

Агрессивность детей

План:

1. Понятие агрессии (определение)
2. Формирование агрессивности как черты личности (факторы)
3. Преодоление и профилактика агрессивных тенденций (практикум)
4. Выводы и итоги

1. Понятие агрессии

Тема нашей встречи серьезна и трудна. Это тема связана с проявлениями жестокости и агрессии у детей. К сожалению, эти явления живут среди нас, взрослых, и среди наших детей. Что же это за явление и стоит ли о нем говорить? Давайте рассмотрим, что собой представляет агрессия и как мы, взрослые, можем помочь ее преодолеть.

Агрессия – это поведение, которое причиняет вред предмету или предметам, человеку или группе людей. Агрессия может проявляться физически (ударил) и вербально (словесное унижение, обзывание), а также существует аутоагрессия (самообвинение, самобичевание).

Существует агрессия *инструментальная*, к ней прибегают для достижения определенной цели. Она очень часто выражается у младших детей (я хочу забрать игрушку, предмет и т. д.). У старших, то есть у наших с вами детей, больше проявляется *враждебная* агрессия, направленная на то, чтобы причинить человеку боль.

Стойкая агрессивность некоторых детей проявляется в том, что они иначе, чем другие, понимают иногда поведение окружающих, интерпретируя его как враждебное.

Уровень агрессивности детей меняется в большей или меньшей степени в зависимости от ситуации, но иногда агрессивность принимает устойчивые формы. Причин для такого поведения много: положение ребенка в коллективе, отношение к нему сверстников и т.д.

2. Формирование агрессивности как черты личности

Причины появления агрессии у детей могут быть разными: это и соматические заболевания или заболевания головного мозга. Внешние факторы, такие как телевидение, Интернет, где культивируется агрессивное поведение.

Огромную роль играет воспитание в семье, в частности характер реакций родителей, которые они обычно применяют в ответ на непослушание своего ребенка, стиль воспитания.

Давайте попробуем разрешить следующие ситуации, как вы себя поведете?

1. Ребенок мучает кошку, испытывает при этом удовольствие.
2. Старший брат пинает, ругает младшего ребенка.

Стили родительского воспитания (в ответ на агрессивные действия ребенка) Стратегии воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребенка	«Прекрати!», «Не смей так говорить». Родители наказывают ребенка	Агрессивный (ребенок может прекратить сейчас, но выплеснет свои отрицательные 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	Агрессивный (ребенок продолжает действовать агрессивно)	Ребенок думает, что 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 родителей

Ругань – это проявление собственного бессилия перед ситуацией!

Первый вариант воспитания агрессивности: чрезмерно предупредительные родители. Постоянно добиваясь нужного результата с помощью агрессии, ребенок вырабатывает стереотип агрессивного поведения. При малейшем промедлении в выполнении его желаний он начинает кричать, топтать ногами и проявлять другие формы вербальной, экспрессивной и, вполне вероятно, физической агрессии. Такое поведение сначала формируется дома, затем оно переносится в общественную среду - детский сад, двор, дачу и пр. По мере взросления стереотип агрессивного поведения у такого ребенка перерастает в свойство личности, и это приносит немало хлопот и самому человеку, и всем окружающим.

Второй вариант воспитания агрессивности: родители эмоционально отвергают ребенка, относятся к нему пренебрежительно или негативно (на мальчиков особенно влияет отсутствие внимания матери). Это рождает страх, влекущий за собой агрессию. Появление агрессивности в этих случаях объясняется тем, что она приносит ребенку возможность какой-то эмоциональной разрядки и заставляет мать и/или других близких обратить на него внимание. Затем это по тому же механизму переносится в общественную среду.

Однако это крайние варианты, встречающиеся относительно нечасто: большая часть агрессивности детей развивается где-то между этими двумя противоположностями, приводящими к одинаковому исходу.

Семейная ситуация как причина детской агрессивности:

1) *Агрессивное поведение членов семьи в обыденных жизненных ситуациях*: крики, ругань, унижение друг друга, взаимные упреки и оскорбления. Психологи считают, что ребенок проявляет агрессивность в обыденной жизни в несколько раз чаще там, где агрессию взрослых он видел ежедневно, и где она стала нормой его жизни.

2) *Непоследовательность и несогласованность действий родителей в обучении детей правилам и нормам поведения*. Эта методика воспитания детей отвратительна тем, что у детей не формируется нравственный стержень поведения: сегодня родителям удобно говорить одно, и они навязывают эту линию поведения детям, завтра им удобно говорить другое, и это вновь навязывается детям. Это приводит к растерянности, озлоблению, агрессии против родителей и других людей.

Портрет агрессивного ребенка

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 ненужным. Он использует любую возможность, стремиться разозлить маму, учителя, сверстников; он не успокоится до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку.

Взрослым 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».

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

3. Преодоление и профилактика агрессивных тенденций

Попав в ситуацию, когда его потребности не удовлетворены, ребенок (как и взрослый) реагирует на нее отрицательными эмоциями. *Гнев – это причина ощущения боли, страха или обиды.*

Анкета для родителей

Теперь давайте попробуем определить уровень агрессивности у вашего ребенка. Сейчас необходимо обозначить подходят ли предложенные утверждения к вашему ребенку или нет. Если они подходят, то ответ «да», если нет – соответственно ответ «нет». Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.

Критерии агрессивности у ребенка

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

Высокая агрессивность – 15-20 баллов.

Средняя агрессивность – 7-14 баллов.

Низкая агрессивность – 1-6 баллов.

Однако злость, агрессия может выражаться в поведении, а может и не выражаться. Поскольку агрессия – это поведение, т.е. то, что мы можем контролировать и регулировать сознательно, значит, мы можем и не быть агрессивными.

Существует несколько принципов построения воспитания, которое поможет в работе по преодолению и профилактики агрессии.

1. Начинается все с безусловного принятия ребенка. Когда родитель дарит свою любовь просто так, за то, что ребенок есть, какой бы он не был. В любви нет условностей: «Если будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить», «Не жди от меня ничего хорошего, пока не перестанешь баловаться», «А за что тебя любить?» (после баловства).

Насколько вам удастся принимать вашего ребенка? Проследите: сколько раз вы обратились к нему с эмоционально положительными высказываниями (радостное приветствие, одобрение, поддержка) и сколько с отрицательными (упреком, замечанием, критикой)?

Простое упражнение:

Это упражнение позволит научиться дарить несколько минут радости ребенку ежедневно.

Закройте на минуту глаза и представьте себе, что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу). Как вы показываете, что рады ему, что он вам дорог и близок? А теперь представьте, что это ваш собственный ребенок: вот он приходит домой из школы, и вы показываете, что рады его видеть. Представили?

Обнимайте ребенка не менее 4 раз в день. Физические контакты просто необходимы для развития уверенности, ощущения защищенности.

2. Чтобы ребенок мог справляться со своими эмоциями, надо научить его осознавать свои чувства и выражать их. Принимайте как позитивные, так и негативные чувства ребенка, называйте их: «Я понимаю, что ты обижен (сердит, рад, счастлив, огорчен и т.п.). Конечно, то, что произошло (и здесь нужно описать событие, которое вызвало у ребенка данное чувство), может вызвать обиду (злость, радость, гордость, огорчение и т.п.).

Обращайте внимание ребенка на те чувства, которые испытываете вы сами, чтобы он видел, что в жизни каждого человека присутствует весь спектр чувств. Также вы можете обсуждать с ребенком эмоции и чувства героев книг, фильмов.

Все это развивает способность к сопереживанию. Существует две техники: «Активное слушание» (показать, что вам не безразличны переживания ребенка, при этом обозначить его чувства) и «Я – сообщение» (предложение строится исключительно от 1 лица в утвердительной форме, рассказывают о переживаниях говорящего).

АС

1. Сын возвращается из школы, в сердцах бросает портфель на пол и говорит: «Не пойду больше в эту дурацкую школу!»

/ты больше не хочешь ходить в школу. Ты очень огорчен./

2. Дочь говорит: «Не буду больше играть с Олей!»

/ не хочешь больше с ней дружить. Обиделась на нее./

Я-С

1. Вы который раз зовете дочь садиться за стол. Она отвечает: «Сейчас», - и продолжает заниматься своими делами. Вы начали сердиться. Ваши слова?

/Я начинаю сердиться, когда приходится повторять одно и то же./

2. У вас важный разговор с другом. Ребенок то и дело его прерывает. Ваши действия.

/Мне трудно беседовать, когда меня прерывают./

3. Снятие гнева и эмоционального напряжения

Прежде чем, мы будем говорить о приемлемых способах выражения гнева, хотелось бы, чтобы Вы обозначили, какие способы есть у Вас.

Способы выражения (выплескивания) злости

- ✓ Громко спеть любимую песню
- ✓ Пометать дротики в мишень
- ✓ Попрыгать на одной ноге
- ✓ Использовать стаканчик для криков, высказать все свои отрицательные эмоции
- ✓ Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом.
- ✓ Пускать мыльные пузыри
- ✓ Устроить бой с боксерской грушей или подушкой
- ✓ Пробежать по коридору школы, детского сада
- ✓ Полить цветы
- ✓ Быстрыми движениями руки стереть с доски
- ✓ Забить несколько гвоздей в мягкое бревно
- ✓ Погоняться за кошкой (собакой).
- ✓ Пробежать несколько кругов вокруг дома
- ✓ Передвинуть в квартире мебель (например, журнальный столик)
- ✓ Поиграть в настольный футбол (баскетбол, хоккей)
- ✓ Постирать белье
- ✓ Отжаться от пола максимальное количество раз или заняться другими физическими упражнениями
- ✓ Сломать несколько ненужных игрушек
- ✓ Устроить соревнование «Кто громче крикнет. Кто выше прыгнет. Кто быстрее пробежит»
- ✓ Стучать карандашом по парте
- ✓ Скомкать или помять несколько листов бумаги, а затем их выбросить
- ✓ Быстрыми движениями руки нарисовать обидчика, а затем замалевать его
- ✓ Слепить из бумаги фигуру обидчика и сломать ее.
- ✓ Помыть посуду
- ✓ Принять прохладный душ
- ✓ Послушать музыку

4. Выводы и итоги

Наша встреча подходит к концу, хочется, чтобы она оказалась для вас полезной, вызвала раздумья, желание построить взаимоотношения в своей семье по-иному.

В заключении хочется сказать, что все предлагаемые способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения. Внимание к ребенку, его нуждам, потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими – вот что помогает наладить взаимоотношения с ребенком.

Агрессия – не приговор, общими усилиями это поправимо!

С уважением, педагог-психолог Е.В. Жданова