

**Занятие педагогического всеобуча  
с родителями обучающихся 2 класса**  
**Тема 2 «Детская агрессия»: как научить ребенка справляться с гневом.**  
**(продолжение темы 1)**

**Задачи:**

1. Способствовать формированию у родителей умений и навыков совладающего поведения в отношении проявления агрессии ребенка в семье.
2. Дать рекомендации родителям о том, как научить ребенка справляться со своим агрессивным состоянием, бороться со своим гневом.

*Верная указка не кулак, а ласка.  
Народная мудрость.*

Здравствуйте, уважаемые мамы и папы. Мы продолжаем работать над темой «Детская агрессия»: как научить ребенка справляться с гневом.

Рождаясь, ребенок имеет лишь два способа реагирования – это удовольствие и неудовольствие. Когда ребенок сыт, у него ничего не болит, пеленки сухие – тогда он испытывает положительные эмоции, которые проявляются в виде улыбки, довольного гуления, спокойного и безмятежного сна.

Если же ребенок испытывает по какой-либо причине дискомфорт, то он свое недовольство проявляет плачем, криком, брыканием. С возрастом ребенок начинает проявлять свои протестные реакции в виде деструктивных действий, направленных на других людей (обидчиков) или ценные для них вещи.

В той или иной мере агрессивность свойственна всем людям. Вспомните себя: часто нас захватывают отрицательные эмоции, хочется накричать, вспылить, но, как правило, мы все-таки сдерживаем гнев. А вот наши малыши пока не умеют управлять своими чувствами.

Со временем агрессия может закрепиться в таких чертах личности, как черствость, язвительность, вспыльчивость, поэтому необходимо организовать помощь ребенку как можно раньше.

Чтобы определить актуальность темы сегодняшнего собрания лично для вас и вашего ребенка предлагаю ответить на вопросы экспресс – анкеты.

Ребенок за последний год:

Часто теряет контроль над собой.

Часто спорит, ругается с взрослыми.

Часто отказывается выполнять правила.

Часто специально раздражает людей.

Часто винит других в своих ошибках.

Часто сердится, отказывается сделать что-либо.

Часто завистлив, мстителен.

Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих, которые нередко раздражают его.

Если вы отметили хотя бы четыре признака, то ребенок агрессивен. Думаю, что в той или иной степени это касается каждого ребенка.

Как вы видите из вопросов экспресс – анкеты, агрессия может проявляться не только драками. Уважаемые родители, причины агрессии мы разобрали на предыдущем занятии, а теперь поговорим о том, как, научить ребёнка справляться с гневом.

Нам, взрослым ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в своих детях, так как агрессия – это необходимое и естественное для человека чувство. Важно научить ребенка не подавлять, а контролировать свою агрессию, отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда. Я предлагаю вам следующие советы психологов:

1. Во-первых, требуется проявление со стороны родителей безусловной любви к ребенку в любой ситуации. Нельзя допускать 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 надо именно действием, поступком, принимая личность ребенка в целом.
2. Если ребенок просит поиграть с ним, уделить ему внимание, а вы в данный момент не можете этого сделать, не отмахивайтесь от малыша, тем более, не раздражайтесь на него за назойливость. Лучше покажите ему, что вы понимаете его просьбу и объясните, почему в данный момент вы ее выполнить не можете: “Ты хочешь, чтобы я почитала тебе книжку? Малыш, мама тебя очень сильно любит, но я так устала на работе. Пожалуйста, поиграй сегодня один”. И еще один важный момент – не надо откупаться от ребенка дорогими игрушками, подарками и т.п. Для него гораздо важнее и нужнее ваше непосредственное внимание.
3. 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.
4. Родители, если не хотят, чтобы их дети были драчунами и забияками, сами должны контролировать собственные агрессивные импульсы. Надо всегда помнить, что дети учатся приемам социального взаимодействия, прежде всего, путем наблюдения за поведением окружающих людей (в первую очередь, родителей).
5. Как я уже упоминала, ни в коем случае нельзя подавлять проявление агрессии ребенком, иначе подавленные агрессивные импульсы могут нанести серьезный вред его здоровью. Научите его выражать свои враждебные чувства социально приемлемым способом: словом или в рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих, в спорте.
6. Перевод чувств ребенка из действия в слова позволит ему узнать то, что о них можно говорить, а не обязательно сразу давать в глаз. Также 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. Единственно, чем при этом нельзя злоупотреблять, так это уверенностью в том, что взрослый человек лучше знает, что испытывает маленький. Взрослый может 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, взрослый лишь задает такую возможность и предоставляет средства.
7. Если ребенок капризничает, злится, кричит, бросается на вас с кулаками – обнимите его, прижмите к себе. Постепенно он успокоится, придет в себя. Со временем ему будет требоваться все меньше времени, чтобы уговориться. Кроме того, такие объятия

выполняют несколько важных функций: для ребенка это означает, что вы способны выдержать его агрессию, а, следовательно, его агрессия может быть сдержана и он не разрушит то, что любит. Позже, когда он успокоится, вы можете поговорить с ним о его чувствах. Не стоит читать нравоучения при таком разговоре, просто дайте понять, что готовы его выслушать, когда ему плохо

8. Уважайте личность в вашем ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства. Предоставляйте ребенку достаточную свободу и независимость, за которую ребенок будет сам нести ответственность. В тоже время покажите ему, что в случае необходимости, если он сам попросит, готовы дать совет или оказать помощь. У ребенка должна быть своя территория, своя какая-то сторона жизнь, вход на которую взрослым позволен только с его согласия. Ошибочным считается мнение некоторых родителей, что “у их детей от них не должно быть никаких секретов”. Недопустимо рыться в его вещах, читать письма, подслушивать телефонные разговоры, шпионить! Если ребенок вам доверяет, видит в вас старшего друга и товарища, он сам вам обо всем расскажет, попросит совета, если сочтет необходимым.
9. Покажите ребенку конечную неэффективность агрессивного поведения. Объясните ему, что даже если вначале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у другого ребенка понравившуюся вещь, то впоследствии с ним никто из детей не захочет играть, и он останется в одиночестве. Вряд ли его прельстит такая перспектива. Расскажите также о таких негативных последствиях агрессивного поведения как неотвратимость наказания, возвращение зла и др.
10. 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
11. Необходимо устанавливать социальные правила поведения в доступной для ребенка форме. Например, “мы никого не бьем, и нас никто не бьет”.
12. Не забывайте хвалить 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.
13. Беседовать с ребенком о его поступке надо без свидетелей (класса, родственников, других детей и взрослых). В беседе стараться использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.).
  14. Нужно постараться исключить ситуации, провоцирующие негативное поведение ребенка.
  15. В борьбе с агрессией можно прибегнуть к помощи сказкотерапии. Когда маленький ребенок начинает проявлять признаки агрессивности, сочините вместе с ним рассказ, в котором этот ребенок будет главным героем. Используя картинки, вырезанные из журналов, или фотографии самого ребенка, создайте ситуации, в которых ребенок ведет себя достойно и заслуживает похвалу. Поговорите с ним в тот момент, когда ребенок спокоен, не нервничает. Когда у ребенка эмоциональный кризис, успокоить его нелегко.
  16. Надо предоставлять возможность ребенку получить эмоциональную разрядку в игре, спорте и т.д. Можно завести специальную “сердитую подушку” для снятия стресса. Если ребенок чувствует раздражение, он может поколотить эту подушку.

Давайте вместе на основе изложенного материала разберем несколько ситуаций и придумаем оптимальные варианты решения:

1. Родитель резко подавляет ребенка: “Прекрати! Не смей так делать!” Шлепает и ставит в угол.
2. Родитель делает вид, что не замечает агрессивного поведения ребенка и ребенок продолжает действовать агрессивно.
3. Родитель “переключает” ребенка на игру, способствующую разрядке негативных эмоций. После того, как ребенок успокоился, объясняет, почему так вести себя неправильно. Давайте порассуждаем, какой вариант реакции взрослого на неправильное поведение ребенка был бы наиболее оптимальным.

В первом случае, несмотря на то, что ребенок в данный момент прекратил свои “преступные” действия, он обязательно выплеснет свои отрицательные эмоции в другом месте или в другое время.

Во втором случае ребенок решает, что действует правильно и агрессивные формы поведения закрепляются в черту характера.

И только в третьем случае ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих тактичных родителей.

А как нам, взрослым научиться управлять своим чувством гнева? Предлагаю вам несколько методик:

1. Стоп-слова. Когда вы почувствуете, что сейчас достигнете точки кипения, мысленно скажите себе “СТОП!”, лучше даже крикнуть “СТООООП!” Можете использовать любое слово, главное, чтобы оно остановило вас от немедленной реакции. После этого подождите хотя бы 10 секунд. За это время вы сможете успокоиться еще больше и принять решение по сложившейся ситуации.
2. Сделайте серию глубоких вдохов. Это поможет восстановить дыхание и ритмичность работы сердца. “Выпустить пар”, говоря простым языком.
3. Используйте юмор. Представьте объект раздражения в смешном виде (в смешной одежде, карикатурном образе и т.д.) Это вызовет улыбку и немедленно избавит от чувства гнева.

В заключение нашего собрания хочу сказать, что агрессивному ребенку прежде всего необходима наша с вами помощь. Часто дети проявляют агрессию, потому что не знают, как поступить иначе. Наша задача – показать детям приемлемые, неразрушительные способы выражения гнева. А для преодоления детской агрессии в педагогическом арсенале взрослые должны иметь: внимание, сочувствие, терпение, требовательность, честность, доверие, понимание, чувство юмора, ответственность, такт.

- Наша встреча подходит к концу. Очень хочется, чтобы она оказалась для вас полезной, заставила задуматься.

Вот несколько советов:

- Учитесь слышать своих детей.
- Старайтесь делать так, чтобы только Вы, родители, снимали их эмоциональное напряжение.
- Не запрещайте детям выражать отрицательные эмоции.
- Умейте принять и любить их такими, какие они есть.

### **Памятка для родителей**

- Уважаемые папы и мамы!

Внимательно прочтите эту памятку! Для этого вооружитесь карандашом и вычеркните те пункты, которые воспитательной системы вашей семьи не касаются. Мысленно представьте лицо вашего ребенка, будьте честны перед ним и перед собой! После анализа подумайте над тем, что можно еще изменить. Пока ваш ребенок во втором классе, еще не поздно!

Агрессивность ребенка проявляется если,

- ребенка бьют;

- над ребенком издеваются;
- над ребенком зло шутят;
- ребенка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда;
- родители заведомо лгут;
- родители пьют и устраивают дебоши;
- родители воспитывают ребенка двойной моралью;
- родители нетребовательны и неавторитетны для своего ребенка;
- родители не умеют любить одинаково своих детей;
- родители ребенку не доверяют;
- родители настраивают ребенка друг против друга;
- родители не общаются со своим ребенком;
- вход в дом закрыт для друзей ребенка;
- родители проявляют к ребенку мелочную опеку и заботу;
- родители живут своей жизнью, ребенок чувствует, что его не любят.

Для преодоления детской агрессии в педагогическом арсенале родители должны иметь: внимание, сочувствие, терпение, требовательность, честность, доверие, понимание, чувство юмора, ответственность, такт.

Классный руководитель: Бондарева Т.Н.