

Материалы для печати и преобразование



«Человек обладает способностью любить, и если он не может найти применения своей способности любить, он способен ненавидеть, проявляя агрессию и жестокость. Этим средством он руководствуется от собственной душевной боли»

Эрих Фромм



Недовольство



Раздражение



Злость



Гнев

Ненависть



Ярость



Агрессия — это деструктивное поведение, которое противоречит нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее моральный и физический ущерб людям, или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Злость может выражаться в агрессивном поведении, а может и не выражаться. Поскольку агрессия — это поведение, т.е. то, что мы можем контролировать и регулировать сознательно, значит, **мы можем и не быть агрессивными.**

Формы агрессии

Инструментальная

(настойчивое, враждебное, самозащитное поведение, направленное на достижение цели)

Враждебная, деструктивная

(поведение, причиняющее боль)

АГРЕССИЯ

```
graph TD; A[АГРЕССИЯ] --> B[Физическая]; A --> C[Раздражение]; A --> D[Вербальная]; B --> E[Косвенная]; D --> F[Негативизм];
```

Физическая

Раздражение

Вербальная

Косвенная

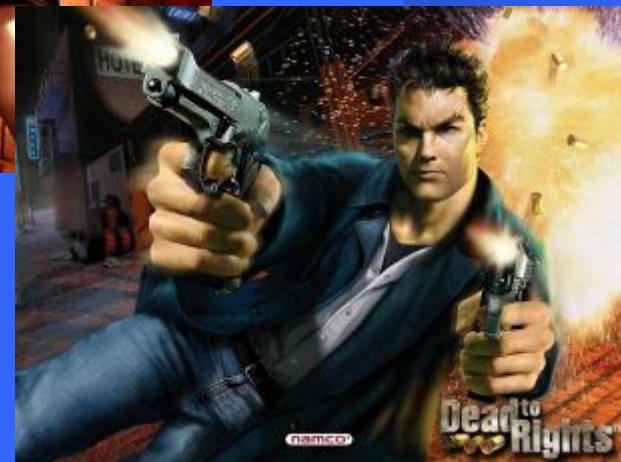
Негативизм

Причины появления детской агрессии



- Врожденные побуждения или задатки;
- Наличие некоторых соматических заболеваний или заболеваний головного мозга;
- Сцены насилия, демонстрируемые в кино или на экранах телевизоров;

Компьютерные игры типа «Убей их всех!»



Стили родительского воспитания, в частности характер наказаний



Стили родительского воспитания (в ответ на агрессивные действия ребенка)

Стратегии воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребенка	«Прекрати!», «Не смей так говорить». Родители наказывают ребенка	Агрессивный (ребенок может прекратить сейчас, но выплеснет свои отрицательные эмоции в другое время и в другом месте)	Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения
Игнорирование агрессивных вспышек ребенка	Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают, что ребенок еще мал	Агрессивный (ребенок продолжает действовать агрессивно)	Ребенок думает, что все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются в черту характера
Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим	Если родители видят, что ребенок разгневан, они могут вовлечь его в игру, которая снимет его гнев. Родители объясняют ребенку, как надо вести себя в определенных ситуациях	Скорее всего, ребенок научится управлять своим гневом	Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих родителей

Критерии агрессивности:

- Часто теряет контроль над собой
- Часто спорит, ругается с взрослыми
- Часто отказывается выполнять правила
- Часто специально раздражает людей
- Часто винит других в своих ошибках
- Часто сердится и отказывается сделать что-либо
- Часто завистлив, мстителен
- Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

КАК МОЖНО ПОМОЧЬ АГРЕССИВНЫМ ДЕТЯМ?



I этап: Работа с гневом.

Способы выражения (выплескивания) злости:

- Громко спеть любимую песню
- Пометать дротики в мишень
- Попрыгать на одной ноге
- Использовать стаканчик для криков, высказать все свои отрицательные эмоции
- Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом.
- Пускать мыльные пузыри
- Устроить бой с боксерской грушей или подушкой
- Пробежать по коридору школы, детского сада
- Полить цветы
- Быстрыми движениями руки стереть с доски
- Забить несколько гвоздей в мягкое бревно
- Погоняться за кошкой (собакой).
- Пробежать несколько кругов вокруг дома
- Передвинуть в квартире мебель (например, журнальный столик)
- Поиграть в настольный футбол (баскетбол, хоккей)
- Постирать белье
- Отжаться от пола максимальное количество раз или заняться другими физическими упражнениями
- Сломать несколько ненужных игрушек
- Устроить соревнование «Кто громче крикнет. Кто выше прыгнет. Кто быстрее пробежит»
- Стучать карандашом по парте
- Скомкать или помять несколько листов бумаги, а затем их выбросить
- Быстрыми движениями руки нарисовать обидчика, а затем замалевать его
- Слепить из бумаги фигуру обидчика и сломать ее.
- Помыть посуду
- Принять прохладный душ
- Послушать музыку



II этап: Обучение навыкам контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.

Один из способов контроля своих эмоций – игра
«Камушек в ботинке»



III этап: Формирование способности к доверию, сочувствию, сопереживанию



«Золотые» правила воспитания:

- Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.
- Не давайте своему ребёнку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
- Не ставьте своему ребёнку каких бы то не было условий.
- Будьте тактичны в проявлении воздействия на ребёнка.
- Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе.
- Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребёнку в угоду чему – либо.
- Не шантажируйте ребёнка своими отношениями друг с другом.
- Не бойтесь поделиться с ребёнком своими чувствами и слабостями.
- Не ставьте свои отношения с собственным ребёнком в зависимость от его учебных успехов.
- **Помните, что ребёнок – это воплощённая возможность!**
Воспользуйтесь ею так, чтобы она была реализована в полной мере.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!

