



Митці Згоди

ТВОРЧІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

Психологічні Ігри для зняття агресії





Митці Згоди

ТВОРЧІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"Пил"

**Запропонуйте дитині
вибити пил з подушки.
Нехай малюк б'є її,
кричить.**



Митці Згоди

ТВОРЧІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМУВАННЯ КОНФЛІКТІВ

"Боротьба подушками"

**Увімкніть веселу музику, візьміть у
руки подушки і злегка побийтеся
ними. Але ви чітко повинні
встановити правила – не бити
руками, не кричати образливі слова.
Якщо правила порушуються, гра
зупиняється.**



Митці Згоди

"Бійка батаками"

Батаки — це такі м'які палки, якими можна битися, не завдаючи болю один одному. Цей Інструмент Ідеальний для зняття напруги, відреагування агресії, формування навичок самоконтролю. Влаштуйте з дитиною дуель на батаках.



Митці Згоди

ТВОРНІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"Сніжки"

**Запропонуйте дитині комкати
аркуші паперу і кидати ними
один в одного.**



"Розтирання паперу"

Аркуш паперу тріть в кулаках, роблячи рухи, ніби ви перете одяг. Коли папір стає геть м'яким, малюйте по ньому акварельними фарбами. Малюнки будуть дуже цікавими, фарба розтечеться по зім'ятому папері різними візерунками.



"Аплікація із шматочків паперу"

Порвіть папір на дрібні
квадратики і зробіть з них
колаж чи аплікацію.



Митці Згоди

ТВОРНІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"Салют"

**Дитина рве папір і з силою
кидає шматочки вгору. Потім
всі разом прибирають сміття з
підлоги.**



Митці Згоди

ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"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.



Митці Згоди

ІНОВАЦІЙНІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"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.



Митці Згоди

ІНОВАЦІЙНІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"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.



Митці Згоди

ТВОРНІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"Жаба"

**Якщо малюк любить купатися,
запропонуйте йому дуги на поверхню
води, щоб вийшли хвилі. Зусилля
дитини повинні бути досить
інтенсивними.**



Митці Згоди

ТВОРНІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"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 пручаєтесь потокам повітря.



Митці Згоди

ТВОРНІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"Бокс"

**Запропонуйте дитині бити
щодоуху боксерську грушу до
тих пір, поки вона не втомиться,
або поки не набридне.**



Митці Згоди

ТВОРНІ МЕТОДИ
ТРАНСФОРМАЦІЇ КОНФЛІКТІВ

"Впертий баранчик"

Малюк лягає на підлогу і з
силою випрямляє ноги, в
повітря або б'є ними об
підлогу. На кожен удар він
може говорити «Ні!».

