

## Агрессивный ребенок - его крик о помощи!

*Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома. Как вы одеваетесь, как вы разговариваете с другими людьми и о других людях, как вы радуетесь или печалитесь, как вы обращаетесь с друзьями и с врагами, как вы смеетесь, читаете газету – все это имеет для ребенка большое значение.*



*(Антон Семенович Макаренко)*

### Наиболее распространённые причины возникновения детской агрессивности

1. Отвержение (неприятие ребёнка). Ребёнок чувствует себя покинутым, незащищённым и поэтому для него не существует родительского авторитета. У ребёнка нет положительного примера, как себя вести.
2. Сверхтребовательность (чрезмерная критика, наказание за малейшие провинности) – приводит к озлобленности, стремлению делать «исподтишка», формирует чувство неполноценности и ожидание неудач. Агрессия становится способом самоутверждения.
3. Гиперопека (сверх заботливое отношение) – ребёнок лишается самостоятельности, инфантилен, не может противостоять стрессам, не может постоять за себя, может стать жертвой агрессии и вымещает свою накопившуюся агрессию на предметах (рвёт книги, ломает вещи, пишет на стенах или мебели), животных, на тех, кто слабее его или на самом себе (наносит себе какие-либо повреждения).

### Принципы общения

#### Можно\Нужно

Работу по коррекции агрессивного поведения детей следует начинать с Вами, родители. Помните, что ребёнок не может измениться к лучшему, если не произойдут необходимые изменения в семье.

- Пусть ребёнок в каждый момент чувствует, что Вы его любите, цените и принимаете, что он Вам нужен. Не стесняйтесь его лишней раз приласкать и пожалеть;
- Показывайте личный пример эффективного поведения;
- Формируйте способности к сопереживанию и сочувствию (способности к эмпатии);

- Обучайте ребёнка распознавать собственные эмоциональные состояния и состояния окружающих людей. Расширяйте поведенческий репертуар ребёнка;
- Будьте последовательны в наказаниях ребёнка, наказывайте за конкретные поступки. Наказания не должны унижать ребёнка;
- Дайте ребёнку возможность выплеснуть свою агрессию, сместить её на другие объекты (например, поколотить подушку);
- Замечайте, когда ребёнок в конфликтных ситуациях ведёт себя неагрессивно и поощряйте его за это;
- Отрабатывайте навыки реагирования в конфликтных ситуациях. Учите ребёнка брать ответственность на себя.
- Наказания или угрозы наказания;
- Обобщения типа: "Ты, как всегда...", "Ты никогда не...";
- Сравнение ребенка с другими детьми - не в его пользу;
- Соманды, жесткие требования, давление;
- Оправдания, подкуп, награды.

Некоторые из этих реакций могут остановить ребенка на короткое время, но возможный отрицательный эффект от такого поведения взрослого приносит куда больше вреда, чем само агрессивное поведение.

### Профилактика агрессии у детей

- Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия;
- Не давайте своему ребенку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд;
- Не ставьте своему ребенку каких бы то ни было условий;
- Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребенка;
- Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяете делать себе;
- Не изменяйте своих требований по отношению к ребенку в угоду чему-либо;
- Не шантажируйте ребенка своими отношениями друг с другом;
- Не бойтесь поделиться со своим ребенком своими чувствами и слабостями;
- Не меняйте своё отношение к ребенку в зависимости от его успехов.

Также родители могут самостоятельно заниматься коррекцией агрессивности

### Нельзя

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

- Повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
- Демонстрация власти, (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;
- Использование физической силы;
- Втягивание в конфликт посторонних людей;
- Непреклонное настаивание на своей правоте;
- Нотации, проповеди, "чтение морали";

своих детей с помощью сказкотерапии; психотехнических освобождающих игр; арт-терапии; режиссёрских игр.

### Содержание предложенных методических приемов:

*Сказкотерапия* — это чтение литературных произведений, в которых раскрывается сила добра и слабость зла.

- После чтения необходимо провести беседу. Отвечая на поставленные вопросы ребёнок учится давать собственную оценку действиям и поступкам героев, становиться на место как «злых», так и «добрых» персонажей, формируя тем самым способности к эмпатии.

### Психотехнические освобождающие игры

Они направлены на ослабление внутренней агрессивной напряженности ребенка, на осознание им своих враждебных переживаний, приобретение эмоциональной и поведенческой стабильности. Освобождающие игры (типа всевозможных «бросалок», «кричалок») — это своеобразный канал для выпуска разрушительной энергии в социально приемлемой форме.

- В основе агрессии лежит гнев, именно от него следует научиться освобождаться. Конечно, это не означает, что всем дозволено драться кусаться. Просто мы должны научиться сами и научить детей выражать свои чувства приемлемыми, неразрушительными способами.

### Игры для снятия агрессии:

#### Игра «Цыплята»

- Ребенку предлагается приготовить «корм» для цыплят, то есть разорвать лист бумаги на мелкие-мелкие кусочки.

#### Игра «Молчанка»

- Эта игра проводится с командами «Стоп!» или «Замри!». Агрессивные дети не только эмоционально и моторно разряжаются, но и приобретают элементарные навыки самообладания, развивают способность к самоконтролю за своими эмоциями и поступками.

#### Игра-упражнение «Где прячется злость?»

- Ребенок закрывает глаза, одну руку с вытянутым указательным пальцем поднимает вверх. Не открывая глаз нужно словом или жестом ответить на вопросы: «Где у вас злость прячется? В коленях, в руках, в голове, в животе? А гнев? А раздражение? А грусть? А радость?»

#### Арт-терапия

Очень полезны для снятия агрессии игры с водой, песком, глиной. Летом разрешите даже очень маленькому ребенку повозиться в песке (сухом и мокром), в воде. В холодное время года это можно заменить купанием в ванне. Например, дети любят переливать воду из одной емкости в другую.

- Снимает напряжение лепка из воска, пластилина, теста. Лепите фигурки, придумывайте истории с ними.
- Хорошо снимает напряжение, создает положительный эмоциональный фон — рисование красками.

## Режиссерская игра

В режиссерской игре ребенок распределяет все роли между игрушками, а на себя принимает функцию режиссера. Ребенок имеет возможность самостоятельно организовывать игровую ситуацию, выбирать сюжет, регулировать взаимоотношения между персонажами, мотивировать их поступки и создавать характеры. Выполняя психотерапевтическую функцию (ребенок может проявить свою агрессию, «спрятавшись» за куклу-персонаж), эта игра решает еще педагогические коррекционно-развивающие задачи. Поскольку агрессивный ребенок сам руководит всеми куклами — «агрессором», «провокатором», «жертвами», «свидетелями», — то он невольно встает на место каждого персонажа. Иными словами, помимо «агрессора» ему приходится побывать и в роли «жертвы», осознать ее положение. Таким образом, в режиссерской игре ребенок учится оценивать конфликтную ситуацию с нескольких точек зрения, находить различные варианты поведения в ней и выбирать приемлемый вариант. Кроме того, у ребенка развивается способность координировать свое поведение с поступками других людей.

*Ребенок — зеркало семьи; как в капле воды  
отражается солнце, так в детях  
отражается нравственная чистота матери и  
отца.  
(Василий Александрович Сухомлинский)*



**Рекомендовано к прочтению**



**Консультацию подготовила  
педагог-психолог: Победимская Ю.В.**