

*Подготовили педагоги-психологи:  
Месникова Валентина Андреевна,  
Сесюнина Анастасия Юрьевна.*

## **Консультация для родителей «Взаимодействие с агрессивными детьми»**

Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям (отрицательное переживание, состояние напряжения, страха, подавленности и т.д.). (Психологический словарь, 1997)

Агрессивность – это свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии.

Таким образом, можно сделать вывод: если агрессия – это действие, то агрессивность – готовность к совершению таких действий.

Р. Бэрн и Д. Ричардсон выделяют следующие основные причины агрессии: социальные (фрустрация, вербальное и физическое нападение, подстрекательство), внешние (жара, шум, теснота, загрязненный воздух), индивидуальные (личность, установки, гендер).

Агрессия, как правило, не возникает неожиданно. Она может появиться в результате различных межличностных взаимодействий, провокаций. Причем и вербальные, и невербальные провокации могут в ответ вызвать физические действия (нападение, насилие и т.д.). Различные особенности среды, в которой находится человек, также повышают или снижают вероятность возникновения агрессивных действий. Например, в помещении, где имеются резкие неприятные запахи, табачный дым и т.д., уровень агрессии будет выше, чем в хорошо проветренной комнате. Кроме этого, большую роль в проявлении агрессивных реакций играют индивидуальные особенности человека. Более агрессивными являются люди раздражительные, с предвзятой амбицией враждебности, люди со сниженным и повышенным самоконтролем, со склонностью к соперничеству, с характерной нетерпеливостью.

### **Виды агрессии:**

1. физическая агрессия (физическое действие против кого-либо);
2. раздражение (вспыльчивость, грубость);
3. вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань и т.д.);
4. косвенная агрессия (направленная – сплетни, злобные шутки; ненаправленная – крики в толпе, топание и т.д.);
5. негативизм (оппозиционная манера поведения).

Все виды агрессии можно наблюдать у людей всех возрастов, а иногда они проявляются с самого раннего детства. На становление агрессивного

поведения ребенка оказывает влияние многие факторы, например, проявлению агрессивных качеств могут способствовать некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга, а также различные социальные факторы. В настоящее время появляется все больше научных исследований, подтверждающих тот факт, что сцены насилия, демонстрируемые в кино или на экранах телевизоров, способствуют повышению уровня агрессивности зрителей. Существует также непосредственная связь между проявлениями детской агрессии и стилями воспитания в семье. Поэтому, какой бы стиль воспитания родители не использовали, рекомендуется для устранения нежелательных проявлений агрессии у ребенка, в качестве профилактики уделять больше внимания своим детям, стремиться к установлению теплых отношений с ними, а на определенных этапах развития сына или дочери проявлять твердость и решительность.

### **Эффективные способы взаимодействия с агрессивными детьми:**

Негативные способы – наказания, приказы;

Нейтральные способы – модификация поведения;

Позитивные способы – просьбы, мягкое физическое манипулирование.

Просьбы и дружеские обращения к ребенку не всегда бывают эффективными при взаимодействии с ними. Например, нет смысла уговаривать ребенка не трогать утюг в тот момент, когда его рука уже почти коснулась горячей поверхности. В этой ситуации родители скорее всего отведут малыша от интересующего его объекта, а потом объяснят, почему они так сделали. Это и будет примером мягкого физического манипулирования. При общении с маленькими детьми этот способ является наиболее эффективным.

Приказы и наказания могут вызвать либо гнев ребенка, либо постоянное подавление этого гнева. Поэтому родители должны наказывать ребенка только в крайних случаях. Если гнев ребенка будет постоянно подавляться (поскольку ребенок не всегда посмеет противостоять сильному взрослому), то он может перерасти в пассивно-агрессивные формы поведения. Ребенок может начать действовать исподтишка, специально делать что-либо «назло», например, подчеркнуто медленно выполнять указания родителей, даже если вся семья опаздывает в это время в театр, в гости и т.д.

Техника модификация поведения очень проста: за хорошее поведение ребенок получает поощрение, за плохое – наказание или лишение привилегий. Однако и этот метод не стоит использовать слишком часто, иначе родители устанут от назойливых вопросов своего ребенка: «А что мне за это будет?»

Лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения у детей является умение родителей владеть собой. К сожалению, многие родители пока еще и сами не умеют управлять собственным гневом. Следствием этого будет то, что их дети вряд ли когда-либо в процессе

воспитания усвоят навыки адекватного выражения гнева. Для развития способности к самообладанию рекомендуется родителям не прикасаться к ребенку в тот момент, когда они на него злы, в таких ситуациях лучше уйти в другую комнату. Чтобы полностью установить контроль над собой также рекомендуется взрослым двигаться медленнее, стараться не делать резких движений, не кричать и не хлопать дверью.

В таблице представленной ниже, даны общие рецепты избавления от гнева, которые будут полезны родителям для самовоспитания.

### **Шесть рецептов избавления от гнева.**

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

- Слушайте своего ребенка
- Проводите вместе с ним как можно больше времени
- Делитесь с ним своим опытом
- Рассказывайте ему о своем детстве, детских поступках, победах и неудачах
- Если в семье несколько детей, постарайтесь общаться не только со всеми вместе. Но и уделяйте свое внимание каждому из них в отдельности

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

- Отложите или отмените вовсе совместные дела с ребенком (если это, конечно, возможно)
- 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 и потребностях:  
«Я очень расстроена, хочу побыть одна. Поиграй, пожалуйста, в соседней комнате» или «Дела на работе вывели меня из себя. Через несколько минут я успокоюсь, а сейчас, пожалуйста, не трогай меня»

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
- Позвоните друзьям
- Сделайте «успокаивающую» маску для лица
- Просто расслабьтесь, лежа на диване
- Послушайте любимую музыку

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

- Не давайте ребенку играть с теми вещами и предметами, которыми вы очень дорожите

- Не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать поступление собственного эмоционального срыва и не допускайте этого, управляя собой (подумайте о чем-то приятном) и ситуацией

6. К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь предусмотреть всевозможные нюансы и подготовить ребенка к предстоящим событиям:

- Изучайте силы и возможности вашего ребенка
- Если вам предстоит сделать первый визит (к врачу, в детский сад и т.д.), отрепетируйте все загодя
- Если ребенок капризничает в тот момент, когда он голоден, продумайте, как накормить его во время длительной поездки и т.д.

### **Упражнение «Мир глазами агрессивного ребенка»**

Агрессивные дети часто имеют склонность приписывать враждебные намерения другим детям, с которыми они общаются, даже если последние не собираются совершать агрессивных поступков. Такая личностная характеристика получила название предвзятой амбиции враждебности.

Упражнение проводится в кругу или в подгруппах по 6 – 8 человек.

Содержание: Один из участников выполняет любое (неагрессивное) действие (встает, кладет ногу на ногу, выходит в центр круга, улыбается, подмигивает и т.д.). Сидящий рядом с ним комментирует это с позиции агрессивного ребенка, остальные участники могут предлагать свои варианты комментариев. Например: «Ты встал, потому что хочешь толкнуть ногой мой стул, ты улыбаешься, так как кто-то рассказал тебе про меня гадость...») и т.д.

После проведения упражнения участники рассказывают о том, что они чувствовали, какая роль им ближе: роль агрессивного человека или «невинной жертвы». Бывали ли они когда-нибудь в похожих ситуациях, приписывая враждебные действия людям, которые. Возможно, были не намерены их выполнять.

### **Упражнение «Работа с гневом»**

Группа делится на 3-4 подгруппы, каждой из которых выдается список способов выражения гнева. Подгруппы в результате обсуждения выбирают из всего списка те приемы, которые считаются наиболее приемлемыми в работе с детьми. Причем методы выбираются в зависимости от контингента участников: воспитатели ДОО выделяют те, которые можно использовать в детском саду, школьные учителя отмечают наиболее эффективные способы при работе с учащимися, а родители отбирают приемы. Пригодные при взаимодействии с ребенком дома, психолог – для проведения коррекционных занятий и т.д.

Затем каждая подгруппа зачитывает свой список, а остальные участники дополняют его, перечисляя удачные приемы и методы, которые уже успешно используются ими в повседневной практике.

### **Способы выражения гнева**

Громко спеть любимую песню.

Пометать дротики в мишень.

Попрыгать на скакалке.  
Подражаться с братом или сестрой.  
Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячиком.  
Пускать мыльные пузыри.  
Устроить «бой» с боксерской грушей.  
Пробежать по коридору школы, детского сада.  
Поливать цветы.  
Быстрыми движениями руки стереть с доски.  
Забить несколько гвоздей в бревно.  
Погоняться за кошкой или 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.  
Сломать несколько игрушек.  
Устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».  
Стучать карандашом по парте.  
Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить.  
Порвать бумагу на мелкие части.

### **Литература:**

1. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. - СПб: Питер, 1997.
2. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов. – СПб.: Речь, 2004.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: ЧеРо, 1988.
4. Кэмпбелл Р. Как справляться с гневом ребенка. – М., 1998.
5. Лютова Е., Моница Г. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб.: Речь, 2000.
6. Оклендер В. Окна в мир ребенка. - М.: Независимая фирма «Класс», 1997.
7. Реан А. Агрессия и агрессивность личности. – СПб, 1996.
8. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. – Ростов н/Д: Феникс, 2004.
9. Фурманов И. детская агрессивность. – Минск, 1996.
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Ч. 1-3. – М.: Генезис, 1998.