Администрация города Иркутска

Департамент образования комитета по социальной политике и культуре

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**города Иркутска детский сад № 184**

**(МБДОУ г. Иркутска детский сад № 184)**

664082, город Иркутск, проезд Юрия Тена,8, тел.48-58-76.

эл. почта mbdouds184@yandex.ru, адрес сайта 184.detirkutsk.ru

ОГРН 1183850004590 ИНН 3812054936 КПП 381201001

Консультация для родителей

**«Снятие эмоционального напряжения через игровую деятельность в период самоизоляции»**

Небольшой эпизод из жизни детей. Песочница. Малыши увлечены игрой, пересыпают, копают, пытаются что-то мастерить. Один малыш берет игрушку другого. Хозяин незамедлительно реагирует и пытается отнять. Дело заканчи­вается дракой и истошными криками обоих.

Откуда в малышах столько агрессии?! Почему нет даже попытки договориться? Ответов много, и каждый из них за­служивает внимания.

Существует мнение о том, что агрессивность наследуется и дети жестоких родителей подвержены более частым и яр­ким вспышкам агрессии. Если малыш растет в атмосфере грубости, нетерпимости, жестокости, если для доказательства своей пра­воты родители прибегают к насилию, в ребенке формируется агрессивное начало. Поведение родителей с ребенком и друг с другом — это самый первый и значимый образец для ребенка. Признайтесь, ведь зачастую в гневе ваш малыш отвечает вам вашими же словами и действиями.

Но прежде нам нужно разобраться в своем, родительском поведении.

Укреплению агрессивных форм поведения у ребенка способствуют:

* скандалы в семье,
* применение физической силы во время семейных ссор (драки),
* грубое, жестокое обращение с ребенком,
* привлечение ребенка к посещению (просмотру) жестоких спортивных состязаний: бокса, боев без правил и т. п.,
* просмотр боевиков, сцен насилия, как в художествен­ных, так и в мультипликационных фильмах,
* одобрение агрессивного поведения как способа реше­ния конфликта, проблемы: «А ты тоже его ударь», «И ты сломай», «А ты что, отнять не можешь?!»

Прежде чем делать вывод о поведении ребенка и, в част­ности, его агрессивных формах, давайте посмотрим на себя со стороны, а может, мы сами даем к тому повод?!Речь пойдет об ответных реакциях ребенка на наши ошибки в общении с ним. Всегда ли мы внимательны к особенностям развития малыша? Не слишком ли мы требовательны к нему? Не стоит переоценивать возможности ребенка, возлагать на него непо­сильный груз. Ведь и сами мы становимся, раздражительны и агрессивны, если перед нами поставить слишком сложную задачу. Мы старше него, но всегда ли мы правы, конфликтуя с малышом? Уметь уступить, когда поведение ребенка не несет угрозы ему, вам, окружающим — это один из способов избежать агрессии в ваших взаимоотношениях.

Зачастую агрессивное поведение малыша — реакция на недостаток внимания, а точнее, способ его привлечь. Если ма­лыш тихо играет, занят сам собой, родители в это время с удовольствием смотрят телевизор, занимаются домашними де­лами. На просьбу: «мама, почитай; папа, давай поиграем», слышен ответ: «попозже». А вот если ребенок начал раскиды­вать, ломать игрушки, визжать, щипаться, родители реагиру­ют мгновенно — нравоучительными беседами, окриками и, нередко, шлепками. А это реакция на поведение, а не на его причину. Попробуйте найти 20-30 минут в день для занятий с ребенком — и вспышек гнева будет меньше.

Большой вред формированию произвольного (осознанного и контролируемого) поведения наносит родительская непо­следовательность в воспитании чада. Сегодня вы счастливы, довольны жизнью, и малышу можно все, любой его поступок вызывает у вас умиление и восхищение. А назавтра — уста­лость, конфликты на работе, и детские забавы начинают вас раздражать, ребенку все нельзя. Тут и взрослому впору запу­таться, а малышу и подавно. Его ответ — агрессивные реак­ции: «нельзя, а я все равно буду!» Кроме того, вспышки гнева и агрессии у ребенка провоцирует несогласованность мамы и папы, а в случае совместного прожива­ния, и дедушки с бабушкой в вопросах воспитания. Если мама идет на поводу у ребенка и покупает ему все, что он попросит, закономерно, что малыш устраивает истерику, если отец отказы­вает ему. Помните об этом и согласовывайте свои действия.

**Правила родительского поведения, способствующие снижению детской агрессивности:**

Будьте внимательны к чувствам и желаниям своего малыша.

Адекватно оценивайте возможности ребенка. Стремитесь во время, ненавязчиво и без излишних на­ставлений оказывать малышу необходимую помощь. Предоставляйте малышу самостоятельность в делах, которые ему по силам. Умейте идти на компромисс.

Будьте последовательны в воспитании ребенка. Помни­те: в сложной работе быть родителем не бывает выход­ных. Найдите оптимальный путь воспитания малыша, с ко­торым согласны и папа, и мама, и все, кто участвует в воспитательном процессе.

**И самое главное правило: любите малыша просто за то, что он у вас есть, без каких-либо других условий!**

Ребенок  еще слишком мал для того, чтобы вос­принимать и использовать на практике теоретические назида­ния взрослых, но все же есть способ воспитания у ребенка культуры общения. Это игра.Да-да, в игре мы можем научить ребенка многому, можно даже сказать, всему. Ведь именно через игру малыш познает окружающий мир. Игра, без преувеличения, средство социализации ребенка. Как же в игре научить ребенка общаться со сверстниками? Один из способов — это разыгрывание сложных ситуаций с игрушками. Один медвежонок ударил другого, кукла отня­ла у зайчика игрушку и т. д. Разыгрывайте те ситуации, которые чаще всего вызывают вспышки агрессии у вашего ребенка. Сначала берите на себя все роли, пусть это будет спектакль, за которым ребенок будет просто наблюдать. Затем предложите ему самому стать актив­ным участником действа. Но осторожно! Не заглушите ини­циативу ребенка излишней требовательностью и назидатель­ностью. Понаблюдайте за поведением ребенка, за тем, как он играет роль, а затем, в следующий раз, взяв роль на себя, больше внимания уделите тем моментам, где ребенок ошиб­ся, не смог усвоить каких-то правил.

Еще один замечательный прием — предоставить детям воз­можность научить игрушки правильно себя вести. Пусть ре­бенок подскажет двум котикам, как быть, если игрушка всего одна, а поиграть хотят оба. Расскажет собачкам, можно ли кусать друг друга, и т. д. Малыш в этой ситуации чувствует себя взрослым, авторитетным, компетентным. Повышается его самооценка.

**Желание и терпение помогут вам предотвратить укреп­ление агрессивности как формы поведения у вашего малыша**