



Агрессивное поведение и его преодоление

Практикум для родителей

Педагог-психолог ГБОУ СОШ № 438
Дошкольное отделение Данилова Н.Н.



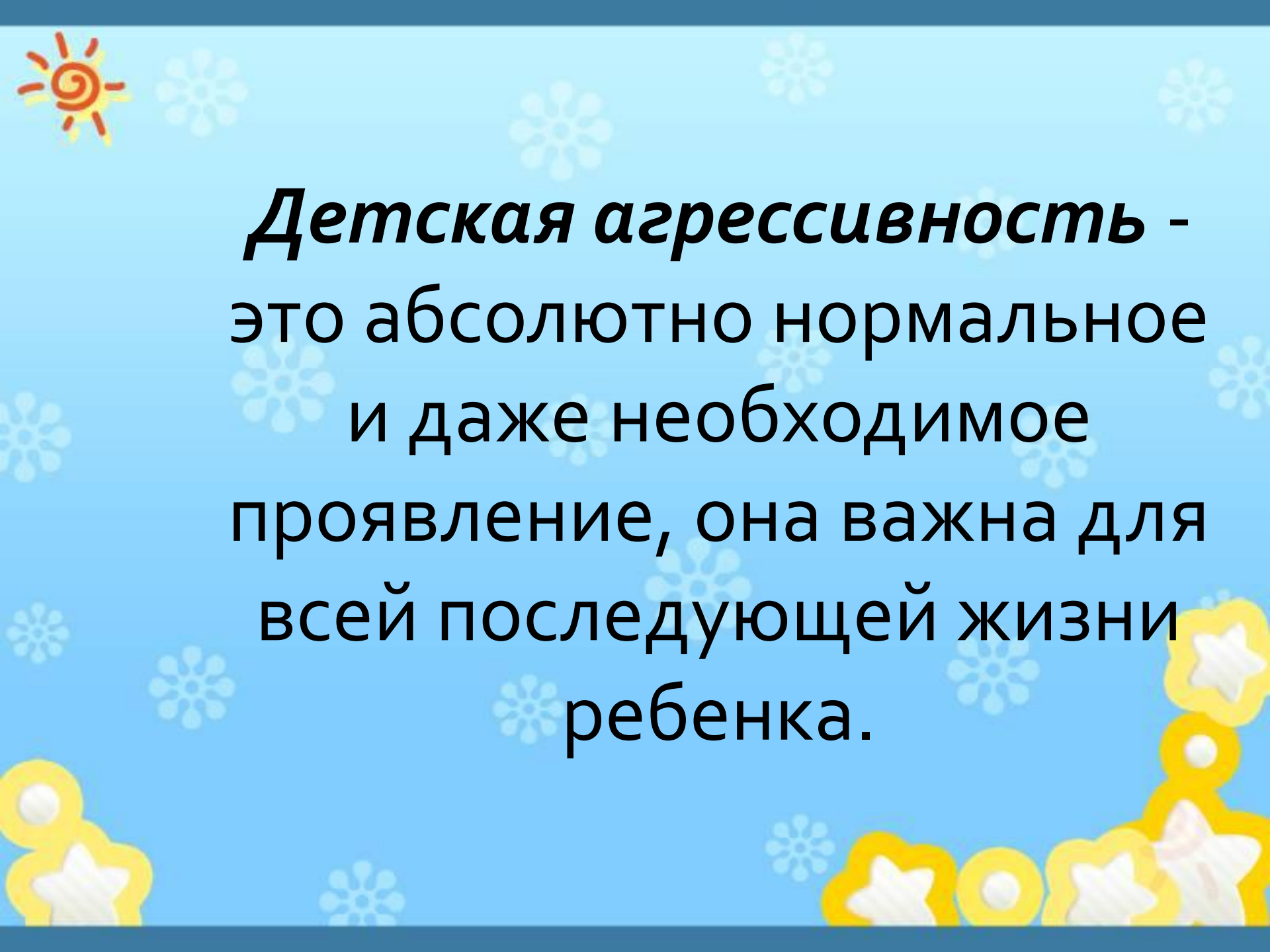
Москва – 2013 г.





Детская агрессивность





Детская агрессивность -
это абсолютно нормальное
и даже необходимое
проявление, она важна для
всей последующей жизни
ребенка.



Физическая агрессия

Использование физической силы
против другого лица





Косвенная агрессия

действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топание ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.)





Вербальная агрессия

выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань)





Склонность к раздражению

Готовность к
проявлению
при малейшем
возбуждении
вспыльчивости,
резкости,
грубости





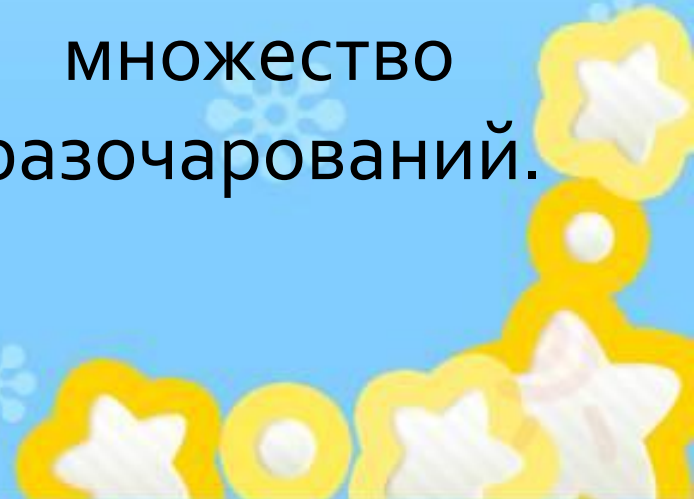
Негативизм



Оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.



Наши дети
постоянно
находятся в плену
своих аффектов и
вынуждены
переживать
множество
разочарований.



Неуважение к личности ребенка



Агрессивные реакции могут быть вызваны некорректной и нетактичной критикой, оскорбительными и унижительными замечаниями.

The background is a light blue gradient. In the top left corner, there is a stylized sun with orange and yellow rays. Scattered across the background are numerous white snowflake-like patterns. Along the bottom edge, there are several yellow, star-shaped decorative elements, some of which contain white stars.

***Полностью заблокировать
выражение агрессии – это
не значит воспитать
ребенка правильно.***



Чрезмерный контроль или отсутствие его

Подавляемый гнев, как
джинн из бутылки, в
какой-то момент
обязательно вырвется
наружу. И его
последствия, с точки
зрения стороннего
наблюдателя, будут
тем страшнее и
неадекватнее, чем
дольше он копился.



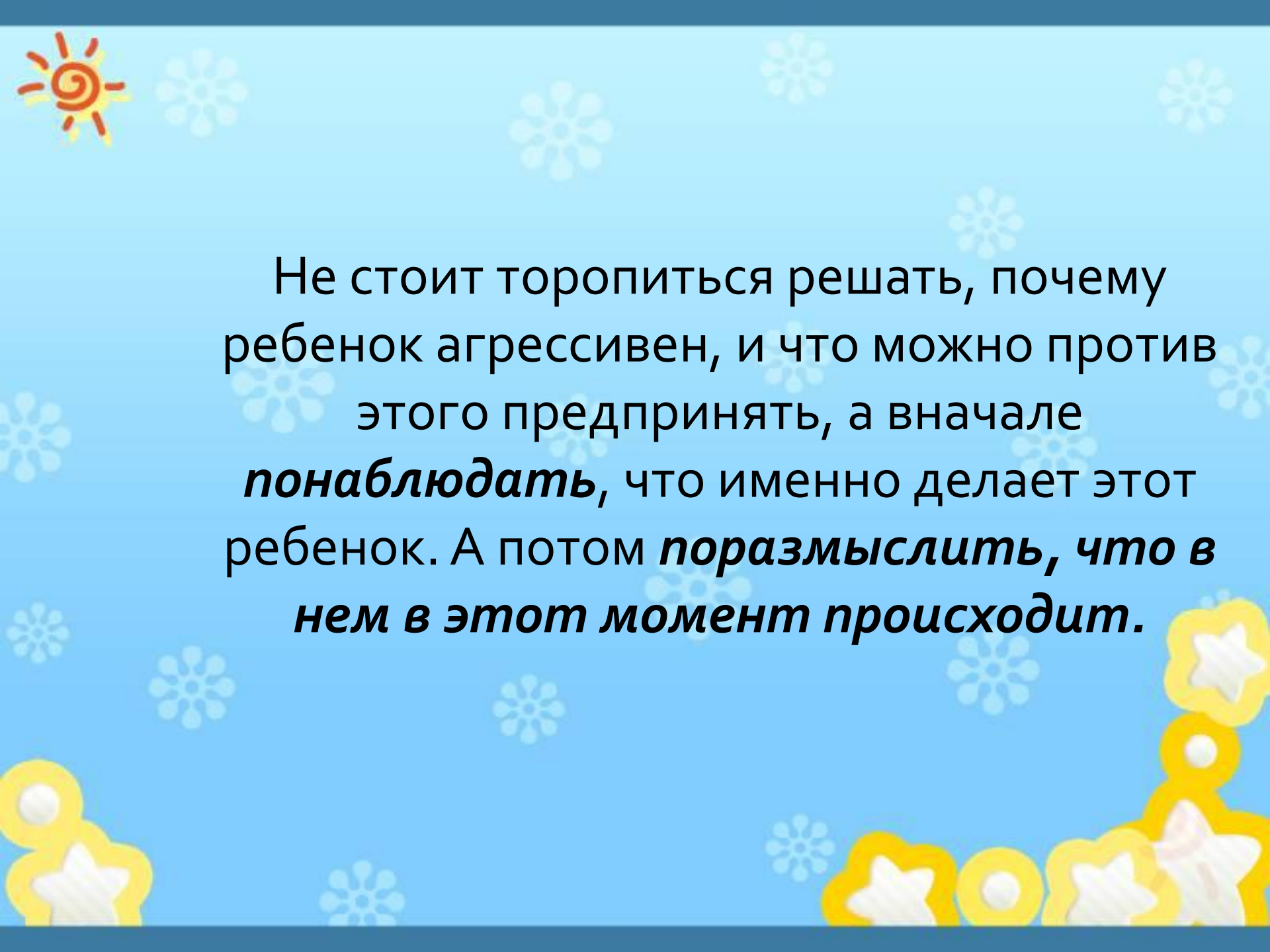


Если взрослые готовы к возникновению агрессивных чувств у детей, то они будут не стыдить и жестоко наказывать его за проявления гнева, а ***помогут узнать и справиться с ним.***



Границы гарантируют безопасность и социальную компетентность. Дети должны хорошо знать, чего от них ожидается и что именно они должны делать, чтобы ими были довольны (или недовольны).





Не стоит торопиться решать, почему ребенок агрессивен, и что можно против этого предпринять, а вначале ***понаблюдать***, что именно делает этот ребенок. А потом ***поразмыслить, что в нем в этот момент происходит.***

Запрет на физическую активность



Если ребенок целый день не имел возможности открыто проявлять свои эмоции, как положительные, так и отрицательные, не мог физически разрядиться, то его агрессия будет обусловлена накопившимся переизбытком энергии, которая, как известно, не имеет свойства исчезать бесследно.



Ребенок может реагировать
протестом на вполне разумные
требования.



Жестокый характер матери или отца

Родители стремятся во всем управлять своим ребенком, подавляя его волю, не допуская никакого проявления его личной инициативы и не предоставляя ему возможности быть собой. Они вызывают у ребенка не столько любовь, сколько страх.



Отказ в праве на личную свободу

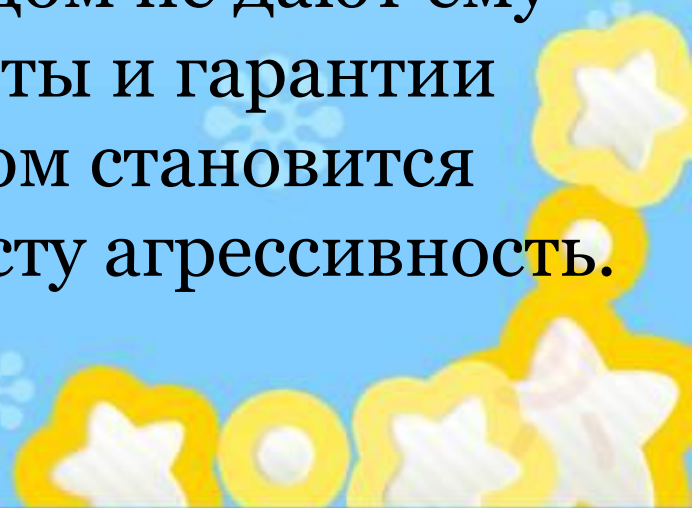


Многие родители совершенно ошибочно полагают, что у ребенка не может быть от них секретов, забывая о том, что им самим такое вмешательство вряд ли понравилось бы. Ребенку необходима свобода, чтобы он научился самостоятельно принимать свои решения и отвечать за них.



Неуверенность в собственной безопасности

Когда родители заняты собой или выяснением собственных отношений, а ребенок предоставлен самому себе, у него может возникнуть неуверенность в собственной безопасности. Он начинает видеть опасность даже там, где ее нет, становится недоверчивым и подозрительным. Семья и дом не дают ему необходимой степени защиты и гарантии стабильности. А результатом становится проявляемая к месту и не к месту агрессивность.



Личный отрицательный опыт



Эмоциональная нестабильность

До 7 лет многие дети подвержены колебаниям эмоций, которые взрослые часто называют капризами. Настроение малыша может меняться под влиянием усталости или плохого самочувствия. В этом случае ребенок переносит свою агрессивность не на "обидчика", а на все, что под руку подвернется.



Повышенная раздражительность

Такие личностные особенности, как повышенная раздражительность, устойчивая тенденция обижаться даже на нейтральные, казалось бы, высказывания и действия других людей, также могут являться провокаторами проявления агрессивности.





Рекомендации по общению с агрессивным ребенком

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

- ☐ полное игнорирование реакций ребенка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- ☐ выражение понимания чувств ребенка ("Конечно, тебе обидно...");
- ☐ переключение внимания, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня");
- ☐ позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты устал").



2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

- ☐ констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");
- ☐ констатирующий вопрос ("ты злишься?");
- ☐ раскрытие мотивов агрессивного поведения ("Ты хочешь меня обидеть?", "Ты хочешь продемонстрировать силу?");
- ☐ обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению ("Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит");
- ☐ апелляция к правилам ("Мы же с тобой договаривались!").

3. *Контроль над собственными негативными эмоциями.*

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.



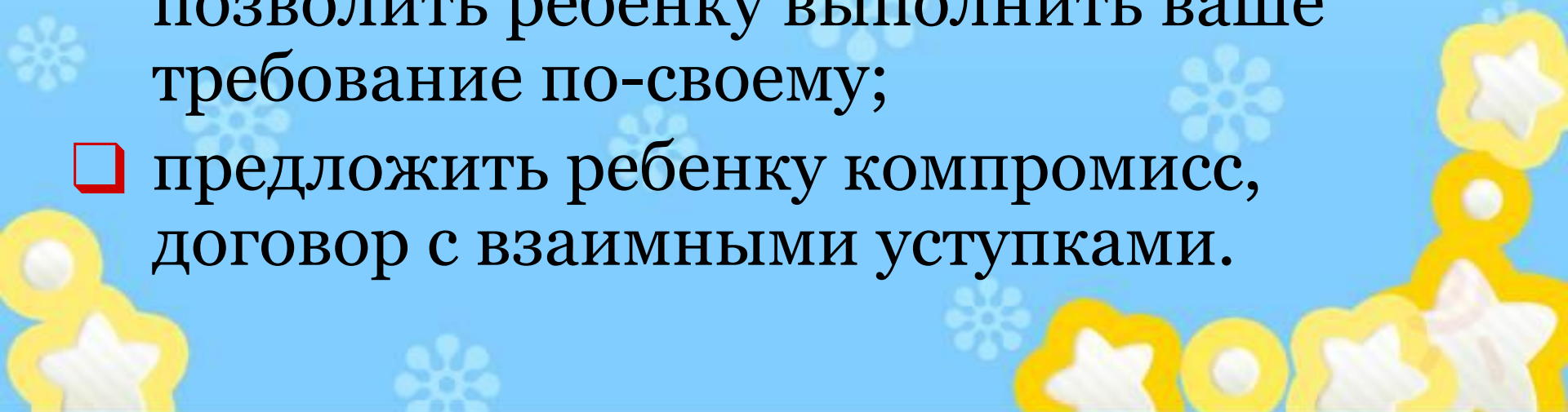
5. Обсуждение проступка.

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, ЭТИМ стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоятся.





6. *Сохранение положительной репутации ребенка*

- ☐ публично минимизировать вину ребенка ("Ты не важно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
 - ☐ не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить ваше требование по-своему;
 - ☐ предложить ребенку компромисс, договор с взаимными уступками.
- 



7. Демонстрация модели неагрессивного поведения

- ☐ пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- ☐ внушение спокойствия невербальными средствами;
- ☐ прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- ☐ использование юмора;
- ☐ признание чувств ребенка.





8. Предупреждение агрессивных действий детей

- ☐ никогда не следует поощрять ребенка за проявленную агрессивность;
- ☐ в необходимых случаях такого ребенка успокаивает временная изоляция с кратким разъяснением причины;
- ☐ если конфликт возникает среди детей, то стоит его временно оставить среди них: пусть почувствует, что такое проявить агрессивность без явной причины на нее;
- ☐ если ребенок готов к нанесению удара (укусу и т.д.), то лучше быстро остановить его и резко предупредить его “Нельзя!”.
- ☐ изредка стоит дать ребенку почувствовать и испытать подобное действие со стороны близких с последующим разъяснением.



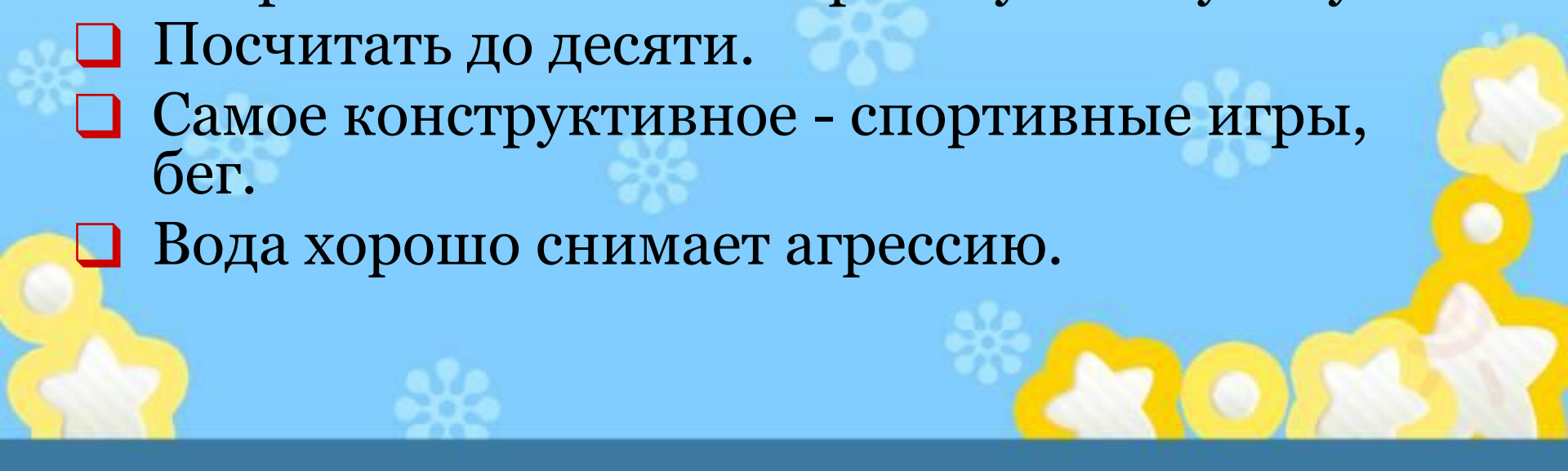
9. Обращение с ребенком после агрессивного поведения:

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





10. Обучение ребенка техникам и способам управления собственным гневом. Развитие контроля над деструктивными эмоциями.

- ☐ Комкать и рвать бумагу.
 - ☐ Бить подушку или боксерскую грушу.
 - ☐ Топать ногами.
 - ☐ Написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу.
 - ☐ Втирать пластилин в картонку или бумагу.
 - ☐ Посчитать до десяти.
 - ☐ Самое конструктивное - спортивные игры, бег.
 - ☐ Вода хорошо снимает агрессию.
- 



Наш долг перед нашими детьми –
научиться ***так*** устанавливать границы,
чтобы нам с ними тоже было хорошо.

