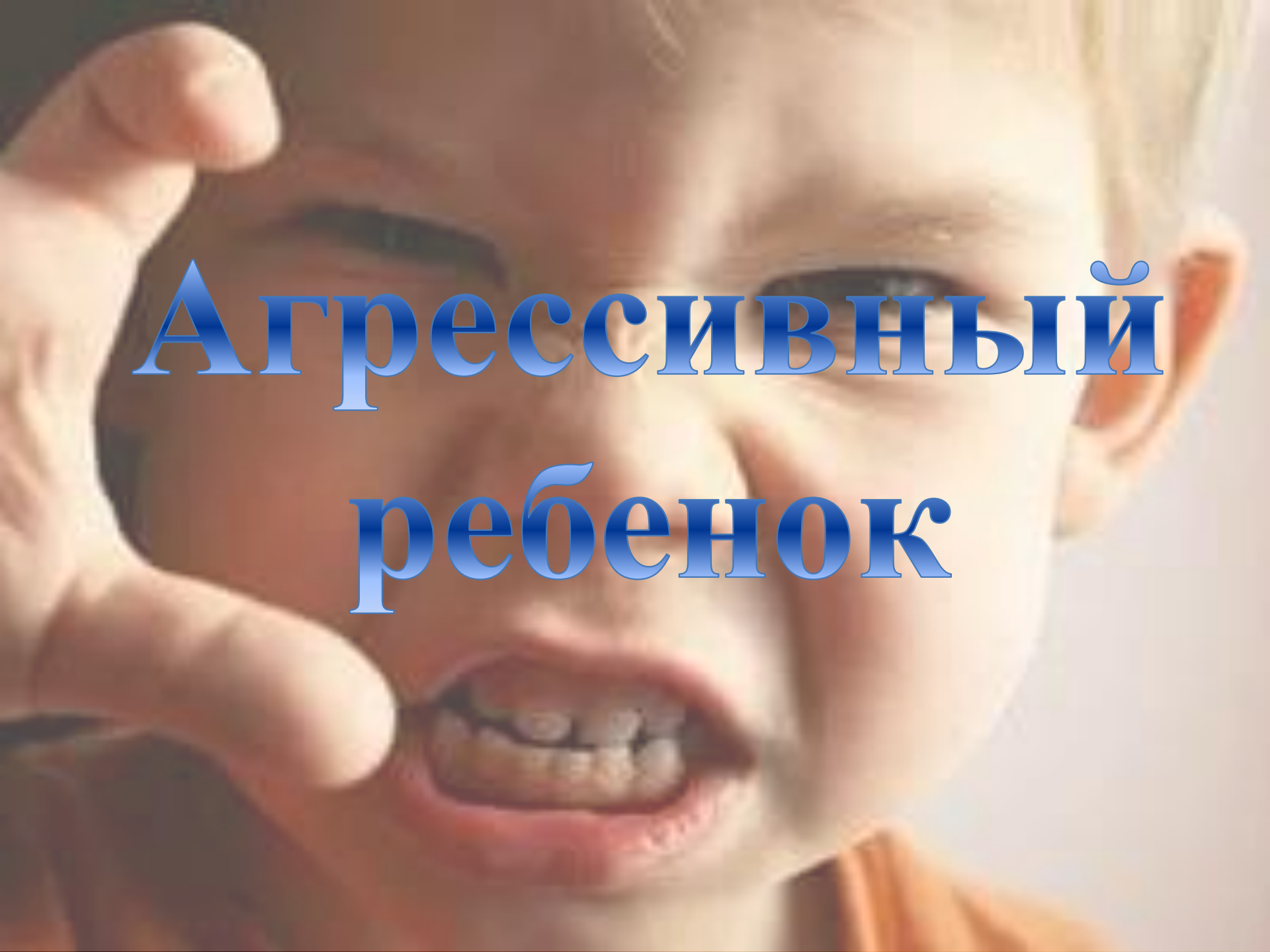


A close-up photograph of a young child's face, showing a threatening or aggressive expression. The child's mouth is open, revealing their teeth, and their hand is raised near their face. The background is blurred.

Агрессивный ребенок

Из опыта работы педагога- психолога высшей
квалификационной категории

А.А. Скворцовой.

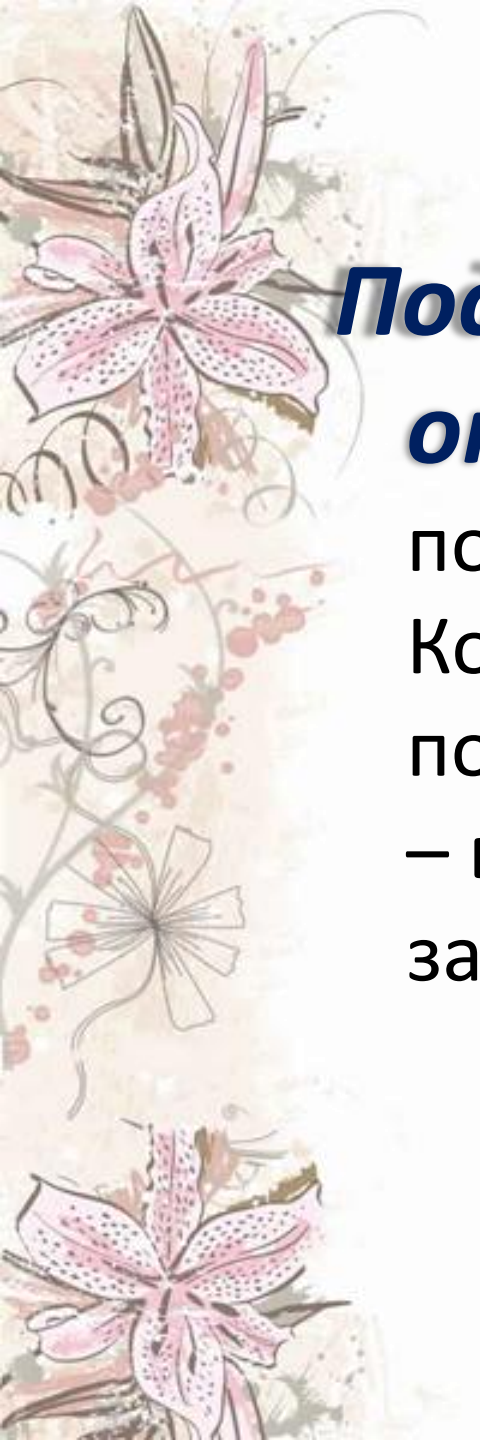
Презентация к выездному заседанию для
замещающих родителей.

КГБУ «Троицкий центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей».

Каков же он, агрессивный ребенок? Такой ребенок теряет над собой контроль, спорит со взрослыми. С ровесниками бывает груб и безжалостен. Он не признает ошибок, а свою вину старается переложить на других. Обычно агрессивные дети мстительны, завистливы, насторожены и подозрительны.



Агрессивный ребенок использует любую возможность толкнуть или ударить кого-то, что-то разрушить или поломать. Его поведение нередко носит провокационный характер: он готов разозлить родителей, педагога или сверстников, чтобы вызвать ответную агрессивную реакцию. Подросток не успокоится, пока взрослый «не взорвется», а окружающие дети не полезут в драку.

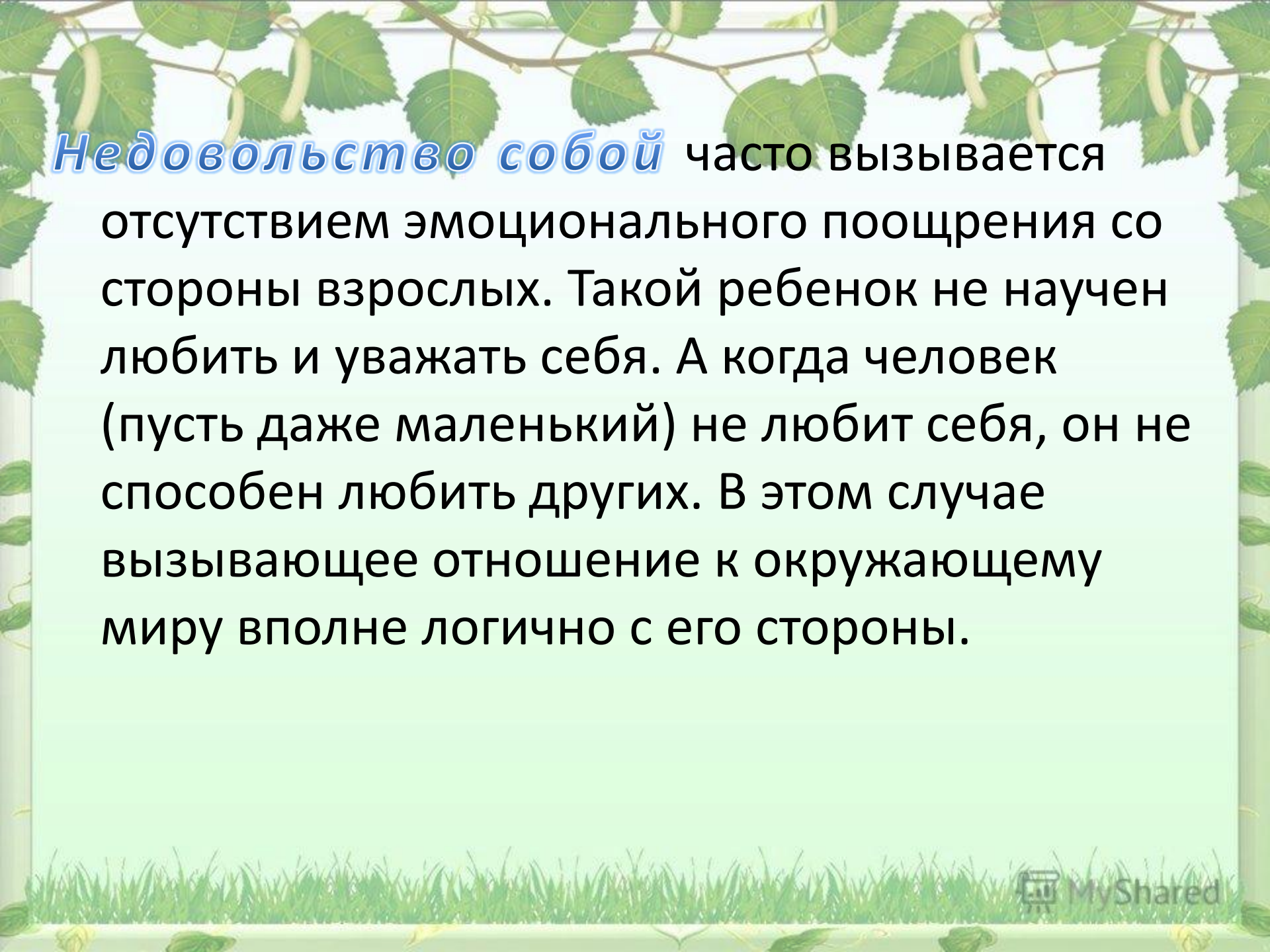


«Личные» причины

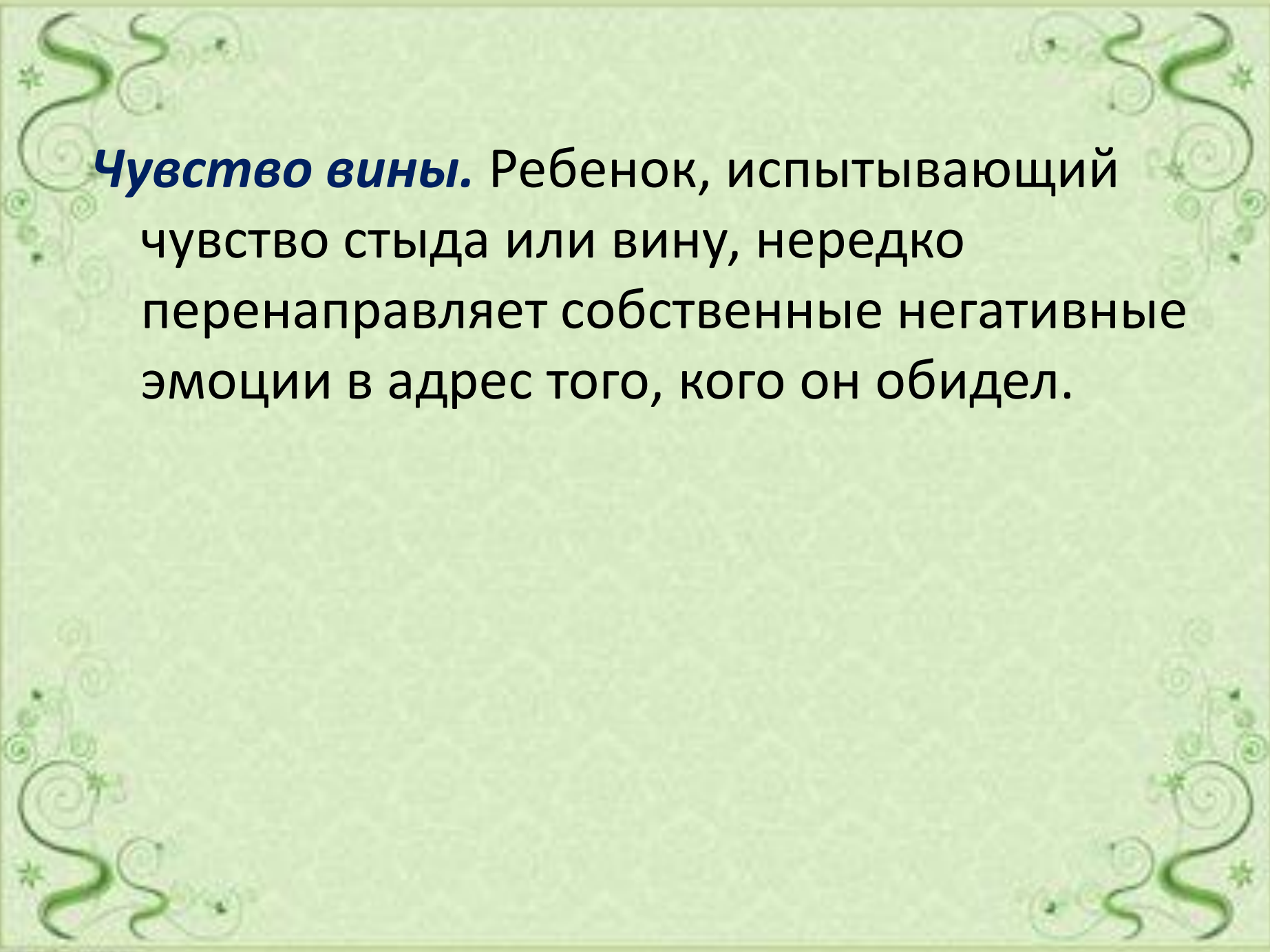
Подсознательное ожидание

опасности. Довольно часто поведение ребенка диктуется страхом. Когда ребенок напуган – ему сложно понять, кто из окружающих друг, а кто – враг. И в этот момент включается защитная реакция в виде агрессии.

Эмоциональная нестабильность нередко становится причиной гневливого поведения ребенка. Особенно этому подвержены подростки, ведь они эмоциональны, а их настроение меняется под влиянием плохого самочувствия или банальной усталости. Когда проявления у ребенка негативных эмоций или раздражения считаются недопустимыми и максимально подавляются взрослыми, результатом могут стать немотивированные вспышки гнева.



Недовольство собой часто вызывается отсутствием эмоционального поощрения со стороны взрослых. Такой ребенок не научен любить и уважать себя. А когда человек (пусть даже маленький) не любит себя, он не способен любить других. В этом случае вызывающее отношение к окружающему миру вполне логично с его стороны.

The slide features a light green background with decorative green swirls and star-like patterns in each of the four corners. The text is centered in the upper half of the slide.

Чувство вины. Ребенок, испытывающий чувство стыда или вину, нередко перенаправляет собственные негативные эмоции в адрес того, кого он обидел.

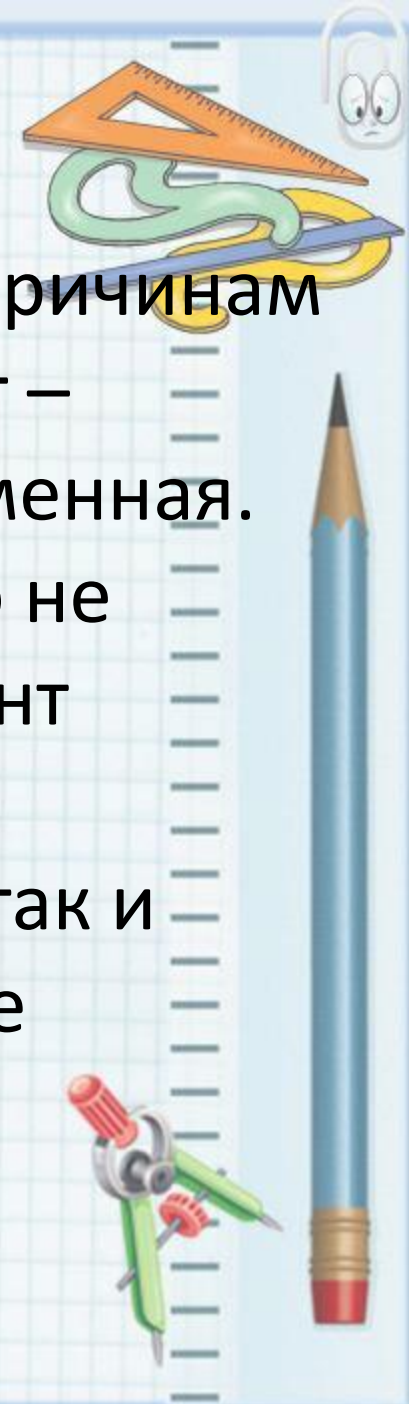
Ситуативные причины

Переутомление, плохое самочувствие.

Особо впечатлительный ребенок может выдать агрессивную реакцию вследствие общего, эмоционального или нервного переутомления.

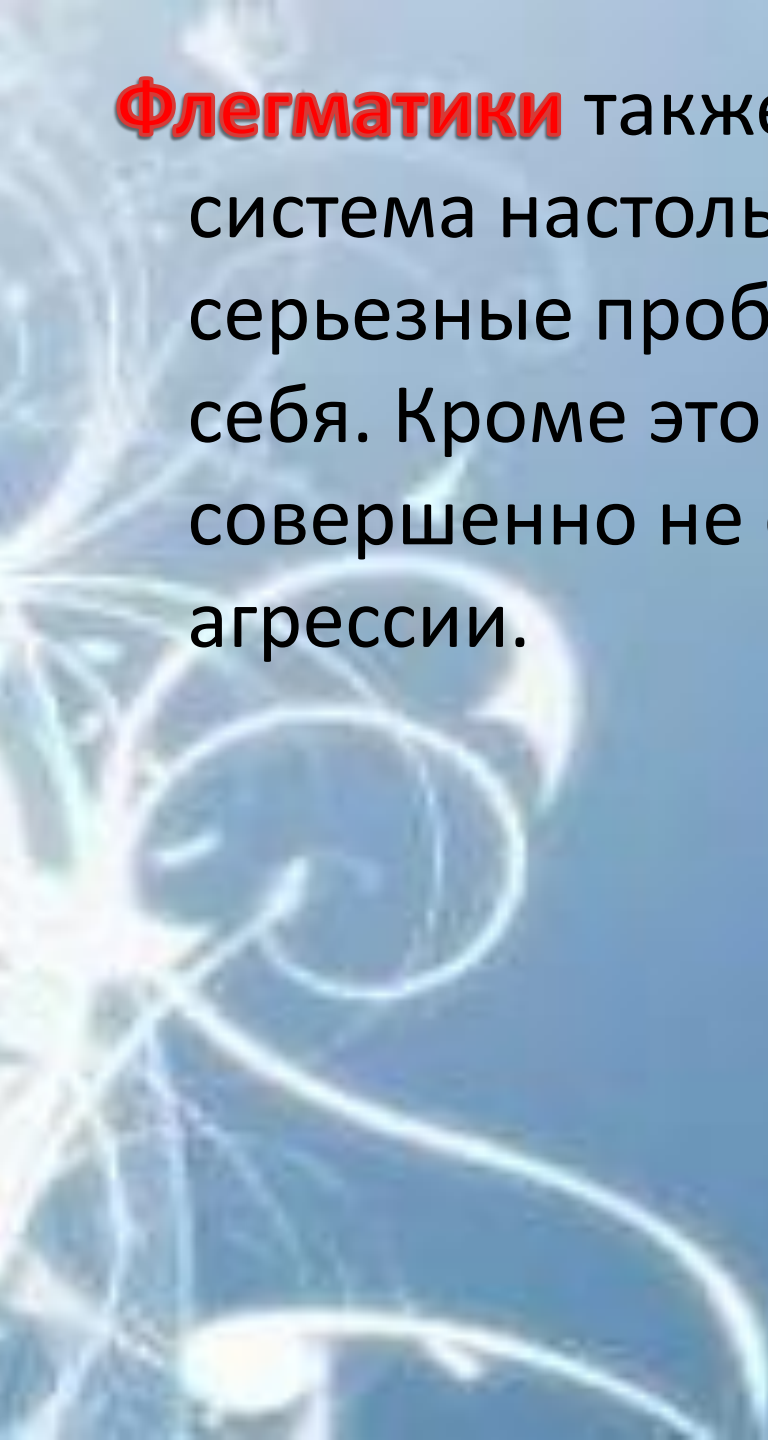
Темперамент

Тип темперамента тоже относится к причинам проявления агрессии. Темперамент – характеристика постоянная и неизменная. Рекомендаций по его исправлению не существует, переделать темперамент невозможно. Однако научиться использовать как положительные, так и отрицательные его стороны, вполне реально.



Дети-меланхолики страдают от стрессов, вызванных любым новшеством или каким-либо соревнованием. Они чувствительны, ранимы и менее всего предрасположены к гневным выпадам. А вот пассивная агрессия – отличительная черта меланхоликов.





Флегматики также не агрессивны. Их нервная система настолько уравновешена, что даже серьезные проблемы редко выводят их из себя. Кроме этого ребенок-флегматик совершенно не склонен к пассивной агрессии.

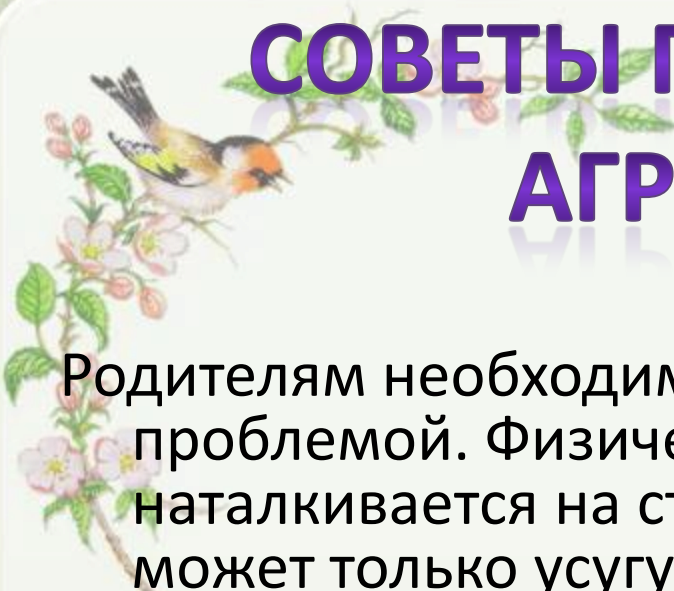
Сангвиник отдает предпочтение решению любых, даже самых конфликтных ситуаций, мирным путем. Ребенку с таким типом темперамента необходимы перемены, он обожает новые места, лица, ощущения. Агрессивное поведение сангвиника возможно тогда, когда он убедится, что спокойно проблему решить не получится. А вот чувство вины или осознание ответственности за ошибки может «загнать» его в пассивную агрессивность.





Холерики

обладают природной склонностью к проявлению гнева и ярости. Это происходит по причине их крайней нервной и эмоциональной неуравновешенности. Дети-холерики раздражительны и вспыльчивы. Как правило, они сначала делают, а потом думают, как следовало бы поступить. Кроме активной, им свойственна и пассивная агрессия, способная привести к стойкому депрессивному состоянию.



СОВЕТЫ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ АГРЕССИВНОСТИ

Родителям необходимо осознать, что силой не справиться с проблемой. Физическое и моральное насилие наталкивается на стену, выстроенную подростком, и может только усугубить агрессию. Нужно постараться выяснить, какие именно вещи провоцируют агрессию у вашего ребенка, после чего попытаться наладить контакт со взрослеющим школьником. Старайтесь всегда разговаривать с подростком абсолютно спокойно, не срываясь на повышение голоса. Конечно, это может быть сложно, но подобная стратегия настроит вашего ребенка на необходимый лад, в результате чего он начнет обращать внимание на то, что вы говорите, и откажется от грубостей и резкостей либо сократит их количество.

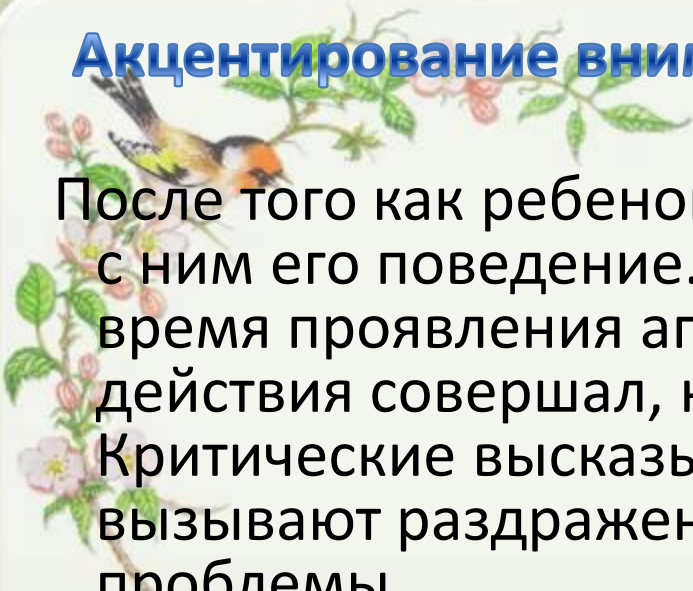




Если подросток начинает высказываться, не нужно его прерывать. Лишь после того, как его поток речи либо даже брани придет к концу, можно начинать беседовать. Помните, что ваш ребенок имеет право выражать свое возмущение и раздражение, быть злым и недоверчивым. Такие эмоции нормальны для каждого из нас, но в подростковом возрасте они особенно гипертрофированы.

Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

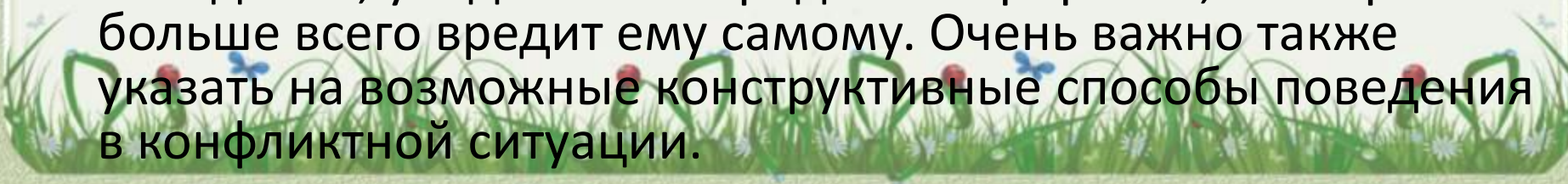
- В тех случаях, когда агрессия детей и подростков не опасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:
- полное игнорирование реакций ребенка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- выражение понимания чувств ребенка ("Конечно, тебе обидно...");
- переключение внимания, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня"); позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты устал").



Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест, и уводят от решения проблемы.

Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло "здесь и сейчас", не припоминая прошлых поступков. Иначе у ребенка возникнет чувство обиды, и он будет не в состоянии критично оценить свое поведение. Вместо распространенного, но неэффективного "чтения морали", лучше показать ему негативные последствия его поведения, убедительно продемонстрировав, что агрессия больше всего вредит ему самому. Очень важно также указать на возможные конструктивные способы поведения в конфликтной ситуации.



Один из важных путей снижения агрессии -
установление с ребенком обратной связи. Для
этого используются следующие приемы:

- констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");
- констатирующий вопрос ("ты злишься?");
- раскрытие мотивов агрессивного поведения ("Ты хочешь меня обидеть?", "Ты хочешь продемонстрировать силу?");
- обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению ("Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит");
- апелляция к правилам ("Мы же с тобой договаривались!").

Контроль над собственными негативными эмоциями.

Родителям необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми. Когда ребенок демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции - раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослому нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний, понять характер, силу и длительность возобладавших над ними чувств.

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

СНИЖЕНИЕ НАПРЯЖЕНИЯ СИТУАЦИИ.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детской агрессией - уменьшить напряжение ситуации. Для этого необходимо:

- не повышать голос, не менять тон на угрожающий;
- не демонстрировать власть ("Будет так, как я скажу");
- не кричать;
- не принимать агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор "сквозь зубы";
- не использовать сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
- не использовать негативную оценку личности ребенка, его близких или друзей;
- не использовать физическую силу;
- не втягивать в конфликт посторонних людей;
- не настаивать на своей правоте;
- не читать нотации, проповеди;
- не делать обобщения типа: "Вы все одинаковые", "Ты, как всегда...", "Ты никогда не...";
- не сравнивать ребенка с другими детьми - не в его пользу.



Сохранение положительной репутации ребенка.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично минимизировать вину ребенка ("Ты не важно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребенку компромисс, договор с взаимными уступками.
- Настаивая на полном подчинении (то есть на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

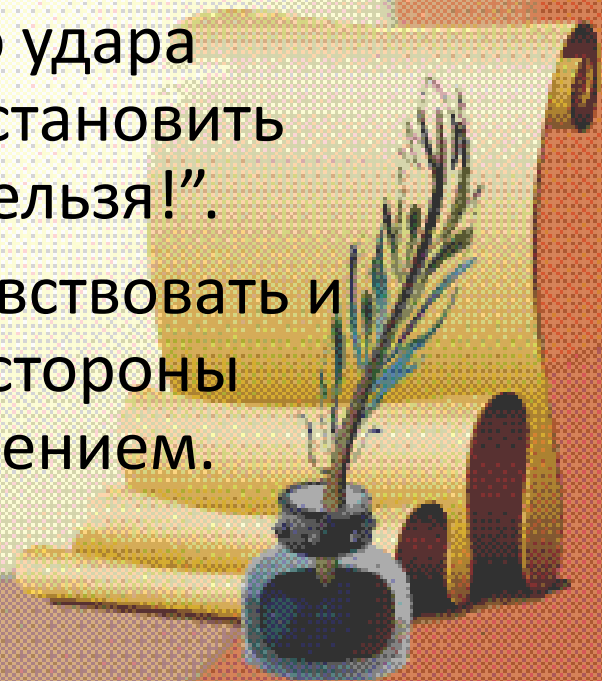


Демонстрация модели неагрессивного поведения.

- пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- внушение спокойствия невербальными средствами;
- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- использование юмора;

Предупреждение агрессивных действий.

- никогда не следует поощрять ребенка за проявленную агрессивность ;
- в необходимых случаях такого ребенка успокаивает временная изоляция с кратким разъяснением причины;
- если ребенок готов к нанесению удара (укусу и т. д.), то лучше быстро остановить его и резко предупредить его “Нельзя!”.
- изредка стоит дать ребенку почувствовать и испытать подобное действие со стороны близких с последующим разъяснением.



Обучение ребенка техникам и способам управления собственным гневом.

Развитие контроля над деструктивными эмоциями.

- Комкать и рвать бумагу.
- Бить подушку или боксерскую грушу.
- Топать ногами.
- Написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу.
- Втирать пластилин в картонку или бумагу.
- Посчитать до десяти.
- Самое конструктивное - спортивные игры, бег.

Спасибо за внимание

