

Приемы контроля агрессии детей

Агрессивное поведение — одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели.

Агрессия — это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический и моральный ущерб людям или психологический дискомфорт.

Формы проявления агрессии:

- *словесная (вербальная) форма*: ребенок кричит, обзывается, угрожает, оскорбляет сверстников;
- *физическая форма*: ребенок нападает на детей или взрослых, дерется, кусается, толкается, швыряет предметы, ломает игрушки, разрушает результаты работы другого ребенка;
- *косвенная форма*: ребенок игнорирует ваши просьбы, «не слышит» вас, ябедничает, провоцирует сверстника, чтобы обидчику «досталось» от взрослых, манипулирует другими людьми.

Агрессия может быть направлена: на окружающих людей вне семьи, только на близких людей, на животных, на символические и фантазийные объекты, на внешние физические объекты, на себя.

Причины, провоцирующие детскую агрессивность: защита и месть, ущемление достоинств другого, стремление быть главным, стремление получить желаемый предмет, привлечение к себе внимания сверстников.

Факторы, влияющие на агрессивное поведение: стиль воспитания в семье (гипер- и гипоопека), нестабильная социально-экономическая обстановка, врожденная склонность (враждебность), авersive (ситуативные) случаи (боль, жара, теснота), возбуждение, массовая культура и демонстрация сцен насилия, индивидуальные особенности человека (темперамент), социально-культурный статус семьи, длительные или частые фрустрации (стрессы), источником которых являются родители, постоянное агрессивное поведение родителей, которым подражает ребенок, проявление нелюбви к ребенку, формирование у него ощущения незащитности, опасности, влияние группы, агрессивные игры.

«Семейные» причины: неприятие детей родителями, разрушение эмоциональных связей в семье, безразличие или враждебность со стороны родителей, неуважение к личности ребенка, чрезмерный контроль или полное отсутствие его, избыток или недостаток внимания родителей, запрет на физическую активность.

Ситуативные причины: плохое самочувствие, переутомление, влияние продуктов питания, влияние шума, вибрации, тесноты, температура воздуха.

Социально-биологические причины: мальчики чаще проявляют активную агрессию, чем девочки, агрессивное поведение детей, вызванное расовыми предрассудками или расовой неприязнью, агрессивные реакции детей обусловлены установками и системой ценностей значимых для них взрослых, детям свойственно делить всех людей на «своих» и «чужих». Это приводит к откровенной агрессии против «чужаков».

Если родители сегодня говорят детям одно, завтра другое, негативно отзываются об учителях, воспитателях, группе в целом, навязывают свои противоречивые высказывания ребенку, то, это безусловно, способствует растерянности, раздражительности, озлоблению, и против родителей, и против педагогов, сверстников и других людей.

Критерии агрессивности ребенка: часто теряет контроль над собой, часто спорит, ругается со взрослыми, часто отказывается выполнять правила, часто специально раздражает людей, часто завистлив, мстителен, часто винит других в своих ошибках, часто сердится и отказывается сделать что-либо, чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих, которые нередко раздражают его.

Общая стратегия окружающих по отношению к агрессивному ребенку:

- остановите занесенную для удара руку ребенка, окричите ребенка;
- установите четкий запрет на агрессивное поведение, систематически напоминайте о нем;
- покажите ребенку неприятность агрессивного поведения, физической и вербальной агрессии по отношению к неживым предметам, а тем более живым людям;
- представьте детям альтернативные способы взаимодействия на основе развития у них эмпатии, переживания;
- обучайте способам выражения гнева как естественной присущей человеку эмоции.

Как вести себя родителям и воспитателя если ребенок агрессивен: соберите «совет» и выработайте единую тактику борьбы с проблемой, система табу, единый способ реагирования на нарушения табу, единый способ воспитания, обучение приемлемым способам выражения гнева.

Как предотвратить агрессивное поведение ребенка: уважительное отношение к личности ребенка, нельзя внушать ребенку, что он плохой, нельзя унижать ребенка, загонять его в угол, не наказывайте ребенка физическими способами, постарайтесь принять все недостатки ребенка, разрешайте выражать свои чувства приемлемым способом, ребенок не должен быть свидетелем ссор и скандалов, разрядите обстановку уместной шуткой.

Задачи психокоррекционной работы с агрессивными детьми:

1. Развивать умения понимать свое состояние и другого человека.

Методы коррекции: работа с фотографиями, отражающими различные эмоциональные состояния; рисование, лепка эмоций; разыгрывание сценок, отражающих различные эмоциональные состояния; ролевые игры,

отражающие проблемную ситуацию, где «агрессор» проигрывает роль «жертвы».

2. Развивать умения выражать свои эмоции в социально приемлемой форме и управлять своим гневом.

Методы коррекции: отреагирование гнева через движения (потопать и т. д.); лепка и рисование гнева; перевод деструктивных действий в вербальный план («Остановись и подумай, что ты хочешь сделать»); ввод правила «Посчитай до 10, прежде чем перейдешь к действию»; ролевая игра, включающая в себя провоцирующую ситуацию для наработки навыков контроля; осознание своего гнева через сенсорные каналы («на что похож твой гнев? какой он на цвет, на слух, на вкус, на ощупь»).

3. Обучать способам снижения напряжения.

Методы коррекции: игры с водой, песком, обучение приемам саморасслабления, подышать, спокойная музыка фоном, подвижные игры.

4. Развивать навыки общения.

Методы коррекции: использование игр, направленных на сотрудничество; разбор вместе с детьми последствий различных поведенческих реакций, выбор позитивной реакции и закрепление ее в ролевой игре (беседы, сказки на ситуации, обсуждения); включение ребенка в спортивные командные игры (канализация агрессии, взаимодействие в коллективе, соблюдение определенных правил), учить детей договариваться, заявлять о своих чувствах («мне не нравится, что ты так поступаешь»).

5. Формировать позитивное самовосприятие на основе личностных достижений.

Методы коррекции: разработка системы поощрений и наград за имеющиеся и возможные успехи («альбом успехов», медали, дипломы, аплодисменты и т. д.); помочь ребенку научиться что то делать лучше других; не ругать, а хвалить ребенка при других детях за достижения, попросить научить других.

Детям важно давать выход своей агрессивности.

Можно им предложить:

- подраться с подушкой;
- комкать и рвать бумагу;
- использовать «мешочек для криков»;
- поколотить стол надувным молотком;
- втирать пластилин в картонку или бумагу;
- обзывать, но не обидные, а на тему («а ты морковка»)
- подвижные игры, способствующие нейтрализации агрессии, снятию накопившегося напряжения, обучению эффективным способам общения.

С целью коррекции агрессии можно ставить с детьми спектакли, в которых проблемным агрессивным детям необходимо давать роли с позитивной силовой характеристикой (богатыри, рыцари и т. д.), а так же проводить ежемесячные беседы с чтением терапевтических сказок. В процессе слушания, сопереживания сказочным героям ребенок учится

понимать не только их чувства, мотивы поведения и поступков, но и свои собственные.

Взрослым, окружающим агрессивного ребенка, **важно помнить**, что их страх перед его выпадами способствует повышению агрессивности. Этому же способствует и навешивание ярлыков: «Ах, раз я такой, я вам покажу!»

Рекомендации воспитателям и родителям по взаимодействию с агрессивными детьми:

- Будьте внимательными к нуждам и потребностям ребенка.
- Демонстрируйте модель неагрессивного поведения.
- Будьте последовательными в наказаниях ребенка, наказывайте за конкретные поступки.
- Наказания не должны унижать ребенка.
- Обучайте приемлемым способам выражения гнева.
- Учите распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.
- Расширяйте поведенческий репертуар ребенка.
- Обучайте навыкам реагирования в конфликтных ситуациях.
- Учите брать ответственность на себя.
- Включайте агрессивного ребенка в совместную продуктивную деятельность
- Говоря о поведении ребенка, выделяйте конкретный поступок, не оценивая негативно его личность в целом.
- Давайте четко понять ребенку, что вы небезразлично относитесь к агрессивным проявлениям. Говорите о своем отношении к положительному и негативному поведению ребенка.
- Избегайте отрицательных оценок, лучше выделять положительные качества и тогда ребенок будет к ним стремиться.
- Давайте возможность малышу как можно чаще проявлять заботу об окружающих и других детях.
- Если ребенок проявил агрессивную реакцию, следует выразить свое отношение к ней и переключить ребенка на другую деятельность.
- Не жалуйтесь родителям на ребенка, станьте его другом.
- В присутствии других детей не ругайте ребенка.
- Всегда отмечайте хорошее поведение ребенка в течение дня, его успехи и достижения на занятиях, в играх с детьми.
- Помогайте ребенку в игровой деятельности создать сюжеты и взять на себя те роли, в которых он может пережить и выплеснуть свои эмоции. Пусть ребенок берет на себя роль сильного и доброго персонажа, защищает других детей.
- Сведите к минимуму количество замечаний ребенку.