациях, то в результате у него формируется ощущение опасности и враждебности окружающего мира, ребёнок начинает проявлять агрессивность и она становится нормой его жизни.

* влияние учителя

Одной из причин агрессивного поведения младших школьников может стать влияние учителя индуцирующего агрессивный фон поведения учащихся своей раздражительностью и подозрительностью как пример агрессивного поведения детям.

характерологические особенности младшего школьника

* Например, гипервозбудимость, склонность к аффективным вспышкам и др...

1. **Написать способы решения или рекомендации (не менее трех)**

Распознайте эмоцию ребенка

Будьте готовы к тому, что не всегда удастся легко понять чувства ребенка. Но если слушать внимательно и с открытым сердцем, то вы сможете расшифровать сообщения, которые дети прячут в играх и повседневном поведении.

Сочувственно выслушайте ребенка и подтвердите обоснованность его чувств

Самый важный этап эмоционального воспитания — сочувственное выслушивание. Во время разговора вы должны обратить внимание на язык телодвижений ребенка, выражение его лица и жесты. Видите наморщенный лоб, напряженную челюсть или постукивание ногой? Что они вам говорят?

**Введите ограничения**

Вы выслушали ребенка, помогли ему понять и озвучить его эмоции. Следующий шаг — введение ограничений на неподобающее поведение. Для маленьких детей именно с этого начинается процесс решения проблемы.

**3. Как осуществить на практике (например: предложить упражнения, задания, занятия)**

**«Спокойное место»**

Попросите ребенка помочь вам создать место, куда он может пойти, чтобы обрести контроль над своими эмоциями. Можно положить в этом месте успокоительные вещи: книги, плеер с музыкой, ручки и бумагу. Поощряйте его использовать это место, чтобы остыть.

**Разорви на кусочки!**

Попросите ребенка нарисовать или написать то, что расстраивает его на листе бумаги. Затем разорвать лист на мелкие кусочки и «бросить гнев» прочь

Если гнев ребенка обращен на определенного человека, то предложите написать этому человеку письмо. Адресату письмо отправлять не обязательно. Пусть распишет все свои чувства и эмоции, а затем можно сложить из него самолетик и “отпустить гнев”.

**“Камушек в ботинке”.**

В эту игру полезно играть, когда ребёнок обижен, сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ребенку заниматься делом, когда назревает конфликт.

Игра проходит в два этапа.

1 этап (подготовительный).

“Случалось ля, что вам в ботинок попадал камушек? Сначала камушек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть это, найти удобное положение для ноги, но постепенно нарастает боль и неудобство, может даже появиться ранка или мозоль. И тогда, даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок вытряхивать камушек. Он почти всегда совсем крошечный, и мы даже удивляемся, как такой маленький предмет смог причинить нам такую болышую боль. Нам-то казалось, что там огромный камень с острыми, как лезвие бритвы, краями”. Далёе вы говорите ребёнку: “Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а, придя, домой, просто снимали ботинки?”

Тогда в освободившейся от ботинка ноге боль стихала, происшествие забывалось. Но наутро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Боль, причем, более сильная, чем накануне, обида, злость – вот такие чувства испытывают обычно дети. Так маленькая проблема становится большой неприятностью.

2 этап.

“Когда мы сердимся, чем-то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорей всего, возникнут проблемы, и немалые.

Поэтому всем людям – и взрослым, и детям – полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят.

Далее вы говорите: “Давайте договоримся: если кто-то из “вас скажет: “У меня камушек в ботинке”, мы все сразу поймем, что им что-то мешает, и сможем поговорить об этом. Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какое-то неудовольствия, чего-то такое что мешало бы вам. Если чувствуете, скажите нам, например: “У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег стукнул меня портфелем”. Расскажите, что вам еще не нравится. Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: “У меня нет камушка в ботинке”. Вместе оговариваете способ, как можно избавиться от “камешка” Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем имеют потребность рассказывать о своих проблемах.

Игра “Камушек в ботинке” особенно полезна для тревожных детей,

Когда ребенок научится распознавать собственные эмоции и говорить о них, можно перейти к следующему этапу работы.