

АГРЕССИВНЫЕ ДЕТИ

Агрессия (от латинского «*agresio*» -нападение, приступ) – это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям (отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и т.д.) (Психологический словарь, 1997). Необходимо разделять понятия агрессия и агрессивность. Агрессивность – это свойство личности, «выражающееся в готовности к агрессии». Т.о. можно сделать вывод: если агрессия – это действие, то агрессивность – готовность к совершению таких действий.

Выделяют **5 видов агрессии**:

1. Физическая агрессия – физические действия против кого-то.
2. Раздражение – вспыльчивость, грубость.
3. Вербальная агрессия – угрозы, крики, ругань.
4. Негативизм – оппозиционная манера поведения.
5. Косвенная агрессия: направленная (сплетни, злобные шутки) и ненаправленная (крики в толпе, топание и т.д.).

Все эти виды агрессии можно наблюдать у людей всех возрастов, а иногда они проявляются с самого раннего детства. На становление агрессивного поведения ребенка оказывают 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. Психологи считают, что если ребенка строго наказывать за любое проявление агрессивности, то он научится скрывать свой гнев в присутствии родителей, но это не гарантирует подавления агрессии в любой другой ситуации. Пренебрежительное, попустительское отношение взрослых к агрессивным вспышкам ребенка

также приводит к формированию у него агрессивных черт личности. Дети часто используют агрессию и непослушание для того, чтобы привлечь к себе внимание взрослого. Малыши, родители которых отличаются чрезмерной уступчивостью, неуверенностью, а иногда и беспомощностью в воспитательном процессе, не чувствуют себя в полной безопасности и также становятся агрессивными. Неуверенность и колебания родителей при принятии каких-либо решений провоцирует ребенка на капризы и вспышки гнева, с помощью которых дети могут влиять на дальнейший ход событий и при этом добиваться своего. Для того чтобы устранить нежелательные проявления агрессии у ребенка, в качестве профилактики психологи советуют родителям уделять больше внимания своим детям, стремиться к установлению теплых отношений с ними, а на определенных этапах развития сына или дочери проявлять твердость и решительность. Эти рекомендации можно адресовать не только родителям, но и педагогам.

Далее мне хотелось бы ознакомить вас с критериями выявления агрессивных детей.

КРИТЕРИИ ВЫЯВЛЕНИЯ АГРЕССИВНОГО РЕБЕНКА

Поставьте любой знак в графе «часто» или «редко» напротив каждого высказывания.

Ребенок

Часто

Редко

1. Спорит, ругается со взрослыми
2. Теряет контроль над собой
3. Винит других в своих ошибках
4. Завистлив, мстителен
5. Сердится и отказывается что-либо сделать
6. Специально раздражает людей
7. Отказывается подчиняться правилам
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают их

Сосчитайте количество ответов «да». Если 4 из 8 критериев часто проявляются у ребенка в течение не менее 6 месяцев, то можно предположить, что ребенок является агрессивным.

Кроме того, с целью выявления агрессивного ребенка можно использовать анкету «Признаки агрессивности».

АНКЕТА «ПРИЗНАКИ АГРЕССИВНОСТИ»

Ответьте, пожалуйста, на каждое утверждение «да» или «нет».

Исследуемый ребенок

Да Нет

1. «Злой дух» временами вселяется в него
2. Он не может промолчать, когда чем-то недоволен
3. Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отплатить ему тем же
4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться
5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки
6. Иногда он так настаивает на чем-либо, что окружающие теряют терпение
7. Он не прочь подразнить животных
8. Очень сердится, если ему кажется, что кто-то подшучивает над ним
9. Кажется, что иногда у него вспыхивает желание сделать плохое, шокирующее окружающих
10. В ответ на обычные распоряжения стремится все сделать наоборот
11. Часто не по возрасту ворчлив
12. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного
13. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других
14. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, поиски виноватых
15. Легко ссорится, вступает в драку
16. Старается общаться с младшими и физически более слабыми
17. У него нередки периоды мрачной раздражительности

18. Не считается со сверстниками, не уступает не делится

19. Уверен, что любое задание выполнит лучше других

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл. Посчитайте, сколько утверждений, по вашему мнению, относится к исследуемому ребенку.

Высокая агрессивность – 15-19 баллов.

Средняя – 7-14 баллов.

Низкая – 1-6 баллов.

КАК ПОМОЧЬ АГРЕССИВНОМУ РЕБЕНКУ».

Поскольку поведение агрессивных детей часто является деструктивным и связанным с непредсказуемыми эмоциональными вспышками, проблема обучения ребенка приемлемым способам выражения гнева – одна из самых острых и важных проблем, стоящих перед взрослыми.

Что такое гнев? Это чувство сильного негодования, которое сопровождается потерей контроля над собой. Существует 4 основных способа выражения гнева:

1. Прямо заявить о своих чувствах, при этом давая выход отрицательным эмоциям.
2. Выразить гнев в косвенной форме, вымещая его на человеке или предмете, который представляется разгневанному неопасным. Не отреагировав сразу, человек рано или поздно может почувствовать необходимость выплеснуть гнев из себя. Но не на того, кто вызвал это чувство, а на того, кто «подвернется» под руку, кто слабее и не сможет дать отпор. Такое выражение гнева получило название переноса.
3. Сдерживать свой гнев, «загоняя» его внутрь. В этом случае постепенно накапливающиеся отрицательные чувства будут способствовать возникновению стресса.

4. Задерживать негативную эмоцию до момента ее наступления, не давая ей возможности развиться, при этом человек пытается выяснить причину гнева и устранить ее в кратчайший срок.

При обучении агрессивных детей конструктивным способам выражения гнева используют два способа: учат детей прямо заявлять о своих чувствах и выражать гнев в косвенной форме, с помощью игровых приемов. Если невозможно по каким-либо причинам выразить гнев прямо, словесно в вежливой форме, то лучше все же достигнуть примирения и взаимопонимания с партнером по общению. А чтобы гнев или обида не остались неотрагированными, взрослые могут поделиться своими чувствами с друзьями, родственниками, а дети – с родителями.

К позитивным способам выражения гнева относятся:

1. Умение направить гнев на объект. При этом выражается основная жалоба, без уклонений в сторону.
2. Вежливость в обращении.
3. Стремление найти конструктивное решение.

Для того, чтобы добиться результатов в работе с агрессивными детьми, взрослый должен сам подавать положительный пример и демонстрировать образцы зрелого поведения.

Известно, что любая коррекционная работа с детьми не будет успешной без поддержки родителей, которых необходимо учить понимать ребенка. В наши планы входит работа с родителями агрессивных детей. Направления работы: индивидуальные беседы, лекции, наглядная информация.

В арсенале взрослых есть следующие основные способы контроля поведения ребенка:

1. Негативные способы: наказания, приказы.
2. Нейтральные способы: модификация поведения.
3. Позитивные способы: просьбы, мягкое физическое манипулирование.

Просьбы и дружеские обращения к ребенку не всегда бывают эффективны. Порой ребенка необходимо отвести от объекта, на котором

ребенок проявляет свою агрессию, а затем объяснить, почему они так сделали. Это и будет примером мягкого физического манипулирования.

Приказы и наказания могут вызвать либо гнев ребенка, либо постоянное подавление этого гнева. Поэтому наказывать ребенка можно 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 взрослых.

Техника модификации 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 взрослые устанут от назойливых вопросов ребенка: «А что мне за это будет?».

Лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения у детей является умение взрослых владеть собой. К сожалению, многие родители (и педагоги) пока еще и сами не умеют управлять собственным гневом. Следствием этого будет то, что дети вряд ли когда-либо в процессе воспитания усвоят навыки адекватного выражения гнева.

В научной литературе разные исследователи дают образцы различных способов поведения в критических ситуациях, и все они могут быть применимы только с учетом индивидуально-личностных особенностей участников конфликта. Так, лекарство для одного может стать «ядом» для другого.

В таблице, которую вы видите перед собой, даны общие рецепты избавления от гнева, которые будут полезны родителям. Эта информация будет использоваться нами, психологами при работе с родителями. Но и учителям она может быть интересна.

ШЕСТЬ РЕЦЕПТОВ ИЗБАВЛЕНИЯ ОТ ГНЕВА

Рецепт	Содержание	Пути выполнения
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 «безраздельное» 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.
 - 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» или
 - «Дела на работе вывели меня из себя. Через несколько минут я успокоюсь, а сейчас, пожалуйста, нет 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 теми вещами и предметами, которыми вы очень дорожите.
 - Не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать наступление собственного эмоционального

срыва и не допускайте этого, управляя собой 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.

Но и детям необходимо уметь избавляться от гнева, некоторые способы дети интуитивно используют сами, а некоторые способы им можно предложить.

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. Побороться (в виде игры) с братом или сестрой.
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. Устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
20. 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.

ОТКРЫТОЕ ПИСЬМО АГРЕССИВНЫХ ДЕТЕЙ РОДИТЕЛЯМ

Мы хотим !

1. *Чтобы нам не делали постоянных замечаний.*
2. *Знать, почему вам можно кричать, а нам - нет.*
3. *Делать то, что хочется нам, а не вам.*
4. *Знать, почему вы считаете виноватыми нас, а не других.*
5. *Что бы вы нас научили справляться с гневом.*
6. *Почему нельзя ломать игрушки, давать сдачи, громко кричать, визжать, обзываться, если очень хочется?*

Но больше всего мы хотим, чтобы вы нас любили!