

АГРЕССИВНЫЙ РЕБЕНОК

Признаки агрессивности:

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

Причины:

✚ 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;

✚ Трудности обучения.

✚ Психологический климат в дошкольном учреждении.

Советы родителям:

- ✚ Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, показывая ребенку личный (положительный) пример.
- ✚ Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
- ✚ Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
- ✚ Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть.
- ✚ Направьте его энергию в положительное русло (например, спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (восточные единоборства, бокс, ушу), рисование, пение).
- ✚ Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
- ✚ Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
- ✚ Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.

- ✚ На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
- ✚ Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
- ✚ Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!».
- ✚ Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научится быть гуманным и добрым.
- ✚ 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».
- ✚ Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, окричите ребенка.
- ✚ Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой (Например: «Если ты хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул»), а затем научите ребенка выражать свои чувства, переживания в словесной форме.

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.

Например:

- ✚ Ты стукнул Веру потому, что ..., а ещё почему?
- ✚ Взрослый говорит: «Сейчас возьму листок и злое лицо изображу. Это волк! Дима, возьми резинку и злое лицо у волка (или незлое) изобрази! Как ты думаешь, почему у волка злое лицо?»
- ✚ Эти вопросы можно адресовать и ребёнку-жертве притеснения. «Как ты думаешь, почему Игорь тебя обидел? А ещё почему?»

Игры для агрессивных детей

Воробьиные драки (снятие физической агрессии).

Дети выбирают пару и превращаются в драчливых «воробьев» (приседают, обхватив колени руками). «Воробьи» боком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Кто из детей упадет или

уберет руки со своих колен, тот выбывает из игры (лечат «крылышки» и лапки у доктора Айболита). «Драки» начинаются и заканчиваются по сигналу взрослого.

Минута шалости (психологическая разгрузка).

Ведущий по сигналу (удар в бубен и т. п.) предлагает детям шалить: каждый делает то, что ему хочется – прыгает, бегает, кувыркается и т. п. Повторный сигнал ведущего через 1–3 минуты объявляет конец шалостям.

«Брыкание».

Ребенок ложится на спину на ковер. Ноги свободно раскинуты. Медленно он начинает брыкаться, касаясь пола всей ногой. Ноги чередуются и высоко поднимаются. Постепенно увеличивается сила и скорость брыкания. На каждый удар ногой ребенок говорит «Нет», увеличивая интенсивность удара.

«Уходи, злость, уходи!».

Играющие ложатся на ковер по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают со всей силой бить ногами по полу, а руками по подушкам с криком: «Уходи, злость, уходи!» Упражнение продолжается 3 минуты, затем участники по команде взрослого ложатся в позу «звезды», широко раскинув руки и ноги, и спокойно лежат, слушая спокойную музыку 3 минуты.

Каратист (снятие физической агрессии).

Дети образуют круг, в центре которого лежит обруч – «волшебный круг». В «волшебном круге» происходит «превращение» ребенка в каратиста (движения ногами). Дети, стоящие вокруг обруча, вместе с ведущим хором произносят: «Сильнее, сильнее, сильнее...», – помогая игроку выплеснуть агрессивную энергию максимально интенсивными действиями.