

Газета любознательных родителей
на тему:

«Агрессивный ребёнок»



Агрессивный ребёнок - частое явление в современном мире.

К сожалению, для многих родителей это большая беда, с которой они сталкиваются дома при воспитании своего ребёнка, а также в детском коллективе, когда их любимый малыш находится на одной территории с ребёнком, проявляющим агрессию.

Агрессивное поведение детей - это «крик о помощи» и своеобразный метод привлечения внимания. Такой ребёнок «сигнализирует» о том, что он нуждается в любви и ласке, понимании и принятии. С помощью агрессии он даёт понять, что испытывает внутренний дискомфорт, что чувствует себя отверженным и забытым.

Портрет агрессивного ребёнка

Не заметить ребёнка с агрессивным поведением довольно сложно. Часто это драчливый и грубый ребёнок, который может напасть и ударить сверстника или родителей, ломающий игрушки, кричащий или целенаправленно употребляющий грубые выражения.

Агрессивный ребёнок становится большой проблемой для родителей, воспитателей, учителей. Такого «сложного» ребёнка очень трудно принять, и ещё сложнее понять, в чём причина такого поведения.

Безразличие и жестокость со стороны родителей могут приводить к проблемам в детско-родительских отношениях, итогом которых становится уверенность ребёнка в том, что его не любят. Чтобы изменить сложившуюся ситуацию и «заслужить» любовь родителей, дети пытаются привлечь их внимание любым способом, в том числе и агрессивным поведением. Если ребёнок чувствует, что уязвим, если он не уверен в себе, если он не может влиться в детский коллектив и почувствовать себя там «своим», то и агрессия со стороны такого ребёнка не заставит себя долго ждать.

Такие дети чаще всего не могут оценить свою агрессивность, они не замечают, что такая форма поведения приводит к каким-то негативным последствиям. Они тревожны, пугливы, им кажется, что весь мир настроен против них.

Очень важно понимать, чем отличается «агрессия» и «агрессивность»:

1. **Агрессия** – это «разовый» поступок ребёнка, который нарушает морально-этические нормы и может привести к причинению морального или физического вреда окружающим.

2. **Агрессивность** – это форма поведения, которая со временем становится «привычной».



Виды агрессии

✓ *Вербальная агрессия* проявляется в словесной форме: повышенный тон разговора, переходящий на крик, оскорбления и унижения, возможны даже угрозы.

✓ *Физическая агрессия* проявляется в конкретном физическом воздействии по отношению к какому-либо лицу или причинении ущерба чужому имуществу: укусы, побои, повреждение различных вещей, техники и т.д.

✓ *Прямая агрессия* - вид агрессии, который направлен на определённый объект.

✓ *Косвенная (непрямая) агрессия* - ребёнок может сплетничать, использовать злобные шутки, провоцировать.

✓ *Аутоагрессия* - вид агрессии, который ребёнок использует против самого себя. Проявляется в выдирании волос, ресниц, бровей, обгрызании ногтей, частой травматизации.

Как понять, что ваш ребёнок агрессивно себя ведёт:

- ребёнок не может контролировать свои слова, действия, эмоции, поведение в целом;
- ребёнок часто ругается с ровесниками и взрослыми, целенаправленно вступает с ними в споры и выясняет отношения;
- ломает игрушки, рушит строения, выполненные другими; любит портить вещи других и при этом получает явное удовольствие;
- не реагирует на просьбы, указания и нарушает установленные правила;
- намеренно совершает «плохие» поступки, чтобы вызвать негативную реакцию;
- помнит об обиде и обидчике, зачастую хочет отомстить обидчику;
- не может признавать свои ошибки, всегда пытается оправдаться или обвинить другого.

Для детей, особенно дошкольного возраста, свойственно непослушание. Если на это есть серьёзная причина (несправедливое наказание, обида), то злость ребёнка и его агрессия вполне оправдана, и в таких случаях считается абсолютно нормальной реакцией ребёнка.

Родителям стоит принимать меры только в том случае, если они замечают у своего ребёнка как минимум несколько признаков из вышеперечисленных регулярно (от шести месяцев).

Проявление агрессии в разном возрасте

Проявление агрессии у детей можно увидеть на разных возрастных этапах:

Младенчество

Младенцы проявляют свою агрессию, когда голодны, испытывают боль, дискомфорт, находятся в неудобном положении.

Раннее детство

Маленькие дети склонны к проявлению агрессии:

- к взрослому и связано это с достижением какой-либо цели;
- к новорождённому брату, сестре, так как обостряется чувство страха потерять материнскую любовь, чувство ревности;
- после кризиса трёх лет агрессия обычно «притухает».

Дошкольный возраст

Появляется враждебность к сверстникам. Агрессия может проявляться как реакция на обиду.

Школьный возраст

В этом возрасте агрессия проявляется чаще всего в вербальной форме для защиты своих интересов (оскорбления, ругательства) или для выхода из изоляции. Через агрессию школьник может выразить обиду и страх.

Подростковый возраст

В подростковом периоде проявление агрессии носит показательный характер: «Я взрослый и могу себе это позволить!». Чаще всего агрессию проявляют лидеры и/или аутсайдеры, так как агрессия в этом периоде тесно связана с общением со сверстниками.



Причины детской агрессии

✓ *Эмоциональная бездна.* Если у родителей и ребёнка не установлена или утрачена положительная эмоциональная связь, если родители решают свои проблемы между собой очень бурно и эмоционально, и крайний вариант - винят ребёнка в своих проблемах, то это может привести к появлению и закреплению агрессии в поведении детей.

✓ *Неуважение к личности ребёнка.* Если взрослый (особенно родители) позволяет себе оскорбления, унижения, некорректные высказывания в сторону маленького человека, то это приводит к развитию глубоких комплексов. Итогом такого общения может стать не только агрессия, но и вспышки сильнейшей ярости.

✓ *Низкая самооценка.* Если ребёнок не уверен в себе, то в он не уверен и в окружающих. Низкая самооценка «рисует» в воображении опасность, которая может исходить от ровесников, родителей, педагогов. В подобных случаях ребёнок не дожидаясь, когда его обидят, начинает вести себя агрессивно сам, предупреждая таким образом придуманную атаку «из вне».

✓ *Гипер и гипоопека.* Полное отсутствие контроля, как и его чрезмерное проявление, несут в себе большую опасность влияния на формы поведения ребёнка и в частности на уровень проявления агрессивного поведения.

✓ *Быть лучшим.* Желание быть лучшим среди сверстников часто подталкивает детей к проявлению агрессивной формы поведения.

Современные герои мультфильмов, художественных и документальных фильмов, компьютерных игр, вне зависимости от того - положительные они или отрицательные, несут в себе агрессию.

✓ *«Такой, как все».* В настоящее время ребёнок, попадая в тот или иной социум, детский коллектив видит различные варианты поведения. Если в классе «поддерживается» агрессивное поведение, то ребёнку, дабы не выделяться и не быть аутсайдером проще надеть «маску агрессии».

✓ Не следует забывать и о таких причинах, как переутомление, запрет на физическую активность, чрезмерное употребление некоторых продуктов питания (шоколад, кофеин и др.), температура воздуха, уровень шума и т.д.



Ошибки родителей

На формирование и закрепление агрессивного поведения детей могут влиять следующие факторы:

- низкая степень сплочённости семьи;
- неадекватный стиль семейного воспитания (гипоопека, гиперопека);
- разные стили воспитания у родителей;
- демонстрация модели агрессивного поведения (родителей к детям, отца к матери и др.);
- поощрение агрессивных тенденций в поведении детей;
- равнодушное отношение к социальной успешности ребёнка;
- применение физических наказаний;
- угрозы, «вербальное насилие»;
- введение каких-либо ограничений;
- полное отсутствие поощрения;
- дефицит внимания на воспитание и внутрисемейное общение;
- чрезмерный контроль / отсутствие контроля;
- отсутствие эмоционального контакта;
- недооценка роли личного примера родителей;
- «жизнь ради детей»;
- неконтролируемое использование гаджетов.

Рекомендации родителям агрессивного ребёнка

1. Нельзя запрещать ребёнку выражать негативные эмоции. Подчеркивайте, что любые эмоции – это нормально!
2. Помогите ребёнку найти способ для «экологичного» выражения агрессии (это может быть спортивная секция, подвижные игры).
3. Разговаривайте с ребёнком, спрашивайте о том, что его беспокоит.
4. Повышайте самооценку ребёнка: хвалите за его «сильные» стороны, подчёркивайте достоинства.
5. Снижайте уровень критики.
6. Постарайтесь исключить или минимизировать агрессию из окружающего мира ребёнка (наказания, ТВ и компьютерные игры с агрессивными акцентами, грубые фразы в разговоре).
7. Старайтесь общаться из позиции «на равных».
8. Следите, чтобы ваши слова ни расходились с делом (к примеру: говорим о недопустимости применения нецензурных слов, а сами их применяем).
9. Развивайте коммуникативные навыки ребёнка.

Следует помнить, что наказания и запрет на выражение негативных эмоций могут закрепить агрессивное поведение ребёнка, загнать проблемы вглубь. Ищите причину возникновения такого поведения.

Большинство родителей на разных возрастных этапах, рано или поздно сталкиваются с агрессивным поведением ребёнка. И главное, что они должны помнить в такие моменты – решать эту проблему можно и нужно только через любовь, ласку и уважение к своему ребёнку.

Как бороться с детской агрессией

Родителю нужно знать некоторые истины, которые помогут ему в борьбе с агрессией ребёнка:

✓ *Выход, а не подавление.* Всегда важно давать выход эмоциям, не «зажимая» их и не «подавляя». Этому должны научиться сами родители, а уже потом научить этому своих детей. Если вы злитесь, то не бойтесь говорить об этом своему ребёнку. Это нормально. Таким образом, вы проговариваете проблему, и вам становится легче. Параллельно вы показываете ребёнку, что и он может так делать – говорить о том, что ему не нравится, что он зол или чем-то расстроен. Постепенно ребёнок освоит этот «манёвр» и поймёт, что гораздо легче говорить о проблеме, нежели пытаться привлечь внимание своим ужасным поведением.

✓ *Правильный пример.* Важно, чтобы ваши слова ни расходились с вашими действиями. Отдавайте себе в этом отчёт. Не требуете от ребёнка того, чего не можете выполнить сами.

Если вы хотите, чтобы ребёнок правильно выражал свои эмоции, обратите внимание на то, как делает это его окружение, и прежде всего, вы – родители.

Если у вас сложности с выражением своей агрессии и вы не можете «принимать» агрессивное поведение своего ребёнка, то возможно, стоит обратиться к психологу.

✓ *Агрессия неминуема.* Если «приступ» агрессии уже начался, ребёнок кричит, пытается ударить, то лучший вариант – крепкие объятия. Когда он успокоится, вы можете сказать, что готовы выслушать его всегда, когда ему плохо. Беседовать с ребёнком в такие моменты лучше без посторонних и без эмоционально окрашенных слов и выражений.



Способы коррекции агрессивного поведения

Всех родителей, столкнувшихся с агрессивным поведением ребёнка интересует вопрос: «Как правильно подойти к коррекции такого поведения?»

Следует отметить: для того чтобы был виден устойчивый результат работы, необходимо, чтобы коррекция носила не эпизодический характер, а постоянный и комплексный.

К наиболее популярным способам коррекции агрессивного поведения, особенно в дошкольном возрасте, можно отнести арттерапию во всём её многообразии:

- изотерапия (можно использовать различные способы рисования: кляксотерапия, рисование пальчиками, ладонями, стопами);
- песочная терапия;
- глинолечение;
- куклотерапия (можно приобрести или сшить самим куклы для кукольного или пальчикового театра, изготовить бумажные фигурки для настольного театра);
- сказкотерапия (сочинение сказок самим ребёнком и для ребёнка. Важно предлагать для ребёнка роль с позитивной силовой характеристикой, к примеру: рыцари, богатыри и др.);
- танцевальная терапия и др.

Следует обратить внимание на подвижные игры, способствующие снятию напряжения и нейтрализации агрессии; игры на развитие коммуникации ребёнка и позитивной модели поведения, игры на развитие эмпатии и релаксационной направленности.

Для выхода накопившейся агрессии ребёнку можно предложить:

- комкать и рвать бумагу;
- подраться с подушкой или боксёрской грушей;
- использовать «мешочек / стаканчик для криков»;
- использовать надувные дубинки, водяной пистолет, батут;
- пинать ногой консервную банку;
- втирать пластилин в картон.



Рекомендации родителям детей младшего школьного возраста

1. Важен собственный пример неагрессивного поведения родителей.

Если за агрессивное поведение мы наказываем, бьем и ругаем - мы усиливаем агрессию детей.

2. Предоставляйте детям возможность разрядки негативной энергии.

Активным, склонным к агрессии детям нужно двигаться, и это могут быть спортивные секции, физкультминутки, спортивный уголок дома; велосипед и возможность двигаться на нем; двигательная активность (гулять, бегать); разрешение в определенном месте делать то, что хочется, лазить, прыгать, бросать мяч и пр.

3. Предоставляйте детям возможность выразить чувства.

Для этого предложите ребенку остаться одному в комнате и высказать все, что накопилось в адрес того, кто его разозлил, побить подушку, диван, порвать газету, написать на бумаге все слова, которые хочется выкрикнуть, а затем порвать написанное; в момент раздражения, прежде чем что-то сказать, несколько раз глубоко вздохнуть или сосчитать до десяти; нарисовать свой гнев, тогда он большей своей частью останется на бумаге.

3. Старайтесь понять и поддержать ребенка.

Скажите ребенку о том, что вы его понимаете; в ситуации агрессивной вспышки разделите ответственность за конфликт; скажите ребенку, что вы его по-прежнему любите (принимаете); расскажите о том, что в вашей жизни были подобные ситуации, что чувства ребенка вам знакомы, вы тоже переживали подобное.

4. Предоставляйте детям возможность получить совет.

Часто дети и не знают, как можно повести себя в той или иной ситуации. Агрессорам нужен ваш совет, готовность помочь, а не гнев и наказания.

Рекомендации педагогам по взаимодействию

с агрессивным ребенком младшего школьного возраста

- Учить детей контролю негативных эмоций, осознанию своих чувств и потребностей, чувств и потребностей других людей.

- Учить детей, испытывающих эмоциональные затруднения, правильно направлять, проявлять свои чувства.

- Не оценивать чувства ребенка, не требовать, чтобы он не переживал того, что в данный момент переживает. Как правило, бурные аффективные реакции - результат длительного зажима эмоций.

- Научиться раннему выявлению злости у детей. Часто, когда ребенок сердится, его не принимают. В этот момент взрослому достаточно сказать: «Я вижу, что ты злишься...», чтобы погасить пожар. Чтобы легче было уловить момент, когда ребенок начинает заводиться, необходимо обращать внимание на внешние признаки агрессии.

- Как только педагог видит такие проявления, необходимо прореагировать: «Ты сейчас злишься, может быть, хочешь побыть один? Или расскажешь, что происходит?».

- Давать посильное задание, в ситуации сниженных интеллектуальных способностей у ребенка сложное задание провоцирует его агрессивные реакции.

- Развивать навыки общения со сверстниками через совместные игры.

- Повышать самооценку ребенка, давать внеурочные поручения, позволяющие ребенку проявить свои способности и т.п.
- Ограничивать во время уроков до минимума отвлекающие факторы. Этому может способствовать, в частности, оптимальный выбор места за партой для агрессивного ребенка - в центре класса напротив доски.
- Предоставить ребенку возможность быстро обращаться за помощью к педагогу в случаях затруднения.
- Строить учебные занятия по четко распланированному, стереотипному распорядку.

Рекомендации родителям агрессивного подростка

- Будьте последовательны в воспитании.
- Не вводите много запретов, дайте подростку почувствовать себя достаточно свободным, но при этом не переборщите, контролируйте ребенка, но ненавязчиво.
- Старайтесь не повышать голос, отвечать агрессией на агрессию неэффективно.
- Интересуйтесь друзьями вашего ребенка, старайтесь уделять больше внимания его увлечениям и интересам.
- Посоветуйте ребенку заняться каким-то видом спорта, поддержите его в этом начинании. Активные спортивные занятия - один из лучших методов выплеснуть гнев, снять напряжение.
- Наказывайте ребенка за конкретные проступки. Наказания не должны унижать подростка.
- Не стесняйтесь лишний раз пожалеть, приласкать ребенка - он должен чувствовать, что вы его любите и принимаете.
- Помогите подростку справиться со своими чувствами, понимая, что он проверяет взрослый мир на устойчивость. Поймите, что подросток в силу гормонального кризиса не всегда владеет собой. Подросток больше всего нуждается в любви и поддержке именно тогда, когда меньше всего ее заслуживает.

Рекомендации педагогам по взаимодействию с агрессивным подростком

- Постарайтесь не отвечать агрессией на агрессию.
- Сохраняйте спокойный тон и самообладание в конфликтных ситуациях.
- Остановливайте подростка спокойно, с невозмутимым лицом, действуйте при минимуме слов.
- Обсуждайте поведение подростка только после его успокоения.
- Никогда не оскорбляйте ребенка, в диалоге не используйте жаргонные и бранные слова.
- Ведите общение на равных, но не впадайте в зависимость.
- Наделите агрессивного ребенка какой-либо ответственностью.
- Найдите повод похвалить подростка, особенно спустя некоторое время после наказания - ребенок убедится, что претензии были не лично к нему, а к его поступку.