



Консультация для родителей

«Детская агрессия – причины возникновения и способы её преодоления»

В современном обществе все чаще и чаще можно услышать фразы: «Какой агрессивный ребенок! Откуда в нем столько агрессии?» Чтобы разобраться в этом. Для начала важно знать, что агрессивность является нарушением поведения ребенка, а не симптомом психического заболевания. Необходимо помнить, что некоторые трудности в поведении детей носят возрастной характер и связаны с переживанием одного из кризисов развития (*1 года, 3 и 7 лет*). И эти периоды в жизни ребенка, несмотря на всю сложность, свидетельствуют о нормальном ходе процесса психического развития дошкольника.

Агрессия - мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Столкновение с детской агрессивностью всегда вызывает растерянность у взрослых. Для профилактики детской агрессивности очень важно поддерживать в семье атмосферу теплоты, заботы и поддержки. Чувство защищенности и уверенность в родительской любви способствуют более успешному развитию ребенка. Чем более уверенным в себе он станет, тем реже будет испытывать гнев, зависть, тем меньше в нем останется эгоизма.

Классификация агрессии

Существует множество видов классификаций агрессии. Рассмотрим некоторые из них.

По направленности на объект выделяют гетероагрессию, направленную на окружающих, и аутоагрессию, направленную на себя.

По причине появления: реактивная агрессия представляет собой ответную реакцию на какой-то внешний раздражитель, спонтанная агрессия появляется без видимой причины, обычно под влиянием каких-то внутренних импульсов.

По целенаправленности отмечается инструментальная агрессия, совершаемая как средство достижения результата (спортсмен, добывающийся победы; ребёнок, громко требующий от родителей покупки игрушки), и целевая (мотивационная) агрессия, которая выступает как заранее спланированное действие, цель которого – нанесение ущерба или вреда объекту.

По открытости проявления выделяют прямую агрессию (направлена непосредственно на объект, вызывающий раздражение, возбуждение или тревогу) и косвенную агрессию (обращается на объекты, не вызывающие непосредственно раздражения и возбуждения, но более удобные для проявления агрессии – они доступны, проявление в их адрес агрессии безопасно).

По форме проявления агрессия бывает вербальная (выражается в словесной форме), экспрессивная (проявляется невербальными средствами: мимикой, жестами, интонацией голоса) и физическая (прямое применение силы для нанесения физического или морального ущерба).

Следует отметить, что обычно человек проявляет сразу несколько видов агрессии, они постоянно меняются, переходя друг в друга.

Причины появления агрессии у детей могут быть самыми разными. Возникновению агрессивных качеств, способствуют некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга. Огромную роль в развитии тех или иных качеств ребенка играет воспитание в семье, причем с первых дней жизни ребенка.

На становление агрессивного поведения большое влияние оказывает характер наказаний, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего ребенка. В таких ситуациях могут быть использованы два популярных метода воздействия: либо снисходительность, либо строгость. Как это ни парадоксально, агрессивные дети часто встречаются и у слишком мягких родителей, и у очень строгих. Если малыш растет в атмосфере грубости, нетерпимости, жестокости, если для доказательства своей правоты родители прибегают к насилию, в ребенке формируется агрессивное начало. Поведение родителей с ребенком и друг с другом – это самый первый и значимый образец для ребенка. Зачастую в гневе ребенок может ответить взрослому его же словами и действиями.

Укреплению агрессивных форм поведения у ребенка способствуют:

- скандалы в семье;
- применение физических силы во время семейных ссор;

- грубое, жестокое обращение с ребенком;
- привлечение его к посещению жестоких спортивных состязаний: бокса, и т. д. ;
- просмотр боевиков, сцен насилия как художественных, так и в мультипликационных фильмах;
- одобрение агрессивного поведения как способа решения конфликта, проблемы: «А ты тоже его ударь», «И ты сломай», «А ты что, отнять не можешь!»

Чем больше будет агрессии со стороны взрослого, тем больше враждебности зародится в душе ребенка. Не имея возможности ответить своим непосредственным обидчикам - родителям, педагогам ребенок отрывается на кошке или побьет младшего. Иногда ребенку нужно просто понимание, и одно лишь ласковое слово способно снять его озлобление. Задача взрослых в том, чтобы научить детей правильно направлять, проявлять свои чувства. Бывает, что очень вспыльчивый ребенок старается сдерживаться на людях, но дома он срывается: устраивает истерики, скандалит, грубит родным, дерется с братьями и сестрами. Такое проявление агрессии не приносит ему желаемого облегчения. Он недоволен случившимся и чувствует себя виноватым. Из-за этого напряжение увеличивается еще больше, и следующий срыв бывает более бурным и продолжительным. Самое главное: научить ребенка разряжаться, избавляться от накопившегося раздражения. *Таким детям необходимо предложить социально приемлемые методы для выражения подавленного гнева:*

- пусть ребенок останется один в комнате и выскажет все, что накопилось, в адрес того, кто его разозлил;
- предложите ему, когда сложно сдержаться, бить ногами и руками специальную подушку, рвать газету, комкать бумагу, бегать вокруг дома, писать все слова, которые хочется высказать в гневе;
- дать ребенку совет: в момент раздражения, прежде чем что- то сказать или сделать, несколько раз глубоко вдохнуть или сосчитать до десяти. Это помогает успокоиться.

Правила поведения, способствующие снижению детской агрессивности:

- будьте внимательны к чувствам и желаниям своего малыша;
- адекватно оценивайте возможности ребенка;
- стремитесь вовремя, ненавязчиво и без излишних наставлений оказывать малышу необходимую помощь;
- предоставляйте ребенку самостоятельность в делах, которые ему по силам;
- умейте идти на компромисс;
- будьте последовательны в воспитании ребенка. ПОМНИТЕ: в сложной работе - быть родителем - не бывает выходных. Если есть правила и режим, то они должны быть всегда;

- найдите оптимальный путь воспитания малыша, с которым согласны и папа, и мама, и все, кто участвует в воспитательном процессе.

Очень важно:

1. Показать ребенку, что вы его любите и цените.
2. Хвалить ребенка при каждом удобном случае. Но не стоит говорить: «Хороший мальчик» или «Хорошая девочка». Дети часто не обращают на это внимание. Лучше сказать: «Ты доставил мне огромное удовольствие, когда поделился со своим младшим братом».
3. Установить разумные границы. Нельзя все время все запрещать («Не делай этого, не трогай того!», эти замечания действуют на нервы, приводят в бешенство. Но нельзя и все разрешать, это ведет к вседозволенности, ребенок теряет чувство меры.
4. Определить четкие правила, ритуалы. Очень важный ритуал - ежедневный совместный ужин, во время которого ребенок ощущает семью как единое целое. Другой ритуал - приготовление ребенка ко сну. У родителей должно быть отведено для этого достаточно времени.
5. Старайтесь избегать крика и наказаний - это не пресечет плохого поведения, а лишь еще больше «взведет».
6. Старайтесь сразу же реагировать на агрессивное поведение, не дожидаясь, пока ребенок «сам поймет», что так делать нельзя. Если он сделал что-то неправильно, он должен узнать об этом немедленно.
7. В конфликтной ситуации объявите тайм-аут. Период успокоения является наиболее эффективным способом изменить плохое поведение.
8. Обязательно требуйте, чтобы за каждый проступок ребенок извинялся. Пусть сначала это будет лишь следствие вашей настойчивости, но постепенно ребенок привыкнет, что обиженного надо жалеть и просить прощения за неприятности, которые он причинил.

Варианты проявления детской агрессивности

Классифицировать проявления агрессивного поведения детей можно по-разному.

Положив в основу классификации проявления детской агрессии, можно выделить четыре категории детей:

1. Дети, склонные к проявлению физической агрессии активны, деятельны, целеустремленны, отличаются решительностью, склонностью к риску, бесцеремонностью, авантюризмом. Они любят демонстрировать свою силу и власть, доминировать над другими людьми, проявлять садистские тенденции. Эти дети отличаются малой рассудительностью и сдержанностью, плохим самоконтролем. Они действуют импульсивно и непродуманно, игнорируя этические нормы, моральные ограничения.

2. Дети, склонные к проявлению вербальной агрессии, отличаются психической неуравновешенностью, постоянной тревожностью, сомнениями и неуверенностью в себе. Они активны и работоспособны, но в эмоциональных проявлениях склонны к снижению фону настроения. Поэтому часто внешне производят впечатление угрюмых, недоступных, высокомерных. Так же их отличает и низкая фрустрационная толерантность. Малейшие неприятности выбивают их из колеи. Свои чувства и отношение к окружающим они не скрывают и выражают их в агрессивных вербальных формах.

3. Дети, склонные к проявлению косвенной агрессии, отличаются чрезмерной импульсивностью, слабым самоконтролем, недостаточной социализацией влечений и низкой осознанностью своих действий. Они с удовольствием отдаются чувственным наслаждениям, стремятся к немедленному удовлетворению своих потребностей, не считаясь с обстоятельствами, моральными нормами, этическими стандартами и желаниями окружающих. Эти дети очень плохо переносят критику и замечания в свой адрес.

4. Дети, склонные к проявлению негативизма, отличаются повышенной ранимостью и впечатлительностью, эгоистичностью, самодовольством, чрезмерным самомнением. Критику, равнодушие окружающих воспринимают как обиду и оскорбление и начинают сразу активно выражать своё негативное отношение.

Если за основу классификации брать движущие силы, мотивацию агрессии, то можно выделить:

1. импульсивно-демонстративный тип. Главная цель у ребёнка – продемонстрировать себя, обратить на себя внимание. Дети игнорируют нормы и правила поведения, ведут себя шумно, демонстративно обижаются, кричат.

2. нормативно-инструментальный тип. Агрессивные действия детей выступают как средство достижения какой-либо конкретной цели – получения нужного предмета, роли в игре, выигрыша у своих партнёров.

3. целенаправленно-враждебный тип. Нанесение вреда другому является самоцелью этих детей. Они получают удовольствие от самих действий, приносящих боль и унижение другим людям. В основном такие дети используют прямую агрессию. Грубое физическое воздействие, отличающееся особой жестокостью и хладнокровием, они применяют чаще к выбранной жертве постоянно.

Игры, направленные на преодоление агрессии.

"ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ"

Каждому участнику даётся "пыльная подушка". Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её "почистить".

"ЖУЖА"

"Жужа" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг неё, строя рожицы, дразнят, дотрагиваются до неё, щекочут. "Жужа" терпит, но когда ей всё это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за "обидчиками" вокруг стула.

(взрослый следит за формой выражения "дразнилок". Они не должны быть обидными и болезненными)

"ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС "МОЖНО""

Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час "можно", когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть на них и т. д.

"РУГАЕМСЯ ОВОЩАМИ"

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а ... овощами: "Ты - огурец", "А ты - редиска", "Ты - морковка", "А та - тыква" и т. д.

Столкновение с детской агрессивностью всегда вызывает растерянность у взрослых. Если каждый задумается и проанализирует свою ситуацию в семье, научится слышать и слушать ребенка, «маленьких агрессоров» в нашей жизни будет встречаться все меньше, а вот добрых людей – больше.