

ИГРЫ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ АГРЕССИВНОСТИ РЕБЕНКА

«Игрушка в кулаке»

Попросите ребенка закрыть глаза. Дайте ребенку какую-нибудь красивую игрушку. Теперь попросите ребенка сильно сжать кулак и подержать так какое-то время. После этого пусть ребенок откроет руку и увидит красивую игрушку.



«Мешочек гнева»

Заведите дома «мешочек гнева», чтобы ребенок мог воспользоваться им для выражения своих агрессивных эмоций. Для этого возьмите обыкновенный воздушный шарик, но вместо того чтобы надуть его, насыпьте туда муку или песок. После чего хорошо завяжите шарик. Теперь познакомьте ребенка с новой игрушкой. Его можно кидать, бить им об стену или стол.

«Тух-тиби-тох»

Нужно ходить по комнате и как можно злее говорить одну фразу «Тух-тиби-тох». Подбадривайте ребенка, чтобы он говорил данную фразу как можно агрессивнее, выражая в ней всю злость и напряжение. Вы увидите, что упражнение принесло свои плоды, когда ребенок больше не сможет говорить эту фразу со злостью, так ему будет смешно.

Антикризисный
центр