Детская агрессия

Подготовила педагог-психолог
МБДОУ д/с №2
«Сказка»
Чернышова Е.Ю.

Определение АГРЕССИИ

- Агрессия — (от лат. «agressio» — нападение, приступ) - это мотивированное, деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее физический вред объек**там** нападения (одушевленным и неодушевленным), а также моральный ущерб живым существам (негативные переживания, состояние напряженности, подавленности, страха и т.п.). (Психологический словарь, **1997.)**

- Агрессия – это способ выражения своего гнева, протеста. А, как известно, гнев – это чувство вторичное. В его основе лежит боль, унижение, обида, страх, которые, в свою очередь, возникают от неудовлетворения «базисной, фундаментальной человеческой потребности в любви и нужности другому человеку» (Ю. Б. Гиппенрейтер, 1998)

- Агрессивное поведение детей – это своеобразный сигнал SOS, крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми самостоятельно ребенок справиться не в силах.

Виды агрессии:

- **Агрессия**

Физическая агрессия (физические действия против кого-либо)

Раздражение (грубость, вспыльчивость)

Вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань)

Косвенная агрессия

Негативизм (оппозиционная манера поведения)

Направленная (сплетни, злобные шутки)

Ненаправленная (крики в толпе, топанье и т.д.)

Типы человеческой агрессии

- Э. Фром считает, что существуют два вида агрессии – «доброкачественная» и «злокачественная».
- Первая появляется в момент опасности и носит защитный характер. Как только опасность исчезает, затухает и данная форма агрессии.
- «Злокачественная» агрессия представляет собой деструктивность, жестокость; бывает спонтанной и связана со структурой личности.

• Для чего людям нужна агрессия?

- Средство достижения какой-нибудь цели (отнять что-либо, принудить к чему-то)
- Способ самоутверждения
- Защитное поведение

недовольство

↓

раздражение

↓

злость

↓

гнев

↓

ненависть

↓

ярость

ПОРТРЕТ АГРЕССИВНОГО РЕБЕНКА

Причины проявления агрессивного поведения у детей

- Грубое, жестокое поведение родителей
- Когда ребёнок живёт в атмосфере неприятия его, нелюбви к нему
- Взаимоотношения со сверстниками
- Отношения в семье
- Противоположные требования
- Непоследовательность родителей
- Особенности биологического развития
- СМИ

Влияние продуктов питания

- Доказана взаимосвязь между повышением тревожности, нервозности и агрессивности и употреблением шоколада. За рубежом проводятся исследования, изучающие взаимосвязь между употреблением чипсов, гамбургеров, сладкой газированной воды и повышенной агрессивностью.

Тип темперамента и особенности характера

- Менее всего склонны к активной агрессии меланхолики и флегматики.
- Сангвиник по природе своей не агрессивен и чаще всего предпочитает решать проблемные и даже конфликтные ситуации миром.
- Естественной склонностью к активной агрессии обладают холерики вследствие их крайней неуравновешенности как нервной, так и эмоциональной. Холерики чрезмерно раздражительны, вспыльчивы, их очень легко вывести из терпения.

Как можно помочь агрессивным детям?

Существует три основных этапа в работе над агрессией:

- Работа с гневом. Обучение приемлемым способам выражения гнева.
- Обучение навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.
- Формирование способности к доверию, сочувствию, сопереживанию.

Обучение ребенка техникам и способам управления собственным гневом. Развитие контроля над деструктивными эмоциями.

Комкать и рвать бумагу.
Бить подушку или боксерскую грушу.
Топать ногами.
Написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу.
Втирать пластилин в картонку или бумагу.
Посчитать до десяти.
Самое конструктивное - спортивные игры, бег.
Вода хорошо снимает агрессию.

СПОСОБЫ ВЫРАЖЕНИЯ (выплескивания) ГНЕВА

- 1. Громко спеть любимую песню.
- 2. Пометать дротики в мишень.
- 3. Попрыгать на скакалке.
- 4. Используя «стаканчик для криков», высказать все свои отрицательные эмоции.
- 5. Подраться с братом или сестрой подушкой
- 6. Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их каучуковым мячом.
- 7. Пускать мыльные пузыри.
- 8. Устроить «бой» с боксерской грушей.
- 9. Пробежать по коридору школы, детского сада.
- 10. Полить цветы.
- 11. Быстрыми движениями руки стереть с доски.
- 12. Забить несколько гвоздей в мягкое бревно.
- 13. Погоняться за кошкой (собакой).
- 14. Пробежать несколько кругов вокруг дома.
- 15. Передвинуть в квартире мебель (например, журнальный столик).
- 16. Поиграть в «настольный футбол» (баскетбол, хоккей).
- 17. Постирать белье.
- 18. Отжаться от пола максимальное количество раз.
- 19. Сломать несколько игрушек.
- 20. Устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
- 21. Стучать карандашом по парте.
- 22. Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить.
- 23. Быстрыми движениями руки нарисовать обидчика, а затем зачирикать его.
- 24. Слепить из пластилина фигуру обидчика и сломать ее.

Рисунок 4

СПОСОБЫ СНЯТИЯ АГРЕССИВНОГО ПРОЯВЛЕНИЯ

ПОДАВЛЕНИЕ

Жёсткое пресечение поступков и действий ребёнка

Цель: силой авторитета положить конец проявлениям агрессии

Целесообразно: когда негативные проявление грозят нанести вред или ущерб здоровью ребёнка

ВЫТЕСНЕНИЕ

Способ вызвать другое благоприятное состояние и таким образом заглушить агрессивное переживание

Цель: устранить отрицательные проявления через включение в деятельность

Целесообразно: когда неблагоприятное состояние приближается к асоциальному

ИГНОРИРОВАНИЕ (ОТТЯНУТОЕ ВНИМАНИЕ)

Приём, при котором неблагоприятное состояние якобы не замечается

Цель: постепенно погасить накал неблагоприятного состояния

Целесообразно: Когда агрессивное состояние приближается к спаду

САНКЦИОНИРОВАНИЕ (ОГРАНИЧЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ)

Способ, предполагающий разрешение на проявление негативного состояния (грусть, скука, раздражитель)

Цель: постепенно устранить сильное переживание

Целесообразно: если негативное состояние не наносит вреда самому ребёнку

исключается, если ребёнок находится в состоянии гнева, ненависти, злости

КОНЦЕНТРАЦИЯ НА ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ

Способ, состоящий в переориентации и сосредоточении внимания на позитивном

Цель: Научить ребёнка саморегуляции, самоконтролю, установлению равновесия между внешними влияниями, внутренним состоянием и формами поведения

Способ является **универсальным**

Расскажи о своих чувствах

- У меня накапливается злость от _____
- Я терпеть не могу, когда _____
- Я не хочу слышать, когда _____
- Я просто психую, когда _____
- Когда я злюсь, я _____

Шпаргалка для взрослых или правила работы с агрессивными детьми

- 1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
- 2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения.
- 3. Быть последовательным в наказаниях ребенка, наказывать за конкретные поступки.
- 4. Наказания не должны унижать ребенка.
- 5. Обучать приемлемым способам выражения гнева.
- 6. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.
- 7. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.
- 8. Развивать способность к эмпатии.
- 9. Расширять поведенческий репертуар ребенка.
- 10. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.
- 11. Учить брать ответственность на себя.

Удачи вам и душевного благополучия !!!