



Агрессия детей.

Причины и предупреждение.



Психологический словарь

- Агрессия – это поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический или моральный ущерб людям, или вызывающий у них психологический дискомфорт.



MyShared

Гнев, злоба, агрессия - эмоции разрушения.

Причины агрессивности



Варианты детской агрессивности:

1. *Импульсивно-демонстративное.* Это дети, которые чаще всего используют агрессию как средство привлечения внимания. Добившись внимания, они успокаиваются и прекращают свои действия. Агрессия носит произвольный, непосредственный и импульсивный характер, отличается ситуативностью.

2. *Нормативно-инструментальная.* Это дети, которые используют агрессию в основном как норму поведения в общении со сверстниками. Агрессивные действия выступают как средство достижения какой-либо конкретной цели. Дети стремятся занять лидирующие позиции, подчиняя и подавляя других. У них часто встречается прямая физическая агрессия.

3. *Целенаправленно-враждебная.* Это дети, для которых нанесение вреда другому выступает как самоцель. Они испытывают удовольствие от самих действий, приносящих боль и унижение сверстникам. Большую часть составляет прямое физическое воздействие, отличается особой жестокостью и хладнокровием. Чувство вины и раскаяние отсутствуют. Нормы и правила открыто игнорируются.



Поведенческие признаки:

- ✓ **нежелание ходить в школу, стремление пропустить определённый день недели или урок;**
- ✓ **страх идти в школу или из школы;**
- ✓ **изменение привычной дороги в школу;**
- ✓ **стремление избежать окружающих и друзей;**
- ✓ **снижение успеваемости;**
- ✓ **забывание учебников и школьных принадлежностей;**
- ✓ **постоянная потеря денег;**
- ✓ **отказ рассказать, что происходит.**

Классификация видов агрессии



MyShared

Физические признаки:

- ✓ **наличие выдуманных болезней, частые жалобы на плохое самочувствие в классе;**
- ✓ **наличие необъяснимых ран и синяков;**
- ✓ **потерянные личные вещи;**
- ✓ **порванная одежда, испорченные школьные принадлежности.**

Правила родительского поведения, способствующие снижению детской агрессивности



Помните, что запреты и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Агрессивность вашего ребенка будет снята только тогда, когда будут поняты причины.

Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно. Слушайте своего ребенка. Проводите вместе 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. Уделяйте свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности.

Найдите оптимальный путь воспитания малыша, с которым согласны и папа, и мама, и все, кто участвует в воспитательном процессе. Будьте внимательны к чувствам и желаниям своего малыша.

Направьте его энергию в положительное русло, например в спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением, а также рисование или пение.

Подайте ребенку личный пример правильного поведения. не допускайте вспышек гнева или недружелюбные высказывания о друзьях или коллегах!

Будьте последовательны в воспитании ребенка. Если есть правила и режим, то они должны быть всегда. Пусть ваш ребенок всегда чувствует, что вы его любите. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть.

Пусть ребенок видит, что нужен и важен для вас!!!

Как помочь ребёнку избавиться от агрессии

Необходимо уменьшить влияние тех факторов, которые помогают проявлению и закреплению агрессивности:

- закрепляют агрессивные черты, превращая их в черты характера, силовые игры, вырабатывая поведение, основанное на «праве сильного»;
- источником агрессивности и закрепления ее как нормы жизни часто является телевидение, СМИ;
- невозможно придумать ничего более эффективного для развития и закрепления агрессивных черт характера, как наличие двойных стандартов (деспотизм и разговоры о равноправии).

Дети, агрессивность которых родители игнорировали или списывали на возраст, могут привыкнуть к власти, предоставляемой им агрессивным поведением. Они не могут принимать ответственность за поступки, обвиняя других.

Если ребенок выражает свое недовольство в неприемлемой форме – выслушайте его, не перебивая. А когда он «выпустит пар», спокойно разберитесь в ситуации, спровоцировавшей агрессию. И только потом, когда все успокоится, попросите ребенка не произносить то, что вам неприятно. И объяснить почему.





ПОМНИТЕ:

Агрессия

порождает агрессию!

Вмешательство в личную жизнь детей, а особенно подростков совершенно недопустимо. Чтобы научиться чему-либо, надо выстрадать свои знания. Свои ошибки мы бурно переживаем, поэтому и извлекаем из них уроки. Чужие ошибки осознаются разумом, но не чувствами.

Важно не забывать о том, что дети наблюдают за нами и учатся на нашем примере как можно справиться со своей агрессивностью. Необходимо нести ответственность за собственные проявления агрессии. Ситуации, в которых мы иногда «срываемся» и кричим на ребенка в жизни любого человека возможны, но по своей природе крайне деструктивны. Главное, чтобы такая реакция не превратилась в систему, и чтобы мы не забывали извиняться за свои срывы и крик.

Пока мы закрываем глаза на собственные агрессивные реакции, не принимаем ответственность за них и ищем виноватых, вместо того, чтобы искать причины, мы ничего не достигнем.

Если мы применяем двойные стандарты, то есть, разрешаем себе те реакции, которые запрещаем им, дети, разумные существа, перестают воспринимать всерьез наши назидательные беседы.

Если мы своим примером учим детей искать оправдания своему агрессивному поведению - мы прививаем им навык ухода от ответственности за собственное неправильное поведение!

В тех случаях, когда агрессия вызвана запретом или отказом что-нибудь приобрести или сделать, лучший способ - доверительная спокойная беседа с ребенком, даже самым маленьким. Иногда нужно дать ребенку время успокоиться, а потом уже с ним разговаривать.

Важно не пресечь проявления агрессивности, а помочь им перелиться в приемлемые формы (например: нарисовать свой гнев или вылепить его из пластилина).

Ребенок, который знаком не только с наказанием, но и в большей степени с поощрениями, с похвалой и одобрением своих поступков, гораздо реже будет проявлять агрессивность.



Агрессия в той или иной степени присуща каждому человеку, так как является инстинктивной формой поведения, основной целью которой является самозащита. Человек, в отличие от животных, с взрослением приучается трансформировать свои инстинктивные модели поведения в социально приемлемые способы реагирования. Люди, которые не научились контролировать свои сиюминутные импульсы, как правило, испытывают сложности при общении с людьми. Здесь важно сделать акцент на том, что **взрослым ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в детях**, так как агрессия - это необходимое и естественное для человека чувство. Запрет или силовое подавление агрессивных импульсов ребенка очень часто может привести к аутоагрессии (т.е. вред будет наноситься самому себе) или перейти в психосоматическое расстройство.

Родителям важно научить ребенка не подавлять, а контролировать свою агрессию; отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда.



Как нужно вести себя родителям, чтобы подобное нежелательно 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 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. 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. 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 стабилизировать свое эмоциональное состояние.

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.



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 жизнь, 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". Недопустимо 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. 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 огромную радость, когда поделился со своим младшим братом. Такая похвала имеет большое значение для детей. Она позволяет им почувствовать, что они могут произвести хорошее впечатление.

