

Що робити з агресією і гнівом?

- Гра “Увірвись в коло” -

Мета: Діти, що з якихось причин відчувають себе відкинутими, схильними виконувати роль тирана, проявляючи при цьому особливо агресивну поведінку, або роль – жертви. Ця гра допоможе їм проаналізувати своє почуття знехтуваного і обговорити всеможливі варіанти конструктивної поведінки в подібних ситуаціях.

Інструкція: Спитайте дітей, чи були вони в ситуації, коли інші діти не приймали їх у свою гру. Що вони тоді робили? Що відбувається, коли одну й ту саму дитину не пускають до гри?

Потім запропонуйте дітям стати в коло міцно взявшись за руки. Один з гравців повинен лишитися поза колом і спробувати прорватися в нього. Як тільки йому це вдається, до спроби приступає інша дитина.

Дайте можливість всім учасникам гри спробувати увійти в коло. Прослідкуйте, щоб дитина не знаходилася поза колом більше ніж одна хвилина. Учасники повинні випустити цю дитину в коло, а хтось інший продовжить гру.

Аналіз гри:

- Що робили діти, щоб потрапити в коло?
- Що ти відчував, коли пробував потрапити в коло?
- Що ти відчував коли в тебе це вийшло?
- Чи повинен ти дозволяти іншим дітям грати разом з тобою?
- Як у м'який спосіб сказати іншим дітям “ні”?
- Що трапляється коли весь час до гри не приймають одну й ту ж дитину?
- Що неправильно роблять ті діти, яких весь час не приймають до гри?
- Як стати дитиною, з яким всі хочуть грати?

- Штовхалки -

Мета: З допомогою цієї гри діти можуть навчитися позбуватися агресії через гру і позитивний рух.

Інструкція: Якщо ви гратимете в цю гру в приміщенні то попіклуйтеся про наявність простору.

Розділіть юнацтво на пари. Поставте їх один від одного на відстані витягнутої руки. Запропонуйте їм підняти руки на рівні плечей і опертися на долоні напарника. По сигналу виховника кожен повинен штовхати долоні партнера, стараючись зрушити його з місця. Запропонуйте юнацтву поставити одну ногу назад, це надасть їм гарну опору.

Зверніть увагу гравців на те, що ніхто не має зазнати болю. Не можна штовхати свого партнера до стіни, або на меблі. Коли ведучий прокричить "Зупинись!" то всі припиняють гру. Ви можете попросити юнацтво вибрати собі в партнери того на кого вони злились.

З часом цю гру можна урізноманітнити. Наприклад, діти можуть штовхатися схрестивши руки: лівою рукою штовхати ліву руку партнера, правою - праву. Можна штовхатися спиною до спini.

Аналіз гри:

- Наскільки тобі сподобалась ця гра?
- Кого ти вибрав собі в партнери?
- Ти штовхався з усієї сили?
- Коли ви вигравали, то з більшою силою штовхали партнера чи чинили опір?
- Ви з партнером діяли чесно?
- Що ти придумав щоб перемагти?
- Ти штовхався на всю силу чи стримував себе?
- Що зараз ти відчуваєш до свого партнера?