

Консультация для родителей.

Тема: «Детская агрессия.

Причины и способы ее преодоления.»

Агрессия, к сожалению, окружает нас и наших детей. Агрессивность в поведении человека может быть защитной, часто «агрессивными» называют детей, «неудобных», у которых проблемы в общении со сверстниками и со взрослыми. Почему ребенок становится агрессивным, всегда ли причинами такого поведения являются внешние факторы, что в таком случае делать родителям, как помочь?

Признаки агрессивности:

- ребенок вспыльчив, непокорен, непредсказуем. По характеру: самоуверен, недостаточно внимателен к чувствам окружающих, дерзок, проявляет негативизм.

Причины агрессивного поведения:

Нарушения эмоционально-волевой сферы:

- неумение ребенка управлять своим поведением;
- недостаточное усвоение ребенком общественных норм поведения, общения.

Неблагополучная семейная обстановка:

- отчуждение, постоянные ссоры, стрессы;
- нет единства требований к ребенку;
- ребенку предъявляются слишком суровые или слабые требования;
- физические (особенно жестокие) наказания;
- асоциальное поведение родителей;
- плохие жилищно-бытовые условия, материальные затруднения.

Советы родителям

1. Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, показывая ребенку личный (положительный) пример.
2. Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
3. Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
4. Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть.
5. Направьте его энергию в положительное русло (например, спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (восточные единоборства, ушу, рисование, пение).
6. Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.

7. Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
 8. Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.
 9. На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
 10. Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
 11. Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!».
 12. Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научиться быть гуманным и добрым.
 13. В том случае, если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему предоставляется такая возможность в игре. Можно предложить ему следующие игры: подраться с подушкой; рвать бумагу; используя «стаканчик для криков», высказать свои отрицательные эмоции; поколотить стул надувным молотком; громко спеть любимую песню; налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом; пробежать несколько кругов вокруг дома или по коридору; покидать мяч об стену; устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
 14. Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, окриknите ребенка.
 15. Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой. Например, можно сказать ребёнку: «Если ты хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул», а затем научите ребенка выражать свои чувства, переживания в словесной форме.
 16. Помните, что бороться с агрессивностью нужно терпением, объяснением, поощрением.
- Можно выделить несколько шагов по преодолению агрессивного поведения у ребенка.

1 шаг - стимуляция гуманных чувств:

- стимулируйте у агрессивных детей умение признавать собственные ошибки, переживание чувства неловкости, вины за агрессивное поведение;
- учите его не сваливать свою вину на других;
- развивайте у ребенка чувство эмпатии, сочувствия к другим, сверстникам, взрослым и живому миру.

Например:

«Миша, неужели тебе не жалко других детей?»

«Если ты других жалеть не будешь, то и тебя никто не пожалеет».

Спросите у ребенка, почему плачет обиженный ребенок.

Предложите помириться с обиженным ребенком («Мирись, мирись и больше не дерись...»)

2 шаг - ориентация на эмоциональное состояние другого. Стремитесь обратить, привлечь внимание к состоянию другого, не выражая оценочного отношения к случившемуся. Например: «Ты сейчас чувствуешь себя победителем?», «Кому сейчас плохо, как ты думаешь?»

Если агрессивный ребенок стал свидетелем того, как обидели Лену, то взрослый предлагает ему: «Давай пожалеем Лену!»

«Как ты думаешь, сейчас только тебе плохо или еще кому-то?», «Тебе сейчас грустно?», «Ты злишься?», «Ты чувствуешь усталость и ни с кем не хочешь разговаривать?».

3 шаг - осознание агрессивного и неуверенного поведения или состояния:

- помогите агрессивному ребёнку адекватно оценивать эмоциональное состояние ребёнка-жертвы, а не только собственное;
- постарайтесь понять характер агрессивности - защитный или более похожий на жестокость без сочувствия к обиженным;
- стимулируйте осознание особенностей вспыльчивого и неуверенного поведения детьми;
- стремитесь поставить агрессивного ребёнка на место ребёнка-жертвы;
- чаще разговаривайте с агрессивным ребёнком о палитре его собственных эмоциональных состояний;
- чаще спрашивайте у него о вариантах выхода из конфликтной ситуации;
- объясняйте, какими другими неагрессивными способами он может самоутвердиться;

- расскажите, что такое вспышка гнева и что означает «контролировать» собственную агрессию, и зачем это необходимо делать;
- спрашивайте у ребенка, в каких случаях он чаще всего становится сердитым, теряет над собой контроль;
- объясните ребенку, зачем необходимо и что означает «контролировать» собственную агрессию.

Стратегии коррекции агрессивного поведения детей

Стратегия на отреагирование агрессивного поведения:

- помогите ребёнку выражать негативные эмоциональные состояния не гневом и враждебностью, а другими эмоциями и поведением;
- учите выплёскивать гнев в приемлемой форме;
- учите агрессивного ребёнка говорить словами о том, что ему нравится или не нравится;
- учите ребёнка выражать агрессию словами, а не физической агрессией;
- стремитесь использовать чувство юмора, объяснять ребёнку, склонному к агрессии, следующее: «Если кто-то на тебя лает, то не надо лаять (реагировать) в ответ».

Стратегия на переключение состояния:

- стимулируйте положительные эмоции у ребёнка с целью переключения с агрессивного состояния на иное. Используйте новизну, необычность, неожиданность игрового и неигрового поведения и действий с предметами, чтобы переключить ребёнка на неагрессивное поведение.

Стратегия на предупреждение агрессивных состояний:

- у ребёнка: не навешивайте ярлыки на агрессивного ребёнка: злой, забияка, драчун, вредина и более обидные;
- у взрослого: помните, что у вас есть много способов изменения поведения.

Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные ниже. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры, а также с друзьями своего ребёнка).

Самое главное – попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.

Памятка для родителей

Как надо вести себя родителям с агрессивным ребенком

- Первым делом нащупать все болевые точки в семье.
- Нормализовать семейные отношения.
- Ликвидировать все агрессивные формы поведения среди близких, помня, что ребенок, подражая, видит все.
- Что-то требуя от ребенка, учитывать возможности его, а не то, как Вам хотелось бы это видеть.
- Попытаться погасить конфликт еще в зародыше, направляя интерес ребенка в другое русло.
- Научить его общению со сверстниками, уделяя максимум внимания при поступлении в детский сад.
- При драчливости ребенка главное – не разъярить, а предотвратить удар.
- Помнить, что и слово может ранить малыша.

Памятка для родителей

Как не надо вести себя родителям с агрессивным ребенком

- Постоянно внушать ему, что он плохой. Помните, что отрицательная оценка взрослых формирует отрицательную самооценку у малыша и затрудняет его общение с внешним миром.
- Негибкими воспитательными мероприятиями загонять ребенка в угол, ожесточая его.
- Использовать агрессивные методы воспитания и наказания (шлепки, угол, ремень). Не забывайте, что агрессивность – это следствие враждебности, а воспитательные мероприятия – не орудия сражения.
- Позволять ребенку даже нарочно стрелять во взрослых игрушечным пистолетом.
- Учить мучить домашних животных.
- Преднамеренно разжигать романтические чувства к одному из родителей.
- Культивировать вражду между ним и сверстниками.
- Оскорблять достоинство малыша грубыми словами.
- Не любить его или любить только "оценочной" любовью.

- Когда нет видимых причин для агрессии малыша, обратитесь к психологу и психоневрологу.

Памятка воспитателям как вести себя с агрессивным ребенком:

1. Включайте ребенка с агрессивным поведением в продуктивную деятельность чаще, чем других детей;
2. Не оставляйте агрессивные реакции ребенка без внимания: давайте понять ребенку, что вы небезразлично относитесь к ним. Говорите о своем отношении к поведению ребенка;
3. Говоря о поведении ребенка, отмечайте конкретный поступок, не оценивайте негативно личность ребенка в целом;
4. Избегайте отрицательных оценок («плохой», «агрессивный», «злой» и т. п.);
5. Дайте возможность ребенку чаще проявлять заботу о других детях, о младших;
6. После проявления ребенком агрессивной реакции выразите свое отношение к нему и переключите ребенка на другую деятельность;

«Игры с агрессивными детьми»

"ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ"

(для детей с 4 лет)

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

"ДЕТСКИЙ ФУТБОЛ"

(для детей с 4 лет)

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья – обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.

Примечание: взрослый следит за соблюдением правил – нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

"ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС "МОЖНО"

(для детей с 4 лет)

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.

Примечание: "часы" можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

"ПАДАЮЩАЯ БАШНЯ"

(для детей с 5 лет)

Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника – штурмом взять её (запрыгнуть, издавая победные крики типа:

"А-а-а", "Ура!" и т. д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив её стены.

Примечание:

- Каждый участник может сам себе построить башню такой высоты, которую, по его мнению, он способен покорить.
- После каждого штурма "болельщики" издают громкие крики одобрения и восхищения: "Молодец!", "Здорово!", "Победа!" и т. д.