

## Консультация «Агрессия у детей дошкольного возраста»

### ЧТО ТАКОЕ АГРЕССИЯ?

Агрессия по сути - это реакция борьбы за выживание, попытке изменить происходящий ход вещей. Она складывается из неудовлетворения, злости, протеста или явного насилия. Ребенок не становится агрессивным неожиданно- это постепенный процесс. Слово «агрессивность» образовано от латинского *aggressio* — нападение. Под агрессивностью понимают действия ребенка, направленные на нанесения физического или психического вреда другому человеку или самим себе. Ребенок также может проявлять агрессивность против животных или материальных объектов.

Агрессивные действия ребенка можно наблюдать в самом раннем возрасте. Первые годы жизни агрессия проявляется в виде импульсивных приступов упрямства, не поддающихся управлению взрослыми, сопровождающимися криком, драчливостью, кусанием. В 2-3 года, когда ребенок поступает в детский сад, конфликты с другими детьми появляются чаще всего, за право обладания какой-либо вещью, важна реакция родителей, если они будут пресекать любые формы открытой агрессии, могут формироваться символические виды (нытье, упрямство, непослушание). В конфликтных ситуациях между детьми и родителями, где желания ребенка наталкиваются на запрет, у ребенка возникает ощущение акта отторжения со стороны родителей, в нем проявляются злость, отчаяние и агрессивные тенденции. Возникает феномен «перенесения», самая распространенная форма агрессии в 3-4 года, когда гнев изливается на безобидный объект. Проблема агрессивности в младшем дошкольном возрасте совпадает с кризисом 3х лет. В норме, к 7-ми годам она идет на спад, ребенок уже умеет решать конфликты мирными способами, снимать внутреннее напряжение в игре, становится менее эгоцентричен. Если агрессивность ребенка, как привычная реакция на запреты, не уменьшается, а набирает силу, то есть повод для беспокойства.

### ПРИЧИНЫ ПОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ:

1. Если ребенку не хватает родительской любви.
2. Родители плохо заботятся об основных потребностях ребенка (сон во время, еда во время, общение), интересы ребенка игнорируются.
3. Наказания преобладают над поощрениями поведения и постоянны. Угрозы, запугивания, негативное оценивание, доминирование запретов, ограничение двигательной активности ребенка, культ силы в семье.
4. Требования родителей несогласованны — у ребенка нет четких норм поведения.
5. Хронические конфликты в семье. Родители сами демонстрируют агрессию (особенно успешную, с помощью которой удастся чего-то добиться). Особенно опасно если отец избивает мать.
5. Если у ребенка была острая травма или утрата, травматические обстоятельства которой запомнились или долгое расставание с близкими в раннем возрасте.
6. Слабость родителей (беспомощная мать, уклоняющийся отец). Неспособность постоять за себя и ребенка.
7. Нет мужского образца поведения (или отца).
8. Неприятие, ревность, жестокость со стороны братьев или сестер.

9. Чрезмерная стимуляция в выполнении желаний, не способность выдвигать последовательно возрастающие требования и добиваться их выполнения. Неспособность родителей совладать с энергичным и требовательным поведением ребенка, неумение научить его правилам поведения формируют стиль силового доминирования и неподчинения.

10. Личные особенности родителей: раздражительная мать, жестокий отец, психопатии, психические заболевания, пограничные состояния близких родственников.

11. Скученность проживания, невозможность побыть одному.

12. Скука, недостаток стимулов - агрессия может появляться у детей как реакция на изменения в жизни, например, адаптацию к новым возрастным требованиям, а на каждом возрастном этапе они растут, часто сопровождается протестным поведением.

13. Подкрепление нежелательных действий: гордость родителей за победу в драке, (негативное внимание).

14. Гиппоопека - когда детям все можно (родители не контролируют занятия детей).

15. Родовые травмы, нарушения перинатального развития вызывают повышенную чувствительность, эмоциональную неуравновешенность и психическую истощаемость ребенка. На этой почве чаще конфликты с окружающими – агрессия более вероятна.

Наследственные нарушения (например – лишняя У-хромосома у мальчиков, повышенный уровень тестостерона у ребенка любого пола) обязательно будут способствовать агрессивности. Травмы, органические заболевания мозга, эпилепсия, опухоль мозга.

17. Врожденные физические дефекты – факторы постоянно раздражающие ребенка, затрудняют полноценное взаимодействие с другими людьми и могут вызывать агрессию.

18. Влияют на поведение и различия темперамента, которые начинают проявляться с 9 мес.

#### **УКРЕПЛЕНИЮ АГРЕССИВНЫХ ФОРМ ПОВЕДЕНИЯ СПОСОБСТВУЕТ:**

1. Скандалы в семье.
2. Применение физической силы во время семейных ссор.
3. Привлечение ребенка к просмотру (участию) жестких видов спорта, компьютерных игр, фильмов, мультфильмов.
4. Одобрение агрессивного поведения, как способа уладить конфликт.

#### **ПРОЯВЛЕНИЕ АГРЕССИИ:**

1. Мимические ( выражение лица). Включает в себя характерные движения лобных мышц и бровей, кожа лба стянута, на переносице образуется характерная складка, глаза сужаются, фиксируются на источнике раздражения (показывает куда будет направлена агрессия), губы плотно сжаты. При интерпретации мимического выделения гнева следует быть осторожным, т.к. подобное выражение лица может быть привычкой, а не проявлением гнева.

2. Поведенческие ( определенные действия). Можно выделить позу и жесты. Поза - общее напряжение тела как бы демонстрирует готовность к нападению. Жесты - сжимание, разжимание кулаков, держание в руках различных предметов и манипулирование ими, как бы подготовка к удару, угрожающее движение руками

(замахивание, показывание кулаков, фиг и др.) можно наблюдать у маленьких детей. Действие выражения гнева могут быть разнообразными (в данном случае мы можем уже говорить об агрессии).

3. Вербальные (ругается, говорит обидные слова, говорит нецензурные слова, бранные слова).

#### ПОВЕДЕНИЕ ВЗРОСЛОГО ВО ВРЕМЯ ВСПЫШКИ АГРЕССИВНОСТИ:

В психолого-педагогической литературе предлагаются следующие рекомендации обращения с детьми до вспышки агрессивности:

- Детей иногда надо оставить, чтобы они разобрались сами. Они способны к самостоятельному разбору некоторых споров, и, если взрослые контролируют события, это служит для детей полезным опытом. Дети поймут, что могут обойтись и без взрослых в качестве арбитров.
- Если взрослые считают, что лучше дело «не доводить до греха», можно сориентировать ребенка на другой тип поведения. Целесообразно предложить ребенку его любимую игрушку или такую игрушку, которую он мог бы безбоязненно пинать и кусать.
- Полезно отвлечь ребенка, каким-то интересным для него занятием.
- Если ребенка невозможно отвлечь и нападение вот-вот состоится - лучше всего отвести его руку или держать его за плечи, особенно если действия взрослого подкреплены резким: «Нельзя!». Если взрослый находится поодаль, оклик тоже может остановить ребенка, знающего из прежнего опыта, что такие выходки не позволены.

Есть немало случаев, когда агрессивность невозможно унять. Тогда придется действовать после события, дабы преподать ребенку урок, что такого рода поведение неприемлемо.

При обращении с детьми после агрессивного нападения специалисты советуют:

- Резкое слово драчуну и благосклонное внимание к жертве могут ясно показать ребенку, что он проигрывает от таких неприятностей. В обычное время виновник должен пользоваться благосклонным вниманием. Принуждать ребенка к извинению - мера малополезная. Некоторые дети быстро заучивают формулу: «Прости, прости», чтобы избежать недоброго внимания взрослых.
- Иногда взрослые предпочитают отослать агрессивного ребенка поостыть в тихий угол. Это хорошо подчеркивает факт инцидента и выражает большое неодобрение агрессивного поведения. Этот прием полезен и родителям. Иногда, удаляя ребенка ненадолго из комнаты, взрослый сам успокаивается. Однако подобная мера теряет эффект, если длится более, чем минуту - две. Маленькие дети вряд ли поймут связь между своим поступком и удалением. Лучше крепко взять ребенка за руку и, строго глядя на него, твердо сказать: «Драться нельзя» или «Не кусаться!». Внимание, уделяемое агрессивному ребенку, должно быть ограниченным и негативным, а жертву утешают. В идеале при каждом инциденте взрослые должны высказать свое отношение к нему и постараться побыстрее прекратить его. Длинные объяснения или обвинения малоэффективны.
- Когда за агрессивные действия виновника лишают любимых игрушек или привилегий, лучше не растягивать наказание на целый день, а осуществить его как можно скорее. Ребенок быстро забудет причину наказания - все его мысли будут сфокусированы на том, что ему не дают заниматься любимым делом, или

выставляют в другую комнату, или срамят перед другими. Его гнев и возмущение, таким образом, снижает шанс, что он научится вести себя иначе.

- Наименьший эффект приносят действия, когда взрослые отвечают агрессивностью на агрессивность. Во - первых, они могут побуждать на это детей. Во - вторых, серьезные недостатки есть и в угрозе взрослому: «Вот я укушу тебя, будешь знать!». Подобное высказывание, адресованное ребенку любого возраста, содержит угрозу того же агрессивного действия, за которое упрекают ребенка.

#### ПСИХОЛОГИИ РЕКОМЕНДУЮТ СЛЕДУЮЩИЕ «НЕАГРЕССИВНЫЕ» МОДЕЛИ ДИСЦИПЛИНАРНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ

1. Терпение. Нужна выдержка, выдержка и еще раз выдержка.
2. Объяснение. Ребенку объясняют, почему его поведение не правильно, делать это надо максимально кратко.
3. Отвлечение. Надо предложить ребенку более что-то привлекательное, чем- то, что ему сейчас хочется.
4. Неторопливость. Не надо спешить наказывать ребенка. Вдруг поступок повторится.
5. Награды. Лучше похвалить ребенка за хорошее поведение. Это пробудит в нем желание еще раз услышать похвалу.
6. Шутки. Рекомендуется иногда пошутить по поводу наказания и даже придумать какую-нибудь игру, чтобы ребенок тоже имел повод наказать «нерадивого» родителя. Очень важно дать ребенку возможность почувствовать, что и родители подчиняются тем же правилам поведения. В этом случаи ребенок будет меньше сердиться, когда подвернется наказание за нарушение правил.

#### ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА СНЯТИЕ АГРЕССИИ, НАПРЯЖЕНИЯ И УСТАЛОСТИ.

Игра положительно влияет на психическое развитие ребенка. Помогает ему приобрести определенные навыки во многих видах деятельности, готовит ко взрослой жизни. Также игра обладает огромным терапевтическим эффектом: помогает расслабиться, преодолеть страхи, агрессию, снимает напряжение, помочь в общении, наладить контакт с родителями. В основе агрессии лежит гнев, именно от него следует научиться освобождаться. Конечно, это не означает, что всем дозволено драться кусаться. Просто мы должны научиться сами и научить детей выражать свои чувства, которые можно использовать и в саду, и дома:

«Мешочек гнева». Возьмите воздушный шарик и наполните его мукой, песком или мелкой крупой (где-то полстакана), крепко завяжите. Познакомьте ребенка с новой игрушкой, объясните, что «мешочек гнева» можно использовать тогда, когда на кого-то злишься, его можно кидать, мять, бить. Игра способствует снятию напряжения.

«Тух-теби-дох». Когда ребенок напряжен или на кого-то зол, предложите ему такую игру- нужно ходить по комнате и как можно злее говорить одну фразу: «Тух-теби-дох». Подбадривайте ребенка говорить как можно злее, повторять до тех пор, пока напряжение не будет снято и ребенку не станет смешно.

«Молчанка». Эта игра проводится с командами «Стоп!» или «Замри!». Агрессивные дети не только эмоционально разряжаются, но и овладевают элементарными навыками самоконтроля над своими поступками.

«Где прячется злость?». Ребенок закрывает глаза, поднимает руку с вытянутым указательным пальцем вверх. Не открывая глаз нужно словом или жестом показать где прячется злость, грусть, радость и т. д.

«Корм для цыплят». Предложить мелко-мелко разорвать листок бумаги- «корм для цыплят».

"Солдат и тряпичная кукла". Самый простой и надежный способ научить детей расслабляться - это обучить их чередованию сильного напряжения мышц и следующего за ним расслабления. Поэтому эта и последующая игра помогут вам это сделать в игровой форме. Предложите ребенку представить, что он солдат. Вспомните вместе с ним, как нужно стоять на плацу, - вытянувшись в струнку и замерев. Пусть игрок изобразит такого военного, как только вы скажете слово "солдат". После того как ребенок постоит в такой напряженной позе, произнесите другую команду - "тряпичная кукла". Выполняя ее надо максимально расслабиться, слегка наклониться вперед так, чтобы их руки болтались, будто они сделаны из ткани и ваты. Помогите им представить, что все их тело мягкое, податливое. Затем игрок снова должен стать солдатом и т. д.

"Насос и мяч". Если ребенок видел, как сдувшийся мяч накачивают насосом, то ему легко будет войти в образ и изобразить изменения, происходящие в этот момент с мячом. Итак, встаньте напротив друг друга. Игрок, изображающий мяч, должен стоять с опущенной головой, вяло висящими руками, согнутыми в коленях ногами (то есть выглядеть как не надутая оболочка мяча). Взрослый тем временем собирается исправить это положение и начинает делать такие движения, как будто в его руках находится насос. По мере увеличения интенсивности движений насоса "мяч" становится все более накаченным. Когда у ребенка уже будут надуты щеки, а руки с напряжением вытянуты в стороны, сделайте вид, что вы критично смотрите на свою работу. Потрогайте его мышцы и посетуйте на то, что вы перестарались и теперь придется сдувать мяч. После этого изобразите выдергивание шланга насоса. Когда вы это сделаете, "мяч" сдуется настолько, что даже упадет на пол. Чтобы показать ребенку пример, как играть, лучше сначала предложить ему побыть в роли насоса.

«Снеговик». Игра направлена на расслабление, снятие напряжения. Взрослый и ребенок превращаются в снеговиков: встают, разводят руки в стороны, надувают щеки и в течении 10 секунд удерживают заданную позу. Взрослый говорит: «А теперь выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговика и он начал таять». Играющие постепенно расслабляются, приседают на корточки и ложатся на пол.

Однако все эти приемы хороши только при систематическом применении. Непоследовательность в поведении взрослых может только усугубить ситуацию.

