Игры на коррекцию поведения и личности

(страхи, агрессивность, застенчивость, упрямство, капризы, неуверенность)

Выбиваем пыль (для детей с 5 лет)

Цель: снижение агрессии, ослабление негативных эмоций

Каждому участнику достается «пыльная» подушка. Он должен, усердно колотя руками, хорошенько ее «почистить». Подушка может быть одна и перекидываться по кругу. Кому досталась подушка, тот и колотит, затем кидает ее другому.

Нарисуй свой страх, победи его (для детей с 5 лет)

Цель:  коррекция страхов, отреагирование через изобразительную деятельность. Диагностика «базового страха».

Ребенку предлагают нарисовать то, чего он боится. Необходим большой лист бумаги, карандаши или краски. После рисования еще раз поговорите, чего же он конкретно боится. Затем возьмите ножницы и попросите ребенка разрезать «страх» на мелкие кусочки, а мелкие – еще на более мелкие, помогите ребенку в этом. Когда «страх» рассыплется на крошечные кусочки, покажите ребенку, что теперь его собрать невозможно. Заверните эти мелкие кусочки в большую бумагу, подойдите к мусорному ведру и выкиньте туда, затем с ребенком сходите и выбросите весь мусор – он вам не нужен, его увезут и сожгут, а вместе с мусором сожгут и «страх», и больше его никогда не будет.

Повторите упражнение через 1– 2 недели. Посмотрите, что изменилось в изображении страха (цвет, сюжет, композиция).

Закрытая дверь (для детей с 5 лет)

Цель: снижение агрессии, упрямства, ослабление негативных эмоций

Дети делятся на пары, садятся «по-турецки» напротив друг друга, упираясь ладошками в ладошки напарника.

- Один из вас - железная, крепкая, неподвижная дверь. Держите свои ладош¬ки очень крепко. А ваш напарник должен сильно давить на «дверь», пытаясь ее открыть. Игра начинается на счет «три», а заканчивается по сигналу «стоп». Внимание! Раз-два-три!..

Через минуту дети меняются ролями. По окончании упражнения выясняют у детей, что понравилось больше - быть «дверью» или «открывать» ее.

Плоды одного дерева (для детей с 5 лет)

Цель: коррекция страхов, повышение уверенности в себе

Детям показывают бутафорское дерево, на котором созрели черные и желтые плоды. Плоды черного цвета - наши страхи, а желтые плоды - наши смелые поступки.

Каждому ребенку предлагается сорвать один черный плод и рассказать, чего он боится или боялся раньше, или чего когда-то испугался. Затем сорвать желтый плод и рассказать о своем смелом поступке или о том, чего он не боится. Психолог первым срывает «плоды»: «Однажды я испугалась ... Зато я не боюсь ...»

Теплый круг (для детей с 5 лет)

Дети стоят в кругу, у взрослого – мяч.

«На земле есть много интересных и необычных мест, где нам хотелось бы побывать. Но у каждого из нас есть такое место, где мы чувствуем себя комфортно и комфортно. Вспомните эти места…»

Мяч передается по кругу. Тот у кого мяч, говорит: «Я чувствую сея хорошо… (дома, у бабушки, в детском саду и т.п.)»

По окончанию детям задают вопросы: «Трудно ли было вспомнить любимое место? Почему? Может ли у одного человека быть несколько любимых мест?»

Детям можно предложить найти в комнате комфортное для себя место и посидеть в нем в любой позе 1 минуту.

Несмеянки (для детей с 5 лет)

Цель: снижение застенчивости, упрямства, развитие произвольности

Детям рассказывают историю о государстве Несмиянок и о Клоуне, который решил их рассмешить. Выбирается Клоун, ему надевают колпак и нос – он должен постараться рассмешить Несмиянок. Остальные дети – Несмиянки – должны постараться не улыбнуться и не засмеяться.

Через некоторое время водящий меняется, игра возобновляется. По окончании игры выясняют у детей, что было труднее - рассмешить или же самим не рассмеяться.

Злые собаки (для детей с 5 лет)

Цель: коррекция агрессивности, застенчивости, формирование уверенности, смелости

Дети делятся на две группы: одни будут изображать злых собак, другие – испуганных детей. Посередине определяют границу «забора» стульями. Детям объясняют, что за забором - злые собаки. Они громко лают, бросаются на забор, хотят напугать детей... Детям очень страшно!

Дети выполняют задание, затем меняются ролями. По окончании игры выясняют, что чувствовал каждый ребенок, когда на него лаяли «собаки», и что он ощущал в роли «злой собаки».

Маленькое привидение (для детей с 5 лет)

Цель: снижение агрессии, научить выплескивать гнев в приемлемой форме

Дети сидят на стульях. Взрослый говорит: «Сейчас мы будем изображать маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и попугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать вот так (приподнять согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом: «У-У-У» Если я тихо хлопаю, то вы тихо говорите «У», а если я громко хлопаю – вы громко пугаете. Но помните, вы добрые привидения и хотите только слегка пошутить» В конце игры взрослый говорит: «Молодцы! Пошутили – и хватит. Давайте снова станем детьми»

Король и слуги (для детей с 5 лет)

Цель: снижение застенчивости, эгоцентризма, повышение уверенности в себе, развитие умения различать разные эмоциональные состояния

Среди детей выбирается король (королева), который отдает приказы и распоряжения. Ему предоставляют трон и корону. Остальные дети – слуги – выполняют распоряжения короля. Если король сидит с серьезным лицом, все с серьезными лицами маршируют. Если король улыбается, все улыбаются и машут ему рукой

По окончании игры детям предлагается обсудить, что они чувствовали, будучи королем и слугой, какая роль понравилась больше, легко ли было выполнять приказы короля, кто был добрым королем, а кто злым и т.д.

В роли короля (королевы) должен побывать каждый ребенок. В зависимости от количества участников в группе, в роли короля и королевы одновременно могут выступать двое детей. Время «правления» лучше установить с помощью песочных часов.

Два барана (для детей с 5 лет)

Цель: снижение агрессии, упрямства, ослабление негативных эмоций

«Рано-рано два барана повстречались на мосту». Игроки разбиваются на пары. Широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места. Кто сдвинулся - проиграл. Можно издавать звуки «Бе». Следите, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

Ругаемся овощами (для детей с 5 лет)

Цель: снижение вербальной агрессии, ослабление негативных эмоций

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а овощами: «Ты – огурец», «А ты – редиска», «Ты – морковка», «А ты – тыква» и т.д.

Подушечные бои (для детей с 5 лет)

Цель: снижение агрессии, ослабление негативных эмоций

Для игры необходимы маленькие подушки. Играющие кидают друг в друга подушками, издавая победные кличи, колотят друг друга ими, стараясь попадать по различным частям тела. Сюжетом игры может быть «Сражение двух племен» или «Вот тебе за...». Игры начинает взрослый, как бы давая разрешение на подобные действия, снимая запрет на агрессию.

Страшные маски (для детей с 6 лет)

Цель:  коррекция страхов

Минимальное количество участников – 2, но чем больше, тем интереснее и полезнее игра. Необходимы краски и бумага, липкая лента. На бумаге рисуются страшные маски, затем каждый участник примеряет себе любую, остается в ней какое-то время, можно потанцевать «дикие» танцы, побегать, погоняться друг за другом. Затем происходит ритуал снятия масок, все берутся за руки, улыбаются друг другу, можно плавно потанцевать.

Сказка о страхе

Цель: коррекция страхов.

Приготовить бумагу и карандаши. Психолог рассказывает сказку: «Жил – был Страх. Все его боялись, и никто не хотел с ним играть. Грустно и скучно стало страху одному, и решил он пойти поискать себе друзей, но никого не нашел, потому что все его боялись и прятались от него…». Давайте нарисуем Страх. Какой он?

Дети рисуют Страх, показывают его друг другу и рассказывают о нем.

Рыбаки и рыбка (для детей с 6 лет)

Чем больше участников, тем игра интереснее и полезнее, но не менее 6. Два участника – рыбки. Остальные встают парами лицом друг к другу в две линии, берут друг друга за руки – это сеть. Рыбка хочет выбраться из сети, она знает, что это опасно, но впереди ее ждет свобода. Она должна проползти на животе под сцепленными руками, которые при этом усердно задевают ее по спине, слегка постукивают по ней, щекочут. Выползая из сети, рыбка ждет свою подругу, ползущую за ней, они берутся за руки и становятся сетью. Процесс смены ролей повторяется 2 – 3 раза.

Предупреждение: Движения сети должны быть в меру агрессивными.

Жужа (для детей с 6 лет)

Цель: снижение агрессии, ослабление негативных эмоций

«Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее, щекочут. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за «обидчиками» вокруг стула, стараясь отхлестать их полотенцем по спинам. Взрослый следит за формой выражения «дразнилок». Они не должны быть обидными и болезненными.

"Разговор с руками" (Шевцова И.В.)

Цель: научить детей контролировать свои действия, коррекция агрессии.

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки — нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики.

После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: "Кто вы, как вас зовут?", "Что вы любите делать?", "Чего не любите?", "Какие вы?". Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина.

Закончить игру нужно "заключением договора" между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение дня или 2-3 дней они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать. Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.