

## **Агрессивные дети. Виды агрессии. Как поступать по отношению к детской агрессивности?**

В настоящее время в современном обществе родители все чаще сталкиваются с проявлением агрессии в поведении своих детей. Одни родители считают, что ребенок должен быть агрессивным и поддерживают в нем агрессивные реакции на действия окружающих (в основном на действия детей). Они считают, что агрессивное поведение поможет ребенку в дальнейшем выжить в современном обществе и достигнуть определенных высот. Другие родители, наоборот, пытаются бороться с агрессивностью своих детей, но часто не знают, что делать, сталкиваясь с агрессией со стороны малышей на свои действия и замечания. Так какая же из двух позиций родителей правильная? Для того, чтобы в этом разобраться, необходимо понять, что такое детская агрессивность, в чем ее причины, и какие она имеет последствия. И вот, чтобы ответить на эти вопросы, в первую очередь нужно выяснить, откуда детская агрессия берет свое начало.

**Агрессивность (враждебность)** – поведение человека в отношении других людей, которое отличается стремлением причинить им неприятности, нанести вред. Агрессия – это сила, с которой человек выражает свою любовь и ненависть к окружающим или самому себе.

### **Виды агрессии:**

#### **1). Вербальная агрессия – косвенная или прямая.**

А). Косвенная вербальная агрессия направлена на обвинение или угрозы сверстнику, которые осуществляются в различных высказываниях. В дошкольном возрасте это могут быть жалобы, демонстративный крик, направленный на устранение сверстника, агрессивные фантазии.

Б). Прямая вербальная агрессия представляет собой оскорбления и вербальные формы унижения другого. Традиционными «детскими» формами прямой вербальной агрессии являются: дразнилки и оскорбления.

**2). Физическая агрессия** также может иметь косвенную и прямую форму.

А). Косвенная физическая агрессия направлена на принесение какого-либо материального ущерба другому через непосредственные физические действия. В дошкольном возрасте это могут быть: разрушение продуктов деятельности другого, уничтожение или порча чужих вещей.

Б). Прямая физическая агрессия представляет собой непосредственное нападение на другого и нанесение ему физической боли и унижения. Она может принимать символическую и реальную форму. Символическая агрессия представляет собой угрозы и запугивание, прямая агрессия – непосредственное физическое нападение (драка). Среди ситуаций, провоцирующих агрессивность детей выделяется следующее: привлечение к себе внимания сверстников, ущемление достоинств другого с целью подчеркнуть свое превосходство, защита и месть, стремление быть главным, стремление получить желанный предмет.

### **Причины возникновения агрессивности в поведении у детей.**

Развитию агрессивности в поведении ребенка способствуют взаимоотношения родителей в семье, и выбор ими определенного стиля воспитания. Рассмотрим несколько типов воспитания в семьях.

- 1) Малыш воспитывается в демократической семье, в которой для жизни малыша созданы комфортные условия, где родители предъявляют требования к ребенку с учетом индивидуальных особенностей, общаются с ним, включают малыша в обсуждение семейных проблем, любят его и всегда готовы прийти ему на помощь, то он будет расти доброжелательным, инициативным, общительным, любознательным и уверенным в себе. И поэтому, у него не будет создаваться негативное эмоциональное напряжение, способствующее накоплению гнева и требующее выхода в виде агрессивных реакций на действия окружающих.
- 2) Если малыш воспитывается в семье, где преобладает жестокость, в конфликтной и напряженной обстановке, травмирующей его психику, где воспитательный процесс сводится к предъявлению ребенку завышенных требований, к постоянному контролю и жестким наказаниям за любую провинность - он станет нервным, плаксивым, непослушным и агрессивным. К тому же агрессия взрослых по отношению друг к другу и к ребенку, будут являться для малыша образцом поведения в обществе. Поэтому у агрессивных родителей часто бывают агрессивные дети.
- 3) Если родители, наоборот, делают из ребенка кумира семьи, то все их воспитание и общение сводится к угадыванию желаний, к потаканию всех его капризов, к восхищению его мнимыми успехами. Такое воспитание, как правило, приводит к повышенной требовательности, к стремлению к лидерству при не достаточном

упорстве. Не получив такого же одобрения своих действий со стороны сверстников, как со стороны родителей, такие дети стараются завоевать свое лидерство посредством кулаков и других агрессивных действий.

**Психологи выделяют ряд причин возникновения агрессивности в поведении детей:**

**1. «Семейные» причины или причины детской агрессивности со стороны родителей:**

- ❖ Неприятие детей родителями (часто приступы агрессивности проявляются у нежеланных детей).
- ❖ Безразличие или враждебность со стороны родителей (Отказ от карьеры из-за болезненного ребенка. Похожесть ребенка на ушедшего из семьи отца).
- ❖ Разрушение эмоциональных связей в семье (К повышенной агрессивности ребенка может привести разрушение положительных эмоциональных связей как между родителями и ребенком, так и между самими родителями. Смерть близкого человека, развод родителей. Это защитная реакция ребенка на стресс, связанная с чувством незащищенности).
- ❖ Неуважение к личности ребенка (Некорректная и нетактичная критика, оскорбительные и унижительные замечания в адрес ребенка). Навешивание на ребенка ярлыка со стороны взрослого: «Он себя всегда так ведет», «Он драчун и грубиян».
- ❖ Чрезмерный контроль или полное отсутствие его (Чрезмерный контроль над поведением ребенка (гиперопека) и его собственный чрезмерный контроль над собой не менее вреден, чем полное отсутствие такового (гипоопека). Подавляемый гнев, как джинн из бутылки, в какой-то момент обязательно вырвется наружу).
- ❖ Избыток или недостаток внимания со стороны родителей
  - А) При чрезмерном внимании к ребенку он становится избалованным и привыкает к тому, что его капризам всегда потакают. Если родители не выполняют очередной каприз такого ребенка, они получают в ответ вспышку агрессии.
  - Б) У детей вечно занятых родителей агрессия – это способ привлечь к себе любые, пусть даже негативные проявления родительского внимания, в котором дети так нуждаются. Они действуют по принципу «лучше пусть отчитает, чем не заметит».

- ❖ Запрет на физическую активность (При установках или запретах взрослых, если поведение детей жестко контролировалось, его агрессия будет обусловлена накопившимся переизбытком энергии, которая, как известно, не имеет свойства исчезать бесследно).
- ❖ Отказ в праве на личную свободу (Многие родители совершенно ошибочно полагают, что у ребенка не может быть от них секретов).
- ❖ Конфликты в семье, связанные с агрессивными действиями взрослых, как пример взаимодействия с окружающими.

## **2. «Личные» причины или причины детской агрессивности в ребенке:**

- ✚ Подсознательное ожидание опасности (Мать ребенка во время беременности не чувствовала достаточной защищенности, чрезвычайно тревожилась и беспокоилась за себя и за своего будущего ребенка. Все эти ощущения передавались ребенку, и он родился, не имея базовой уверенности в безопасности мира. Поведение ребенка диктуется страхом или целым комплексом страхов).
- ✚ Повышенная тревожность, связанная со страхом нападения, ожиданием физических наказаний, унижений и оскорблений.
- ✚ Неуверенность в собственной безопасности (Когда родители заняты собой или выяснением собственных отношений, а ребенок предоставлен самому себе, у него может возникнуть неуверенность в собственной безопасности. Ребенок начинает видеть опасность даже там, где ее нет, становится недоверчивым и подозрительным).
- ✚ Агрессия как форма протеста взрослому против ограничения его желаний.
- ✚ Личный отрицательный опыт (например: Отец пьет и периодически становится буйным. Мать пребывает в раздражении и вечном страхе. С сыном оба родителя общаются по преимуществу посредством окриков и затрещин).
- ✚ Агрессия как способ привлечения внимания окружающих. В ее основе лежит неудовлетворенная потребность ребенка в общении и любви.
- ✚ Эмоциональная нестабильность (До 7 лет многие дети подвержены колебаниям эмоций, которые взрослые часто называют капризами. Настроение малыша может меняться под влиянием усталости или плохого самочувствия. Когда проявления раздражения или негативных эмоций ребенком считаются недопустимыми, и всячески подавляются под влиянием принятого в семье стиля воспитания, родители ребенка могут столкнуться с не мотивированными, в их понимании, вспышками гнева. В этом случае ребенок переносит свою агрессивность не на

«обидчика», а на все, что под руку подвернется. Это могут быть предметы, которые он станет швырять и ломать. Или растение, у которого он отломит стебель или оторвет листья и цветы. Или маленький котенок, которого он безнаказанно (если никто не видел) пнет. Можно также выместить обиду на более слабых: младшем братике, сестренке, а то и бабушке. Чем жестче установленные дома правила поведения, тем агрессивнее может быть поведение ребенка вне дома (или в стенах дома в отсутствие авторитетных для ребенка взрослых).

- ✚ Недовольство собой (Для ребенка (как и для взрослого) жизненно важно, чтобы его любили не за что-то, а просто за сам факт существования – немотивированно. Если ребенок не любит себя, считает себя недостойным любви, то он не любит и других. И потому агрессивное отношение к миру с его стороны вполне логично).
- ✚ Стремление ребенка к лидерству среди сверстников при отсутствии возможности реализовать свои ожидания. Если дети не признают ребенка лидером, а возможно даже отвергают его, ущемляя самолюбие ребенка, агрессия будет направлена на того ребенка, которого он будет считать виновником своего положения.
- ✚ Желание возмездия. Если ребенок был несправедливо наказан, он направит свою агрессию на виновника его бед.
- ✚ Повышенная раздражительность (Повышенная раздражительность, устойчивая тенденция обижаться даже на нейтральные, казалось бы, высказывания и действия других людей, также могут являться провокаторами проявления агрессии. Проявлением пассивной агрессии можно считать отказ ребенка от обеда, если «его» место заняли в то время, когда усаживались за еду.).
- ✚ Чувство вины (Повышенную агрессивность могут проявлять и те дети, в которых не дремлет совесть. Они испытывают чувство вины и чувство стыда по отношению к тем, с кем поступили плохо или кому причинили вред).

### **3. Ситуативные причины.**

- Плохое самочувствие, переутомление (Чаще всего дети ведут себя агрессивно в те дни, когда они не выспались, плохо себя чувствуют или обиделись на что-то или кого-то. Особо чувствительные и впечатлительные дети могут выдавать агрессивные реакции как следствие общего, а также нервного или эмоционального переутомления).
- Влияние продуктов питания (Доказана взаимосвязь между повышением тревожности, нервозности и агрессивности и употреблением шоколада. Низкий уровень холестерина ведет к пассивной агрессивности. Так что не

стоит чрезмерно ограничивать потребление детьми жиров, все нужно в меру).

- Влияние шума, вибрации, тесноты, температуры воздуха (На ребенка влияет раздражающе уровень шума, вибрация, теснота и высокая температура воздуха).

#### **4. Тип темперамента и особенности характера как возможные причины агрессивности.**

##### **▪ Что темперамент нам готовит?**

**А) Менее всего склонны к активной агрессии меланхолики.** Меланхолик предпочтет уединиться и страдать молча. Возможный для него вид агрессии – пассивный, когда агрессивность направляется не на других, а на себя самого, и потому именно меланхолики наиболее склонны к самоубийствам.

**Б) Не склонны к активной агрессии и флегматики.** Флегматики не склонны и к пассивной агрессивности.

**В) Сангвиник по природе своей не агрессивен и чаще всего предпочитает решать проблемные и даже конфликтные ситуации миром.** Он жизнерадостен и оптимистичен, очень общителен. В стрессовой ситуации сангвиник будет защищать себя активно, но обдуманно. Агрессивное поведение для него будет осознанной необходимостью. В пассивную агрессивность сангвиника может «загнать» чувство вины и ответственности за собственную ошибку.

**Г) Естественной склонностью к активной агрессии обладают холерики вследствие их крайней неуравновешенности, как нервной, так и эмоциональной.** Холерики чрезмерно раздражительны, вспыльчивы, и их очень легко вывести из терпения. Нервный спад и общий упадок сил приводит к раздражению, а потому холерики чаще всего вступают в конфликты и наиболее подвержены нервным срывам. Им также свойственна и пассивная агрессия, которая приводит к депрессиям, иногда стойким и затяжным.

**▪ Акцентуация характера.** Акцентуацией называют отдельные черты характера, выделяющиеся в личности. Современными исследованиями доказано, что наибольшая агрессивность присуща детям, обладающими циклоидной и лабильной акцентуациями характера. Расшифруем термины: - «Лабильность» - это невероятная скорость протекания нервных процессов, склонность к частой смене эмоций и импульсивности действий; - «Циклоидность» означаем склонность к резкой смене настроения.- «Эпилептоидность» подразумевает недостаточную управляемость, педантичность и конфликтность, склонность «застрывать» в ситуации.

#### **5. Социально - биологические причины:**

- ✓ Мальчики чаще проявляют активную агрессию, чем девочки. Мальчики нередко вынуждены проявлять агрессивность, чтобы не оказаться «белыми воронами и изгоями в значимой для себя группе, среди одноклассников или друзей по уличным играм.
- ✓ Нередко агрессивные реакции детей бывают обусловлены установками, предрассудками и системой ценностей значимых для них взрослых. Позитивная оценка взрослым агрессивных действий ребенка.
- ✓ Дети, как губка, пропитываются всем, что можно назвать «семейными установками». Именно поэтому очень тревожит факт агрессивного поведения детей, вызванного расовыми предрассудками или расовой неприязнью.
- ✓ В дошкольном возрасте те или иные формы агрессии характерны для большинства детей.

### **Способствуют появлению детской агрессии факторы:**

1. нестабильная социально-экономическая обстановка;
2. социально-культурный статус семьи;
3. ухудшение социальных условий жизни детей;
4. увеличение доли патологических родов, оставляющих последствия в виде повреждений головного мозга ребенка;
5. индивидуальные особенности человека (сниженная произвольность-контроль, оценка и способность к регуляции своего поведения; низкий уровень активного торможения – поведенческая реакция, направленная на снижение агрессии в поведении и. т.д.);
6. стиль воспитания в семье (гипер- и гипоопека);
7. недостаточное внимание школы к нервно-психическому состоянию детей, связь с программой школ;
8. повсеместная демонстрация сцен насилия, через средства массовой информации, кино- и видео индустрию, регулярно пропагандирующие культ насилия. Интернет.

### **Механизм развития детской агрессии.**

Первые вспышки агрессии у ребенка появляются в самом раннем возрасте (примерно в 10 – 16 месяцев), и проявляются в импульсивных приступах упрямства, часто не поддающихся управлению взрослых. Они выражаются во вспышках злости или гнева и сопровождаются криком, брыканием, кусанием, драчливостью. Такое поведение детей возникает из-за

подавления желаний малышей, которое приводит к состоянию дискомфорта и беспомощности при неправильном воспитании.

В более позднем возрасте (приблизительно в 1,5 – 2 года) на первый план выходят конфликты и ссоры с ровесниками, связанные с желанием обладать вещами, чаще всего игрушками. В это время вспышки ярости становятся более целенаправленными, и в поведении ребенка четко прослеживается реакция нападения, связанная с физическим насилием, когда малыш пытается ударить другого ребенка, чтобы отобрать у него игрушку или когда не хочет делиться ею. Ведь для ребенка в этом возрасте собственная игрушка – это часть его самого, и отдать ее он может только уступая авторитету родителей, но всегда с явной неохотой, обидой или плачем.

В дальнейшем ребенок постепенно учится контролировать свои агрессивные импульсы и подчинять их тем рамкам, которые устанавливают ему взрослые. Но, сталкиваясь в процессе воспитания с целой системой запретов, ограничений и обязанностей, ребенок не может удовлетворять свои потребности. Требования родителей он воспринимает как следствие нелюбви и отвержения его. В ребенке просыпается злость, отчаяние, агрессивные тенденции. Однако если раньше родители на агрессивность ребенка реагировали лаской, отвлечением внимания, то теперь они чаще прибегают к угрозам, лишениям удовольствий, изоляции, наказаниям. Малышу приходится учиться реагировать на все требования родителей. Но он не знает, как это сделать и поэтому чувствует свою беспомощность. Постоянное нахождение ребенка в тревожном состоянии может не только привести к всевозможным психическим расстройствам, но и закрепить агрессивные реакции в поведении ребенка как защитный механизм на психологический дискомфорт.

В двухлетнем возрасте у мальчиков и девочек агрессивные реакции на ситуацию одинаковы: плач, визг, взаимные шлепки. К четырем годам мальчики больше дерутся, а девочки больше визжат.

В дошкольном и младшем школьном возрасте проявления агрессивности связано с обучением характерного поведения, для девочек и мальчиков. У них закрепляются определенные модели поведения: девочки – нежные, хрупкие; мальчики – сильные, смелые, защитники девочек и будущие защитники Родины. Поэтому у мальчиков преобладает физическая агрессия (драка), а у девочек – вербальная (речевая – словесные оскорбления) агрессия.

Позднее у мальчиков младшего подросткового возраста начинает доминировать вербальная агрессия. В этом возрасте мальчики чаще

прибегают к словесному способу выражения негативных чувств, чем девочки того же возраста. Но в этом возрасте агрессивность детей все больше приобретает враждебную окраску.

Впоследствии при переходе от младшего школьного к юношескому возрасту у мальчиков преобладает физическая агрессия и негативизм (демонстративное противодействие другим людям, неприятие их мнения и советов), а у девочек – отрицание и вербальная агрессия, причем, в этом возрасте отмечается общее нарастание агрессивных и негативистских тенденций у обоих полов.

К 16 годам агрессия в поведении временно снижается, но отрицание, особенно близких людей, продолжает нарастать. Позднее агрессивные действия мальчиков и девочек начинают отличаться по силе проявления агрессивных реакций. У мальчиков преобладают реакции физической агрессии, девочки же с возрастом чаще прибегают к непрямым способам выражения агрессии: вербальной (словесной – она направлена на обвинение или угрозы сверстнику, которые осуществляются в различных высказываниях (жалобы, крик, агрессивные фантазии) и косвенной – она представляет собой оскорбления, направленные на унижение другого (дразнилки и оскорбления).

### **Выход детской агрессии.**

**Детская агрессия** – это реакция на эмоционально тяжелое переживание ребенком своей неудачи, сопровождающееся чувством безысходности, невозможности достигнуть желаемой цели, когда малыш пытается преодолеть препятствие на пути к удовлетворению потребностей, достижению удовольствия и эмоционального равновесия. В зависимости от силы удовлетворения желаний у ребенка, происходит накопление отрицательных эмоций, которое приводит к сильному психическому напряжению – гневу. Гнев же находит выход с помощью физических или эмоциональных агрессивных действий. Этот процесс способствует освобождению накопившихся отрицательных эмоций и приводит к снижению уровня напряжения. Так малыш достигает психологического равновесия и успокоения.

Если же малыш не может выплеснуть свои переживания и сдерживает свои агрессивные действия, находясь в состоянии ожидания наказания (в это время он может испытывать либо чувство страха перед наказанием, либо чувство вины), он может затаиться, постараться спрятаться от взрослых. Но эти отрицательные эмоции все равно найдут выход. Просто агрессия

поменяет свое направление и будет применена к виновнику эмоционального напряжения ребенка. Например, на замечания матери, ребенок в ответ начинает оскорблять ее и упрекать в том, что она его не любит («Ты плохая! Ты меня не любишь!»). Если же малыш боится своих родителей и не может направить свою агрессию против них, он направляет ее на вещи (бьет и ломает предметы мебели) или на человека, который не может оказать сопротивление, так как он сильнее его. Например, разозленный поведением родителей старший брат бьет ни в чем неповинного младшего.

### **К чему может привести детская агрессия?**

Агрессивное поведение, проявляющееся в выражении гнева и совершении насилия в отношении окружающих, может привести к конфликтам с родителями и даже к уходу ребенка из дома. В подростковом возрасте такие дети, как правило, попадают в компании, в которых преобладает асоциальное поведение - курение, принятие алкоголя и общение с противоположным полом, которые могут привести ребенка к беспорядочным половым связям и нарушению закона. Со временем, агрессивность может стать чертой характера вашего ребенка и приведет к стремлению постоянно преобладать и во всем быть первым. Это может привести к конфликтности, неуживчивости в обществе, а главное, приведет к разрушению личности и даст жестокость как черту характера. А в более зрелом возрасте агрессия в поведении начнет проявляться более тонко: через словесные оскорбления, скрытое принуждение, повышенную требовательность, вандализм и другие тактические приемы. Также агрессивность в поведении может найти свой выход с помощью физического насилия.

Поэтому важно научить ребенка контролировать свои агрессивные импульсы и подчинять их требованиям родителей, воспитателей и педагогов, иначе их интенсивность и частота, будут усиливаться и направляться сначала на сверстников, затем на окружающих.

Так как агрессия является методом психологической защиты своего «Я», то родителям нужно научить ребенка правильно использовать агрессивность. Необходимо учить ребенка корректно отстаивать свою точку зрения и давать отпор любому проявлению агрессии или давлению со стороны окружающих. В этом случае агрессия носит оборонительный характер и затухает, как только исчезает опасность или угроза для жизни человека.

Но чтобы научить ребенка правильному использованию агрессии, родители должны сами учиться быть добрыми, уважительными, корректными как к ребенку, так и по отношению друг к другу.

### **Как проявляется агрессия?**

Если Ваш малыш часто: теряет контроль над собой, спорит, ругается со взрослыми, отказывается выполнять правила, специально раздражает людей, винит других в своих ошибках, сердится и отказывается сделать что-либо, завидует, мстит, а также чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его, часто вступает с ними в конфликт, неуживчив в коллективе, криклив, драчлив, ломает игрушки в момент сильного эмоционального напряжения и жестоко относится к животным, то с уверенностью можно сказать, что в его поведении просматриваются агрессивные реакции, и ребенку нужна Ваша помощь.

Агрессивные проявления в поведении можно наблюдать в играх, когда дети примеряют на себя роли отрицательных героев, и в рисунках, изображая злых персонажей, катастрофы, аварии и другие жестокие ситуации.

Что же делать нам, взрослым, столкнувшись с проявлениями детской агрессии? Часто это вызывает у нас недоумение и растерянность. Обычно первое, что делают взрослые – это наказывают ребенка. А оказывается, напрасно. Просто ребенок, столкнувшись с неразрешимой для него проблемой, не знает как правильно себя вести.

### **Что предпринимать если заметили агрессивное поведение?**

Ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в своих детях. Агрессивное поведение ребенка возникает как реакция на определенную ситуацию, поэтому требует от родителей быстрой реакции. Если ребенок кричит, бросается на Вас или окружающих с кулаками в общественном месте – обнимите его, прижмите к себе и уведите от посторонних глаз в место, где вы будете с ним наедине, и где он сможет успокоиться. Очень важно в этот момент не кричать на малыша, а оставаться спокойным. Когда он немного успокоится, скажите ребенку о том, как вы его любите и как огорчены этой ситуацией. Предложите выход из ситуации, переведя агрессию в другую сторону. Помните, что подавлять агрессию детей нельзя, так как агрессия – это необходимое и естественное для человека чувство, и накопившиеся отрицательные эмоции могут не только закрепить в поведении ребенка

агрессивные проявления, но и негативно сказаться на его психике и привести к психическим расстройствам.

В первую очередь Вы должны понять, что в вашей жизни что-то происходит не так, если ваш ребенок себя ведет агрессивно. Пересмотрите ваши семейные отношения, возможно в них вы найдете ответ на свой вопрос. Понаблюдайте за поведением вашего ребенка и выясните, в каких случаях он ведет себя агрессивно. В каждом конкретном случае помогите малышу выйти из ситуации.

1. Измените свою реакцию на агрессивные действия ребенка. Будьте терпимее к своим детям, помните, что дети поступают плохо, потому, что чувствуют себя плохо. Полезно будет пообщаться с другими родителями, столкнувшимися с аналогичными проблемами. Это поможет Вам избавиться от чувства вины перед своими детьми («Я плохая мать!») и понять, что не Вы одни оказались в такой ситуации и, что все проблемы можно решить.
2. Поставьте себя на место вашего ребенка, проанализируйте его чувства и эмоции, подумайте, что ждет от Вас ребенок в этот момент. Покажите малышу словом и делом, что понимаете его и поможете, что он не один: «Тебе было очень плохо, когда на тебя накричали при всех. Тебя обидели», и обсудите с ребенком все возможные реакции на ситуацию. Покажите ребенку конечную неэффективность агрессивного поведения. Не допускайте высказываний, наподобие следующих: “если ты себя так будешь вести, то мама с папой тебя больше любить не будут!” Нельзя оскорблять ребенка, обзывать его. Проявлять недовольство его поведением надо именно тогда, когда вы останетесь с ребенком наедине.
3. Научите ребенка контролировать свою агрессию, отстаивать свои права и интересы, а также корректным действиям, поступкам. Объясните ребенку, что даже если вначале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у другого ребенка понравившуюся игрушку, то впоследствии с ним никто из детей не захочет играть. Вряд ли его прельстит такая перспектива. Научите ребенка защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда.

**Существует много способов избавления от агрессии.**

Покажите ребенку все эти способы избавления от гнева, сместив агрессию на другие объекты:

1. Разрешите ему поколотить подушку (подушка для снятия стресса).

2. Также можно выразить свои накопившиеся отрицательные эмоции в рисунке.
3. Справиться с агрессией можно с помощью сказкотерапии. Сочините вместе с малышом сказку, в котором этот он будет главным героем.
4. Используя картинки, вырезанные из журналов, или фотографии самого ребенка, создайте ситуации, в которых ребенок ведет себя достойно и заслуживает похвалу. Обсудите его поведение и дайте оценку его действиям вместе с малышом.

**Вербальная агрессия или агрессия в высказываниях** - проблема засорения нашей речи “ненормативной лексикой” в настоящее время обсуждается везде. Нас уже не шокируют телепередачи, статьи в газетах и журналах, где скользит брань. Поэтому совсем неудивительно, что наши дети очень рано узнают о существовании таких слов. Каковы же наши действия в этих случаях.

а) Объясните детям, что люди используют ругательства лишь в крайнем случае, когда от отчаяния им уже не хватает сил и слов.

б) Следите сами за собственной речью.

в) Если ребенок спрашивает о значении того или иного слова, не уходите от ответа. Постарайтесь так объяснить ему значение слова, чтобы ему самому не захотелось его употреблять.

г) Если ребенок поймал на “нехорошем” слове Вас, извинитесь перед ним, объясните, что вам не удалось сдержаться, и вы поступили плохо. Впредь старайтесь держать себя в руках.

### **Советы родителям.**

Если Вы не хотите, чтобы ваши дети были драчунами и забияками, вы сами должны контролировать собственные агрессивные импульсы. Нужно всегда помнить, что дети учатся жизни в обществе, прежде всего, путем наблюдения за поведением окружающих людей (в первую очередь, беря пример с родителей).

Если вы видите, как ваш ребенок ударил другого, сначала подойдите к его жертве. Постарайтесь утешить, успокоить обиженного ребенка. Таким образом, вы лишаете внимания своего ребенка, перенося его на товарища. Внезапно ваш ребенок замечает, что веселье кончилось, и он остался в

одиночестве. Обычно требуется повторить это 2-3 раза – и драчун поймет, что агрессивность не в его интересах.

Установите социальные правила поведения в доступной для ребенка форме. Например, “мы никого не бьем, и нас никто не бьет”.

Чаще хвалите ребенка за старательность. Когда дети реагируют должным образом, сделайте все, чтобы закрепить эти усилия. Скажите им: “Мне нравится, как ты поступил”. Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими. Не стоит говорить: “Хороший мальчик” или: “Хорошая девочка”. Дети часто не обращают на это внимания. Лучше сказать: “Ты доставил мне огромное удовольствие, когда поделился со своим младшим братом, вместо того чтобы драться с ним. Теперь я знаю, что могу доверить тебе уход за ним”. Такая похвала имеет большое значение для детей. Она позволяет им почувствовать, что они могут произвести хорошее впечатление. Таким образом, ребенок постепенно освоит язык своих чувств и ему проще будет вам сказать, что он обижен, расстроен, зол и т.д., а не пытаться привлечь ваше внимание своим “ужасным” поведением. При этом помните, что Вы не можете с уверенностью сказать, что испытывает маленький. Вы можете лишь предполагать, основываясь на своем опыте, на самонаблюдении, на наблюдении над окружающими, что означает поведение ребенка. Ребенок должен быть активным рассказчиком о своем внутреннем мире, а вы должны его научить этому. Беседуйте с ребенком о его поступке без свидетелей (класса, родственников, других детей и взрослых). В беседе старайтесь использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.).

Постарайтесь исключить ситуации, провоцирующие негативное поведение ребенка.

Развивайте в ребенке способность к эмпатии (сочувствию, сопереживанию), доверию, через обсуждение с ним чувств людей, персонажей сказок, рассказов, художественных фильмов.

Снизить агрессивность в поведении ребенка помогут дозированные физические нагрузки, поэтому я советую родителям, имеющим агрессивных детей использовать занятия спортом для снижения внутреннего эмоционального напряжения. Запишите Вашего ребенка в спортивную секцию с учетом его интересов. Исключите на время из жизни ребенка компьютерные игры, фильмы ужасов и боевики, так как они развивают агрессию.

Покажите ребенку личный пример эффективного поведения, не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах.

### **Что делать при общении с агрессивными детьми:**

- Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и устранив их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята.

- Давайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку или разорвать портрет его врага, и вы увидите, что уровень его агрессивности и ее проявления в реальной жизни снизилось.

- Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева, нелестных злых высказываний о других людях, проявлений желания отомстить кому-нибудь за обиду.

- Пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы любите его, цените и принимаете таким, какой он есть. Не стесняйтесь его лишний раз приласкать, пожалеть. Пусть он видит, как он нужен и важен для вас.

- Не забывайте, что агрессивная реакция – естественная реакция человека. Важно уметь управлять своей агрессивностью, выражать и снимать ее приемлемыми способами.

**И самое основное:** Помните, что ваш ребенок – это личность, а поэтому относитесь к нему уважительно и предъявляйте к нему адекватные требования, с учетом возрастных особенностей. Как можно больше времени проводите со своим ребенком, и тогда Вы увидите, что он станет ближе к вам, и вместе – вы преодолеете все проблемы.

**О.Г.Шмакова,  
психолог ГКУЗ «ВОЦМП»**

### **Литература:**

1. Фурманов И.А. «Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция». – Мн.: Ильин В.П., 1996. – 192 с. Производственно-практическое издание.
2. Артур Р. Оргел «Хайм Жино и педагогическое образование родителей», стр. 63-89.
3. Владимирова Н.Л. Родительское собрание на тему "Как вести себя с агрессивным ребенком? Причины детской агрессивности"-издательский дом «Первое сентября», Москва, Оргкомитет фестиваля «Открытый урок», 2014.
4. Выпускная квалификационная работа студентки ВГПУ, Волгоград факультета ПимНО и ДВ Беликовой А.А. «Психологическое консультирование родителей, имеющих агрессивных детей», 2000г.
5. Лютова Е.К., Моница Г.Б. “ Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми.”
6. Интернет-источники.