

АГРЕССИВНЫЙ РЕБЕНОК: ЧТО С ЭТИМ ДЕЛАТЬ?

Агрессия – не всегда явление отрицательное.

Ведь она играет еще и защитную функцию – функцию самосохранения.

Поэтому не стоит так категорично относиться к этому явлению. А вот агрессивность – это устойчивое свойство личности, которое выражается в стремлении насильственных действий, направленных на другого. Это уже то, что не стоит возвращать в детях.

Если ребёнок агрессивен...

Под **агрессивностью** понимают действия ребенка, направленные на нанесение физического или психического вреда другому человеку или самому себе. Агрессивность детей может проявляться в нанесении ударов кулаками родителям и незнакомым, а также в том, что ребенок мучает животных, бьет посуду, портит мебель, рвет тетради.

Итак, ребенок агрессивен. А что могло послужить **причиной** этому?

Давно доказан психологами эффект *заражения агрессивным поведением при наблюдении за ним*. Т.е. повсеместная демонстрация сцен насилия может послужить причиной. Сюда относится и *телевидение*.

Определенный стиль воспитания в семье также одна из возможных причин.

Еще одна частая причина агрессивности – *индивидуальные особенности ребенка*. Ну и, конечно, *социально-культурный статус* семьи также влияет на агрессивность (*с волками жить – по-волчьи выть*).

Часто неожиданные агрессивные реакции могут появляться *в период возрастного кризиса*. Если это поведение нетипично для ребенка и взрослых, тогда оно означает, что у него возникли *определенные трудности* и он нуждается в помощи окружающих.

Еще одной причиной появления агрессивности может быть *недостаток внимания к своей персоне со стороны окружающих*. Ребенок действует так, чтобы удовлетворить свою потребность в общении и любви.

Много всего? Да. Но с большой уверенностью психологи утверждают, что решающее значение в становлении агрессивности как устойчивой черты личности ребенка играет *семейная среда и воспитание*.

Предупреждение агрессивных действий детей:

- ❖ Никогда не следует поощрять ребенка за проявленную агрессивность.
- ❖ В некоторых случаях такого ребенка успокаивает временная изоляция с кратким разъяснением причины;
- ❖ Если конфликт возникает среди детей, то стоит «агрессора» временно остановить среди них: пусть почувствует, что такое проявлять агрессивность без явного повода для нее;
- ❖ Если ребенок проявляет агрессивность по отношению к своим сестрам и братьям. То пусть они придумывают допустимую меру наказания и наказывают его;
- ❖ Если ребенок готов к нанесению удара. То лучше быстро остановить его и

резко предупредить: «Нельзя!»;

- ❖ Изредка стоит давать ребенку испытать подобное действие со стороны близких с последующим разъяснением.

Обращение с ребенком после агрессивного поведения:

- ❖ подыскать адекватную форму наказания после четкого объяснения его поступка;
- ❖ искать выход по переориентации его энергии по социально правильному руслу;
- ❖ следует помнить: частые наказания неэффективны. А безнаказанность еще больше портит;
- ❖ придумать другие приемы переключения ребенка на новые виды отношений (игра, самообслуживание).

Как воспитывать ребенка, чтобы он не был агрессивен:

- ❖ Одобряйте то поведение ребенка, которое Вы сами оцениваете как благородное, доброе, достойное и, естественно, не одобряйте агрессивное поведение, направленное на человека, животное, да, и предметы тоже (хотя, некоторые успокаиваются лишь, разбив пару десятков тарелок).
- ❖ Определите границы дозволенного. Если ребенку позволено все, то он и будет себе многое позволять.
- ❖ Не применяйте физические наказания. Наказать всегда можно чем-нибудь другим, а лучше вместо наказания временно лишить ребенка чего-то хорошего.
- ❖ Малыши во многом подражают родителям. Подавайте хороший пример. Если Вы будете требовать от ребенка одно, а сами вести себя противоположным образом, дитя вас просто не послушает.
- ❖ Пресекайте любые проявления агрессивного поведения.
- ❖ Давайте возможность ребенку «выпустить пар». (Подеритесь подушками, порвите бумагу, поиграйте в подвижные игры).
- ❖ А самое главное: учите детей ЛЮБИТЬ окружающий их Мир!

Игры и упражнения на предупреждение агрессивного поведения

Упражнение «Гнев».

Детям показывается пиктограмма гнева на листке бумаги. Каждый пытается изобразить эмоцию гнева. После этого проводится конкурс на «Самый гневный гнев».

Упражнение «Куда уходит злость».

«Пока мы выполняли предыдущее упражнение, в комнате накопилось очень много злости. Мы не можем работать, пока злость с нами. Давайте разойдемся по комнате и руками сгоним всю злость средина. Теперь давайте потопаем ногами, чтобы злость испугалась и поднялась вверх. А теперь давайте все вместе дуть на злость, чтобы она улетела в открытое окно».

Упражнение «Где живет гнев?»

«Гнев может жить в любом месте вашего тела. Поищите его у себя. Что вы чувствуете в этой части тела? (напряжение, зажимы, тяжесть). Приятно ли вам от этих ощущений? А теперь нарисуйте человечка, покажите место, где живет ваш гнев, и раскрасьте его цветным карандашом».

Упражнение «Сколько во мне гнева?»

Перед ребенком ставится стакан, и взрослый предлагает ему налить в него столько воды, сколько гнева он чувствует в себе в данный момент. Озвучивает свои действия. Подобное можно делать с воздушным шариком, надувая его до определенной степени. («Мой шарик вот-вот лопнет».)

Упражнение «Застывшая скульптура»

При «потасовке» её участникам предлагается замереть, изображая глиняную скульптуру в застывших агрессивных позах. Остальным предлагается побыть скульптором и поменять что-то в этой скульптуре (положение рук, ног, выражение лица). Возможно, получится совсем другая скульптура.

Упражнение «Превращения злости».

Если есть доска с маркерами, или мелками, противникам даются два разных цвета и предлагается быстро зарисовать доску. Затем посмотреть на общий рисунок и постараться увидеть, что в результате получилось. Это получившееся общее изображение нужно обвести, обозначив, например, животное, растение, облака и т.д.

Упражнение «Два барана»

На четвереньках два человека пытаются, упираясь плечом в плечо, сдвинуть соперника из центра круга. Остальные - болельщики.

Упражнение «Кулаки, ладони, руки скрещены на груди»

Все по команде, не договариваясь, выбрасывают руки определенным образом: кулаки, ладони или руки скрещены на груди. Задача в том, чтобы вся группа выбросила руки одинаково. (Кулаки - свидетельство агрессивности в группе).

Упражнение «Одеяло»

Ведущий взбивает одеяло и «усаживает» его на стул в центре круга. «Представьте себе, что здесь сидит ... Сейчас каждый из вас по очереди может подойти и что-то сделать с этим одеялом, то есть с ... Дети подходят к одеялу. ...Ну как, теперь он(а) вам нравится?.. А может быть что-то еще сделать?»

Упражнение «Выставка»

«Сели удобно, расслабились, закрыли глаза, глубоко вдохнули 3-4 раза. Представьте, что вы попали на небольшую выставку. На ней фотографии людей,

на которых вы злитесь, которые вас обидели или поступили с вами несправедливо. Постарайтесь выбрать один портрет и вспомнить ситуацию, когда он вас обижал. Вспомните свои чувства и мысленно скажите ему все, что хотели, или даже сделайте все, что хотели сделать». После упражнения обмен мнениями. Какая была ситуация? Трудно ли было представить свои ощущения?

Бороться с агрессивностью нужно!!

- ❖ Терпением. Это самая большая добродетель.
- ❖ Объяснением. Объясните ребёнку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратким.
- ❖ Отвлечением. Постарайтесь предложить ребёнку что-нибудь более привлекательное, чем-то, что он пытается делать.
- ❖ Неторопливость. Не спешите наказывать ребёнка - подождите, пока поступок повторится.
- ❖ Наградами. Если вы похвалили ребёнка за хорошее поведение, вместо того чтобы считать его обычным, то одно это пробудит в нём желание ещё раз услышать вашу похвалу.

Составитель: педагог-психолог Крючкова Г.А.

Информация взята из открытых интернет источников