

Памятка для родителей



Рекомендации родителям по профилактике агрессивного поведения школьника

Проявление детской агрессии

Агрессия – стремление к моральному и физическому подавлению других людей, достижение своих целей средствами насилия, а порой и просто бессмысленное насилие по отношению к окружающим.

Виды детской агрессии:

- ✚ физическая агрессия, ребенок может нападать на окружающих или ломать вещи, на тех, кто не виноват, но просто «подвернулся под руку».
- ✚ вербальная агрессия — оскорблять окружающих, ругаться.
- ✚ аутоагрессия - направленная на самого себя, ребенок причиняет себе боль, находя в этом какое-то утешение.

К факторам, влияющим на появление у детей агрессивности, по мнению А. А Реана, относятся:

- ✚ низкая степень сплоченности семьи;
- ✚ конфликтность в семье, отсутствие эмоционального контакта между родителями и ребенком;
- ✚ неблагоприятные взаимоотношения между детьми;
- ✚ неадекватный стиль семейного воспитания (гипоопека, гиперопека, авторитарный);
- ✚ агрессивные взаимоотношения между родителями;
- ✚ повсеместная демонстрация сцен насилия;
- ✚ индивидуальная особенность человека (сниженная произвольность поведения, низкий уровень активного торможения)

Диагностические критерии агрессивности для детей

школьного возраста:

- ✚ Часто теряют контроль над собой.
- ✚ Часто спорят, ругаются с детьми и взрослыми, используют физическое насилие.

- ✚ Намеренно раздражают взрослых, отказываются выполнять просьбы взрослых.
- ✚ Часто винят других в своем «неправильном» поведении и ошибках.
- ✚ Завистливы и мнительны.
- ✚ Проявляют жестокость по отношению к людям и животным (намеренно делают больно).
- ✚ Не умеют брать ответственность за свои поступки.
- ✚ В отношениях проявляют низкий уровень сочувствия.
- ✚ Имеют неврологические симптомы: неустойчивое, рассеянное внимание, слабая оперативная память, неустойчивое запоминание.
- ✚ Не умеют прогнозировать последствия своих действий (эмоционально застревают на проблемной ситуации).

Укреплению агрессивных форм поведения у школьника способствуют:

- ✚ Скандалы в семье,
- ✚ Применение физической силы во время семейных ссор (драки),
- ✚ Грубое, жестокое обращение с ребенком,
- ✚ Просмотр сцен насилия, как в художественных, так и мультипликационных фильмах,
- ✚ Одобрение агрессивного поведения как способа решения конфликта, проблемы: «А ты тоже его ударь», «И ты сломай», «А ты что, отнять не можешь?!»
- ✚ Основные воспитательные средства, к которым всегда прибегают родители агрессивных детей: физические наказания, угрозы, лишение привилегий, введение

ограничений и отсутствие поощрений, частые изоляции детей, сознательное лишение любви и заботы в случае проступка.

✚ Шпаргалка для взрослых или правила работы с агрессивными детьми

✚ При высоком уровне агрессивности важно научить ребенка **на первом этапе** освободиться от переполняющего гнева приемлемым способом:

- Использовать игры и упражнения, с помощью которых ребенок мог бы выплеснуть свой гнев;
- Любая двигательная активность поможет освободиться от негативных эмоций: попрыгать на скакалке, побить боксерскую грушу или подушку, постучать мяч, топтать ногами, выжимать полотенце, даже если оно сухое; потанцевать и т.д.
- Написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу; высказаться в кругу тех людей, которые могут понять и посочувствовать;
- Сделать глубокий вдох и досчитать до 10.
- сначала максимально напрячь все мышцы, а затем расслабить их, и так сделать несколько раз;

✚ **На втором этапе** необходимо учить детей навыкам распознавания своего эмоционального состояния и умению бесконфликтного общения:

➤ Избежать конфликтов и в то же время сделать так, чтобы партнер вас услышал, поможет использование Я-сообщений.

Фраза при этом состоит из четырех основных частей:

1. Начинать фразу надо описанием того факта, который не устраивает вас в поведении другого человека. Именно факта! Никаких эмоций или оценки человека как личности. Например, так: «Когда ты опаздываешь...».

2. Далее следует описать свои ощущения в связи с таким поведением. Например: «я расстраиваюсь», «я волнуюсь», «я огорчаюсь», «я переживаю».

3. Потом нужно объяснить, какое воздействие это поведение оказывает на вас или на окружающих. В примере с опозданием продолжение может быть таким: «потому что мне приходится стоять у подъезда и мерзнуть», «потому что я не знаю причину твоего опоздания», «потому что у меня остается мало времени на общение с тобой» и т.д.

4. В завершающей части фразы надо сообщить о вашем желании, то есть о том, какое поведение вы бы хотели видеть вместо того, которое вызвало у вас недовольство. Пример с опозданием: «Мне бы очень хотелось, чтобы ты звонила мне, если не можешь прийти вовремя».

В результате вместо обвинения «Ты опять опоздала» мы получаем фразу: «Когда ты опаздываешь, я волнуюсь, потому что не знаю причину твоего опоздания. Мне бы очень хотелось, чтобы ты звонила мне, если не можешь прийти вовремя».

✚ **На третьем этапе** важно формировать способность у ребенка к эмпатии, доверию, сочувствию, через традиции, обсуждение фильмов, рассказов, историй в семейном кругу. Именно в кругу близких при уважительном выслушивании мнений всех членов семьи и появляются такие способности.

Научиться контролировать себя, дружелюбно общаться, говорить в формате «Я — сообщения» непросто.

Терпение и внимание к ребенку, его нуждам и потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими - все это поможет наладить взаимоотношения с сыном или дочерью!



Успехов ВАМ, дорогие родители!

