***Методы и приемы работы с агрессивными детьми***

***Педагог-психолог Хаялиева А.С.***

***МБОУ «Ивановская СОШ»***

Повышенная **агрессивность** детей является одной из наиболее острых проблем современного общества. Число детей с таким поведением стремительно растет. Это вызвано рядом неблагоприятных факторов:

увеличением доли патологических родов;

кризисом семейного воспитания;

невниманием воспитателей и педагогов к нервно-психическому состоянию детей.

Свою долю вносят и средства массовой информации, регулярно пропагандирующие культ насилия.

Давайте рассмотрим что же такое **агрессия и агрессивность**.

**Агрессия** - это любая форма поведения, нацеленная на оскорбление или причинение вреда другому человеку, не желающему подобного обращения.

**Агрессивность** - это свойство личности, выражающееся в готовности к **агрессии**.

Дети с **агрессивными** свойствами личности часто теряют контроль над собой, спорят, ругаются с **детьми и взрослыми**, намеренно раздражают взрослых, отказываются выполнять просьбы взрослых, часто винят других в своём *«неправильном»* поведении и ошибках, завистливы и мнительны, часто сердятся и прибегают к дракам. О ребенке, у которого в течение шести и более месяцев одновременно устойчиво проявились хотя бы четыре из вышеперечисленных признаков, можно говорить, что он обладает **агрессивностью**, как качеством личности. Такое поведение может свидетельствовать о склонности ребенка к враждебности и жестокости, что, естественно, вызывает особую тревогу.

У детей дошкольного возраста наиболее выражены: вербальная и физическая формы **агрессии**.

Вербальная **агрессия** направлена на обвинение или угрозы сверстнику, которые осуществляются в различных высказываниях - жалобы, угрозы:

Физическая **агрессия** направлена на причинение какого-либо физического ущерба другому через непосредственные физические действия. В дошкольном возрасте это могут быть: разрушение продуктов деятельности другого (например, один ребёнок разломал постройку из кубиков другого или девочка замазала красками рисунок своей подруги); уничтожение или порча чужих вещей (например, мальчик наносит удары по столу товарища и улыбается при виде его возмущения или ребёнок силой бросает на пол чужую машинку и с удовлетворением наблюдает ужас и слёзы её владельца); непосредственное нападение на другого и нанесение ему физической боли и унижение *(попросту драка)*.

Выделяют следующие факторы, которые способствуют формированию детской **агрессивности**:

1. Семейные факторы:

безразличие или враждебность со стороны родителей - очень тяжело бывает детям, родители которых безразличны, а то и враждебны по отношению к ним;

разрушение эмоциональных связей в семье - когда взрослые сосуществуют в постоянных ссорах и невозможно предугадать, что можно ждать в любую минуту;

неуважение к личности ребенка - **агрессивные** реакции могут быть вызваны оскорбительными и унизительными замечаниями;

чрезмерный контроль или полное отсутствие его, избыток или недостаток внимания со стороны родителей - чрезмерный контроль над поведением ребенка *(гиперопека)* не менее вреден, чем полное отсутствие такового *(гипоопека)*. Подавляемый гнев, в какой-то момент обязательно вырвется наружу;

ограничение физической и эмоциональной активности - если ребенок целый день не имел возможности открыто проявлять свои эмоции, как положительные, так и отрицательные, не мог

физически разрядиться, то его **агрессия** будет обусловлена накопившимся переизбытком энергии, которая, как известно, не имеет свойства исчезать бесследно.

2. Личные факторы:

подсознательное ожидание опасности – если мать ребенка во время беременности не чувствовала достаточной защищенности. Все эти ощущения передавались ребенку, и он родился, не имея базовой уверенности в безопасности мира. Потому он все время подсознательно видит во всем потенциальную опасность и старается защититься от нее, как может и как умеет;

неуверенность в собственной безопасности - когда ребенок предоставлен самому себе, у него может возникнуть неуверенность в собственной безопасности. Он начинает **видеть опасность даже там**, где ее нет, становится недоверчивым и подозрительным;

эмоциональная нестабильность - до 7 лет многие дети подвержены колебаниям эмоций, которые взрослые часто называют капризами. Настроение малыша может меняться под влиянием усталости или плохого самочувствия.

недовольство собой - отсутствием эмоционального поощрения от родителей, взрослых, которое приводит к тому, что дети не научаются любви к себе. Для ребенка *(как и для взрослого)* жизненно важно, чтобы его любили не за что-то, а просто за сам факт существования - немотивированно

повышенная раздражительность из-за чувства вины.

3. Ситуативные факторы:

плохое самочувствие, переутомление - чаще всего дети ведут себя **агрессивно в те дни**, когда они не выспались, плохо себя чувствуют или обиделись на что-то или кого-то;

влияние продуктов питания - доказана взаимосвязь между повышением тревожности, нервозности и **агрессивности** и употреблением шоколада. За рубежом проводятся исследования, изучающие взаимосвязь между употреблением чипсов, гамбургеров, сладкой газированной воды и повышенной **агрессивностью**;

влияние шума, вибрации, тесноты, температуры воздуха.

4. Тип темперамента:

менее всего склонны к активной **агрессии** меланхолики и флегматики. Сангвиник по природе своей не **агрессивен** и чаще всего предпочитает решать проблемные и даже конфликтные ситуации миром. Естественной склонностью к активной **агрессии** обладают холерики вследствие их крайней неуравновешенности как нервной, так и эмоциональной. Холерики чрезмерно раздражительны, вспыльчивы, их очень легко вывести из терпения;

Коррекционная **работа с агрессивными детьми** должна быть направлена и на безопасный выход **агрессии**(эмоциональный катарсис, и на повышение самооценки, и на развитие коммуникативных навыков, игровой деятельности, а в большей степени на преодоление внутренней изоляции, на формирование способности понимать других.

**Агрессивность** - это внешнее проявление, прежде всего, внутреннего дискомфорта. Как правило, **агрессивным** детям свойственна высокая тревожность, ощущение отверженности себя и несправедливости окружающего мира, неадекватная самооценка *(чаще всего заниженная)*. Бурные протестные и злобные реакции маленького *«****агрессора****»* являются способом привлечения ребенком внимания окружающих к своим проблемам, свидетельством невозможности справиться с ними в одиночку.

**Разработаны** и используются следующие способы реагирования в случае **агрессивных проявлений**:

Спокойное отношение в случае незначительной **агрессии**.

В тех случаях, когда **агрессия** детей и подростков не опасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии: полное игнорирование реакций ребенка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения; выражение понимания чувств ребенка (*«Конечно, тебе обидно…»*, переключение внимания ребенка, предложение какого-либо задания (*«Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки»*, позитивное обозначение поведения (*«Ты злишься потому, что ты устал»*).

Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детской **агрессией** - уменьшить напряжение ситуации. Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и **агрессию**, являются: повышение голоса, изменение тона на угрожающий, демонстрация власти, **агрессивные позы и жесты**: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор *«сквозь зубы»*, сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание, негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей, использование физической силы, втягивание в конфликт посторонних людей, непреклонное настаивание на своей правоте, нотации, проповеди, *«чтение морали»*, наказания или угрозы наказания, обобщения типа: *«Вы все одинаковые»*, *«Ты, как всегда…»*, *«Ты никогда не…»*, сравнение ребенка с другими **детьми не в его пользу**, команды, жесткие требования, давление, оправдания, подкуп, награды.

Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Для сохранения положительной репутации целесообразно публично минимизировать вину (*«Ты не важно себя чувствуешь»*, *«Ты не хотел его****обидеть****»*, но в беседе с глазу на глаз показать истину.

Обсуждение проступка.

Анализировать поведение в момент проявления **агрессии не нужно**, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоятся. В то же время, обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей и только затем обсуждать в группе или семье *(и то не всегда)*. Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия **агрессивного поведения**, его разрушительность не только для окружающих, но, прежде всего, для самого маленького **агрессора**.

Акцентирование внимания на поступках (поведении, а не на личности.

Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло *«здесь и сейчас»*, не припоминая прошлых поступков. Один из важных путей снижения **агрессии** - установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие **приемы**: констатация факта (*«Ты ведешь себя****агрессивно****»*); задавание констатирующего вопроса (*«Ты злишься?»*, раскрытие мотивов **агрессивного поведения**(*«Ты хочешь меня****обидеть****?»*, *«Ты хочешь продемонстрировать силу?»*, обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению (*«Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне»*, *«Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит»*, апелляция к правилам (*«Мы же с тобой договаривались!»*). Давая обратную связь **агрессивному поведению ребенка**, взрослый человек должен проявить, по меньшей мере, три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость.

Контроль взрослых над собственными негативными эмоциями.

Родителям и специалистам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с **агрессивными детьми**. Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет **агрессивное поведение ребенка**, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с **агрессивным человеком**.

В заключении отметим, что всех **агрессивных** детей объединяет одно общее свойство - невнимание к другим детям, неспособность **видеть и понимать другого**. Очевидно, что такое мировосприятие создаёт ощущение своего острого одиночества во враждебном и угрожающем мире, которое порождает всё большее противостояние и отдаленность от других. К сожалению, данная проблема существует и приобретает огромное значение в полноценном воспитании детей. Усугубляет положение дел и наш современный ритм жизни с ее информационными потоками, которые ребёнок наблюдает на телеэкране или со стороны сверстников. Главное здесь - помочь нашим детям **увидеть** в ровеснике не противника или конкурента, а партнёра по общению и совместной деятельности.

У нас есть два пути: любовь и миролюбие или поиск социально **приемлемых форм выхода агрессии для детей**. Какой из них выбрать - решать самим взрослым. Но и в том и в другом случае нужно помнить, что помогать - не значит отвечать насилием на насилие, злом на зло, **агрессией на агрессию**. Нужно начать с себя: положить конец собственной **агрессии** и это непременно поможет детям.

[**Мастер-класс «Приемы работы с агрессивными детьми»**](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fped-aksioma.ru%2Findex.php%2Fpublikatsiya-statej-dlya-pedagogov-s-vydachej-sertifikata%2F482-master-klass-priemy-raboty-s-agressivnymi-detmi)

Цель: познакомить со способами снятия агрессивности у детей школьного возраста.

Задачи:

* раскрыть понятия агрессия, агрессивность и агрессивное поведение, арт-терапия;
* познакомить участников мастер-класса с арт-терапевтическими технологиями и их применением в образовательной деятельности;
* показать продуктивные способы работы с агрессивными детьми.

Ожидаемые результаты:

* Практическое освоение педагогами методов и упражнений в арт-терапии, предлагаемых педагогом-психологом на мастер-классе;
* Повышение уровня профессиональной компетентности педагогов в области арт-терапии;
* Рост мотивации участников мастер-класса к формированию собственного стиля творческой педагогической деятельности.

 Ведущий: Здравствуйте, уважаемые коллеги! Я приглашаю в круг вас всех.
Хочу вам предложить поприветствовать друг друга по-особенному.

**Упражнение «Подари улыбку другу»**

Цель: создание положительного настроя

Инструкция: Посмотрите на соседей слева, справа, впереди и дарите им свои добрые улыбки, затем поместите улыбку на ладонь и отправьте её, сдувая всем присутствующим в круге.

Ведущий: Вашему вниманию предлагаю мастер-класс «Приемы работы педагога-психолога с агрессивными детьми». Сегодня мы вспомним и проиграем всем известные упражнения для того, чтобы использовать их для работы с детьми проявляющих агрессивность в поведении и действиях. Для того чтобы настроиться на работу выполним следующее упражнения в действиях:

**Словесная игра «Я»**

Цель: Повышение самооценки, улучшение настроения.

Инструкция:
Я вопросы хочу вам задать,
Ваше дело — отвечать,
Выше руки поднимайте,
И кричите громко: «Я»,
Чтоб услышали друзья.
Вопросы:
Кто у нас хороший, красивый и пригожий?
Кто с утра детей встречает и с улыбкой провожает?
Кто с родителями в контакте, обладает чувством такта?
Кто из нас, людей приличных, меньше всех был на больничном?
Кто на празднике задорен, чудно исполняет роли?
Кто начальство обожает, а коллег всех уважает?
Кто со мной будет играть, настроенье улучшать?

Ведущий: Спасибо, а теперь немного теории, я попрошу вас занять места.

Ход мастер-класса

Эмоциональное состояние участников образовательного и воспитательного процесса вызывает сегодня серьезную тревогу. У детей отмечается высокая тревожность, частые проявления общей апатии или, напротив, повышенной раздражительности или агрессивности **Агрессивностью** принято называть целенаправленное нанесение физического или психического ущерба другому человеку.

Те или иные проявления агрессии замечаются практически у всех детей. Но у некоторых агрессивность может закрепиться как устойчивая черта поведения и как качество личности. Так что еще в дошкольный период надо правильно относиться к поведению агрессивного ребенка. Что же такое агрессия?
(слайд) **Агрессия** – это физическое или вербальное поведение, направленное на причинение вреда кому-либо (слайд). **Агрессивное поведение** – (от лат. – нападение, приступ) – это мотивированное, деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее физический вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), а также моральный ущерб живым существам (негативные переживания, состояние напряженности, подавленности, страха и т.п.). (Психологический словарь,1997г.)

Наиболее остро проявляется агрессия у детей 2-3 лет. Всплеск детской агрессии в этом возрасте обусловлен совпадениями нескольких факторов:

* Кризис 3-х лет. Знаменитое «Я — сам». Малышня в этом возрасте очень стремится делать все так, как ему надо, подражать взрослым, делать все самостоятельно. И ребенок может начать истерику с дракой из-за того, что родители сами открыли/закрыли дверь и пр.);
* Недостаточное развитие речи, самоконтроля и навыков общения. Многие дети в этом возрасте еще плохо говорят. Соответственно, не могут объяснить, что им надо. И самоконтроля еще как такого нет. Особо остро эта проблема проявляется в общении со сверстниками. Тут детская агрессия частенько бывает взаимной.

Агрессия у детей 4-7 лет обычно проявляется только в игровых ситуациях.
Это связано с тем, что после 4-х лет уже развивается самоконтроль. Дети в этом возрасте начинают сдерживать свою злость и перестают выражать ее через кулаки. Но тут частенько встает вопрос вербальной агрессии, т.е. дети начинают ругаться, сквернословить.

Попробуем представить агрессивного ребенка, какой он, и выполнив следующее упражнение:

Упражнение «Мозговой штурм»

Инструкция: «Какие черты, по-вашему мнению, свойственны агрессивным детям?» (2-3 минуты)

Давайте обсудим, (по желанию).

* Они часто перекладывают на других свою вину за вспыхнувший инцидент;
* В окружающих они видят постоянную угрозу нападения или обиды;
* Чаще испытывают негативные эмоции;
* Такие дети фиксированы на себе, других людей воспринимают как обстоятельства, мешающие их жизни, не стремятся понимать чувства других.

Агрессивные дети очень часто подозрительны и настороженны, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Выделяют следующие **виды агрессии:**

1. Физическая (нападение) – использование физической силы против другого лица или объекта;
2. Вербальная – выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание вербальных реакций (угроза, проклятья, ругань)
3. Косвенная – действия, которые окольным путем направлены на другое лицо (злобные сплетни, шутки и т.п.), и действия, характеризующиеся направленностью и неупорядоченностью (взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топаний ногами, битье кулаками по столу и т.п.)
4. Раздражение (вспыльчивость, грубость);
5. Негативизм (оппозиционное поведение).

Что же влияет на появление агрессивного поведения у ребенка? Подробно останавливаться на них не буду просто перечислю т.к. каждому из вас подготовлен буклет «Советы педагога-психолога по работе с агрессивными детьми», в котором указаны причины и методы коррекции агрессивного поведения у ребенка.

Выделяют следующие **причины агрессивного поведения** у ребенка

* Недостаток двигательной активности, физической нагрузки;
* Дефицит родительского внимания, неудовлетворенная потребность в родительской любви и принятии;
* Повышенная тревожность (комплекс несоответствия);
* Усвоение эталонов агрессивного поведения в семье;
* Косвенно стимулируемая агрессивность (СМИ, игрушки);
* Низкий уровень развития игровых и коммуникативных навыков.

Дети часто не могут сами оценить свою агрессивность. Они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь, боятся их.
Все это приводит к тому, что на сегодняшний момент необходимо искать новые средства психолого-педагогической поддержки предупреждения негативных эмоций у участников воспитательного и образовательного процесса.

**Рассерженные шарики**

Цель: развитие адекватных способов выражения чувств раздражения и гнева.

Материалы: надувные шарики по количеству участников; картинки «Способы выражения агрессии».

Надуйте шарики и завяжите их, Представьте, будто надутый шарик это тело человека, а находящийся в нем воздух чувства раздражения и гнева. Скажите, может ли сейчас воздух входить и выходить из него? Что случится, когда чувство гнева и раздражения переполнят человека? А может ли человек, который переживает раздражение и гнев, оставаться спокойным!

Прыгните на свой шарик так, чтобы он взорвался. Что случилось с шариком?

Может ли такой способ выражения гнева быть безопасным! Почему?

Что вы почувствовали, когда взорвался шарик!

Если шарик - это человек, то взрывающийся шарик означает какой-нибудь агрессивный поступок, например нападение на другого человека.

Давайте надуем еще один красный шарик, но завязывать его не будем. Держите шарик крепко в руке и не давайте воздуху выходить наружу.

Вы помните, шарик - это человек, а воздух внутри него - чувства раздражения и гнева.

А теперь выпустите из шарика немного воздуха и снова крепко его зажмите

Вы заметили, что шарик уменьшился!

Взорвался ли шарик, когда вы выпустили из него воздух?

Можно ли такой способ выражения гнева считать более безопасным!

Остался ли шарик целым! Напугал ли кого-нибудь? Когда мы выражаем гнев, контролируя его, то он никому не причинит вреда.

Прочтите в красном шарике, что можно сделать, чтобы чувство гнева стало меньше. Гнев и раздражение, если их безопасно выражать, может «выйти» из человека, как воздух из нашего шарика.

Одним из инструментов для обеспечения эмоционального благополучия и психолого-педагогической поддержки у участников воспитательного и образовательного процесса, использую один из методов психологической работы – это Арт-терапию

Арт-терапия – это один из методов, использующий возможности искусства для достижения положительных изменений в интеллектуальном, социальном, эмоциональном и личностном развитии человека (слайд).

Современная арт-терапия включает множество направлений:

* Музыкальная терапия
* Игровая терапия
* Сказкотерапия
* Танцевальная терапия
* Фототерапия
* Изотерапия
* Мандала-терапия
* Песочная терапия.

Предлагаю Вам на себе прочувствовать некоторые из методов, которые применяются для формирования эмоциональной стабильности и восстановления психологического состояния у участников образовательного и воспитательного процесса.

Для начала выполним упражнение «10 секунд» для создания атмосферы доверия и комфорта, что бы настроиться на продуктивное, позитивное сотрудничество.

Упражнение «10 секунд»

Цель: активное изучение друг друга, создание позитивного единства группы.

Инструкция: За рабочей суетой порой некогда взглянуть друг на друга, поговорить. Поэтому будем это делать сейчас.
После команды «1,2,3 — группу собери!», Вы все начнете ходить по залу и быстро собираться в группы по названным признакам. После звука колокольчика вы останавливаетесь и рассматриваете свою группу на правильность выполнения задания.

Начинаем, «1,2,3 — группу собери!»

Признаки: по цвету волос

по цвету глаз

по наличию часов на руках

по длине волос

по стилю обуви

по тому, сколько детей, братьев, сестёр в семье

по настроению, которое сейчас испытываете.

Спасибо, присаживайтесь на свои места.

Вопросы к рефлексии: Какое у вас настроение?

Что вы узнали, выполняя данное упражнение?

В чем были затруднения?

**Упражнение «Пластилиновое настроение»**(влажные салфетки)

Инструкция: Вначале выберете кусочек пластилина определенного цвета, разомните, разогрейте его в своих ладошках (музыкальный фон). Теперь изобразите свое представление о счастье.

Давайте разместим ваше «счастье» на общем столике, рассмотрите счастья остальных.

Вопросы рефлексии: Какое чувство у вас осталось по завершению данного упражнения? Что вы чувствовали при выполнении данного упражнения?
Это упражнение можно выполнять с закрытыми глазами. Тогда это будет еще и медитация. Форма необязательно должна проявиться. Негативные эмоции, образно говоря, могут затеряться, раствориться.

Следующее направление арт-терапии, о котором хотелось бы рассказать это игровая терапия

**Игровая терапия** – метод воздействия на детей с использованием игры.
Как ведущая деятельность, она не только предоставляет особые возможности для изучения эмоциональной сферы детей с агрессивным поведением, но и является адекватным средством для перестройки различных отклонений в эмоциональном развитии.

**Игра «Два барашка»**

Цель: снятие физической агрессии, предоставляет ребенку возможность "легальным образом" выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло.

Инструкция: Вам нужно разбиться на пары, и рассредоточится по залу, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упереться ладонями друг в друга.
Пока играет музыка ваша задача — противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше, как только музыка заканчивает звучать, вы опускаете руки и расслабляете все мышцы. (повторяем 3-5 раз) (быстрая музыка)

Вопросы к рефлексии: Какие эмоции у вас после данной игры? Что ощущаете?

Игра "Обзывалки овощами и фруктами"

Цель: снятие вербальной агрессии.

Инструкция: "Вам нужно сделать общий круг, и передавая мяч по кругу, называть друг друга разными «обзывалками» - овощами и фруктами.
Каждое обращение должно начинаться со слов: "А ты, ..., морковка!" Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем (1 круг).

А теперь передаем еще раз мячик и говорим своему соседу что-нибудь приятное, например: " А ты, .... солнышко!"

Расскажите о ваших ощущениях при выполнении данного упражнения.
Данная игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей.

Следующее направление в современной арт-терапии – музыкотерапия (слайд).

**Музыкотерапия**очень эффектна в коррекции нарушения общения, возникших у детей по разным причинам. Контакт с помощью музыки безопасен, ненавязчив, индивидуализирован, снимает страхи, напряжённость.

Игра «Дождь в лесу»

Инструкция: Вы продолжаете стоять по кругу; повернувшись друг за другом – и «превращаетесь» в деревья в лесу, слушаете текст и выполняйте действия по тексту. (музыка)

В лесу светило солнышко, и все деревья протянули к нему свои веточки. Высоко-высоко тянутся, чтобы каждый листочек согрелся (поднимаемся на носочки, высоко поднимаем руки, перебирая пальцами). Но подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны. Но крепко держатся корнями деревья, устойчиво стоят и только раскачиваются (раскачиваемся в стороны, напрягая мышцы ног). Ветер принёс дождевые тучи, и деревья почувствовали первые нежные капли дождя (участники лёгкими движениями пальцев касаются спины стоящего впереди). Дождик стучит всё сильнее и сильнее (усиливаем движение пальцев по спине). Деревья стали жалеть друг друга, защищать от сильных ударов дождя своими ветвями (проводим ладошками по спине стоящего впереди). Но вот опять появилось солнышко. Деревья обрадовались, стряхнули с листьев лишние капли дождя, оставили только необходимую влагу. Деревья почувствовали внутри себя свежесть, бодрость и радость жизни.

Также в работе с детьми используется **танцевальная терапия** для выражения всех эмоций, мыслей и установок. Когда танец используется в терапии, чувства спонтанно высвобождаются в свободном движении и импровизации.

**Упражнение «Подари движение»**

Под звучание веселой музыки Вам необходимо повторять движения за мной, но затем кивком головы я даю знак следующему начинать свои движения, в такт музыке, и так продолжается по кругу. (3-5 минут) (музыка веселая)

В заключении мастер-класса выполним упражнение «Спасибо».
Образуем теплый круг, встаем близко друг к другу, касаясь плечиками, мысленно кладем в левую руку все то, с чем пришли сегодня, свой багаж знаний, настроения, мыслей, опыта, а на правую руку – то, что получили на этом занятии нового. И передавая, по кругу клубочек правой рукой проговариваем, что узнали нового на этом занятии, какие эмоции у вас сейчас.

теперь улыбнемся друг другу, и поаплодируем себе за прекрасную работу.

Спасибо всем за активную работу