

## ***Агрессивные дети***

В качестве основных *причин агрессивности* у детей можно выделить следующие:

- недостатки воспитания;
- низкий уровень эмоционально-волевой сферы ребенка;
- несформированность механизмов саморегуляции поведения;
- неблагополучие семьи;
- страх ребенка быть обиженным, отверженным, никому ненужным;
- некоторые соматические заболевания, поражения головного мозга;
- негативное (жестокое, безучастное) отношение (взрослого, сверстников) к ребенку;
- агрессивное поведение окружающих;
- демонстрация насилия по телевизору и др.

Вспышки ярости с элементами агрессивного поведения впервые наблюдаются тогда, когда желание ребенка по какой-то причине не выполняется. Порой агрессивность ребенка является частью протеста против действий взрослых, принуждающих его к чему-либо. Иногда, не имея адекватных средств общения, ребенок кулаками стремится занять лидерское место в группе сверстников.

***Детская агрессия*** – это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумение адекватно реагировать на происходящие вокруг ребенка события. Переживания и разочарования, которые взрослым кажутся мелкими и незначительными, для ребенка оказываются острыми и труднопереносимыми в силу незрелости его нервной системы.

***Физическая агрессия*** выражается как в драках (направлена на людей), так и в форме разрушительного отношения к вещам. Дети рвут книги, разбрасывают и ломают игрушки, вещи. Иногда агрессивность и разрушительность совпадают, и тогда ребенок швыряет игрушки и вещи в других детей или взрослых.

***Вербальная агрессия*** выражается словами: дети ругаются, дразнят, оскорбляют других.

### **Как помочь детям, проявляющим агрессивность?**

Работа должна проводиться в трех направлениях:

#### ***1. Работа с гневом. Нужно научить ребенка выражать свои неудовольствие и гнев в социально приемлемых формах.***

В нашей культуре принято считать, что проявление гнева – недостойная реакция. Однако не рекомендуется каждый раз сдерживать эту эмоцию, поскольку таким образом мы можем стать своеобразной «копилкой гнева». В один прекрасный день «копилка гнева» может «лопнуть», и тогда возможны крики, истерики, ссоры, драки.

Как же ребенку освободиться от гнева? Дайте ему возможность выплеснуть свою агрессию, сместить ее на другие объекты:

- поколотить (попинать) подушку;
- слепить фигурку обидчика из глины, теста, пластилина, потом смять ее, расплющить между ладонями, а затем при желании восстановить;
- нарисовать, смять (разорвать) и швырнуть в угол (выбросить) портрет обидчика;
- покричать в «Мешочек для криков»;
- пошвырять мячи, мешочки с песком, шарики в мишень;
- поколотить резиновым молотком по полу;
- скомкать, порвать и швырять старые газеты, не боясь что-либо разбить и разрушить;
- поиграть с песком и водой .

Использование подобных приемов снижает эмоциональное и мышечное напряжение ребенка, агрессивность отступает.

## ***2. Обучение детей навыкам распознавания и контроля негативных эмоций.***

Далеко не всегда агрессивный ребенок признается, что он агрессивен. Более того, в глубине души он уверен в обратном: это все вокруг агрессивны. Для тренировки навыка распознавания эмоциональных состояний широко применяются пиктограммы, «Экраны настроения», разрезные шаблоны, психогимнастики, разнообразные этюды, упражнения и игры. Полезны игры перед зеркалом с рассказом-описанием, что чувствует ребенок в данный момент, какое у него настроение, как он выглядит.

Если ребенок научится точно оценивать эмоциональное состояние, то сможет вовремя среагировать на сигналы, которые подает тело

## ***3. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию и т.д.***

Агрессивные дети, как правило, имеют низкий уровень эмпатии – способности чувствовать и понимать состояние другого человека, умения вставать на его позицию.

Для развития чувства эмпатии полезны ролевые игры, в процессе которых ребенок получает возможность поставить себя на место других, оценить свое поведение со стороны. Можно предложить детям организовать театр с разыгрыванием определенных ситуаций, провести беседу, чтение художественного произведения или рассказывание сказки с обсуждением поступков героев и т.п.

***Можно сдерживать агрессивные порывы*** ребенка непосредственно перед их проявлением:

- остановить окриком «Нельзя!»;
- остановить руку ребенка или удержать его за плечи;
- отвлечь ребенка игрушкой или каким-либо занятием, позволяющим снять негативное напряжение у ребенка;
- взять за руку и отвести в сторону;
- помочь детям разобраться и решить конфликтную ситуацию.

***Если акт агрессии предотвратить не удалось,*** надо обязательно показать ребенку, что такое поведение неприемлемо:

- осудить поведение ребенка, при этом его «жертве» оказать повышенное внимание и заботу.

- в случае разгрома кратко и однозначно выразить свое недовольство таким поведением и предложить ребенку устранить учиненный им беспорядок: «Ты уже достаточно большой и сильный, чтобы все порушить, поэтому я уверена, что ты поможешь мне все убрать» (уборка как наказание не эффективна; необходимо, чтобы ребенок понял ответственность за свои дела). После этого необходимо поблагодарить ребенка за помощь;

- если обидные слова, произносимые ребенком, адресуются взрослому, то целесообразно вообще проигнорировать их, но при этом попытаться понять, какие чувства и переживания ребенка стоят за ними;

- можно превратить оскорбления ребенка в комическую перепалку, что позволит снять напряжение и сделать ситуацию ссоры смешной.

***Показывайте ребенку личный пример*** эффективного (неагрессивного) поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах, строя планы «мести».

**Внимательность и огромное терпение со стороны взрослых – обязательное условие в воспитании ребенка!**