

Агрессивный ребенок

Признаки агрессивности:

- по темпераменту ребенок: вспыльчив, непокорен, непредсказуем.
- по характеру: самоуверен, недостаточно внимателен к чувствам окружающих, дерзок, проявляет негативизм.

Причины: Нарушения эмоционально-волевой сферы:

- неумение ребенка управлять своим поведением;
- недостаточное усвоение ребенком общественных норм поведения, общения.
- Неблагополучная семейная обстановка:
 - отчуждение, постоянные ссоры, стрессы; — нет единства требований к ребенку;
 - ребенку предъявляются слишком суровые или слабые требования;
 - физические (особенно жестокие) наказания;
 - асоциальное поведение родителей;
 - плохие жилищно-бытовые условия, материальные затруднения;
 - Трудности обучения.
 - Психологический климат в дошкольном учреждении.

Советы родителям

- Упорядочьте систему требований, следите за своими по шагам, показывая ребенку личный (положительный) пример.
- Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
- Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
- Давайте понять ребенку, что вы его любите таким, какой он есть.
- Направьте его энергию в положительное русло, например, в спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (восточные единоборства, бокс, ушу), а также рисование, пение.
- Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.

Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.

- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.
- На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
- Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
- Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!»
- Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научиться быть гуманным и добрым.
- Если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему предоставляется такая возможность в игре. Можно предложить ему следующее: подраться с подушкой; порвать бумагу; используя «стаканчик для криков», выплеснуть свои отрицательные эмоции; поколотить стул надувным молотком; громко спеть любимую песню; налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом; пробежать несколько кругов вокруг дома или по коридору; покидать мяч об стену; устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
- Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите зане сеницу для удара руку, окричите ребенка.

Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой (например: «Если ты хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул»), а затем научите ребенка выражать свои чувства, переживания в словесной форме.

Помните, что бороться с агрессивностью нужно терпением, объяснением, поощрением.

Несколько шагов по преодолению агрессивного поведения у ребенка **1-й шаг - стимуляция гуманных чувств:**

-стимулируйте у агрессивных детей умение признавать собственные ошибки, переживание чувства неловкости, вины за агрессивное поведение;

* учите его не сваливать свою вину на других; -развивайте у ребенка чувство эмпатии, сочувствия к другим: сверстникам, взрослым и живому миру.

Например:

- «Сынок, неужели тебе не жалко других детей?»

- «Если ты других жалеть не будешь, то и тебя никто не по жалеет».
- Спросите у ребенка, почему плачет обиженный малыш.
- Предложите помириться с обиженным ребенком («Мирись, мирись и больше не дерись...»).

2-й шаг - ориентация на эмоциональное состояние другого:

— стремитесь обратить, привлечь внимание к состоянию другого, не выражая оценочного отношения к случившемуся. *Например:*

* «Ты сейчас чувствуешь себя победителем?», «Кому сейчас плохо, как ты думаешь?»

* Если агрессивный ребенок стал свидетелем того, как обидели Лену, то взрослый предлагает ему: «Давай пожалеем Лену!»

- «Как ты думаешь, сейчас только тебе плохо или еще кому-то?», «Тебе сейчас грустно?», «Ты злишься?», «Ты чувствуешь усталость и ни с кем не хочешь разговаривать?»

3-й шаг - осознание агрессивного и неуверенного поведения или состояния:

- помогите агрессивному ребёнку адекватно оценивать эмоциональное состояние ребёнка-жертвы, а не только собственное;

- постарайтесь понять характер агрессивности - защитный или более похожий на жестокость без сочувствия к обиженным;

- стимулируйте осознание особенностей вспыльчивого и не уверенного поведения детьми;

- стремитесь поставить агрессивного ребёнка на место ребёнка-жертвы;

- чаще разговаривайте с агрессивным ребёнком о палитре его собственных эмоциональных состояний;

- чаще спрашивайте у него о вариантах выхода из конфликтной ситуации;

- объясняйте, какими другими неагрессивными способами он может самоутвердиться;

- расскажите, что такое вспышка гнева, что означает «контролировать» собственную агрессию, зачем это необходимо делать;
- спрашивайте у ребенка, в каких случаях он чаще всего становится сердитым, теряет над собой контроль;

- объясните ребенку, зачем необходимо и что означает «контролировать» собственную агрессию.

Например:

- «Ты стукнул Веру потому, что... а ещё почему?»

- Взрослый говорит: «Сейчас возьму листок и злую мордочку изображу. Это волк! Дима, возьми резинку и злую морду у волка сотри (или незлую изобрази!). Как ты думаешь, почему у волка злая морда?» (*Эти вопросы можно адресовать и ребёнку-жертве притеснения.*)
- «Как ты думаешь, почему Игорь тебя обидел? А ещё по чему?»

Стратегии коррекции агрессивного поведения детей

Стратегия на отреагирование агрессивного поведения:

— помогите ребёнку выражать негативные эмоциональные состояния не гневом и враждебностью, а другими эмоциями и поведением;

- учите выплёскивать гнев в приемлемой форме;

— учите агрессивного ребёнка говорить словами о том, что ему нравится или не нравится;

-учите ребёнка выражать агрессию словами, а не физической агрессией;

- стремитесь использовать чувство юмора, объяснить ребёнку, склонному к агрессии: «Если кто-то на тебя лает, то не надо лаять (реагировать) в ответ».

Стратегия на переключение состояния: стимулируйте положительные эмоции у ребёнка с целью переключения с агрессивного состояния на иное. Используйте новизну, необычность, неожиданность игрового и неигрового поведения, действий с предметами, чтобы переключить ребёнка на неагрессивное поведение.

Стратегия на предупреждение агрессивных состояний: — у ребёнка: не навешивайте ярлыки на агрессивного ребёнка: злой, забияка, драчун, вредина и более обидных;

- у взрослого: помните, что у вас есть много способов изменения поведения.

Игры для агрессивных детей

«Минута шалости» (психологическая разгрузка).

Ведущий по определённому сигналу (удар в бубен и т. п.) предлагает детям шалить: каждый делает то, что ему хочется -прыгает, бегают, кувыркается и т. п. Повторный сигнал ведущего через 1-3 минуты завершает детские шалости.

«Упрямый капризный ребенок» (преодоление упрямства, негативизма).

Дети, входящие в круг (обруч), по очереди изображают капризного ребенка. Все помогают словами: «Сильнее, сильнее, сильнее...» Затем дети разбиваются на пары «родитель и ребенок»: «ребенок» капризничает, «родитель» уговаривает его успокоиться. Каждый играющий должен побывать в роли капризного ребенка и уговаривающего родителя.

«Упрямая подушка» (снятие общей агрессии, негативизма, упрямства).

Взрослые подготавливают «волшебную, упрямую подушку» (в темной наволочке) и вводят ребенка в игру-сказку: «Волшебница-фея подарила нам подушку. Эта подушка не простая, а волшебная. Внутри ее живут детские упрямки. Это они заставляют капризничать и упрямиться. Давай прогоним упрямки».

Ребенок бьет кулаками в подушку изо всех сил, а взрослый приговаривает: «Сильнее, сильнее, сильнее!» Когда движения ребенка становятся медленнее, игра постепенно останавливается. Взрослый предлагает послушать «упрямки» в подушке: «Все ли упрямки вылезли и что они делают?» Ребенок прикладывает ухо к подушке и слушает. «Упрямки испугались и молчат в подушке», - отвечает взрослый (этот прием успокаивает ребенка после возбуждения).

«Клоуны ругаются» (снятие вербальной агрессии).

«Клоуны» показывали детям представление, веселили их, а потом стали учить детей сердито ругаться, называя друг на друга «овощами и фруктами». Обращается внимание на адекватное, сердитое интонирование. Дети могут выбирать пары, менять партнеров, «ругаться» вместе или по очереди «ругать» всех детей.

Взрослый руководит игрой, определённым сигналом обозначает начало и конец игры, останавливает, если используются другие слова или физическая агрессия.

Затем игра продолжается, изменяя эмоциональный настрой детей: «Когда клоуны научили детей ругаться, родителям это не понравилось». «Клоуны», продолжая игру, учат детей не только ругаться «овощами и фруктами», но и ласково называть друг друга разными «цветами». Интонирование должно быть адекватным. Дети вновь разбиваются на пары и т. п. и ласково называют друг друга различными «цветами».

«Жужа» (снятие общей коллективной агрессии).

Ведущий выбирает «Жужу», которая садится на стул (в домик), остальные дети начинают дразнить «Жужу», кривляясь перед ней:

Жужа, жужа, выходи,

Жужа, Жужа, догони!

«Жужа» смотрит из окошка своего домика, показывает кулаки, топает ногами от злости, а когда дети заходят за «волшебную черту», выбегает и ловит детей. Кого «Жужа» поймала, тот выбывает из игры (попадает в плен «Жужи»).

«Маленькое привидение» (обучение в приемлемой форме выплеснуть накопившийся гнев).

Ведущий. Будем играть в маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (*взрослый приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены*) и произносить страшным голосом звук «У», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только пошутить.

Взрослый хлопает в ладоши. В конце игры «привидения» превращаются в детей.

«Брыкание».

Ребенок ложится на спину на ковер. Ноги свободно раскинуты. Медленно он начинает брыкаться, касаясь пола всей ногой. Ноги чередуются и высоко поднимаются. Постепенно увеличивается сила и скорость брыкания. На каждый удар ногой ребенок говорит «нет», увеличивая интенсивность удара.

«Кукла Бобо».

Когда ребенку удастся выплеснуть накопившуюся энергию, он становится спокойным и уравновешенным. Значит, если дать ребенку выместить агрессию на какой-либо объект, часть проблем, связанных с его поведением, будет решена. Для этой цели используется специальная кукла Бобо. Вы можете сделать ее сами, например, из подушки: пришейте к старой подушке руки и ноги, изготовленные из ткани, сделайте «лицо» - и кукла готова. Можно сделать ее более плотной. Для этого сшейте чехол продолговатой формы, также прикрепите к нему «ручки», «ножки» и «лицо», набейте плотно ватой или песком и зашейте. Такую куклу ребенок может спокойно бить и пинать, вымещая на ней накопившиеся за день негативные чувства.

Безболезненно выразив свою агрессию, ребенок становится более спокоен в повседневной жизни.

«Драка».

Ведущий. Представь, что ты с другом поссорился. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохни, крепко-прекрепко стисни зубы, сожми как можно сильнее кулаки, до боли вдави пальцы в ладони, на несколько секунд затаи дыхание. Задумайся: а может, и не стоит драться? Выдохни и расслабься. Ура! Неприятности позади! Встряхни кистями рук. Почувствовал облегчение?

«Уходи, злость, уходи!».

Играющие ложатся на ковер по кругу- Между ними - подушки. Закрыв глаза, они начинают изо всей силы бить ногами по полу, а руками по подушкам с криком: «Уходи, злость, уходи!» Упражнение продолжается 3 минуты, затем участники по команде взрослого ложатся в позу «звезды», широко раскинув руки и ноги, и спокойно лежат, слушая музыку 3 минуты.