

Консультация для родителей на тему: "Детская агрессия"

«Каждый может разозлиться - это легко. Но разозлиться настолько, насколько нужно и по той причине, по которой нужно, - это дано не каждому». Аристотель.

Агрессия - это физическое или вербальное (словесное) поведение, направленное на причинение вреда кому-либо. Психологи различают два вида агрессии: инструментальную (проявляется человеком для достижения определенной цели) и враждебную (причинить человеку боль). Инструментальная агрессия проявляется человеком для достижения определённой цели. Она очень часто выражается у младших детей («я хочу забрать игрушку, предмет и т. д.»). У старших больше проявляется враждебная агрессия, направленная на то, чтобы причинить человеку боль. Если ваш ребенок стал вдруг драчливым, угрожает, грубит, не торопитесь делать выводы по поводу его агрессивности. Понаблюдайте за ребенком, попытайтесь понять, что стоит за его агрессией. Может, малыш чем-то разочарован? Или ему чего-то хочется, но он не может это получить? Доставляет ли ему удовольствие обижать кого-то или таким способом он вынужден защищаться? Причины детской агрессии. Родителям не стоит бояться детской агрессивности. Любой из нас в ответ на конфликтную ситуацию, несправедливое отношение и нескрываемую враждебность может стать агрессивным. Только взрослый может управлять своими эмоциями и конструктивно их выражать. Ребенок же ещё не может регулировать свое поведение социальными нормами и волевыми усилиями. Ребенок бурно показывает свое недовольство, не заботясь о том, как он при этом будет выглядеть в глазах окружающих его взрослых. Он начинает визжать и кричать. Родители пытаются его успокоить: упрощают, ругают, кричат, шлепают. Результат этого - агрессия малыша. В 3 года агрессивное поведение ребенка - это его протест против власти взрослых. И после наказания агрессия лишь возрастает. Теперь ребенок будет делать все «назло». Если Вы не выдержите

и сдадитесь, то ребенок быстро поймет, каким способом у него получилось добиться желаемого результата, и стиль такого поведения закрепится у него надолго. К 4-5 годам ребёнок уже способен контролировать свои эмоции, учитывая социальные нормы, он уже понимает, как можно себя вести, а как нельзя. После 5-6 лет агрессивное поведение ребенка - это уже специфическая форма его взаимоотношений с другими людьми. Основные причины детской агрессивности: Борьба за внимание Если ребенок не ощущает со стороны родителей нежности, любви, ласки, то он мечтает любым способом привлечь к себе внимание. Нередко родительская любовь носит оценочный характер: «Ты хорошо себя вел, таким я тебя люблю» или «Ты сегодня подрался с Глебом М., я не люблю тебя». Обида на родителей. Иногда не в силах высказать свою обиду на родителей, дети начинают вести себя агрессивно. Причины могут быть разными: появление младшего ребенка в семье, развод родителей, появление отчима, отлучение ребенка от семьи (положили в больницу, отправили к бабушке). Неуверенность в себе Часто бывает, что ребенок, чувствуя себя ненужным, начинает вести себя агрессивно. В этом случае агрессия выступает как защитная реакция. Однократные попытки агрессивного поведения встречаются у каждого ребенка. И только от родителей зависит, превратится ли эта попытка в закономерное поведение или исчезнет, не оставив и следа. Что провоцирует агрессию? В детстве один из главных путей познания окружающего мира - подражание. Ребенок стремится во всем подражать своим родителям. Если вы кричите на него, бьете, он отвечает вам тем же, считая, что такое поведение дозволено. Строгие наказания вынуждают ребенка скрывать свой гнев в присутствии родителей, но он может проявлять жестокость в других ситуациях. Например, приходя в школу и обижая младших детей. Уступчивость родителей, отсутствие рамок и границ при воспитании также способствует возникновению неконтролируемой агрессии ребенка. Родители должны быть тверды и решительны в своих требованиях и запретах. В противном случае ребенок будет манипулировать вашими слабостями. Устанавливая какой-либо запрет

или ограничение, стоит сказать ребенку: «Я тебя люблю, но я не разрешаю тебе брать спички». 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 пожалует». 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 выразить 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 лаяет, 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.

Советы родителям: Попробуйте выяснить, что является причиной агрессивного поведения вашего ребенка. Принимайте ребенка таким, какой он есть, со всеми недостатками. Чаще говорите ему о том, что любите его. Агрессивный ребенок нуждается, прежде всего, не в усмирении любой ценой, а в понимании его проблем и в помощи взрослого. Забота и тепло для такого ребенка – лучшее лекарство. Пусть он в каждый момент времени чувствует, что родители любят, ценят и принимают его. Пусть ребенок видит, что он нужен и важен для вас. Обсудите с ребенком его эмоции. Расскажите, что все люди иногда злятся и сердятся. Это нормально. Будьте последовательны в воспитании ребенка. Помните: в сложной работе быть родителем не бывает выходных. Если есть правила и режим, то они должны быть всегда, не вносите

дезорганизацию в жизнь ребенка. Помните, что агрессивный ребенок – это испуганный ребенок. Агрессия становится способом управления страхами, ребенок находит то решение, которое может. Ваша задача как родителей помочь ему найти другие способы преодоления страха или ситуации – более адекватные и спокойные. А самое главное любите свое чадо - это самый лучший способ избежать чрезмерной агрессивности в ребенке. Ведь если малыш чувствует Вашу любовь, разве будет он агрессивным