

## **«Агрессивный ребенок. Что делать?»**

**Цель:** Повышение уровня родительской компетентности в сфере воспитания детей, проживающих в замещающих семьях.

**Задачи:**

- Формировать у замещающих родителей культуру понимания проблемы детской агрессии.
- Познакомить участников с методами коррекции агрессивного поведения ребенка и своего поведения в отношении с ребенком.

**Ход мероприятия.**

Здравствуйте, уважаемые слушатели. Разрешите представиться, Меня зовут Колбина Вера Николаевна Я педагог – психолог Курганского областного детского дома №1. Тема нашего консультирования серьезна и трудна. Это тема «Агрессивный ребенок. Что делать?»

Тема, к сожалению, не случайна, поскольку агрессию проявляют не только подростки и взрослые, но уже и малыши. С чем это связано? Как бороться с проявлением детской агрессии? И как мы, взрослые, можем помочь детям преодолеть её? На эти и другие вопросы мы попытаемся сегодня найти ответ.

Злой, агрессивный ребенок, драчун - большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, но и несчастное существо, которого никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть. Детская агрессивность - признак внутреннего эмоционального неблагополучия, один из неадекватных способов психологической защиты.

Поведение ребенка часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, он всегда готов разозлить маму, воспитателя, сверстников. Он не успокаивается до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку. Он может сознательно медленно одеваться, отказывается убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит ее крик или не получит шлепок. После этого от готов заплакать и только получив утешение, ласку от мамы, успокоится. Не правда ли, очень странный способ получения внимания? Но это для данного ребенка единственный механизм «выхода психо-эмоционального напряжения, скопившейся внутренней тревожности.

**Для начала работы давайте определим понятия:**

➤ Агрессия - это осознанное поведение причиняющее психологический, физический либо материальный вред другому человеку, группе людей и/или самому себе.

или

Агрессия - нападение (это действие)

Агрессивность - готовность к агрессивному нападению.

Давайте проведем небольшую диагностику и выясним агрессивен ли ваш ребенок?

### **Диагностика.**

#### **Критерии выявления агрессивного ребенка**

1. Спорит, ругается со взрослыми.
2. Теряет контроль над собой.
3. Винит других в своих ошибках.
4. Завистлив, мстителен.
5. Сердится и отказывается что - либо сделать.
6. Специально раздражает людей.
7. Отказывается подчиняться правилам.
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают их.

Сосчитайте количество ответов. Если 4 из 8 критериев часто проявляются у ребенка в течение не менее 6 месяцев, то можно предположить что ребенок является агрессивным. Думаю, что в той или иной степени это касается каждого ребенка.

#### **Причины агрессивности:**

##### **I. Социальные.**

- 1) неблагоприятные условия воспитания в семье, в образовательном учреждении;
- 2) неадекватно-жесткий родительский контроль;
- 3) враждебное или оскорбительное отношение к ребенку,
- 4) конфликт между супругами, противоречивые требования;
- 5) неудовлетворение потребностей;
- 6) физические наказания (ребенок учится скрывать свой гнев в присутствии родителей, но в другой ситуации может агрессивность проявить);
- 7) пренебрежительное, попустительское отношение взрослых к агрессивным вспышкам ребенка. Дети часто проявляют агрессию для того, чтобы привлечь к себе внимание взрослых.

Могут быть агрессивными, если родители отличаются чрезмерной уступчивостью, неуверенностью, беспомощностью - так как в этой ситуации они не чувствуют себя в полной безопасности.

Имеются подтверждения связи тревожности и агрессивности. У детей с повышенной тревожностью как реакция на это тягостное состояние возникает усиление драчливости. Если на проявление агрессивности ребенка родители никак не реагируют, это приводит к усилению и тревожности и агрессивности. Родителям необходимо совершенно уверенно, твердо, без колебаний препятствовать проявлениям агрессивности. Здесь следует не столько говорить и разъяснять, сколько действовать: оттащить ребенка, задержать его руку, предотвратить удар. Но главное, разобраться в истинных причинах агрессивности.

При проявлениях агрессивного поведения взрослых 3-4х летний ребенок подражает, мгновенно запечатлевает действия и реакции, подсмотренные у взрослых. Достаточно один раз увидеть проявление агрессивности у взрослого, и

малыш может воспроизводить подобное поведение в самых разных ситуациях. Отрицательное влияние телевизора.

## **II. Наследственно-характерологические причины**

- 1) наследственно-конституциональная предрасположенность к агрессивному поведению;
- 2) психопатоподобное, истеричное, эпилептоидное поведение родителей или окружающих
- 3) наличие выраженной тревожности и гиперактивности у ребенка;
- 4) индивидуальные особенности (раздражительные, люди со сниженным или повышенным самоконтролем).

## **III. Внешние причины**

- 1) жара
- 2) шум
- 3) теснота
- 4) загрязненный воздух
- 5) влияние продуктов питания (шоколад, тонизирующие напитки)
- 6) плохое самочувствие, переутомление

В помещении, где имеются резкие неприятные запахи, табачный дым, уровень агрессии будет выше, чем в хорошо проветренной комнате. Мальчики могут быть агрессивными в тесной комнате с ограничениями движения.

## **IV. Заболевания головного мозга, травмы головного мозга, минимальная мозговая дисфункция.**

### **V. Ситуационные причины.**

- 1) реактивность на присутствие новых взрослых или сверстников.
- 2) увеличение сложности или темпа деятельности.
- 3) новизна, увеличивающая тревогу.
- 4) нарастание утомления.

### **Виды агрессивности.**

Фромм считает, что существует доброкачественная и злокачественная агрессия. Доброкачественная (ситуативная) появляется в момент опасности и носит оборонительный характер.

Злокачественная (постоянная) представляет собой жестокость.

Спок считает, что годовалый ребенок замахивается на мать, за то что она сказала что-то неприятное ребенку - это нормально. Норма – попытка двухлетнего ребенка ударить другого ребенка, отнявшего в песочнице игрушку, лопатой по голове - эти реакции гнева адекватные. Но это может перерасти из конкретной ситуации в нарушение (когда гнев становится постоянным переживанием). Появление высокой агрессивности является «поломкой» системы саморегуляции.

### **Агрессия - может проявляться в различных формах:**

- 1) физическая агрессия (физические действия против кого-то);
- 2) вербальная (словесная – угрозы, крики, ругань);

- 3) раздражение, вспыльчивость, грубость;
- 4) косвенная (сплетни, злобные шутки);
- 5) негативизм (оппозиционная манера поведения);
- 6) аутоагрессия (агрессия на себя);

Степень социальной опасности:

- 1) незначительно отклоняется от норм поведения, установленных в обществе;
- 2) может быть опасной для здоровья и жизни людей.

Одна из важных задач воспитателей и родителей – помочь детям осознать свои чувства и научить владеть ими.

Один из простейших способов научиться понимать чувства - дать каждому из них словесный «ярлычок». Необходимо обращать внимание на свои собственные чувства: «Я расстроилась, так, как пролила кофе на книгу».

Читайте больше книг на тему о чувствах, наблюдайте за чувствами других детей: «Я думаю, что он гордится полученной пятеркой»

Вводите в лексикон ребенка как можно больше родственных слов, обозначающих чувства. Научите детей распознавать разницу между чувствами и поступками.

Помогите понять ребенку, что чувства не могут быть ни хорошими, ни плохими.

Скажем, чувствовать злость не хорошо и не плохо. Однако давать волю рукам - это уже поведение, причем недопустимое. Вы можете сказать: «Ты вправе сердиться на свою сестру, но ударить ее я тебе не разрешаю».

Многие люди, с детства приученные игнорировать или даже подавлять свои чувства. Мальчиков часто учат, что они никогда не должны плакать. Вы поможете ребенку утвердить право на его чувство, если просто выслушаете его и вместе с ним обдумаете его эмоции. Нужно лишь слушать, но не осуждать. Обсуждая с ребенком его чувства, не пытайтесь решить проблему за него.

Ваше объяснение причины чувства должно помочь ребенку справиться с ним. Предлагайте ребенку различные способы, помогающие взять себя в руки, пусть он сам выберет наиболее действенный. Часто все, что ребенку требуется - это понять охватившие его чувства. Будьте последовательными. Помните, что одни ситуации разрешаются быстро, а другие требуют времени и терпения. Не теряйте из виду цель, которую вы поставили перед ребенком и перед собой, обязательно обращая внимание на успехи, которых он добился. Необходимо так помочь ребенку, чтобы он смог переносить полученную информацию на реальную жизнь.

### Как правильно вести себя с агрессивным ребенком?

#### 1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

- Полное игнорирование реакций ребенка
- 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.

- Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест, и уводят от решения проблемы.

- Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло "здесь и сейчас", не припоминая прошлых поступков. Иначе у ребенка возникнет чувство обиды, и он будет не в состоянии критично оценить свое поведение. Вместо распространенного, но неэффективного "чтения морали", лучше показать ему негативные последствия его поведения, убедительно продемонстрировав, что агрессия больше всего вредит ему самому. Очень важно также указать на возможные конструктивные способы поведения в конфликтной ситуации.

- Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие приемы:

- 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!").

Давая обратную связь агрессивному поведению ребенка/подростка, взрослый человек должен проявить, по меньшей мере, три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость.

## 3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Родителям и специалистам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми. Когда ребенок или подросток демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции - раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослым нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний, понять характер, силу и длительность возобладовавших над ними чувств.

## 4. Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией - уменьшить напряжение ситуации.

Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

- повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
- демонстрация власти ("Учитель здесь пока еще я", "Будет так, как я скажу");
- крик, негодование;
- агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор "сквозь зубы";
- сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт посторонних людей;
- непреклонное настаивание на своей правоте;
- нотации, проповеди, "чтение морали",
- наказания или угрозы наказания;
- обобщения типа: "Вы все одинаковые", "Ты, как всегда...", "Ты никогда не...";
- сравнение ребенка с другими детьми - не в его пользу;
- команды, жесткие требования, давление;
- оправдания, подкуп, награды.

#### 5. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком/подростком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

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

#### 7. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитания "контролируемой агрессии" у ребенка - демонстрация моделей неагрессивного поведения. При проявлениях агрессии обе стороны теряют самообладание, возникает дилемма - бороться за свою власть или разрешить ситуацию мирным способом. Взрослым нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше

возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- Нереклексивное слушание (нереклексивное слушание - это слушание без анализа (рефлексии), дающее возможность собеседнику высказаться. Оно состоит в умении внимательно молчать. Здесь важны оба слова. Молчать - так как собеседнику хочется, чтобы его услышали, и меньше всего интересуют наши замечания; внимательно - иначе человек обидится и общение прервется или превратится в конфликт. Все, что нужно делать - поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился.);
- Пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- Внушение спокойствия невербальными средствами;
- Прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- Использование юмора;
- Признание чувств ребенка.

### **Отработка навыков общения.**

Агрессивные дети иногда проявляют агрессию лишь потому, что не знают других способов выражения своих чувств. Задача взрослого – научить их выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами. Обсуждать с детьми наиболее часто встречающиеся конфликтные ситуации. Например, как поступить, если ребенку нужна игрушка, в которую кто-то уже играет. Такие беседы помогут ребенку расширить поведенческий репертуар. Один из приемов- ролевая игра. Два игрушечных медвежонка поссорились, потому что один из них хотел играть с новой большой машинкой, с которой уже играл товарищ. Решения, варианты разыгрываются обсуждение, насколько удачным был тот или иной способ применения и разрешения конфликта. Если предлагаются агрессивные способы выхода из ситуации, не надо критиковать, а проиграть вариант. В процессе обсуждения дети, как правило, сами убеждаются в неэффективности такого подхода. Можно пригласить в гости литературных героев: посоветовать Мальвине – как помочь Буратино стать послушным, чтобы не оказаться в чулане.

книги «Я сержусь» Элизабет Крейри

«Развитие социальных навыков» («Ребенок с характером» Мэри Курчинка)

А) учимся вливаться в группу.

Б) учитываем личное пространство

В) решаем спор словами, а не кулаками

Г). учимся делиться.

### **Формирование позитивных качеств личности**

Считается, что развивать сопереживание можно во время совместного чтения взрослого и ребенка. Обсуждая прочитанное, взрослый поощряет выражение

ребенком своих чувств. Кроме того, очень полезно сочинять с ребенком истории, сказки. Если в поведении маленького ребенка появилась агрессивность, родителям следует разобраться в причинах, направить свои усилия на изменение взаимодействия с ребенком, изменить что-то в самих себе. Если главная причина-недостаток активности - предоставить все возможности для самостоятельной деятельности. Если это дефицит внимания, отбросить все дела, компенсировать допущенную потерю.

Если это выраженная тревожность - устранить все причины ее возникновения (повышенная требовательность, чрезмерное оберегания, противоречивые требования).

Не забывайте, что агрессивный ребенок - это в 1-ю очередь несчастное существо. Не считайте, что агрессивный ребенок-неблагодарный, в ответ на наше раздражение и упреки часто не раскаивается и не испытывает чувство вины-не просит прощения и не успокаивает взрослых.

Необходимо при частых проявлениях агрессивности обратиться на консультацию к детскому психоневрологу – крайние случаи требуют медикаментозного лечения. Не ждать очень быстрых результатов, верить в лучшее. Позитивная установка должна быть и у родителей. Необходимо самим родителям большое терпение и любовь, самообладание и конечно же спокойствие.

Иногда бывает трудно увидеть агрессивное поведение в себе, и мне хотелось бы поделиться с вами вот таким стихотворением:

Зажав кузнечика в руке,  
сидит ребёнок на горшке.  
— Нельзя живое истязать!  
Я пальцы стал ему ломать.  
— Нельзя кузнечиков душить!  
Я руки стал ему крутить.  
На волю выскочил кузнечик.  
Заплакал горько человечек.  
*О. Григорьев*

### **Как избавиться от агрессивности родителям?**

Множество семейных ссор происходит вовсе не из-за недовольства членов семьи друг другом, а из-за внешних причин. Расстроили на работе, отравили ногу в общественном транспорте, нахамили в магазине и так далее – и вот, готовая причина для ссоры. ***Поводы, правда, выбираются уже внутри семьи: не приготовлен обед, а если приготовлен, то не те блюда, какие хотелось бы, или не так приготовлены, дети шалят, громко кричат во время игр или получили в школе двойку, жена потратила слишком много денег на «тряпки», а муж не починил болтающуюся электророзетку...*** И так далее, было бы желание, а повод найдется.

Несмотря на то, что на самом деле в семье все в порядке, подобные ссоры подтачивают отношения, как капающая вода. Конечно, поссорились на ровном месте – тут же помирились, но... примирение состоялось, а осадок остался, и обидные

слова, которые были сказаны во время ссоры, не ушли бесследно, оставили хоть маленькую, но царапинку на отношениях.

Конечно, ссоры в семье бывают. И не всегда – из-за внешних причин. Именно поэтому лучше не допускать лишних «царапинок», ведь вполне достаточно и тех, которые неизбежны в совместной жизни. Но тогда сразу возникает вопрос: куда ж деть ту агрессию, которой снабдили во внешнем мире (на работе, в общественном транспорте, в магазине и так далее)?

Например «тигриное рычание». Вы пришли с работы, и ваше настроение далеко от праздничного, нервы натянуты, вот-вот взорветесь агрессией, которую тщательно приходилось сдерживать весь рабочий день (на начальство ведь не принято кричать). ***Не ждите, когда кто-либо из членов семьи подаст вам повод для взрыва. Подойдите к зеркалу, посмотрите в глаза своему отражению и... рычите. Громко. С выражением. Излейте в рыке всю ярость, гнев, обиду. Как настоящий тигр, рвущий добычу.*** Кстати, вибрации, которые неизбежны во время такого рычания, благотворно сказываются на организме – по тому же принципу, как поглаживание урчащей кошки.

Но рычание не всем подходит. Некоторые люди стесняются, а кто-то вообще не в состоянии выдать из себя не то что тигриный рык, но даже кошачье мяуканье. В этих случаях агрессию можно перенести на неодушевленные предметы.

***Достаточно лечь на кровать и минут 5-10 с силой колотить пятками по матрасу – такое упражнение не только снимает внутреннее психологическое напряжение, но и неплохо тренирует мышцы ног и брюшного пресса.***

Помогает и битье подушек. А если для подушечной экзекуции пользоваться еще и обычной выбивалкой, то заодно избавите мягкую мебель от пыли. Тем более что ни один супер-современный пылесос не способен так надежно убрать пыль, накапливающуюся в креслах и диванах, как самая обычная, «старорежимная» выбивалка.

В последнее время появился еще один метод избавления от привнесенной агрессивности: онлайн-игры. Те самые, которые из серии «убей монстра», «спаси планету» и так далее. Пара нарисованных трупов монстров – и уровень агрессивности существенно снижается. Правда, в онлайн-играх есть другая опасность – можно заиграться аж до зависимости.

Так что рычите, бейте подушки и матрасы, убивайте нарисованных монстров – это все лучше, чем сливать агрессию в семью.

### **Способы выражения гнева.**

1. Громко спеть любимую песню.
2. Пометать дротики в мишень
3. Попрыгать на скакалке.
4. Используя «стаканчик для криков» высказывать все свои отрицательные эмоции.

5. Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их каучуковым мячом.
6. Пускать мыльные пузыри.
7. Устроить «бой» с боксерской грушей.
8. Полить цветы.
9. Быстрыми движениями руки стереть с доски.
10. Забить несколько гвоздей в мягкое бревно.
11. Пробежать несколько кругов вокруг дома.
12. Передвинуть в квартире мебель (например, журнальный столик).
13. Поиграть в «настольный футбол» (баскетбол, хоккей).
14. Постирать белье.
15. Отжаться от пола максимальное количество раз.
16. Сломать несколько игрушек.
17. Устроить соревнование «Кто громче крикнет» «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
18. Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить.
19. Быстрыми движениями руки нарисовать обидчика, а затем зачиркать его.
20. Слепить из пластилина фигуру обидчика и сломать ее.

Все эти способы нужны для того, чтобы ребенок не направлял гнев на людей, а переносил его на неодушевленные предметы, выплескивал его в игровой форме.

## **Вывод**

На становление агрессивного поведения ребенка оказывают влияние многие факторы, например, проявлению агрессивных качеств могут способствовать некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга, а также различные социальные факторы.

Существует непосредственная связь между проявлениями детской агрессии и обстановки в семье. Отмечается, что если ребенка строго наказывать за любое проявление агрессивности, то он учится скрывать свой гнев в присутствии родителей, но это не гарантирует подавления агрессии в любой другой ситуации.

Для того чтобы устранить нежелательные проявления агрессии у ребенка, в качестве профилактики родителям надо уделять больше внимание своим детям, стремиться к установлению теплых отношений с ними, а на определенных этапах развития сына или дочери проявлять твердость и решительность.

## **Открытое письмо агрессивных детей родителям**

### **Мы хотим!**

1. Чтобы нам не делали постоянно замечания.
2. Знать, почему вам можно кричать, а нам - нельзя.
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. Почему нельзя ломать игрушки, давать сдачи, громко кричать, визжать, обзывать, если очень хочется?

Но больше всего мы хотим, чтобы вы нас любили!

Если вы чувствуете что ситуация уходит у вас из под контроля или кончаются силы и терпение и вы чувствуете что вам понадобится помощь специалистов, вы можете обратиться к нам по телефону или написать на электронный адрес.