

# Агрессивный ребёнок.

## Что делать?

Чепулионис Ирина Сергеевна  
педагог-психолог МБДОУ –  
детский сад комбинированного вида № 572  
г. Екатеринбург



# Агрессия – что это?

- Агрессия - деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам жизни людей в обществе, которое наносит физический ущерб людям или вызывает у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряжённости, страха, подавленности и т. п.).
- Агрессией принято называть **целенаправленное** нанесение физического или психического ущерба другому человеку.
- В основе агрессии лежит злость или тревога.
- Злость – эмоция. Агрессия – действие.



# Польза агрессии

- Агрессия в той или иной степени присуща каждому человеку, так как является инстинктивной формой поведения, основной целью которой является **самозащита и выживание в мире**. Взрослым ни в коем случае нельзя подавлять агрессию детей, так как агрессия - это **необходимое и естественное** для человека чувство.
- Человек с возрастом приучается трансформировать свои природные агрессивные инстинкты в социально приемлемые способы реагирования, т. е. в норме у людей происходит **социализация агрессии**.
- Агрессия - это **огромная сила**, которая может служить **источником энергии** для более конструктивных целей, если уметь ею управлять.
- Задача - научить ребёнка **контролировать** свою агрессию и использовать её в **мирных целях**.



# Как управлять агрессией?

Очень часто агрессию путают с настойчивостью и напористостью

- Уровень агрессивности детей меняется в зависимости от ситуации, но иногда агрессивность принимает устойчивые формы. Причин для такого поведения много: положение ребёнка в коллективе, отношение к нему сверстников, взаимоотношения с педагогом и др. Изменение этих факторов снижает агрессивность
- Важно научить ребёнка:
  - не подавлять, а контролировать свою агрессию;
  - отстаивать свои права и интересы;
  - защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда.

Для этого необходимо, в первую очередь, разобраться с основными причинами агрессивного поведения.

# Три источника агрессии:

- 1. **Чувство страха, недоверия к окружающему миру**, восприятие его как угрожающего безопасности (к первому году жизни у ребёнка формируется либо базовое чувство доверия к окружающему миру и людям, ощущение безопасности, либо чувство недоверия, страха и тревоги);
- 2. Столкновение с **невыполнением желаний**, запретами на удовлетворение определённых потребностей;
- 3. **Отстаивание своей личности**, территории, обретение независимости и самостоятельности.



# Что способствует развитию агрессивного поведения?

- **Возрастные изменения, так называемые кризисы: 3 года, 7 лет, 12-14 лет;**
- **Копирование взрослых, которые сами не способны справиться с выражением негативных эмоций;**
- **Неправильная агрессивная реакция взрослых на поведение ребёнка;**
- **Попустительское отношение взрослых к агрессивным поступкам ребёнка;**
- **Слишком жёсткие действия и наказание за любую малую провинность;**
- **Желание быть во всем первым;**
- **Гиперопека со стороны родителей;**
- **Недостаток внимания со стороны родителей, несмотря на вполне нормальную атмосферу в семье;**
- **Нездоровая атмосфера в семье, злоупотребление её членами алкоголем;**
- **Превращение агрессивного поведения в обыденное (интернет, телевидение);**
- **Неврологические или психические заболевания.**

# Два способа воспитания

- **Неприятие**, наоборот, стимулирует детскую агрессивность. Оно характеризуется:

а) безразличием;

б) устранением от общения;

в) нетерпимостью и властностью, враждебностью к факту существования ребёнка.



- **Расположение** снижает агрессивность и проявляется в том, что взрослые помогают ребёнку:

а) преодолевать трудности;

б) умеют слушать ребёнка;

в) включают в общение тепло, доброе слово, ласковый взгляд.



# Что делать?

- Помните: агрессивный ребёнок – всегда **недолюбленный ребёнок**. Ему требуется больше вашего внимания и участия. Чаще говорите с ним о его чувствах. Просто дайте понять, что готовы его выслушать, когда ему плохо. Если ребёнок вам доверяет, видит в вас старшего друга и товарища, тогда он дорожит вашими отношениями, не хочет разрушить их своим поведением и старается контролировать агрессию.
- Предоставляйте ребёнку достаточную (посильную!) **свободу и независимость**, за которую он сам может нести ответственность. В то же время покажите ему, что в случае необходимости, если он попросит, готовы дать совет или оказать помощь.
- Покажите ребёнку **неэффективность агрессивного поведения**. Объясните ему, что даже если в начале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у другого малыша понравившуюся игрушку, то впоследствии с ним никто из детей не захочет играть, и он останется в одиночестве. Вряд ли его прельстит такая перспектива. Расскажите также о таких негативных последствиях агрессивного поведения как неотвратимость наказания, возвращение зла и др.
- Откажитесь от **образа «отрицательного героя»**. Если вы видите, как дошкольник ударил другого, сначала подойдите к его жертве. Поднимите обиженного ребёнка и скажите: «Петя не хотел обидеть тебя». Затем обнимите его, успокойте и отведите в сторону, предложите интересную игру.  
Таким образом, вы лишаете внимания обидчика, перенося его на товарища по играм. Внезапно агрессивный ребёнок замечает, что веселье кончилось и он остался в одиночестве. Обычно требуется повторить это 2-3 раза - и драчун поймёт, что агрессивность не в его интересах.

# Говорите с детьми

- Если **ребёнок просит вашего внимания**, уделите ему время, а не отмахивайтесь, тем более, не раздражайтесь за настойчивость. Для него важнее и нужнее ваше непосредственное участие именно сейчас. Обязательно покажите ему, что вы понимаете его просьбу. И если в данный момент не можете её выполнить, то обязательно объясните ребёнку, почему. Очень важно потом выполнить обещание!!!
- **Научите детей выражать свои чувства социально приемлемым способом**: словом, в рисунке, лепке, при помощи игрушек или в спорте. Пусть ребёнок знает, что о своих чувствах можно говорить. Его необходимо научить быть активным рассказчиком о своём внутреннем мире, а взрослому принимать всерьёз его чувства, проявлять заинтересованность. Так малыш постепенно освоит язык своих чувств и сможет вам доверять, сказать, что обижен, расстроен или зол, а не будет пытаться привлечь ваше внимание своим "ужасным" поведением. Взрослому не придётся гадать, что означает поведение ребёнка, он будет точно знать.
- **Уважайте личность ребёнка** в любой ситуации, независимо от его поступков. Если вы прислушиваетесь к его мнению, он будет считаться с вашим.
- Если вас не устраивает поступок ребёнка, **говорите о конкретном действии в конкретной ситуации** с минимальным временным интервалом, принимая личность ребёнка в целом (говорите: «Меня очень огорчает, когда ты делаешь это. Давай ты будешь делать так... Это меня очень порадует»)

# Ребёнку проще жить по правилам

- **Устанавливайте социальные правила поведения в доступной для ребёнка форме.** Например, «Мы никого не бьём, и нас никто не бьёт, объясняем всё словами". Для детей в возрасте 4 лет и старше требования могут быть более подробными. Можете заявить: «В нашей группе существует правило: если тебе нужна игрушка, а ею играет другой ребёнок и не даёт её тебе, попроси и подожди»
- **Помните, что требовательность – это не тирания.** Тирания порождает тиранию. Предъявление ничем не обоснованных и бессмысленных требований, без проявлений при этом дружелюбия и поддержки, вызывает у детей агрессию. Проявляя требовательность, необходимо считаться с обстоятельствами, с физическим и душевным состоянием каждого ребёнка.
- Самое справедливое и несложное требование, если оно не объяснено и выражено в деспотичной форме, вызовет сопротивление любого ребёнка, даже самого покладистого. Разница только в том, что покладистый ребёнок будет выражать протест скрыто, а ребёнок не очень покладистый будет выражать его открыто.
- **Требовательность должна быть разумной и доброжелательной.**
- В предъявлении требовательности к ребёнку взрослые должны быть **последовательны** и являться **примером** для подражания. Правила действуют на всех!

# Кнут или пряник?

Огромное значение в воспитании детей имеет **поощрение**: словом, взглядом, жестом, действием. **Хвалите ребёнка за старательность**. Когда дети реагируют должным образом, сделайте всё, чтобы закрепить эти усилия. Скажите: "Мне нравится, как ты поступил". Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что взрослые действительно довольны ими.

Если **наказание** неизбежно, оно должно быть:

- а) объяснено ребёнку;
- б) быть не жестоким;
- в) следовать незамедлительно за поступком;
- г) оценивать действия ребёнка, а не его человеческие качества;
- д) наказывая ребёнка, взрослые проявляют терпение, спокойствие и выдержку.



# Что не делать?

- **Не ссориться.** Когда папа и мама (другие близкие взрослые, педагоги и пр.) изо дня в день ссорятся, у ребёнка возникает ощущение приближающейся катастрофы, угрозы для него самого. Также физическое насилие или грубость родителей по отношению друг к другу (унижение, конкуренция, желание постоянно подчёркивать друг в друге плохое, высмеивание недостатков) это – ежедневная школа агрессии, в которой формируется ребёнок.
- **Не обсуждайте поведение ребёнка прилюдно.** Беседуйте с ребёнком о его поступке без свидетелей, используйте меньше эмоциональных слов, больше фактов.
- **Не провоцируйте.** Исключите ситуации, влекущие негативное поведение ребёнка.
- **Не акцентируйте излишне.** При первых признаках агрессии перенаправьте внимание ребёнка в положительное русло.
- **Не обзывайте ребёнка ни при каких обстоятельствах, не употребляйте слово «плохой».**
- **Не занижайте детскую самооценку, говорите только о его действиях.**
- **Не разрешайте ребёнку направлять детское оружие на человека или животного даже в игре.**
- **Не сравнивайте ребёнка с другими детьми.**
- **Не осуждать при детях других взрослых (родителей, родственников, педагогов).**
- **Не нарушайте правила, которые вводите для детей, и не отступайте от них.**

# Способы выплескивания гнева

- Использовать «Стаканчик для криков» или «Черный мешочек»
- Побить подушку
- Побегать (подвижные игры)
- Постучать молоточком
- Передвинуть мебель
- Отжаться
- Порвать бумагу
- Нарисовать обидчика и зачеркнуть
- Постирать белье
- Полить цветы
- Попускать мыльные пузыри
- Поиграть в снежки



# Игры на снятие эмоционального напряжения

- **Игра «Море волнуется»** дети изображают базовые эмоции: радость, гнев, удивление, страх, горе, по команде ведущего «замри», затем ощупывают лицо руками, чтобы понять как оно выглядит.
- **Игра «Эмоции в сказках»** вспомнить сказки «Теремок», «Заюшкина избушка», «Краденное солнце», «Федорино горе», «Волк и семеро козлят», назовите персонажей и их эмоции вместе с детьми
- **Игра «Награждение»** Подготовить медальки с разными хорошими качествами, написанными или нарисованными, раздать детям и попросить их вручить другим детям, у которых есть эти качества. Обязательно несколько медалей должно остаться у взрослого, чтобы он мог вручить их тем детям, которые вдруг останутся без медалей.
- **Игра «А вот я однажды»** Каждый ребенок заканчивает фразу, что хорошего он сделал для других.
- **Игра «Веселая гусеница»** Тревожный ребенок с низкой самооценкой не привык доверять окружающим и не умеет работать в команде, так как считает себя хуже других и неспособным к совместным действиям. Построить детей в цепочку и попросить удерживать между спиной и животом воздушный шарик или мячик и так двигаться по комнате. Дети, страдающие от низкой самооценки, как правило, встают в конец цепочки и практически не участвуют в управлении ею.

До новых встреч!

