

МБОУ СОШ № 11

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

«Способы профилактики и коррекции детской агрессивности»



Педагог – психолог И.В. Юдакова

Цель: формирование у родителей культуры понимания проблемы детской агрессии и пути её преодоления.

Агрессия - это всегда целенаправленное, умышленное действие, нацеленное на причинение вреда.

Агрессия – это действие, то **агрессивность** – это свойство личности, выражающееся в готовности совершить это действие.

Виды агрессии:

Недеструктивная агрессия (настойчивое невраждебное самозащитное поведение, направленное на достижение цели и тренировку).

Вызывается врожденными механизмами и служит для адаптации. Механизмы функционируют с момента рождения человека. Данная форма агрессии мотивирует развитие познания и способности полагаться на себя, а также побуждает к необходимой конкуренции.

Она нужна для защиты своих потребностей, собственности, удовлетворения личных желаний.

Враждебная деструктивная агрессия - это не просто злобное и враждебное поведение, но и желание причинить боль, получить от этого удовольствие.

Результатом такого поведения обычно бывают конфликты, становление агрессивности как черты личности и снижение адаптивных возможностей ребенка.

Классификация видов агрессии.

По направленности на объект:

- * гетероагрессия – направленность на окружающих: убийства, изнасилования, побои, угрозы, оскорбления, ненормативная лексика ит.д.;
- * аутоагрессия – направленность на себя: самоуничтожение вплоть до самоубийства, саморазрушающее поведение, психосоматические заболевания.



По причине появления:

- реактивная агрессия – реакция на какой-то внешний раздражитель (ссора, конфликт);
- спонтанная агрессия – появляется без видимой причины, под влиянием каких-то внутренних импульсов (накопление отрицательных эмоций, неспровоцированная агрессия при психических заболеваниях).

По целенаправленности:

- инструментальная агрессия – совершается как средство достижения результата: спортсмен добивающийся победы; стоматолог, удаляющий больной зуб; ребенок громко требующий от матери, чтобы она купила ему игрушку и пр;
- целевая (мотивационная) – выступает как заранее спланированное действие, цель которого – нанесение вреда или ущерба объекту: школьник, который обиделся на одноклассника и избил его; мужчина, специально нецензурно бранящий жену, и т.п.

По открытости проявлений:

- **прямая агрессия** – направляется непосредственно на объект, вызывающий раздражение, тревогу или возбуждения: открытое проявление неприязни, применение физической силы или угрозы расправы и пр.;

- **косвенная агрессия** – обращается на объекты, непосредственно не вызывающие возбуждения и раздражения, но более удобные для проявления агрессии (они более доступны, и проявление агрессии в их адрес безопасно): отец, придя с работы «не в духе», срывает злость на всей семье; мать после конфликта с соседкой без повода кричит на ребенка и т.д.

По форме проявления:

- вербальная выражена в словесной форме: угрозы, оскорбления, содержание которых прямо говорит о наличии отрицательных эмоций и возможности нанесения морального и материального ущерба противнику;
- экспрессивная – проявляется невербальными средствами: жестами, мимикой, интонацией голоса и прочее. Например, человек делает угрожающую гримасу, машет кулаком или грозит пальцем в сторону противника, громко ругается матом;
- физическая – прямое применение силы для нанесения морального и физического ущерба противнику.

Причины возникновения детской агрессивности

Заболевание центральной нервной системы.

Неспровоцированная агрессивность, асоциальность, неадекватность поведения ребенка, особенно возникшая внезапно, может быть одним из симптомов тяжелых клинических расстройств (эпилепсия, шизофрения и.т.д.). в данном случае необходимо обследование ребенка и лечение у детского психиатра.

Средство психологической защиты.

Такой способ защиты выбирают дети с сильным типом нервной системы (холерики, сангвиники). Так дети защищаются от сознательного или бессознательного неприятия их родителями или другими членами семьи (по статистике чаще приступы агрессивности проявляются у нежеланных детей). Агрессивность в таком случае, является проявлением отсутствия «базового доверия к миру», очень серьезного по последствиям в дальнейшей жизни нарушения.

Причины возникновения детской агрессивности

Следствие нарушения семейного воспитания.

- Безразличие или враждебность родителей.

- Разрушение эмоциональных связей в семье

(как между родителями и ребенком, так и между самими родителями).

- Неуважение к личности ребенка

(оскорбительные, унижительные замечания, пренебрежение).

- Чрезмерный контроль или его полное отсутствие.

Жестокосердные, властные родители стремятся во всем управлять ребенком,

подавляя его волю, не допуская проявления его личной инициативы, не давая ему

возможности быть собой.

Следствие нарушения семейного воспитания. (продолжение)

Особенно опасно, когда в качестве наказания практикуется моральная изоляция, лишение ребенка родительской любви. Результатом этого станет агрессивное поведение, направленное на окружающих. Это протест, неприятие ребенком ситуации подчинения. Так ребенок старается защитить себя, отстоять свое «Я». Он защищается даже тогда, когда никто не нападает.

Избыток или недостаток внимания со стороны родителей.

Когда ребенку уделяется чрезмерное внимание, он привыкает к моментальному исполнению любых капризов, становится избалованным.

Избыток или недостаток внимания со стороны родителей. (продолжение)

Стремление родителей служить своему ребенку, всегда угодить, опередить желания оборачивается против них. Если родители не исполняют очередной каприз, в ответ получают вспышку агрессии.

Агрессия же детей вечно занятых родителей – иная.

Это способ привлечь к себе любое, даже негативное внимание, в котором ребенок так нуждается. Они действуют по принципу:

«Пускай лучше ругает и наказывает, чем совсем не замечает».

Запрет на физическую активность.

Когда у ребенка долгое время нет возможности открыто проявлять свои и положительные и отрицательные эмоции, а также разрядиться физически, то его агрессия будет вызвана накопившейся энергией, которая не может пропасть бесследно.

Отказ в праве на личную свободу.

Ребенку необходим свой личный уголок. Важно чтобы родители без спроса не брали вещи ребенка. Ему необходима свобода чтобы он научился самостоятельно принимать решения и отвечать за них. А также уверенность в неприкосновенности того, что ему принадлежит.

Нарушение исследовательской деятельности ребенка.

Дети с нарушением развития эмоциональной сферы не способны оценить последствия своей активности. Для них равнозначно, что постучать палкой по земле, что по собаке – и то и другое объект для исследования.

Способы и направления коррекционной работы.

- Если агрессия ребенка является осознанной и контролируемой, тогда взрослому важно не поддаваться на такого рода манипуляцию. При этом можно пресечь агрессивные действия достаточно жестко (без вреда для ребенка и окружающих) либо, игнорировать эти действия.

**Если агрессия – это выражение гнева, можно
применять следующие стратегии:**

- Обучение детей способам выражения негативных чувств без вреда для окружающих (выплескивать напряжение через активные действия, занятий спортом, проявления символической агрессии);

Развитие умения снижать уровень эмоционального напряжения через физическую релаксацию (дыхательные упражнения, аутотренинги, прослушивание спокойной музыки и т.п.);

- Обучение умению предъявлять партнеру по общению свои чувства через их проговаривание и приглашение к сотрудничеству. Благодаря этому преодолеваются противоречия, предотвращаются конфликты;

*** Если агрессия – это выражение гнева, можно применять следующие стратегии:**

Формирование таких качеств как эмпатия, терпимость, доверие к людям.

В. Оклендер считает, что в психокоррекционной работе с агрессией следует предусмотреть 4 фазы.

1. предоставить ребенку приемлемые методы для выражения подавляемого гнева.
2. помочь ребенку подойти к реальному восприятию чувства гнева, побудить его отреагировать на гнев.
3. осуществить вербальный контакт с чувством гнева (пусть скажет то, что думает, тому, о ком думает).
4. обсудить с ребенком проблему гнева.



Рекомендации для родителей

1. **Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно:**

- слушайте;
- проводите вместе с ребенком как можно больше времени;
- делитесь с ним своим опытом;
- рассказывайте о своем детстве, победах и неудачах;
- если в семье несколько детей, постарайтесь общаться не только со всеми вместе, но и уделяйте свое внимание каждому в отдельности.

2. **Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса и вас легко вывести из равновесия:**

- отложите совместные дела с ребенком;
- старайтесь не прикасаться к ребенку в минуты раздражения.

3. Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии:

- говорите детям прямо о своих чувствах, желаниях, потребностях: «Я очень расстроена, хочу немного побыть одна. Поиграй, пожалуйста, в соседней комнате».

4. В те минуты, когда вы расстроены или разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить:

- примите теплую ванну, душ;
- выпейте чаю;
- послушайте любимую музыку.

5. Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные ситуации, которые могут вызвать ваш гнев:

- научитесь предчувствовать наступление собственного эмоционального срыва и не допускайте этого, управляйте ситуацией.

6. Готовьтесь заранее к особенно важным событиям:

- отрепетируйте заранее поход к врачу или другое;
- изучите возможности своего ребенка и свои собственные.

Как вести себя, когда ребенок проявляет агрессию.

1. В случае незначительной агрессии – **спокойное отношение.**

- переключение внимания, например , предложение какого-либо задания:

«Помоги мне, пожалуйста достать книгу, ты же выше меня»;

- позитивное обозначение поведения: «Ты сердишься потому, что ты утомился»;

- полное игнорирование реакций.

2. Акцентирование внимания на поведение, а не на личность.

После того, как ребенок успокоится, можно обсудить с ним его поведение. Следует описать его действия, слова, не давая при этом никакой оценки. Обсуждать только конкретные факты, которые происходили «здесь и сейчас». Постараться продемонстрировать, что агрессия больше всего вредит ему самому.

Один из приемов снижения агрессии – это установление обратной связи:

- констатация факта («Ты ведешь себя агрессивно»);
- констатирующий вопрос («Ты злишься?»);
- раскрытие мотивов поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь показать, что ты сильнее?»);
- озвучивание своих чувств по отношению к поведению ребенка («Мне не нравится, когда со мной грубо разговаривают», «Я злюсь, когда на меня громко кричат»);
- апелляция к правилам поведения («Мы с тобой договаривались!»).

Давая обратную связь, взрослый должен проявить заинтересованность, твердость и доброжелательность. Ребенок должен понять, что родители (педагог) хорошо относятся к нему самому, но против того, как он себя ведет.

3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Несмотря на то, что когда ребенок демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает у взрослых негативные эмоции, взрослым нужно признать естественность и нормальность этих переживаний. Когда взрослый управляет своими эмоциями, то не подкрепляет агрессивное поведение ребенка и сохраняет с ним хорошие отношения. А также транслирует, как можно и нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

4. Снижение напряжения ситуации.

Это одна из главных задач взрослого, которая стоит на первом месте.

Однако, взрослые часто допускают ошибки, которые только усиливают напряжение и агрессию:

- повышение голоса;
- демонстрация власти («Будешь делать так, как я скажу!»);
- высмеивание, сарказм;
- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- непреклонное настаивание на своей правоте;
- «чтение морали»;
- наказание или угроза наказания;
- сравнения ребенка с другими детьми не в его пользу;
- обобщения («Вы все одинаковые!», «Ты, как всегда...»);
- команды и давление;
- оправдания, подкуп, награды.

5. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку очень трудно признавать свою неправоту. Страшнее всего для него – публичное осуждение. Используя различные защитные механизмы поведения, дети стараются этого избежать. **Необходимо:**

- публично минимизировать вину («Ты не хотел его обидеть», «Ты плохо себя чувствуешь»), но в личной беседе показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить компромисс.

6. Демонстрация модели неагрессивного поведения

Это самое важное условие воспитания «контролируемой агрессии» у ребенка. Чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Поведение взрослого, позволяющего показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- внимательное (активное) слушание. Это слушание, без анализа и оценок, позволяющее собеседнику высказаться.
- Все, что необходимо – это поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился;
- пауза, дающая ребенку возможность успокоиться;
- прояснение ситуации наводящими вопросами;
- признание чувств ребенка;
- юмор.

Дети очень быстро и охотно перенимают модели конструктивного поведения. Главное – искренность взрослого и соответствие его действий словам.

* Способы построения отношений

Гиперактивно-агрессивный ребенок.

Воспитываясь в семье по типу «кумира», в атмосфере вседозволенности, попадая в коллектив сверстников, могут становиться агрессивными.

Необходимо грамотно выстраивать систему ограничений, используя, в том числе и игровые ситуации с правилами.

Стимулируйте у детей умение признавать собственные ошибки. Учите их не сваливать свою вину на других. Развивайте чувство эмпатии, сочувствия к другим – сверстникам, взрослым и ко всему живому.

Агрессивно-обидчивый и истощаемый ребенок.

Обидчивость ребенка может быть связана не только с недостатками в воспитании или трудностями обучения, но и с болезнью роста, особенностями созревания нервной системы и организма. Повышенная чувствительность, раздражительность, ранимость могут провоцировать агрессивное поведение.

Помогите ребенку разрядить психическое напряжение, походите вместе с ним в шумной игре. И стремитесь избегать ситуаций перенапряжения, если ребенок почти всегда агрессивен.

Агрессивный ребенок с оппозиционно-вызывающим поведением

Если ребенок часто грубит, но не всем, а только родителям и знакомым ему людям, то, наверное, в ваших взаимоотношениях что-то не так.

Вы редко занимаетесь и общаетесь с ребенком; вы уже не образец для подражания, как раньше; ребенку скучно, нечем заняться, и он переносит на вас собственное настроение и проблемы, перекладывает ответственность за свое поведение.

Попытайтесь решать проблемы вместе, в сотрудничестве с ребенком, но не за него.

Агрессивно-боязливый ребенок.

Враждебность, подозрительность могут быть средством защиты ребенка от мнимой угрозы, «нападения».

Работайте со страхами, моделируйте, т.е. создавайте, опасную ситуацию и вместе с ребенком преодолевайте ее; при этом ситуация должна быть на грани приятного с неприятным с преобладанием приятного.

Агрессивно-бесчувственный ребенок.

Есть дети, у которых способность к эмоциональному отклику, сопереживанию, сочувствию к другим нарушена. Причины могут быть в неблагоприятных условиях семейного воспитания, нарушениях интеллектуального развития ребенка, а также в чертах эмоциональной холодности, черствости, уплощенности, повышенной эмоциональной возбудимости, которые передаются от родителей или близких ребенка. При этом ему трудно понять, что другому, т.е. обиженному плохо или больно.

Агрессивно-бесчувственный ребенок.

Старайтесь стимулировать гуманные чувства у такого ребенка: жалеите, гладьте кошек и собак; обращайтесь внимание ребенка на грустное, подавленное состояние другого человека и стимулируйте желание помочь. Если это не помогает, приучайте ребенка нести ответственность – «отрабатывать» за свое агрессивное поведение («А теперь иди и извинись», «Погладь по голове», «Пожми руку», «Предложи игрушку обиженному тобой ребенку» и т.п.)

Спасибо за внимание!!!!

