

Агрессивное поведение у дошкольника: что делать родителям.



Агрессия(от латинского – нападение, приступ) – это разрушительное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевлённым и неодушевлённым), приносящее физический ущерб людям (отрицательные переживания, состояние напряжённости, страха, подавленности и т.д). Учёные А. Басс и А. Дарки выделяют 5 типов агрессии, которые схематично могут выглядеть таким образом:

Агрессия:

Физическая агрессия – физические действия против кого –либо;

Косвенная агрессия:

- Раздражение (вспыльчивость, грубость);
- Негативизм(оппозиционная манера поведения);
- Вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань);
- Направленная (сплетни, злобные шутки);
- Ненаправленная (крики в толпе, топанье).

Согласно некоторым теориям, агрессия является неотъемлемой частью человеческой природы.

Все эти виды агрессии можно наблюдать у людей всех возрастов, а иногда они проявляются с раннего детства.

- Он не может промолчать, когда чем-то недоволен
- Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отплатить ему тем же,
- Иногда ему без всякой причины хочется выругаться,
- Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки
- Иногда он не прочь подразнить животных,
- Очень сердиться, когда ему кажется, что кто-то подшучивает над ним,

- Кажется, что иногда у него вспыхивает желание сделать плохое, шокирующее окружающих,
- В ответ на обычные распоряжения старается сделать наоборот,
- Часто не по возрасту ворчливый,
- Любит быть первым, командовать, подчинять себе других,
- Неудачи вызывают у него сильное раздражение, в своих неудачах ищет виноватых,
- Легко ссорится, вступает в драку,
- Не считается со сверстниками, не уступает, не делится,
- Уверен, что любое задание выполнит лучше других.



Агрессивное поведение в детском возрасте – достаточно обычное явление. Агрессия ребёнка может быть направлена:

- на окружающих людей вне семьи (на педагога, детей в группе);
- на близких людей;
- на животных;
- на себя (выдёргивание волос, кусание ногтей, отказ от еды);
- на внешние объекты (разрушение предметов, порча имущества);
- на символические и фантазийные объекты (рисунки, компьютерные игры агрессивного содержания).

Мотивы агрессивного поведения у детей.

Агрессивное поведение чаще всего **бессознательно**. Его мотивы могут не осознаваться ребёнком. Агрессия вызывается словами и поступками (оскорбления, провокации, обвинения, издёвки, насмешки), унижающие человеческое достоинство. В таких случаях агрессивное поведение выступает как проявление ребёнком психологической защиты.

"Психологическая защита" – специальная система стабилизации личности, направленная на устранение или сведение до минимума чувства тревоги, связанного с осознанием конфликта. Главная задача психологической защиты – устранение психологического дискомфорта, а не реальное разрешение конфликтной ситуации. Поэтому некоторые психологи считают, что психологическая защита является не нормальным, а необычным способом разрешения ситуации, которая человеку не приятна. О

действии психологической защиты можно говорить тогда, когда человек вместо выявления причин проблемной ситуации начинает искать "виновного" и продумывает способы мести (становится агрессивен).

Характер агрессивного поведения во многом определяется возрастными особенностями.

Переход от возраста к возрасту сопровождается естественными пиками агрессивности (возрастные кризисы). Возрастные кризисы связаны с появлением новых потребностей, которые не удовлетворяются по различным причинам. Если взрослые переживают возрастные кризисы каждые 7–10 лет, то у ребёнка это наблюдается значительно чаще.

Формы проявления агрессии у детей дошкольного возраста.



Исследования показывают, что младенцы часто проявляют гнев, если их потребности недостаточно учитываются. Маленькие дети склонны проявлять жестокость по отношению к новорожденным брату или сестре, желая сохранить материнскую любовь.

Адаптация к режиму в детском саду сопровождается драками, царапаньем, плевками – то есть открытым проявлением агрессии. Но бывает и пассивное проявление ребёнком агрессии – ребенок упрямится, отказывается от еды и игр, грызет ногти.

Уровень агрессивности детей снижается в дошкольном возрасте. Пик их неуступчивости приходится на 2 года, а агрессивности – на 3 года. Если у ребёнка закрепились агрессивные привычки, то после 13 лет скорректировать их очень сложно.

Поведение ребёнка существенно зависит от эмоционального климата в семье.



Поведение ребенка зависит от того, как складываются его отношения с матерью. У большинства годовалых детей, привязанных к матери, позже проявляется больше дружелюбия, они лучше учатся, меньше конфликтуют с взрослыми, больше уверены в себе. Если же мать относится к воспитанию ребёнка халатно, то дети страдают, у них проявляются частые вспышки гнева, а впоследствии формируется стойкое агрессивное поведение (многие преступники не были привязаны к матери в раннем возрасте).

Агрессивные дети обычно вырастают в семьях, где ими мало интересуются, предпочитают физическое наказание терпеливому объяснению. Но наказание эффективно лишь тогда, когда оно адекватно поступку, последовательно и сопровождается доброжелательным, терпеливым объяснением правил поведения. В качестве наказания могут быть использованы лишение поощрений, временная изоляция от сверстников, а не физическое наказание и демонстрация враждебного отношения.

Детская агрессия является обратной стороной незащитности.

Незащищённость порождает страх. Стараясь справиться со своими страхами, ребёнок прибегает к защитно-агрессивному поведению.

Как вести себя с агрессивным ребёнком.

Для предупреждения агрессивного поведения детей существует широкий спектр возможностей. Специалистами (психологами, педагогами) разработаны специальные рекомендации для взрослых по работе над агрессивным поведением детей. Эти правила позволяют в конфликтной ситуации с детьми и подростками обеспечить её позитивное разрешение конфликта и установить партнёрские отношения.



Правило 1. Игнорируйте незначительную агрессию.

Когда агрессия детей не опасна и объяснима, взрослому целесообразно реагировать на поведение ребёнка следующим образом:

- просто "не замечайте" реакцию ребёнка;
- выражайте понимание чувств ребенка: "Я понимаю, что тебе обидно";
- переключайте внимание ребёнка на что-то, например, предложите выполнить какое-либо задание (поиграть);
- позитивно обозначьте его поведение: "Ты злишься потому, что устал".

Агрессия накапливается у всех людей, то взрослый, видя и понимая ситуацию, может просто внимательно выслушать ребёнка и постараться переключить его на что-то другое.

Внимание взрослого – необходимость для ребёнка.

Часто именно недостаток такого внимания и ведёт к агрессивному поведению. Помните, что игнорирование агрессии – мощный способ изменения нежелательного поведения.

Правило 2. Акцентируйте внимание на поступках (поведении), а не на личности ребёнка.

В момент агрессии опишите поведение ребёнка при помощи следующих словесных вариантов:

- "Ты ведёшь себя агрессивно" (констатация факта);
- "Ты злишься?" (констатирующий вопрос);
- "Ты хочешь меня обидеть?";
- "Ты демонстрируешь мне силу?" (раскрытие мотивов агрессора);
- "Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне";
- "Я напрягаюсь, когда кто-то громко кричит" (раскрытие собственных чувств по отношению к нежелательному поведению);

- "Ты нарушаешь правила поведения" (апелляция к правилам).

Взрослому нужно проявлять спокойствие, доброжелательность и твёрдость. Акцент делайте только на поступке, чтобы ребёнок (подросток) не услышал в тоне голоса, что вы против него. Не вспоминайте аналогичное поведение в прошлом. После того как ребёнок успокоится, нужно обсудить с ним его поведение подробно и объяснить, почему его поступок неприемлем. Делайте акцент на том, что агрессия больше вредит ему самому, чем окружающим. Подумайте вместе, без свидетелей, какое поведение в данном случае было бы более приемлемо.

Правило 3.

Контролируйте собственные негативные эмоции.

Демонстрируя свою агрессию, ребёнок проявляет негативные эмоции: раздражение, гнев, возмущение, страх, беспомощность. При общении с агрессивным настроенным ребёнком аналогичные эмоции могут возникнуть и у взрослого. Но взрослый, должен уметь сдерживаться. Контролируйте себя, демонстрируя положительный пример в обращении со встречной агрессией, и сохраняйте партнёрские отношения, необходимые для дальнейшего сотрудничества.

Старайтесь:

- не повышать голос, не кричать, не устрашать;
- не демонстрировать свою власть: "Будет так, как я скажу";
- не принимать агрессивные позы и жесты (сжатые челюсти, пальцы в кулаки);
- не смеяться над ребёнком, не передразнивать его;
- не оценивать личность ребёнка или его друзей;
- не использовать физическую силу, не угрожать;
- не читать нотации, проповеди;
- не оправдываться, не пытаться защищать себя или подкупать ребёнка.

Иногда агрессивное поведение детей связано с желанием вызвать гнев взрослого, тем самым показав его слабость. Если взрослые попадают на эту "провокацию" – они теряют свой авторитет в глазах детей и возможность устанавливать партнёрские отношения. Взрослый должен проявить усилия, чтобы снизить напряжение и агрессию.

Правило 4.

Сохраняйте положительную репутацию ребёнка.

Ребёнку, впрочем, как и некоторым взрослым, очень трудно признать свою неправоту. Публичное обсуждение может его больно ранить и, как правило, приведёт только к усилению агрессивного поведения в дальнейшем. Чтобы сохранить ребёнку положительную репутацию, используйте следующие варианты поведения с ним:

- "Ты, возможно, неважно себя чувствуешь",
- "Ты не хотел его обидеть" (публично минимизируйте вину ребёнка);
позвольте выполнить ваше требование частично, по-своему;
предложите ребёнку договор с взаимными уступками.

Если настаивать на полном подчинении, можно спровоцировать новый взрыв агрессии. Если позволить подчиниться "по-своему", инцидент будет исчерпан скорее.

Правило 5.

Демонстрируйте неагрессивное поведение.

В результате конфликта обе стороны теряют контроль. Чем меньше возраст ребёнка, тем более доброжелательным должно быть ваше поведение в ответ на агрессию.

Поведение взрослого должно быть противоположно плохому поведению ребёнка. Можно использовать следующие приёмы:

- выдержать паузу (выслушать молча);
- тайм-аут (предоставить ребёнку возможность успокоиться в одиночестве);
- внушать спокойствие жестами, мимикой;
- пошутить ("Ты сейчас выглядишь круче Терминатора").

Дети быстро перенимают неагрессивную модель поведения. Главное условие – искренность взрослого и соответствие тона его голоса, жестов, мимики, пантомимики высказанной им мысли.

На начальной стадии агрессивного поведения (при первых незначительных признаках) можно переключить внимание ребенка. Переключить внимание ребёнка можно на игру. Игра – лучший способ снять эмоциональное напряжение, тревоги, страх. На смену агрессии в игре приходит уверенность в себе, развивается позитивная самооценка, укрепляется эмоциональная сфера ребёнка.

Игры и упражнения для детей, склонных к агрессивному поведению.



Играя, соблюдайте следующие правила:

1. Обязательно хвалите ребёнка: "Хорошо!", "Молодец!", "Умница!", "Как у тебя здорово получается!", "Смотри, как нам интересно!"
2. Атмосфера в процессе игры должна быть положительной?
3. Все, даже самые неожиданные и странные ответы ребёнка – хорошие! В игре нет "правильного" или "неправильного".

ИГРА "ДА И НЕТ".

Цель: снять у ребёнка состояние апатии, усталости, пробудить жизненные силы.

Оборудование: небольшой колокольчик.

Ход игры:

В игре задействован только голос. Вы с ребёнком будете вести воображаемый бой словами. Решите, кто начнёт и скажет слово "да", а другой будет говорить слово "нет". Весь ваш спор будет состоять из двух этих слов. Начать нужно очень тихо, вполголоса и далее увеличивать громкость до тех пор, пока кто-то из вас двоих не решит, что громче уже некуда. Тогда он возьмет колокольчик и позвонит. Звон колокольчика – сигнал к тому, что нужно замолчать и почувствовать, как приятно побыть в тишине.

Если захотелось поиграть ещё, можно продолжить, поменявшись словами.

ИГРА "КЛЯКСЫ".

Цель: снять у ребёнка страх и состояние агрессии.

Оборудование: чистые листы бумаги, жидкая краска (можно гуашь).

Ход игры:

Предложить ребёнку взять на кисточку немного краски любого цвета и плеснуть "кляксу" на лист. Сложите лист вдвое так, чтобы "клякса" отпечаталась на второй половине листа. Разверните лист и постарайтесь понять, на кого или на что похожа полученная двухсторонняя "клякса". Агрессивные или тревожные, подавленные дети выбирают тёмные цвета и видят в своих "кляксах" агрессивные сюжеты (чудовищ, страшных пауков и т. д.). Обсуждая "страшный рисунок", ребёнок освобождается от отрицательной энергии.

Родители должны брать для своей "кляксы" обязательно светлые краски и придумывать приятные, спокойные ассоциации (бабочки, сказочные цветы, деревья и т. д.)

ИГРА "ПОВТОРИ ЗА МНОЙ".

Цель: снять у детей усталость, агрессию.

Оборудование: карандаши.

Ход игры:

Вы выстукиваете карандашом по столу ритм какой-то песни. Затем просите ребёнка повторить этот ритм. Если ритм повторён правильно, вы с ребёнком его простучите вместе. Затем ребёнок задаёт свой ритм, и вы его повторяете. Можно задание усложнить, попросив определить, какая это песня.

ИГРА "ОПРЕДЕЛИ ИГРУШКУ".

Цель: переключить внимания детей с агрессии на игру, развивать мышление и речь.

Оборудование: игрушки.

Ход игры:

Предложите ребёнку принести 5–6 разных игрушек, разложить их перед вами и придумать загадку про какую-нибудь из них. Вы разгадываете, какая это игрушка. Если отгадаете правильно, ребёнок её убирает. Придумывать загадки можно по очереди, меняясь местами. Это очень интересно.

ИГРА "РУБКА ДРОВ".

Цель: дать возможность детям почувствовать свою агрессивную энергию и выбросить её через движение.

Ход игры:

Предложите взять ребёнку в руки воображаемый топор. Покажите, как топором рубят дрова. Попросите ребёнка показать, какой толщины кусок бревна ему бы хотелось разрубить. Скажите, что нужно поставить бревно на пень, поднять топор высоко над головой и опустить его на бревно, громко вскрикнув "Ха!". Затем поставьте чурку перед ребёнком и предложите рубить её 2–3 минуты. В конце он должен сказать, сколько чурок перерубил.

Можно рубить дрова и всей семьёй. Каждый должен сказать, сколько дров он нарубил.

ИГРА "ТУХ-ТИБИ-ДУХ".

Цель: снять у детей негативные эмоции.

Ход игры:

Говорите ребёнку: "Вижу, у тебя плохое настроение. Я знаю одно волшебное заклинание против дурного настроения. Нужно сделать вот что. Ходи по комнате и сердито-пресердито произноси: "Тух-тиби-дух!" Затем подойди ко мне и тоже сердито-пресердито произнеси это заклинание, затем к маме (папе). Есть один запрет: нельзя смеяться. Повторять заклинание до тех пор, пока оно не подействует".

ИГРА "ПОСЛОВИЦЫ".

Цель: снять у детей усталость, раздражение, развивать воображение, речь, мышление.

Ход игры:

Вы предлагаете ребёнку либо показать, изобразить простую поговорку, либо объяснить, как он понимает её смысл.

- **Пословицы:**

- "Семь раз отмерь, один – отрежь";
- "Дело мастера боится";
- "На все руки мастер";
- "Картошка поспела – берись за дело";
- "Без труда не выловишь и рыбку из пруда";
- "Больше дела – меньше слов";
- "Горе есть – горюй, дело есть – работай";
- "Заработанный хлеб сладок";
- "Без работы пряников не купишь";
- "Чтобы не ошибиться, не надо торопиться";
- "Будешь книги читать, будешь всё знать";
- "Ученье свет, а неученье – тьма";
- "Дом без книги, что без окон".

ИГРА "РАЗРЫВАНИЕ БУМАГИ".

Цель: снизить напряжение, уровень тревоги у детей (дошкольники, младшие школьники), выбросить негативные эмоции.

Оборудование: старые газеты.

Ход игры.

Предложите ребёнку рвать бумагу на кусочки разного размера и бросать их в центр комнаты. Вы может тоже рвать бумагу вместе с ним. Когда куча в центре комнаты станет большой, пусть ребёнок поиграет с ней, подбрасывая кусочки вверх, разбрасывая их или прыгая на них.

УПРАЖНЕНИЕ "ТРИ СЛОВА".

Цель: снять усталость у детей, переключить внимание, развивать мышление.

Ход игры:

Предложите составить как можно больше предложений, включающих следующие слова, то есть в каждом предложении обязательно должны быть все три данных слова:

- озеро, медведь, карандаш;
- улица, книга, фартук;
- мяч, небо, цветок;
- очки, сумка, велосипед.

Материал подготовлен психологом, Радюк Е.А.