

Детская агрессия: причины, последствия и пути преодоления.



Агрессия (от латинского «agressio» — нападение, приступ) – это физическое или вербальное (словесное) поведение, направленное на причинение вреда кому-либо или чему-либо.

Критерии агрессивности

(схема наблюдения за ребёнком)

Ребёнок:

1. Часто теряет контроль над собой.
2. Часто спорит, ругается со взрослыми.
3. Часто отказывается выполнять правила.
4. Часто специально раздражает людей.
5. Часто винит других в своих ошибках.
6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо.
7. Часто завистлив, мстителен.
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Предположить, что ребёнок агрессивен, можно лишь в том случае, если в течение не менее чем шести месяцев в его поведении проявлялись хотя бы четыре из восьми перечисленных признаков.

Ребёнку, в поведении которого наблюдается большое количество признаков агрессивности, необходима помощь специалиста – психолога или врача.

Агрессия, чем она полезна?

В агрессивности есть свои положительные, здоровые черты, которые необходимы для жизни – это настойчивость, упорство в достижении цели, стремление к победе, преодоление препятствий. Поэтому воспитательные мероприятия должны быть направлены не на полное исключение агрессивности из характера детей, а на ограничение и контроль ее разрушительных, асоциальных форм, и поощрение ее положительных проявлений, таких как целеустремленность, настойчивость, умение постоять за себя, сказать «нет» тому, что неприятно или вредно для ребенка

7 причин детской агрессии

1. Причина. Негативная самооценка («Я плохой и веду себя как плохой»).

Ваши действия. Как можно чаще хвалить ребенка, не стесняться проявлять любовь к нему. Никогда не осуждать самого ребенка («Ты плохой, потому что так делаешь»), а только его действия («Мне не нравится, что ты поступил плохо, поскольку сделал кому-то больно»).

2. Причина. Страх (защитная агрессия).

Ваши действия. Научите ребенка защищать себя, словесно выражая свою агрессивность, определяя собственное эмоциональное состояние (это полезно и во всех других ситуациях).

3. Причина. Реакция на запрет (ребенок не получает то, что ему нужно).

Ваши действия. В разумных пределах необходимо разрешать ребенку быть независимым. В случае отказа аргументировано объясните причину запрета. Если желание ребенка несвоевременно, переключите его внимание на что-то другое или предложите компромисс. Устанавливайте правила поведения. Заранее обговаривайте с ребенком правила поведения.

4. Причина. «Не могу!» Ребенок понимает, что ведет себя плохо, но не может справиться со своими чувствами.

Ваши действия. Остановите ребенка. Для него очень важно, что бы вы справились с его агрессией: тот, кто тебя защитил от себя самого, сможет защитить и от внешних опасностей. Агрессивность ребенка возросла до высокой степени и угрожает увечьями ему самому или окружающим? Примените силу: подойдите сзади и прижмите его руки, обхватите его ноги своими и берегите свой подбородок от его головы. У малыша должно создаться впечатление: вы сдерживаете его, поскольку хотите успокоить, а не нападаете, проявляя агрессивность.

5. Причина. Усталость (разбалансирование нервных процессов).

Ваши действия. Когда дети устают, их возбуждение начинает нарастать. От этого они устают еще больше, и дело кончается срывом. В таком состоянии ребенок не может успокоиться сам, помогите ему: обнимите, усадите на колени, начните качать, как маленького, нашептывайте на ушко что-то ласковое и спокойное. Все подвижные игры прекращайте за два часа до сна. Старайтесь соблюдать режим дня и строго придерживаться введенных правил.

6. Причина. Переадресация агрессии («Как обращались со мной, так и я буду обращаться с другими»).

Ваши действия. Если в семье дерутся, кричат друг на друга или ребенок оказывается крайним в ссорах родителей, он перенимает этот стиль поведения. В таких семьях детей наказывают часто и несправедливо. Чем более жесткие требования предъявляются ребенку дома, тем более агрессивным он будет в своих проявлениях.

7. Причина. Жажда власти. Речь идет о детях с так называемыми нарушенными привязанностями («Я никому не нужен, ну и не надо!»). Они научились выживать, нападая на всех, нарушая правила.

Ваши действия. Нужно завоевать авторитет: значимыми качествами для такого ребенка являются справедливость и сила. Когда ваш авторитет не вызывает сомнений, следует вовремя твердо сказать ребенку: «Я не позволю тебе это делать».

Коррекция агрессии у ребенка

«Как правильно подойти к коррекции такого поведения?»

Следует отметить: для того чтобы был виден устойчивый результат работы, необходимо, чтобы коррекция носила не эпизодический характер, а постоянный и комплексный.

К наиболее популярным способам коррекции агрессивного поведения, особенно в дошкольном возрасте, можно отнести арттерапию во всём её многообразии:

- изотерапия (можно использовать различные способы рисования: кляксотерапия, рисование пальчиками, ладонями, стопами);
- песочная терапия;
- глинетерапия;
- куклотерапия (можно приобрести или сшить самим куклы для кукольного или пальчикового театра, изготовить бумажные фигурки для настольного театра);
- сказкотерапия (сочинение сказок самим ребёнком и для ребёнка. Важно предлагать для ребёнка роль с позитивной силовой характеристикой, к примеру: рыцари, богатыри и др);
- танцевальная терапия и др.

Следует обратить внимание на подвижные игры, способствующие снятию напряжения и нейтрализации агрессии; игры на развитие коммуникации ребёнка и позитивной модели поведения, игры на развитие эмпатии и релаксационной направленности.

Для выхода накопившейся агрессии ребёнку можно предложить:

- комкать и рвать бумагу;
- подраться с подушкой или боксёрской грушей;
- использовать «мешочек / стаканчик для криков»;
- использовать надувные дубинки, водяной пистолет, батут;
- пинать ногой консервную банку;
- втирать пластилин в картон.

От агрессивности больше всего страдает сам ребенок: он в ссоре с родителями, он теряет друзей, он живет в постоянном раздражении, и чаще всего в страхе. Все это делает ребенка несчастным.

Забота и тепло для такого ребенка лучшее лекарство. Пусть он в каждый момент времени почувствует, что родители любят, ценят и принимают его. Пусть ребенок видит, что он нужен и важен для вас.

Педагог – психолог ОСР
А.Н. Кулькина