




Профилактика детской агрессивности

Педагог-психолог: **Фатеева Анна Николаевна**



Агрессия – форма поведения, противоречащего нормам и правилам сосуществования людей в обществе, причиняющего физический вред людям или вызывающего у них отрицательные переживания, состояние напряжённости, страха, подавленности и т.д.



Агрессия и враждебность по отношению к окружающему миру могут выступать:

- как средство достижения какой-либо цели;
- как способ психической разрядки;
- как форма самореализации и самоутверждения, служить основными показателями психического развития ребёнка;
- как в норме, так и при различного рода отклонениях.

Откуда берется агрессия?

- В подростковом возрасте успешное **общение со сверстниками** ставится подростком «на вершину пирамиды».
- Любое событие воспринимается им в связи с собственными позициями успеха или неуспеха. **Сомнения в своей успешности заставляют ребенка испытывать сильнейший дискомфорт**, приводят к снижению самооценки и могут проявиться в симптомах нервозности и тревожности.
- **Тревога приводит к нарушению адаптации в коллективе.** В результате подростки, которые не могут или не умеют эффективно и успешно общаться со сверстниками, попадают в категорию изгоев.

Отношения, которые складываются в группе сверстников, для ребенка становятся моделью поведения — образом, который он проецирует на себя.

Неадекватная самооценка и попытка компенсировать невнимание и знаменитый «игнор» со стороны окружающих и приводит к агрессивности.

Почему подростки становятся агрессивными?

1. **Пример для подражания.** Как бы родители не пытались уберечь ребенка от негативной информации, дети все равно видят сцены насилия, агрессивного поведения. И часто делают выводы, что злость, агрессия – верный путь стать лидером.
2. **Механизм защиты.** Ребенок становится агрессивным, потому что не знает других методов защиты.
3. **Способ самоутверждения.** В 13-15 лет ребенку важно признание сверстников. Подростки часто начинают совершать необдуманные поступки, чтобы его заметили друзья и одноклассники.
4. **Крайности в воспитании.** Для ребенка одинаково опасно гиперопека и недостаток внимания.
5. **Желание привлечь внимание родителей.**
6. **Социальный статус семьи.** Негативно повлиять на поведение ребенка может бедность или чрезмерная обеспеченность родителей.
7. **Ревность.** Появление в семье младшего ребенка, новые отношения у родителей – частые провокаторы агрессии у подростков.
8. **Биологические аспекты.** Юношеский максимализм, поиск себя, гормональная перестройка.

Агрессия порождает агрессию.

Часто родители начинают кричать на ребенка по любому поводу.

Основные черты агрессивных подростков:

- завышенная самооценка или неуверенность в себе;
- примитивность мышления;
- отсутствие интересов, ценностей.

Внешние признаки проявления агрессии:

- сдерживание дыхания, зажато горло (ребенок пытается что-то не сказать);
- скованность в груди (пытается не проявить себя каким-либо образом, то есть здесь происходит остановка чувств);
- напряжение в руках, сжаты кулаки (пытается что-то не сделать);
- закрытые глаза (старается не видеть то, на что злится);
- «набыченный» подбородок.

Полезно ли умение договариваться подростку?

- Ребенок, который действительно может разрешить конфликт с помощью логики и аргументов, а не кулаков, **заслужит уважение сверстников.**

Если ваш ребенок:

а) интересен,

б) грамотно (а не заумно!) говорит,

в) может решить любой вопрос, то к нему со временем станут обращаться за советом.

Не обязательно быть самым красивым или быстрее всех бегать, умение решать спорную ситуацию — это умение, которое куда более редко, а потому ценно.

Что делать родителям, если ребенок проявляет агрессию?

Способ 1. Дать выход агрессии. Отдайте ребенка в спортивную секцию, где ему объяснят, что решение спора кулаками — не выход, но навыки честной борьбы и самозащиты ему пригодятся.

Способ 2. Работать с самооценкой ребенка. Человек, которому есть чем гордиться, всегда чувствует себя спокойно. Если ваш ребенок уверен, что в чем-то он точно «впереди планеты всей», то и агрессия со стороны сверстников будет восприниматься не так остро.

Способ 3. Записать на курсы ораторского мастерства или предложить литературу. Поможет не только Шопенгауэр или книга Поварнина, но и простая классика. Герои Джека Лондона, Марка Твена, Толстого и Артура Конан Дойля изъясняются просто потрясающе. Быть острым на язык в наше время — выгодное преимущество.

Способ 4. Любить подростка и подавать ему пример. Показательная независимость скорее защитная реакция или провокация, вызванная недостатком внимания. Подростки очень уязвимы, вспомните себя в этом возрасте. Так что почаще говорите ему о своей любви.

Способ 5. Следить за здоровьем. Помимо психологических существуют множественные биологические причины агрессивного поведения. Если ребенок часто кричит, немотивированно злится — «Меня все вообще бесит!», а не «Меня бесит физика, не могу решить задачку!», то по возможности стоит сходить к врачу, чтобы начать программу коррекции.



Как отвечать на хамство подростка?

1. Не включайтесь в соревнование «кто громче», если ребенок повышает на вас голос. Вы можете ответить ему шепотом или проигнорировать подобную манеру общения.
2. **В идеале грубость надо рубить на корню.** При первых вспышках говорите с ребенком и объясняйте, почему его поведение неприемлемо, чем оно огорчает лично вас.
3. **Еще не поздно скорректировать свою линию воспитания.** Идеальный стиль — демократический. Когда у каждой из сторон есть и права, и обязанности. При таком взаимном уважении принимать и понимать чувства другого человека гораздо легче.
4. **Ставьте только реально достижимые цели.** Часто это наша вина! «Исправь русский до пятницы», — а как это сделать, если там двадцать двоек?! Помните, что ваш ребенок не волшебник! И, как известно, совершать ошибки гораздо проще, чем исправлять.
5. **Введите специальное слово, жест или определите предмет, тормозящий каждого из вас.**

Общие рекомендации — они помогут в любом случае:

- Проводите с ребенком больше времени. Знаю, как это сложно, времени нет совсем, но подростку сейчас это необходимо!
- Следите за своей речью, ее наполненностью и наличием в ней агрессивных или потенциально агрессивных форм и фраз.

Чего делать не нужно?

При появлении подростковой агрессии у многих родителей наступает ступор, они начинают совершать ошибки одну за другой. Что только усиливает агрессивное поведение.

Запрещенные приемы:


- вторгаться в личное пространство;
- усугублять конфликты криком, ссорами;
- критиковать, негативно отзываться о действиях, чертах характера ребенка;
- обсуждать с посторонними людьми плохое поведение подростка;
- высмеивать физические недостатки;
- постоянно акцентировать внимание на достоинствах других детей, занижать, недооценивать таланты собственного трудного подростка.

Родителям бывает сложно вовремя остановиться в споре. Но осознанное родительство – это постоянная работа над собой, своими ошибками.

Эффективным средством, помогающим справиться с агрессивным поведением подростка, является осознание родителями двух постулатов:


1. Нужно правильно воспитывать ребёнка, в соответствии с его врождёнными векторами, чтобы он стал Человеком, впитал в себя культуру.

2. Необходимо уметь понимать глубинные причины агрессивности подростка и научить его снимать негативные чувства, не нанося ущерб как психический, так и физический другим людям.



Родительская любовь становится наиболее действенной и адресной, если проявлять её **системно**, только тогда ребёнок чувствует, что его любят и это снимает агрессию: *обнимать кожного подростка, хвалить анального, восхищаться уретральным, создавать тесную эмоциональную связь со зрительным, выслушивать орального и т. п.*

Агрессивность подростков не является неизбежностью, многое зависит от нас — их воспитателей.



Таня Полю

Про детскую злость

(для родителей)



1. У каждого человека бывает злость:



и у маленького, и у большого!

2. Злость полезна для человека:

ОНА ЗАЩИЩАЕТ



ПОМОГАЕТ ДОСТИГАТЬ ЦЕЛИ



3. Ребёнок иногда злится!

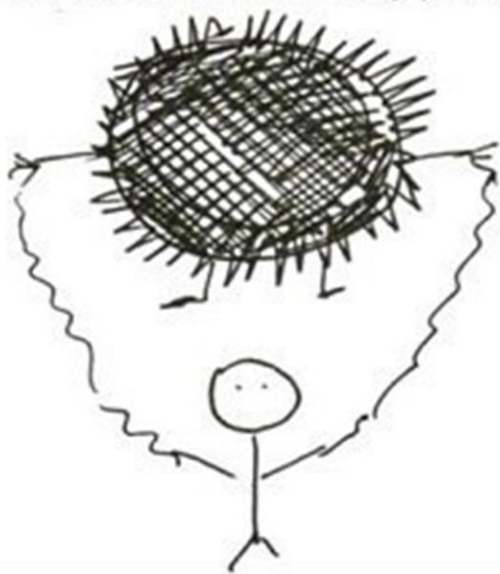
И это НОРМАЛЬНО! (как и для любого другого человека)

- КОГДА ЧТО-ТО НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ
- КОГДА НЕ ДАЮТ ТО, ЧТО ОЧЕНЬ ХОЧЕТСЯ
- КОГДА ЗЛЯТ (И ТАКОЕ БЫВАЕТ...)

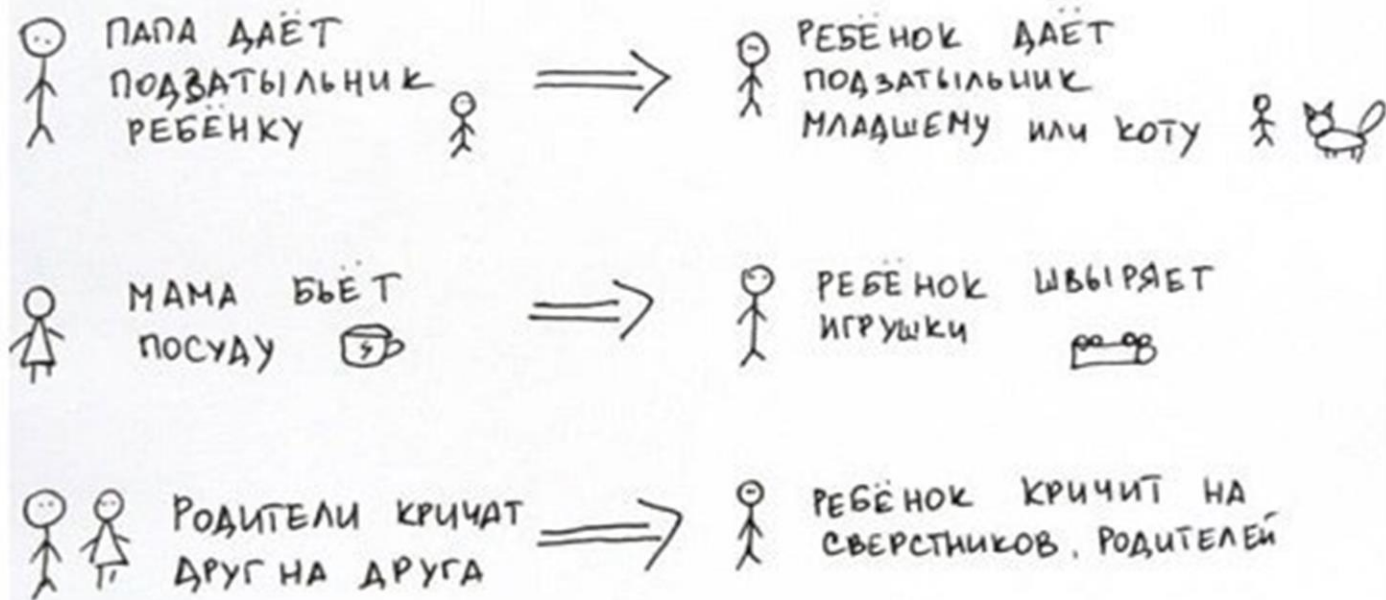
4. Запрещать ребёнку злиться – НЕЛЬЗЯ!



Когда злость накапливается, с ней трудно справиться!



5. Ребёнок учится выражать злость у своих РОДИТЕЛЕЙ:





ПОКАЗЫВАЙТЕ ДЕТЯМ ХОРОШИЕ ПРИМЕРЫ!

6. Как ребёнок может выразить свою злость?



7. А ЕЩЁ он может о ней просто СКАЗАТЬ!

 „Я РАЗОЗЛИЛСЯ ! У МЕНЯ НЕ ПОЛУЧИЛОСЬ...”

 „ Я ЗЛЮСЬ КОГДА ОДНОКЛАССНИКИ МЕНЯ ДРАЗНЯТ

НО сначала ребёнка
нужно этому НАУЧИТЬ!

КАК ЖЕ ЭТО МОЖНО СДЕЛАТЬ?



• КАК НАУЧИТЬ РЕБЁНКА ВЫРАЖАТЬ СВОЮ ЗЛОСТЬ СЛОВАМИ ?

① ПОКАЗЫВАТЬ НА СВОЁМ ПРИМЕРЕ

„ Я сегодня очень разозлилась ... ”

② ПРОГОВАРИВАТЬ ЗЛОСТЬ РЕБЁНКА

„ Я вижу, что ты очень злишься. ”



КОНТАКТЫ

Телефон: + 7(4912)22-50-10

(доб. номер 107)

E-mail: csd@ryazangov.ru

Адрес: Рязанская область, Рязанский район, с. Поляны, ул. Солнечная, 10.