



## Консультация «Агрессивный ребенок»

**Агрессия** - мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности).

Можно выделить виды агрессии:

1) *физическая агрессия* (нападение) - использование физической силы против другого лица или объекта;

2) *вербальная агрессия* - выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание вербальной реакции (угроза, проклятия, ругань);

3) *прямая агрессия* - непосредственно направленная против какого-либо объекта или субъекта;

4) *косвенная агрессия* - действия, которые окольным путем направлены на другое лицо (злые сплетни, шутки), и действия, характеризующиеся не направленностью и не упорядоченностью (взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топание ногами, битье кулаками по столу);

5) *инструментальная агрессия* - являющаяся средством достижения какой-либо цели;

6) *враждебная агрессия* - выражается в действиях, целью которых является причинение вреда объекту агрессии;

7) *аутоагрессия* - проявляющаяся в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений вплоть до самоубийства.

**Агрессия** - это физический акт, который иногда может запускаться и поддерживаться эмоциями, входящими в комплекс враждебности (гнев, отвращение и презрение). Она направлена на то, чтобы причинить ущерб, оскорбить или победить.

Следует различать понятия «агрессия» и «агрессивность».

**Агрессивность** - это свойство личности, «выражающееся в готовности к агрессии».

Таким образом, можно сделать вывод: если агрессия - это действие, то агрессивность - это готовность к совершению таких действий.

### ОСОБЕННОСТИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Черты, свойственные агрессивным детям:

- Они часто перекладывают на других свою вину за вспыхнувший инцидент
- В окружающих они видят постоянную угрозу нападения или обиды
- Чаще испытывают негативные эмоции
- Они фиксированы на себе, других людей воспринимают как обстоятельства, мешающие их жизни.

Агрессивные действия у ребенка можно наблюдать уже с самого раннего возраста. В первые годы жизни агрессия проявляется исключительно в импульсивных признаках упрямства, часто не поддающихся управлению взрослых. «Сильное огорчение может ввергнуть ребенка в безумный страх или безумную ярость. Захлестнутый яростью, ребенок ничего не видит и не слышит, он не контролирует себя. Он может бросаться на пол, кричать. Крики могут не прекращаться до появления тошноты». Такие реакции ребенка неприятны и не поощряются, но и не считаются ненормальными. Причиной такого поведения является блокирование желаний или незамеченной программы действий в результате применения воспитательных воздействий. Такое поведение и агрессивным можно считать условно, так как у ребенка нет намерения причинить ущерб окружающим.

В более позднем дошкольном возрасте на первый план активнее выдвигаются ссоры и конфликты с ровесниками, связанные с обладанием вещами, чаще всего игрушками. В этот же период развития более чем в пять раз возрастает число случаев использования детьми физического насилия. Вспышки ярости становятся более целенаправленными, и в поведении ребенка прослеживается реакция поведения. Конфликты между «обладать» и «отдавать» могут вести либо к враждебным, либо к доброжелательным ожиданиям и установкам. Удержание может становиться как деструктивным и грубым захватом или задержанием, так и может превращаться в стремление давать волю своим разрушительным страстям или же становиться пассивной готовностью оставлять «все как есть».

Психологи говорят о том, что дети 1,5-2 летнего возраста добровольно не отдают собственных игрушек или делают это, только уступая авторитету родителей, но всегда с явной неохотой. Ребенок включает собственные вещи, в том числе и игрушки, во внутренние границы «Я» и рассматривает их как часть самого себя. Слияние всех частей «Я» приводит к невозможности установления контакта с окружающими в этой сфере отношений.

В дальнейшем ребенок учится контролировать свои агрессивные импульсы и выражать их в приемлемых рамках. Проявления агрессивности в этом возрасте зависят от реакции и отношения родителей к формам поведения.

Кроме того, в этом возрасте усиливается «исследовательский инстинкт» и расширяются социальные контакты ребенка. В то же время он сталкивается с целой системой новых запретов, ограничений и социальных обязанностей. Невозможность разрешения этого конфликта приводит к тому, что в нем просыпаются злость, отчаяние, агрессивные тенденции.

Если раньше родители реагировали лаской, отвлечением внимания, то теперь все чаще прибегают к угрозам. Ребенок начинает задумываться над тем, как себя вести, чтобы контрагрессия родителей была минимальной. В дальнейшем проявления агрессии во многом связаны с процессами полоролевой идентификации ребенка или особенностями ситуации в семье.

## **СОЦИАЛИЗАЦИЯ АГРЕССИИ**

Социализацией агрессии можно назвать процесс научения контролю собственных устремлений или выражение их в формах, приемлемых в определенном общественном сообществе, цивилизации. «Природный» агрессивный потенциал никуда не исчезнет в более зрелом возрасте. Просто

многие учатся регулировать свои агрессивные импульсы, адаптируясь к требованиям общества. Здесь роль играет ранний опыт воспитания ребенка в конкретной культурной среде, семейные традиции и эмоциональный фон отношения родителей к ребенку.

В тех сообществах, где ребенок имеет негативный опыт, формируются отрицательные черты личности. В результате формируются такие качества, как тревожность, подозрительность, сильная агрессивность, эгоизм, жестокость.

Другим важным фактором является характер подкрепления агрессивного поведения со стороны окружающих. Была установлена связь между родительским наказанием и агрессией у детей. Данные исследований свидетельствуют, что мальчиков родители чаще подвергают физическим наказаниям, чем девочек.

Представляет интерес зависимость между реакцией родителей на раннее проявление агрессивности со стороны детей и на агрессивность, проявляемую ими в более зрелом возрасте.

Таким образом, формирование агрессивных тенденций, которые затем могут наблюдаться и на наиболее поздних ступенях развития, происходит несколькими путями:

Таким образом, мы можем сказать, что **на социализацию агрессии большое влияние оказывают: ближайшее окружение ребенка, его семья, стиль воспитания, а также определенные ситуативные предпосылки, среди которых можно выделить желание возмездия, восприятие агрессии, намеренность агрессии, оценка другими людьми.**

### **РЕКОМЕНДАЦИИ И СОВЕТЫ «КАК РАБОТАТЬ С АГРЕССИЕЙ»**

Если агрессия является *осознанным, контролируемым актом* со стороны ребенка, то для взрослого важно не поддаваться на эту манипуляцию. При этом можно достаточно жестко пресечь агрессивные действия или (если это не повлечет серьезного вреда для самого ребенка и окружающих) игнорировать эти действия, не попадаясь на уловку.

Если агрессия выступает как *проявление садомазохистских наклонностей*, то работу психолога следует проводить совместно с психотерапевтом и психиатром.

Если агрессия является *выражением гнева*, возможно применение разнообразных стратегий и воздействия:

1) обучение детей контролю за своими эмоциями и способами отреагирования негативных чувств без вреда для окружающих людей (эта стратегия используется, если агрессия проявляется в прямой форме). Например, нужно учить ребенка преобразовывать прямую агрессию в косвенную с помощью предметов-заменителей, выплескивать внутреннее напряжение через активные действия, занятия спортом, подвижные игры, проявление символической агрессии;

2) развитие у ребенка умения снижать уровень эмоционального напряжения через физическую релаксацию (для этого используются прослушивание медитативной, спокойной музыки, фантазии-визуализации, медленные танцы, специальные дыхательные упражнения, методы аутотренинга и т. п.);

3) обучение умению предъявлять партнеру по общению свои чувства через их проговаривание и приглашение к сотрудничеству (такая стратегия разрабатывается в гуманистическом подходе). В результате этих действий происходит преодоление противоречий, предотвращение конфликтов в будущем.

## ГУМАНИСТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Используйте «я-послания», избегая «ты-осуждений», то есть сообщайте о своем чувстве, не обвиняя партнера, а делясь с ним переживанием.

Осуществляйте «мы-подход», говорите о вашей с партнером («нашей»!) ситуации взаимодействия, предлагайте выход, конструктивное решение возникшей проблемы. Но будьте готовы выслушать и принять другой вариант, дайте партнеру свободу выбора.

Говорите открыто, дружелюбно, искренне; будьте «конгруэнтны» - ваши слова, интонации, жесты, мимика, поза должны находиться в соответствии друг с другом, не быть фальшивыми.

Выражайте свою эмоцию, отражайте ее, не пытайтесь занять позу всепрощения, если она не отвечает вашим подлинным переживаниям.

Однако самое важное - создать для ребенка такие условия жизни, где ему демонстрировались бы образцы миролюбивого отношения между людьми, отсутствовали бы негативные примеры агрессивного поведения. Воспитание на принципах сотрудничества (особенно в семье) - это главное условие предотвращения агрессивности.

С агрессивным ребенком нельзя разговаривать на повышенных тонах - тем самым вы «подключаетесь» к его возбуждению и провоцируете усиление агрессивных импульсов. Последовательное использование спокойной, плавной речи позволяет ребенку переключиться и начать слушать вас. Особенно важно при этом признать право ребенка возмущаться и выбрасывать свою энергию различными способами. После такого признания ребенок начнет к вам прислушиваться, и тогда у вас появляется шанс помочь ему освоить более приемлемые методы «выхода» агрессивных импульсов.

Некоторые дети под воздействием «умных» взрослых долгое время способны сдерживать свои агрессивные импульсы даже тогда, когда другие задевают их достоинство («Драться нехорошо! Не обращай внимания!»). Правда, никто не учит, каким образом он может не слышать оскорблений в свой адрес. И вот этих сдержанных молодых людей время от времени прорывает. Но если он ударит человека в таком состоянии - то это может привести к травме обидчика. И оправдаться невозможно: «Он тебя просто дразнил, а ты ему руку сломал!..» Поэтому, как поется в песне, «честь должна быть спасена мгновенно». Тогда будет гораздо меньше разрушений и проблем.

Агрессивные проявления можно снимать с помощью некоторых упражнений. Дети хорошо осваивают их в том случае, если агрессивность на самом деле приносит таким детям множество проблем, и они осознают это. Например, можно научить ребенка концентрировать внимание в момент импульса на своих руках и нарочно сжимать кулаки с предельным усилием.

Гипернапряжение неизбежно сменяется релаксацией мышц. И если агрессия не уходит вовсе, то теперь она становится управляемой.

Хорошо помогает агрессивным детям и психофизическая тренировка. Навык выполнения упражнения «Левитация рук» помогает снизить общий уровень агрессивности и научиться управлять собой в критических ситуациях.

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЯМ И РОДИТЕЛЯМ ПО СНИЖЕНИЮ АГРЕССИВНОСТИ У ДЕТЕЙ**

Проблема обучения и воспитания - одна из самых острых и важных проблем, стоящих перед взрослыми. Многое зависит от того, как педагоги и родители понимают внутренний мир ребенка.

Мы предлагаем воспользоваться открытыми письмами агрессивных детей.

### **Открытое письмо агрессивных детей воспитателям**

Мы, агрессивные дети планеты, требуем от воспитателей:

1. Играйте с нами чаще (а не то мы будем драться).
2. Защитите нас от всех злых детей планеты и нашей группы (а то мы будем защищаться).
3. Прекратите ругать нас так часто и без всякой причины (а то ведь мы тоже умеем ругаться, и не хуже вас).
4. Накажите всех детей в группе, которые постоянно хотят нас обидеть (а то придется нам самим заняться этим).
5. Не смейте жаловаться на нас родителям (а то мы скажем, что вы нас бьете каждый день).
6. Любите нас, ну пожалуйста, а то ведь нас и так никто не любит.
7. Принимайте нас такими, какие мы есть, и вы увидите, что мы хорошие.

Открытое письмо агрессивных детей родителям Мы хотим!

1. Чтобы нам не делали постоянно замечаний.
2. Знать, почему вам можно кричать, а нам - нет.
3. Делать то, что хочется нам, а не вам.
4. Знать, почему вы считаете виноватыми нас, а не других.
5. Чтобы вы нас научили справляться с гневом.
6. Знать, почему нельзя ломать игрушки, давать сдачи, громко кричать, визжать, обзываться, если очень хочется.

Но больше всего мы хотим, чтобы вы нас любили!

Чтобы устранить нежелательные проявления агрессии, необходимо учить детей приемлемым способам выражения гнева.

Примеры специальных способов выражения (выплескивания) гнева:

1. Громко спеть любимую песню.
2. Пометать дротики в мишень.
3. Попрыгать на скакалке.
4. Используя стаканчик для криков, высказать отрицательные эмоции.
5. Пускать мыльные пузыри.
6. Устроить «бой» с боксерской грушей.
7. Пробежать по коридору школы.
8. Полить цветы.
9. Быстрыми движениями руки стереть с доски.
10. Пробежать несколько кругов вокруг дома.
11. Поиграть в настольный футбол, баскетбол, хоккей.
12. Постирать белье.
13. Отжаться от пола несколько раз.
14. Устроить соревнования «Кто громче кричит», «Кто выше прыгнет».
15. Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить.

## 16. Слепить из пластилина фигуру обидчика и сломать ее.

Если родители заметили у ребенка проявления агрессивности, необходимо прежде всего попытаться проанализировать причины их появления, выявить трудности, которые испытывает ребенок при организации своего общения, а затем корректировать их и формировать недостающие коммуникативные умения, навыки. С этой целью следует внимательно прислушаться к советам для родителей, которые мы обозначили в памятке.

Составила: педагог-психолог Треногина В.Г.

По материалам: Коррекционно-развивающие занятия: комплекс мероприятий по развитию воображения. Занятия по снижению детской агрессии / сост. С.В. Лесина, Г.П. Попова, Т.Л. Снисаренко. – Волгоград: Учитель, 2011. 164 с.

**Если вам нужна помощь, психолог детского сада ждет вас!**

