Причини агресивності майже завжди зовнішні: сімейне неблагополуччя, позбавлення чогось бажаного, різниця між бажаним і можливим. Тому роботу з агресією своєї дитини необхідно почати з самостійного аналізу сімейних відносин. Це буде головним кроком у вирішенні існуючої проблеми.

Виявивши у своєї дитини ознаки агресивної поведінки, пограйте з ним в ігри, представлені нижче. Це можна зробити в колі сім'ї, за участю близьких родичів (брати, сестри), а також з друзями своєї дитини.

Найголовніше - спробуйте розкріпачитися самі, віддавайтеся грі, адже дитина неодмінно відчує вашу щирість і оцінить це.

"Вибивати пил"

(Для дітей з 4 років)

Кожному учаснику дається "курна подушка". Він повинен, старанно б'ючи руками, добре її "почистити".

"ДИТЯЧИЙ ФУТБОЛ"

(Для дітей з 4 років)

Замість м'яча - подушка. Гравці розбиваються на дві команди. Кількість граючих від 2-х чоловік. Суддя - обов'язково дорослий. Грати можна руками і ногами, подушку можна штовхати, кидати, віднімати. Головна мета - забити у ворота гол.

Примітка: дорослий стежить за дотриманням правил - не можна пускати в хід руки, ноги, якщо немає подушки. Штрафники видаляються з поля.

"ЧАС ТИШІ І ЧАС" МОЖНА ""

(Для дітей з 4 років)

Домовтеся з дитиною, що іноді, коли ви втомилися і хочете відпочити, в будинку буде година тиші. Дитина повинна вести себе тихо, спокійно грати, малювати, конструювати. Але іноді у вас буде час "можна", коли дитині дозволяється робити майже все: стрибати, кричати, брати мамині наряди і татові інструменти, обіймати батьків і висіти на них і т.д.

Примітка: "годинник" можна чергувати, а можна влаштовувати їх у різні дні, головне, щоб вони стали звичними в сім'ї.

"Падаюча башта"

(Для дітей з 5 років)

З подушок будується висока башта. Завдання кожного учасника - штурмом взяти її (застрибнути), видаючи переможні крики типу:

 "А-а-а", "Ура!" і т.д. Перемагає той, хто застрибує на вежу, не зруйнувавши її стіни.

Примітка:

· Кожен учасник може сам собі побудувати башту такої висоти, яку, на його думку, він здатний підкорити.

· Після кожного штурму "вболівальники" видають гучні крики схвалення і захоплення: "Молодець!", "Здорово!", "Перемога!" і т.д.

"ШТУРМ ФОРТЕЦІ"

(Для дітей з 5 років)

З попалися "під руку" небитких предметів будується фортеця (тапки, стільці, кубики, одяг, книги і т.д. - все збирається в одну велику купу). У що грають є "гарматне ядро" (м'яч). По черзі кожен з усією силою кидає м'яч у ворожу фортецю. Гра триває, поки вся купа - "фортеця" - не розлетиться на шматки. З кожним вдалим попаданням штурмують видають гучні переможні кличі.

"Лається ОВОЧАМИ"

(Для дітей з 5 років)

Запропонуйте дітям посваритися, але не поганими словами, а ... овочами: "Ти - огірок", "А ти - редиска", "Ти - морквина", "А та - гарбуз" і т.д.

Примітка: Перш, ніж посварити дитину поганим словом, пригадайте цю вправу.

"По купинах"

(Для дітей з 5 років)

Подушки розкладаються на підлозі на відстані, яке можна подолати в стрибку з деяким зусиллям. Гравці - "жаби", що живуть на болоті. Разом на одній "купині" примхливим "жабам" тісно. Вони встрибують на подушки сусідів та квакають: "Ква-ква, посунься!" Якщо двом "жабам" тісно на одній подушці, то одна з них стрибає далі чи зіштовхує в "болото" сусідку, і та шукає собі нову "купину".

Примітка: дорослий теж стрибає по "купинах". Якщо між "жабами" справа доходить до серйозного конфлікту, він підскакує і допомагає знайти вихід.

"Жужа"

(Для дітей з 6 років)

"Жужа" сидить на стільці з рушником у руках. Всі інші бігають навколо неї, будують пики, дражнять, доторкаються до неї, лоскочуть. "Жужа" терпить, але коли їй все це набридає, вона схоплюється і починає ганятися за "кривдниками" навколо стільця, намагаючись відшмагати їх рушником по спинах.

Примітка: дорослий стежить за формою вираження "дражнилок". Вони не повинні бути образливими і болючими.