



*ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА №1
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И СОТРУДНИКОВ*

"ПРОСТОР"

Газета для тех, кто растит и воспитывает детей.

Внимание! Детская агрессия!



Агрессия (в наиболее общем определении) - это поведение, причиняющее ущерб. Агрессия по форме подразделяется на **физическую** (избиение, ранение) и **вербальную** (словесную: оскорбление, клевета, отказ от общения).

Агрессия всегда сопровождается негативными эмоциями и намерением причинить зло. Согласно некоторым теориям, агрессия является неотъемлемой частью человеческой природы.

Психолог К. Лоренц считал, что агрессия берёт начало из врождённого инстинкта борьбы за выживание, который присутствует у всех людей, так же как у животных. Агрессивная энергия накапливается с течением времени. И чем больше её в организме, тем менее значимый нужен толчок, чтобы она выплеснулась наружу. Лоренц полагал, что если человек участвует в действиях, не связанных с причинением ущерба, это ослабляет агрессию или предотвращает накопление агрессивной энергии до опасного уровня.

Агрессивное поведение в детском возрасте - достаточно обычное явление.

Агрессия ребёнка может быть направлена: на окружающих людей вне семьи (на педагога, одноклассников); на близких людей; на животных; на себя (выдёргивание волос, касание ногтей, отказ от еды); на внешние объекты (разрушение предметов, порча имущества); на символические и фантазийные объекты (рисунки, собирание оружия, 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 (оскорбление, провокация, обвинение, издёвка, насмешка), которые унижают 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). 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 и прежде всего от того, как складываются его отношения с матерью. У 68 % годовалых детей, привязанных к матери, позже проявляется больше дружелюбия, они лучше учатся, меньше конфликтуют со 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.

В целом, **детская агрессия является обратной стороной незащищённости**. 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. 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 (подростка);

выражайте понимание чувств ребёнка: "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".

КОММЕНТАРИИ. Поскольку установлено, что 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).

КОММЕНТАРИИ. Проговаривая одно из высказываний, взрослому нужно проявлять **спокойствие, доброжелательность и твёрдость.** Акцент делайте только на поступке, чтобы ребёнок не услышал в тоне голоса, что вы против него. Ни в коем случае 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 агрессивно 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 утрашивать;

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.

КОММЕНТАРИИ. Зачастую агрессивное поведение детей связано с **желанием вызвать гнев взрослого,** тем самым показав его слабость. Если взрослые попадают на эту "удочку" - они теряют возможность устанавливать партнёрские отношения. Взрослый должен проявить усилия, чтобы снизить напряжение и агрессию.

Правило 4. Сохраняйте положительную репутацию ребёнка.

Ребёнку, 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.

КОММЕНТАРИИ. Настаивая 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. Вы должны помнить, что чем меньше возраст ребёнка, тем более доброжелательным должно быть ваше поведение в ответ на агрессию. Поведение

взрослого должно быть **противоположно** плохому поведению ребёнка (подростка). Поэтому здесь возможно использование следующих приёмов:

выдерживайте паузу (выслушивайте молча);

тайм-аут (предоставьте ребёнку возможность успокоиться в одиночестве);

внушайте спокойствие жестами, мимикой;

шутите ("Ты сейчас выглядишь круче Шварценегера")

КОММЕНТАРИИ. Дети довольно быстро **перенимают неагрессивную модель поведения**. Но главное условие - искренность взрослого и соответствие тона его голоса, жестов, мимики, пантомимики высказанной им мысли.

Итак, на начальной стадии агрессивного поведения (при первых незначительных признаках) лучше всего использовать следующие методы борьбы с агрессией:

игнорирование;

переключение внимания;

"изящный уход".

Изящный уход - это дипломатический манёвр, позволяющий всем участникам спокойно выйти из конфликтной ситуации. Любая оригинальная или нестандартная реакция взрослого на агрессивное поведение ребёнка помогает уладить проблемную ситуацию лучше, чем угрозы и физические меры.

Переключить внимание ребёнка можно на игру. **Игра** - самый лучший способ весёлого и занимательного времяпрепровождения, а также это лучший способ снять эмоциональное напряжение, тревоги, страх. На смену агрессии в игре приходит **уверенность в себе**, развивается **позитивная самооценка**, укрепляется **эмоциональная сфера** ребёнка.

Список литературы

1. <http://el.z-pdf.ru> Бесплатная электронная библиотека. Педагогика - онлайн документы. Специальность 13.00.00

*Выпуск газеты подготовлен
педагогом – психологом
Е. В. Ереминой
2020г*

