

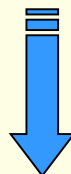
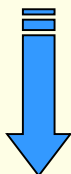
Детская агрессивность

Консультация для родителей



Агрессивность

- это свойство личности,
выражающееся в готовности к агрессии



доброкачественная

- проявляется в момент опасности и носит защитный характер. Как только опасность исчезает, агрессия исчезает.

злокачественная

- представляет собой жестокость; бывает спонтанной и связана со структурой личности.

Слово «агрессия» в переводе с латинского языка означает «нападение», «приступ»

Агрессия - это активная форма выражения гнева, которая проявляется через причинение ущерба человеку или предмету.

А, как известно, гнев – это чувство вторичное. В его основе лежит боль, унижение, обида, страх, которые в свою очередь, возникают от неудовлетворения «базисной, фундаментальной человеческой потребности в любви и нужности другому человеку».

Агрессивное поведение детей

- это своеобразный сигнал SOS, крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми самостоятельно ребенок справиться не в силах.



Виды агрессии



Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица или объекта. Выражается в драках, в форме разрушительного отношения к вещам.

Вербальная агрессия –

выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание вербальных реакций (угроза, проклятие, ругань). За этой агрессией часто стоит неудовлетворенная потребность почувствовать себя сильным или выпряться за собственные обиды.



Аутоагрессия – проявляется в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений.

Прямая агрессия – непосредственно направленная против какого либо объекта или субъекта.



Косвенная агрессия – действия, которые окольным путем направлены на другое лицо (злые сплетни, шутки и т.п.), и действия, характеризующиеся ненаправленностью и неупорядоченностью (взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топании ногами, битье кулаками по столу и т.п.).



Пассивная агрессия –

это скрытый способ действовать против других людей или манипулировать ими, чтобы добиться своего. Пассивная агрессия иррациональна и нелогична. Она в основном подсознательна, а подсознание редко ориентируется на внешний мир или руководствуется логическим мышлением. Человек ведет себя прямо противоположно тому, что от него ожидают. Цель пассивной агрессии – расстроить вывести из равновесия окружающих людей (считается нормой в подростковом возрасте).



Враждебная агрессия –

выражается в действиях, целью которых является причинение вреда объекту агрессии.

Инструментальная агрессия

– является средством достижения какой – либо цели.



Что такое гнев?



**- это чувство сильного негодования,
- которое сопровождается потерей контроля
над собой.**

**Термин «Гнев», употребляемый на Руси начиная с XI
века, произошел от слова «гной».**

Позднее у слова «гнев» появился синоним – «ярость».

Чаще всего гнев у дошкольника не появляется внезапно, и наблюдательная мама или опытный специалист могут увидеть так называемые предвестники вспышки ярости (у разных детей это могут быть разные проявления, например, покусывание нижней губы).



Проявление гнева имеет три стадии:



ЗАРОЖДЕНИЕ. Если удастся распознать признаки зарождения гнева, - в этой ситуации еще есть вероятность избежать яркой вспышки ярости.

На первой стадии можно переключить ребенка на другой вид деятельности, сместить его гнев на неопасные объекты.

ВСПЫШКА. На стадии вспышки (которую уже заметят все и, скорее всего, будут пытаться применять меры). Утешение и наказание на данной стадии не принесут пользы взрослому или утешения ребенку. В случае, если вспышка гнева уже произошла, дайте ребенку немного времени, затем мягко попытайтесь утешить его и предложить свою помощь. Не запугивайте, не читайте нотаций, не кричите – ребенок сейчас вас не слышит! Попытайтесь поговорить с ребенком можно и нужно тогда, когда закончится третья стадия.



УГАСАНИЕ. Дошкольник успокоится и будет готов к конструктивному разговору. Необходимо поговорить, почему возникла проблема и можно ли было избежать случившегося. Попытайтесь проанализировать ситуацию.

Как выражается гнев?



Мимическое выражение гнева:



Характерные сокращения лобных мышц и бровей - брови опущены и сведены, кожа лба стянута и образует на переносице или прямо над ней небольшое утолщение (у взрослого человека между бровями пролегают глубокие вертикальные морщины).



Изменение в области глаз - глаза сужаются и приобретают угловатую, заостренную форму, утрачивают мягкость, которая присуща округлой форме. Взгляд фиксирован на источнике раздражения, и это важно, так как указывает, куда будет направлена агрессия. Взрослея, человек может научиться отводить взгляд, чтобы скрыть выражение гнева.



Рот - рот распрямляется, приобретает прямоугольную форму, губы сжимаются, превращаясь в две тонкие параллельные линии, при этом они могут слегка выпячиваться; углы рта становятся резко очерченными. Часто человек стискивает зубы и сжимает плотно губы. Это является результатом социализации. Оскаленные зубы прячутся пот плотно сжатыми губами.

Поза.

Общее напряжение тела как бы демонстрирует готовность к нападению. Мышцы шеи и спины напрягаются, голова немного опущена (взгляд «исподлобья»), плечи тоже напряжены и слегка приподняты, руки сжимаются в кулаки, ноги напрягаются и немного сгибаются в коленях, туловище слегка наклонено вперед или направленно в сторону раздражителя.



Жесты.

Сжимание, разжимание кулаков, держание в руках различных предметов и манипулирование ими, как бы подготовка к удару, угрожающие движения руками (замахивание, показывание кулаков, фиг и др.).

Вербальное выражение гнева

Это выражение негативных чувств как через форму (ссора, визг, крик), так и через содержание (угроза, проклятие, ругань).

Наиболее информативным является не столько содержание речи, сколько ее эмоциональная окраска.



Какие ситуации чаще всего вызывают у детей гнев:

- Уход матери или близкого взрослого;
- Желание иметь что-то, чем обладает сверстник;
- Желание иметь что-то чем обладает взрослый;
- Желание иметь что-то, что нельзя взять;
- Сложная в использовании игрушка, поломка игрушки;
- Внимание близкого обращено на другого ребенка;
- Другой ребенок забирает игрушку, нападает, дразнится, прячет игрушку;
- Сверстники не принимают в игру;
- Неуспешность на занятиях;
- Взрослый забирает игрушку, ругает.
- Физическое наказание;
- Наличие препятствия.





Портрет агрессивного ребенка.

Почти в каждой группе детского сада встречается хотя бы один ребенок с признаками агрессивного поведения. Он нападает на остальных детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения, одним словом, становится «грозой» всего детского коллектива, источником огорчений воспитателей и родителей. Этого ершистого, драчливого, грубого ребенка очень трудно принять таким, какой он есть.

Однако агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия – это прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.

Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Безучастность и нетерпимость к нему родителей вселяет в душу ребенка уверенность, что его не любят.

«Как стать любимым и нужным» - неразрешимая проблема, стоящая перед маленьким человечком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. К сожалению, эти поиски не всегда заканчиваются так, как хотелось бы нам и ребенку, но как сделать лучше он не знает.



Агрессивный ребенок, используя любую возможность, стремится разозлить родителей, воспитателя, сверстников. Он не успокаивается до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку.

Родителям и педагогам не всегда понятно, чего добивается ребенок и почему он ведет себя так, хотя заранее знает, что со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых – наказание. В действительности это порой лишь отчаянная попытка завоевать свое «место под солнцем».

Ребенок не имеет представления, как другим способом можно бороться за выживание в этом мире, как защитить себя.



Агрессивные дети очень часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других.


Такие дети часто не могут 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.

Эмоциональный мир агрессивных детей недостаточно богат, в палитре их чувств преобладают мрачные тона, количество реакций даже на стандартные ситуации очень ограничено. Чаще всего это защитные реакции. К тому же дети не могут посмотреть на себя со стороны и адекватно оценить свое поведение.

Критерии агрессивности.

Анкета.

Поставьте любой знак в графе «часто» или «редко» напротив каждого высказывания.



Ребенок	Часто	Редко
1. Спорит, ругается со взрослыми.		
2. Теряет контроль над собой.		
3. Винит других в своих ошибках.		
4. Завистлив, мстителен.		
5. Сердится и отказывается что-либо сделать.		
6. Специально раздражает людей.		
7. Отказывается подчиняться правилам.		
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей, взрослых), которые нередко раздражают их.		

Сосчитайте количество ответов «да».

Если 4 из 8 критериев часто проявляются у ребенка в течение не менее 6 месяцев, то можно предположить, что ребенок является агрессивным.



АНКЕТА «ПРИЗНАКИ АГРЕССИВНОСТИ»

Ответьте, пожалуйста, на каждое утверждение « да » или « нет ».

Ребенок	ДА	НЕТ
1. Злой дух временами вселяется в него		
2. Он не может промолчать, когда чем-то недоволен		
3. Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отплатить ему тем же.		
4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.		
5. Иногда он так настаивает на чем-либо, что окружающие теряют терпение.		
6. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки.		
7. Он не прочь подразнить животных.		
8. Он сердится, если ему кажется, что кто-то подшучивает над ним.		
9. Кажется, что иногда у него вспыхивает желание сделать плохое, шокирующее окружающих.		
10. В ответ на обычные распоряжения стремится все сделать наоборот.		
11. Часто не по возрасту ворчлив.		
12. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.		
13. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.		
14. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, поиски виноватых.		
15. Легко ссорится, вступает в драку.		
16. Старается общаться с младшими и физически более слабыми.		
17. У него нередки периоды мрачной раздражительности.		
18. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.		
19. Уверен, что любое задание выполнит лучше других		

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.

Подсчитайте, сколько утверждений, по вашему мнению, относится к ребенку.

Высокая агрессивность — 15—19 баллов

Средняя — 7—14 баллов.

Низкая — 1—6 баллов.



Причины агрессивности

1. «Семейные» причины:

- НЕПРИЯТИЕ ДЕТЕЙ РОДИТЕЛЯМИ;
- БЕЗРАЗЛИЧИЕ ИЛИ ВРАЖДЕБНОСТЬ СО СТОРОНЫ РОДИТЕЛЕЙ;
- РАЗРУШЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СВЯЗЕЙ В СЕМЬЕ;
- НЕУВАЖЕНИЕ К ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА;
- ЧРЕЗМЕРНЫЙ КОНТРОЛЬ ИЛИ ПОЛНОЕ ОТСУТСТВИЕ ЕГО;
- ИЗБЫТОК ИЛИ НЕДОСТАТОК ВНИМАНИЯ СО СТОРОНЫ РОДИТЕЛЕЙ;
- ЗАПРЕТ НА ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ;
- ОТКАЗ В ПРАВЕ НА ЛИЧНУЮ СВОБОДУ;



2. «Личные» причины:

- ПОДСОЗНАТЕЛЬНОЕ ОЖИДАНИЕ ОПАСНОСТИ;
- НЕУВЕРЕННОСТЬ В СОБСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ;
- ЛИЧНЫЙ ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ ОПЫТ;
- ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НЕСТАБИЛЬНОСТЬ;
- НЕДОВОЛЬСТВО СОБОЙ;
- ПОВЫШЕННАЯ РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ;
- ЧУВСТВО ВИНЫ;



3. Ситуативные причины:

- ПЛОХОЕ САМОЧУВСТВИЕ, ПЕРЕУТОМЛЕНИЕ;
- ВЛИЯНИЕ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ;
- ВЛИЯНИЕ ШУМА, ВИБРАЦИИ, ТЕСНОТЫ, ТЕМПЕРАТУРЫ ВОЗДУХА.



Причины агрессивности

✱ **Постоянное агрессивное поведение родителей, которым подражает ребенок и «заражается» их агрессивностью. Это обусловлено тем, что система эмоционально регуляции ребенка строится по типу эмоциональной саморегуляции родителей.**



✱ **Проявление нелюбви к ребенку, формирование у него ощущения незащитности, опасности и враждебности окружающего мира.**

✱ **Длительные и частые фрустрации (психическое состояние, вызванное неуспехом в удовлетворении потребности), источником которых являются родители или какие – либо обстоятельства.**



✱ **Унижения, оскорбления ребенка со стороны родителей**

✱ **Боязнь быть обиженными, травмированными, подвергнуться нападению, получить повреждения. Чем сильнее агрессия, тем сильнее стоящий за ней страх.**



✱ **Пережитая обида, или душевная травма, или само нападение.**

Способность ребенка справляться со своей агрессивией определяет его будущее благополучие и развитие его индивидуальных и социальных качеств.

Стили родительского воспитания (в ответ на агрессивные действия ребенка)



Стратегия воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребенка.	«Прекрати!», «Не смей так говорить». Родители наказывают ребенка.	<u>Агрессивный.</u> (ребенок может прекратить сейчас, но выплеснет свои эмоции в другое время и в другом месте).	Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения.
Игнорирование агрессивных вспышек ребенка.	Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают, что ребенок еще мал.	<u>Агрессивный.</u> (Ребенок продолжает действовать агрессивно).	Ребенок думает, что делает все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются в черту характера.
Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим.	Если родители видят, что ребенок разгневан, они могут вовлечь его в игру, которая снимет его гнев. Родители объясняют ребенку как надо вести себя в определенных ситуациях.	Скорее всего ребенок научится управлять своим гневом.	Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих тактичных родителей.



Агрессия - норма жизни?

Вряд ли найдется кто-то, кроме Махатмы Ганди и позднего Льва Толстого, кто был бы абсолютно согласен с идеей непротивления злу насилию. Агрессия как защитная реакция в наши дни и в нашей реальности совершенно нормальное явление. Лишенному здоровой агрессивности ребенку приходится трудно. Если в детском саду от нападков агрессивных детей его еще защитит воспитатель, то в школе он рискует стать "козлом отпущения". Абсолютное отсутствие агрессивности так же отрицательно сказывается на развитии ребенка и становлении его характера, как и чрезмерная агрессивность. Полное отсутствие агрессивности нередко является причиной пассивного поведения ребенка. Лишенные здоровой агрессивности дети не стремятся к лидерству, предпочитая быть ведомыми, и всегда подчиняются мнению большинства или мнению авторитетной для них личности.



Агрессивность деструктивная, при которой разрушительные тенденции в поведении постоянны и целенаправленны, приближается к патологии. Повышенная агрессивность может превратить ребенка в конфликтное существо, неспособное к нормальному общению со сверстниками и взрослыми.

Но агрессия может быть вполне здоровой. Агрессивные тенденции заложены в самой человеческой природе. Так называемую "ситуативную" агрессию может проявить любой человек, даже самый неагрессивный. Агрессия как ответное действие в момент опасности, как защита от внешней агрессии, как средство самозащиты - явление совершенно нормальное и здоровое. Некоторая степень агрессивности должна присутствовать в характере "сильной" личности. Если ваш ребенок проигрывает сцены из боевика, беря на себя роль супермена, который защищает и отстаивает справедливость, это вдвойне полезно: в такой игре "выпускается пар" и формируются морально-нравственные установки. Как тут не вспомнить народную мудрость: "добро должно быть с кулаками". Важно не переступить границу, чтобы нормальная агрессивность не переросла в чрезмерную. Поэтому позитивное или негативное отношение взрослых к агрессивным проявлениям ребенка должно зависеть от его возраста и от конкретной ситуации.



Ситуативная агрессия.

Любой человек, независимо от возраста, имеет право на здоровую, ситуативную агрессию, которая возникает в силу определенных жизненных обстоятельств.

Рассмотрим несколько примеров.



Самозащита без оружия...

В старшей группе детского сада появился новый мальчик Ваня. Он сразу же начал приставать к другим детям. Однажды он выбрал наиболее спокойного мальчика и ударил его. Ребенок, не привыкший к такому поведению, заплакал от боли и сказал: "Драться нельзя!", и получил в ответ новый удар. Тогда тихий, спокойный Антоша на минутку "забыл", что драться плохо, и от души залепил вредному Ване кулаком в глаз. Спрашивается: а не мог ли он обойтись без физической агрессии? Конечно, нет! В данном случае действия Антоша были совершенно нормальным проявлением самозащиты. Ведь он убедился в том, что слов Ваня не понимает.



Даем отпор агрессору

Все мы противники драки, но если вы пойдете поздним вечером по улице и увидите, что хулиганы избивают прохожего, вряд ли вы осудите атлетического вида мужчину, который вмешается и обратит хулиганов в бегство, расквасив одному из них нос.

Другой великолепный пример здоровой, нормальной агрессивности продемонстрирован в мультфильме про кота Леопольда. Миротворительный кот предлагает постоянно досаждающим ему мышам "жить дружно". Но мыши продолжают вредить. Совершенно отчаявшийся кот принимает чудесное лекарство под названием "озверин", и наконец-то дает достойный отпор хулиганам. Мыши, которые раньше абсолютно не внимали добрым, спокойным словам, дают обещание впредь и навсегда "жить дружно". Вывод - бороться с агрессором нужно и можно.



Агрессивность как следствие разочарования...

Жизнь малыша в возрасте от двух до восьми лет не только прекрасна и богата открытиями, но и полна разочарований. И если взрослые умеют справляться с разочарованиями, то нельзя сказать, что это так же легко дается детям.

Один чудесный шестилетний мальчик вдруг стал разбрасывать игрушки, чего никогда раньше не делал, и вообще стал действовать по принципу "чем хуже, тем лучше". Нотации и поучения отца он выслушивал молча, как нечто неизбежное, всем своим видом выражая мрачное упорство. Наказания не действовали. В ответ на просьбу мамы объяснить, как случилось, что такой хороший мальчик вдруг превратился в непослушного ребенка, тот неожиданно спросил: "Мама, а почему папа все время врет?" Оказалось, что вечно занятый на работе отец постоянно давал обещания сыну: что поедет с ним в парк аттракционов, или пойдет погулять на детскую площадку, или купит ему большую коробку красок. Но обещаний своих он не сдерживал: то поздно приходил с работы, а то попросту забывал, не считая их чем-то важным. Мальчик ужасно переживал. Его даже не утешали поездки с матерью туда, куда его обещал свозить отец.

Дети - максималисты, они не признают полутонов, для них существует только черное и белое. Поэтому человек, который не выполняет своих обещаний, для них - лжец. Ведь именно этому его учат сами родители. Кроме того, невнимание родителей к чувствам и переживаниям ребенка воспринимается им еще и как отрицание его собственной значимости. Подобные переживания могут показаться взрослому незначительными, но для ребенка они - настоящая эмоциональная катастрофа: он сталкивается с отрицательными ощущениями такой силы, что просто не в состоянии с ними справиться. И тогда решение проблемы переносится в физическую агрессию, особенно если способность к иному самовыражению у ребенка ограничена.



Что делать родителям, если их "выводят из себя"?



Конечно, бывают такие моменты, когда мама «взрывается», это естественно, мама не машина, которую можно запрограммировать.

Что же делать в таких случаях?

Лучший способ – это сказать ребенку о своем состоянии, причем не обвинять его, а говорить только о себе, своих чувствах и его поведении.

НЕПРАВИЛЬНО БУДЕТ: «Ах ты гадкий противный мальчишка! Ты меня постоянно доводишь до белого каления...»

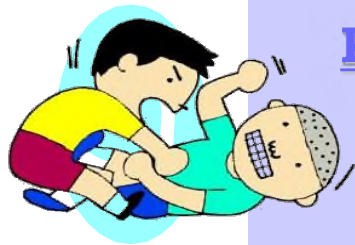
ПРАВИЛЬНО БУДЕТ ТАК: «Я очень рассердилась, я устала, твое (проговаривается поведение ребенка) вызывает во мне чувства (проговариваются чувства мамы), мне это (проговаривается отношение мамы), я хочу, чтобы (проговаривается желаемые отношения, поведение ребенка)».

НАПРИМЕР: «Я очень рассердилась и устала, твои драки вызывают во мне чувства обиды, злости и стыда, мне это не нравится, мне больно слушать жалобы других, я хочу, чтобы ты не дрался.

На первый взгляд это кажется достаточно сложным. Но вас это не должно пугать. Нужно немного потренироваться, и вы почувствуете, насколько изменяются ваши отношения с ребенком: не доводя дело до физического наказания и обзываний, вы не будете мучиться чувством вины перед ребенком за свое поведение, а следовательно, не станет поводов для непоследовательного воспитания.

Кроме того, вы демонстрируете ребенку не агрессивное поведение, а способ выражения своего гнева в социально приемлемой форме, чему он у вас и будет учиться.





Как избежать формирования у ребенка

агрессивного поведения.

Рекомендации родителям.



- ✦ Будьте последовательны в воспитании ребенка;
- ✦ Старайтесь быть внимательными к нуждам ребенка;
- ✦ Старайтесь вводить меньше запретов и не повышать голоса на ребенка, помните, что это самые неэффективные способы преодоления агрессивности;
- ✦ Все вводимые вами запреты должны высказываться в тактичной форме;
- ✦ Давайте возможность ребенку выплескивать свой гнев, смещайте его на другие объекты;
- ✦ Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения;
- ✦ Старайтесь избегать при ребенке вспышек вашего собственного гнева;
- ✦ Если вы все же в гневе – старайтесь не прикасаться к ребенку, лучше уйти в другую комнату;
- ✦ Наказывайте ребенка только за конкретные поступки, наказания не должны унижать ребенка;
- ✦ Не стесняйтесь лишний раз пожалеть, приласкать ребенка, он должен чувствовать, что вы его любите и принимаете его.





Как нужно вести себя родителям в случае проявления их детьми агрессивного поведения или чтобы подобное нежелательное поведение предотвратить.

1. Во-первых, требуется проявление со стороны родителей безусловной любви к ребенку в любой ситуации. Нельзя допускать высказываний, наподобие следующих: "если ты себя так поведешь..., то мама с папой тебя больше любить не будут!". Нельзя оскорблять ребенка, обзывать его. Проявлять недовольство надо именно действием, поступком, принимая личность ребенка в целом.



Если ребенок просит вас поиграть с ним, уделить ему внимание, а вы в данный момент не можете этого сделать, то не отмахивайтесь от малыша, тем более, не раздражайтесь на него за назойливость. Лучше покажите ему, что вы понимаете его просьбу и объясните, почему в данный момент вы ее выполнить не можете: "Ты хочешь, чтобы я почитала тебе книжку? Малыш, мама тебя очень сильно любит, но я так устала на работе. Пожалуйста, поиграй сегодня один".

И еще один важный момент - не надо откупаться от ребенка дорогими игрушками, подарками и т.п. Для него гораздо важнее и нужнее ваше непосредственное внимание.

2. Родители, если не хотят, чтобы их дети были драчунами и забияками, сами должны контролировать собственные агрессивные импульсы. Надо всегда помнить, что дети учатся приемам социального взаимодействия, прежде всего, путем наблюдения за поведением окружающих людей (в первую очередь, родителей).

3. Как уже упоминалось в начале работы, ни в коем случае нельзя подавлять проявление агрессии ребенком, иначе подавленные агрессивные импульсы могут нанести серьезный вред его здоровью. Научите его выражать свои враждебные чувства социально приемлемым способом: словом или в рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих, в спорте.

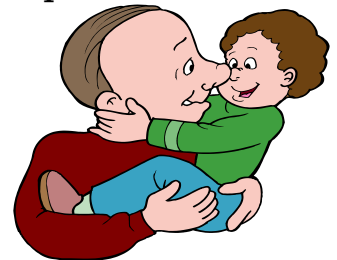


Как нужно вести себя родителям в случае проявления их детьми агрессивного поведения или чтобы подобное нежелательное поведение предотвратить.

Перевод чувств ребенка из действия в слова позволит ему узнать то, что о них можно говорить, а не обязательно сразу давать в глаз. Также ребенок постепенно освоит язык своих чувств и ему проще будет вам сказать, что он обижен, расстроен, зол и т.д., а не пытаться привлечь ваше внимание своим "ужасным" поведением.

Единственно, чем при этом нельзя злоупотреблять, так это уверенностью в том, что взрослый человек лучше знает, что испытывает маленький. Взрослый может лишь предполагать, основываясь на своем опыте, на самонаблюдении, на наблюдении над окружающими, что означает поведение ребенка. Ребенок должен быть активным рассказчиком о своем внутреннем мире, взрослый лишь задает такую возможность и предоставляет средства.


4. Если ребенок капризничает, злится, кричит, бросается на вас с кулаками - обнимите его, прижмите к себе. Постепенно он успокоится, придет в себя. Со временем ему будет требоваться все меньше времени, чтобы уговориться.



Кроме того, такие объятия выполняют несколько важных функций: для ребенка это означает, что вы способны выдержать его агрессию, а, следовательно, его агрессия может быть сдержана и он не разрушит то, что любит; ребенок постепенно усваивает сдерживающую способность и может сделать ее внутренней и таким образом контролировать свою агрессию сам.

Позже, когда он успокоится, вы можете поговорить с ним о его чувствах. Но ни в коем случае не стоит читать нравоучения при таком разговоре, просто дайте понять, что готовы его выслушать, когда ему плохо.





Как нужно вести себя родителям в случае проявления их детьми агрессивного поведения или чтобы подобное нежелательное поведение предотвратить.

5. Уважайте личность в вашем ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства. Предоставляйте ребенку достаточную свободу и независимость, за которую ребенок будет сам нести ответственность. В тоже время покажите ему, что в случае необходимости, если он сам попросит, готовы дать совет или оказать помощь. У ребенка должна быть своя территория, своя какая-то сторона жизни, вход на которую взрослым позволен только с его согласия.

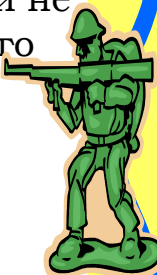
Ошибочным считается мнение некоторых родителей, что "у их детей от них не должно быть никаких секретов". Не допустимо рыться в его вещах, читать письма, подслушивать телефонные разговоры, шпионить! Если ребенок вам доверяет, видит в вас старшего друга и товарища, он сам вам обо всем расскажет, попросит совета, если сочтет необходимым.

6. Покажите ребенку конечную неэффективность агрессивного поведения. Объясните ему, что даже если в начале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у другого ребенка понравившуюся игрушку, то впоследствии с ним никто из детей не захочет играть, и он останется в гордом одиночестве. Вряд ли его прельстит такая перспектива. Расскажите также о таких негативных последствиях агрессивного поведения как неотвратимость наказания, возвращение зла и др.

Если вы видите, как ваш ребенок, еще не начавший ходить в школу, ударил другого, сначала подойдите к его жертве. Поднимите обиженного ребенка и скажите: "Максим не хотел обидеть тебя". Затем обнимите его, поцелуйте и проводите из комнаты.

Таким образом, вы лишаете внимания своего ребенка, перенося это на товарища по играм. Внезапно ваш ребенок замечает, что веселье кончилось, и он остался в одиночестве. Обычно требует повторить это 2-3 раза - и драчун поймет, что агрессивность не в его интересах.

7. Необходимо устанавливать социальные правила поведения в доступной для ребенка форме. Например, "мы никого не бьем, и нас никто не бьет". Для детей в возрасте четырех лет и старше требования могут быть более подробными. Можете заявить: "В нашем доме существует правило: если тебе нужна игрушка, а ею играет другой ребенок и не дает ее тебе, подожди".



Как нужно вести себя родителям в случае проявления их детьми агрессивного поведения или чтобы подобное нежелательное поведение предотвратить.

8. Не забывайте хвалить ребенка за старательность. Когда дети реагируют должным образом, сделайте все, чтобы закрепить эти усилия. Скажите им: "Мне нравится, как ты поступил". Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими.

Не стоит говорить: "Хороший мальчик" или: "Хорошая девочка". Дети часто не обращают на это внимания. Лучше сказать: "Ты доставил мне огромное удовольствие, когда поделился со своим младшим братом, вместо того чтобы драться с ним. Теперь я знаю, что могу доверить тебе уход за ним". Такая похвала имеет большое значение для детей. Она позволяет им почувствовать, что они могут произвести хорошее впечатление.

9. Беседовать с ребенком о его поступке надо без свидетелей (родственников, других детей и др.). В беседе стараться использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.).

10. Надо исключить ситуации, провоцирующие негативное поведение ребенка.

11. В борьбе с агрессией можно прибегнуть к помощи сказкотерапии. Когда маленький ребенок начинает проявлять признаки агрессивности, сочините вместе с ним рассказ, в котором этот ребенок будет главным героем. Используя картинки, вырезанные из журналов, или фотографии самого ребенка, создайте ситуации, в которых ребенок ведет себя достойно и заслуживает похвалу. Поговорите с ним в тот момент, когда ребенок спокоен, не нервничает. Когда у ребенка эмоциональный кризис, успокоить его нелегко.

12. Надо предоставлять возможность ребенку получить эмоциональную разрядку в игре, спорте и т.д. Можно завести специальную "сердитую подушку" для снятия стресса. Если ребенок чувствует раздражение, он может поколотить эту подушку.



Как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессивность

Экстренное вмешательство при агрессивных проявлениях.

В ряде случаев при проявлениях детской агрессии требуется срочное вмешательство взрослых. Экстренное вмешательство нацелено на уменьшение или избегание агрессивного поведения в напряженных, конфликтных ситуациях.

Следующие правила экстренного вмешательства позволят в конфликтной ситуации обеспечить позитивное разрешение конфликтов.

❖ 1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

В тех случаях, когда агрессия детей 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, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня");
- позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты устал").

Так как агрессия естественна для людей, то адекватная и неопасная агрессивная реакция часто не требует вмешательства со стороны. Дети нередко используют агрессию просто для привлечения к ним внимания. Если ребенок проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.



Как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессивность

❖2. 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. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест, и уводят от решения проблемы.

Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло "здесь и сейчас", не припоминая прошлых поступков. Иначе у ребенка возникнет чувство обиды, и он будет не в состоянии критично оценить свое поведение. Вместо распространенного, но неэффективного "чтения морали", лучше показать ему негативные последствия его поведения, убедительно продемонстрировав, что агрессия больше всего вредит ему самому. Очень важно также указать на возможные конструктивные способы поведения в конфликтной ситуации.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие приемы:

- констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");
- констатирующий вопрос ("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. Последняя касается только конкретного проступка, ребенок должен понять, что родители любят его, но против того, как он себя ведет.

Как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессивность

3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Родителям и специалистам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми. Когда ребенок или демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции - раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослым нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний, понять характер, силу и длительность возобладовавших над ними чувств.



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.

4. Обсуждение проступка.

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. 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.



Как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессивность

5. 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 ("Учитель здесь пока еще я", "Будет так, как я скажу");
 - крик, негодование;
 - 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.

Некоторые из этих реакций могут остановить ребенка на короткое время, но возможный отрицательный эффект от такого поведения взрослого приносит куда больше вреда, чем само агрессивное поведение.



Как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессивность

6. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Дети стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично минимизировать вину ребенка ("Ты не важно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребенку компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении (то есть на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.



Как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессивность



7. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитания "контролируемой агрессии" у ребенка - демонстрация моделей неагрессивного поведения.

При проявлениях агрессии обе стороны теряют самообладание, возникает дилемма - бороться за свою власть или разрешить ситуацию мирным способом. Взрослым нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- нерефлексивное слушание (**нерефлексивное слушание** - это слушание без анализа (рефлексии), дающее возможность собеседнику высказаться. Оно состоит в умении внимательно молчать. Здесь важны оба слова. Молчать - так как собеседнику хочется, чтобы его услышали, и меньше всего интересуют наши замечания; внимательно - иначе человек обидится и общение прервется или превратится в конфликт. Все, что нужно делать - поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился.);
- пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- внушение спокойствия невербальными средствами;
- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- использование юмора;
- признание чувств ребенка.

Дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие - искренность взрослого, соответствие его невербальных реакций словам.

Шесть рецептов избавления от гнева (для родителей).

Содержание

Рецепт №1

Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно.



Рецепт №2

Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса и вас легко вывести из равновесия.



Рецепт № 3.

В те минуты, когда вы расстроены или разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить.



Пути выполнения

- ❖ Слушайте своего ребенка.
- ❖ Проводите с ним как можно больше времени.
- ❖ Делитесь с ним своим опытом.
- ❖ Рассказывайте ему о своем детстве, детских поступках, победах и неудачах.
- ❖ Если в семье несколько детей, постарайтесь общаться не только со всеми вместе. Но и уделяйте свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности.



- ❖ Отложите или отмените вовсе совместные дела с ребенком (если это, конечно, возможно).
- ❖ Старайтесь не прикасаться к ребенку в минуты раздражения.



- ❖ Примите теплую ванну, душ.
- ❖ Выпейте чаю.
- ❖ Позвоните друзьям.
- ❖ Сделайте успокаивающую маску для лица.
- ❖ Просто расслабьтесь, лежа на диване.
- ❖ Послушайте любимую музыку.



Шесть рецептов избавления от гнева.

Содержание

Рецепт №4

Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии.



Рецепт №5

Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев.



Рецепт № 6.

К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь предусмотреть всевозможные нюансы и подготовить ребенка к предстоящим событиям.



Пути выполнения

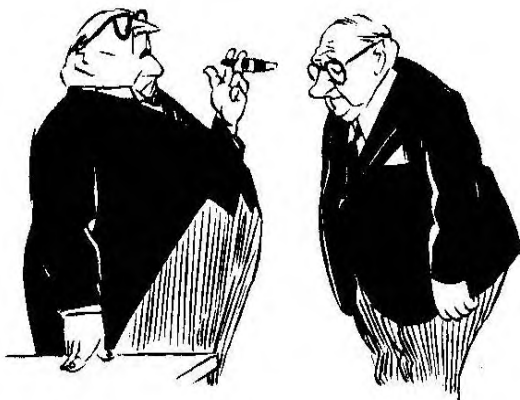
- ❖ Говорите детям прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях.
- ❖ «Я очень расстроена и хочу побыть одна. Поиграй, пожалуйста, в соседней комнате», или: «Дела на работе вывели меня из себя. Через несколько минут я успокоюсь, а сейчас, пожалуйста, не трогай меня».

- ❖ Не давайте ребенку играть с теми вещами и предметами, которыми вы очень дорожите.
- ❖ Не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать поступление собственного эмоционального срыва и не допускайте этого, управляя собой (например, подумать о чем-то приятном) и ситуацией.



- ❖ Изучайте силы и возможности вашего ребенка.
- ❖ Если вам предстоит сделать первый визит (в школу, к врачу и т.д.), отрепетируйте все загодя.
- ❖ Если ребенок капризничает в тот момент, когда он голоден, устал, продумайте, как накормить ребенка, как дать возможность ему отдохнуть во время длительной поездки.

1



2



3



4



5



Рисунки
Херлуфа
БИДСТРУПА
(Дания)

6



7





Литература:

1. Заостровцева М.Н., Перешеина Н.В. Агрессивное поведение. Коррекция поведения дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2006
2. Кэмпбелл Росс. Как справляться с гневом ребенка. – СПб.: «Мирт», 1997
3. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. Комплексная программа. – СПб.: «Речь», 2000
4. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых. – М.: «Генезис», 2000
5. Смиронова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. – Ростов н/Д: «Феникс», 2003
6. Чижова С.Ю., Калинина О.В. Детская агрессивность. 100 ответов на родительские «ПОЧЕМУ?». – Ярославль: «Академия развития», 2003
7. Шипицина Л.М. и др. Комплексное сопровождение детей дошкольного возраста. СПб.: «речь», 2003
8. Материалы психологического сайта «Адалин».