

ІГРИ ДЛЯ ПОДОЛАННЯ АГРЕСІЇ



“Ураган”

Сядьте навпроти малюка і запропонуйте йому вас здути. Нехай він набере в легені побільше повітря і як слід дме на вас – а ви при цьому робіть вигляд, що пручаєтеся потокам повітря.

“Чашка злості”

Виділіть окрему чашку, в яку можна покричати щодуху в моменти сильної злості. З цієї чашки пити уже не варто. Нехай вона буде лише для криків.



“М’ячик, котися!”

Тенісний м’ячик кладеться на рівну поверхню. Дитині пропонують здути його, щоб він прокотився по заданій траєкторії. Ігри за участю дихальних елементів психологи вважають найефективнішими.



“Намалюй свою злість”

Коли дитина сердиться і починає неприйнятним чином проявляти свою злість (б'ється, кусається, кричить і т.п.), запропонуйте їй намалювати свою злість. Дайте аркуш паперу і олівці, бажано воскові. Не втручайтеся у процес малювання, просто спостерігайте.