Детская агрессивность её причины и последствия.

Агрессия-это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе.

Проблема агрессивного поведения детей весьма актуальна в наши дни. Учителя отмечают, что агрессивных детей становится все больше, с ними трудно работать, и, зачастую, взрослые просто не знают, как справиться с их поведением. Единственное педагогическое воздействие, которое временно спасает, — это наказание или выговор, после чего дети на какое-то время становятся сдержаннее, и их поведение начинает соответствовать требованиям взрослых. Но такого рода педагогическое воздействие скорее усиливает особенности таких детей и ни в коей мере не способствует их перевоспитанию или стойкому изменению поведения к лучшему.

Агрессивные дети — это та категория детей, которая наиболее осуждается и отвергается взрослыми. Непонимание и незнание причин агрессивного поведения приводит к тому, что агрессивные дети вызывают у взрослых открытую неприязнь и неприятие в целом.

Американский психолог М. Алворд (1998) выделяет ряд характерологических особенностей агрессивных детей, которые обозначают внутренние противоречия, проблемные зоны и внутренние конфликты таких детей. Выделение характерологических особенностей весьма важно, так как именно эти особенности агрессивных детей являются предметом коррекционной работы.

Характерологические особенности агрессивных детей

- Воспринимают большой круг ситуаций как угрожающих, враждебных по отношению к ним.
- Сверхчувствительны к негативному отношению к себе.
- Заранее настроены на негативное восприятие себя со стороны окружающих.
- Не оценивают собственную агрессию как агрессивное поведение.
- Всегда винят окружающих в собственном деструктивном поведении.
- В случае намеренной агрессии (нападение, порча имущества и т.п.) отсутствует чувство вины, либо вина проявлена очень слабо.
- Склонны не брать на себя ответственность за свои поступки.
- Имеют ограниченный набор реакций на проблемную ситуацию.
- В отношениях проявляют низкий уровень эмпатии.
- Слабо развит контроль над своими эмоциями.
- Слабо осознают свои эмоции, кроме гнева.
- Боятся непредсказуемости в поведении родителей.
- Имеют неврологические недостатки: неустойчивое, рассеянное внимание, слабая оперативная память, неустойчивое запоминание.
- Не умеют прогнозировать последствия своих действий (эмоционально застревают на проблемной ситуации).
- Положительно относятся к агрессии, так как через агрессию получают чувство собственной значимости и силы.

Исследования психологов показывают, что дети черпают знания о моделях поведения из трех источников.

Первый — это семья, которая может одновременно демонстрировать агрессивное поведение и обеспечивать его закрепление.

Во-вторых, агрессии они также обучаются при взаимодействии со сверстниками, зачастую узнавая о преимуществах агрессивного поведения («я самый сильный — и мне все можно») во время игр. Известно, что дети, регулярно посещавшие детский сад,

оцениваются как более агрессивные по сравнению с детьми, которые посещали детский сад нерегулярно либо вовсе в него не ходили.

В-третьих, дети учатся агрессивным реакциям не только на реальных примерах, но и на символических. В настоящее время практически не вызывает сомнения тот факт, что сцены насилия, демонстрируемые с экранов TV способствуют появлению агрессивности.

Взаимодействие со взрослым, готовым понять и принять его, дает агрессивному ребенку бесценный опыт (возможно, первый в его жизни), что взрослые бывают разные, а мир не только плох, что может положительно сказаться на базовом доверии ребенка к людям и миру в целом.

Психологи выделяют принципы, на которых строится взаимодействие взрослого с ребенком в ходе совместной работы:

уважительное отношение к личности ребенка;
положительное внимание к внутреннему миру ребенка;
безоценочное восприятие личности ребенка, принятие его в целом;
сотрудничество с ребенком — оказание конструктивной помощи в отреагировании проблемных ситуаций и наработки навыков саморегуляции и контроля.

Рекомендации родителям агрессивного ребенка.

1. *Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно:*

- слушайте своего ребенка - «активное слушание»;
- проводите вместе с ним как можно больше времени.

Установите семейные традиции, совместные дела: игры (подвижные, настольные, компьютерные); совместное чтение интересных книг, походы в кино, театр, музеи, совместные прогулки; совместные покупки, совместные развлечения и отдых; совместное приготовление пищи; делитесь с ребенком своим опытом: рассказывайте ему о своем детстве, о трудностях, радостях, ошибках и переживаниях; "если в семье несколько детей, постарайтесь уделять свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности, а не только всем вместе одновременно

2. *В те минуты, когда вы расстроены или разгневаны:*

- сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить;
- примите теплую ванну, душ; выпейте чаю;
- послушайте любимую музыку;
- просто расслабьтесь, лежа на диване;
- используйте глубокое дыхание, выдыхайте свой гнев в виде облачка.

3. *Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса, раздражены:*

- скажите себе «СТОП» и посчитайте до 10;
- не прикасайтесь к ребенку;
- лучше уйдите в другую комнату;
- отложите совместные дела с ребенком (если это возможно);
- в эти моменты избегайте резких движений, двигайтесь намеренно медленнее;
- дышите глубже и медленнее, намеренно сбавьте громкость и тон голоса, не хлопайте дверью.

4. Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии. Говорите детям прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях, используя «Я-сообщение» вместо того, чтобы срывать свое недовольство на детях:

- «Извини, я очень устала на работе. У меня не все ладится. Был очень трудный день.
- Сейчас я попью чаю, немного отдохну, а потом мы с тобой поговорим»;
- «Я очень расстроена, у меня ужасное настроение. Я хочу побыть одна. Пожалуйста, поиграй в соседней комнате»;
- «Извини, я сейчас очень раздражена. Ты абсолютно ни при чем и ни в чем не виноват.
- Сейчас я приведу себя в порядок и приду к тебе».

5. Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности (ситуации), которые могут вызвать ваш гнев и эмоциональный срыв:

- если ребенок маленький, то не давайте ребенку играть с теми вещами и предметами, которыми вы очень дорожите или которые могут быть опасны для него. Уберите их подальше или спрячьте так, чтобы ребенок не смог с ними действовать (например: бьющиеся предметы, ножи, ножницы, вилки, книги);
- если вам предстоит сделать визит (к врачу, в детский сад и т.п.) или предстоит длительная поездка, продумайте и отрепетируйте заранее возможные трудности; подумайте, как накормить и напоить ребенка, какие игрушки вы возьмете с собой в поездку;
- не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать собственный эмоциональный срыв и не допускайте этого - управляйте собой:
- скажите себе «СТОП» и посчитайте до 10;
 - ▶ напрягайте и расслабляйте кисти рук;
 - ▶ дышите медленнее и глубже;
 - ▶ переключите мысль, подумав о чем-то хорошем, удерживайте это в сознании некоторое время.

Желаю вам успехов в воспитании вашего ребенка!