**Игровая коррекция агрессивного поведения** **у дошкольников**

По коррекции агрессивности и агрессивного поведения необходимо вести специальную терпеливую и систематическую работу в четырех направлениях:

*• работать с гневом***-** обучать ребенка общепринятым и неопасным для окружающих способам выражения своего гнева;

*• обучать самоконтролю* - вырабатывать у ребенка навыки владения собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева или тревожность;

*• работать с чувствами* - учить осознавать собственные эмоции и эмоции других людей, формировать способность к сопереживанию, сочувствию, доверию окружающим;

*• прививать конструктивные навыки общения***-** обучать адекватным поведенческим реакциям в проблемной ситуации, способам выхода из конфликта.

***Работа с гневом и обучение самоконтролю***

«Мешочек криков». Как известно, детям очень непросто справляться со своими отрицательными чувствами, ведь те так и стремятся прорваться наружу в форме криков и визгов. 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.

*Работа с чувствами*

«Страна чувств». Когда ребенок знает и названия эмоций, и какие ощущения за ними стоят, можно перейти к зримым образам чувств и применению творчества в работе с ними. Вспомните с ребенком еще раз, какие чувства вы знаете. Предложите юному художнику изобразить, как выглядит домик каждого чувства и какие вещи в нем хранятся. Возможно, в новых образах вы увидите что-то схожее с жизнью самого ребенка.

***Формирование конструктивных навыков общения***

«Словарик добрых слов». Агрессивные дети часто страдают от бедного словарного запаса, вследствие чего даже при общении с симпатичными им людьми они часто употребляют привычные грубые выражения. Язык не только отражает наш внутренний мир, но и может влиять на него: вместе с появлением хороших слов наше внимание акцентируется на тех приятных качествах и явлениях, которые они обозначают.

**Упражнения, направленные на обучение детей приемлемым способам разрядки гнева и агрессивности:** комкать и рвать бумагу; бить подушку или боксерскую грушу, топать ногами; написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу; втирать пластилин в картонку или бумагу; посчитать до десяти; спортивные игры, бег; вода хорошо снимает агрессию.

**Релаксационные техники, направленные на обучение ребенка управлению своим гневом и снижение уровня личностной тревожности.**

У агрессивных детей отмечается высокий уровень мышечного напряжения. Особенно он высок в области рук, лица, шеи, плеч, грудной клетки и живота. Такие дети нуждаются в мышечной релаксации. Релаксационные упражнения лучше проводить под спокойную музыку.