

# **Лекторий «Агрессия, ее причины и последствия»**

*(для родителей учащихся 9 классов)*

*Зелимова Юлия Александровна, педагог-психолог,*

*Хайлова Татьяна Владимировна, педагог социальный, руководители экспресс-университета психолого-педагогических знаний «Перекресток» государственного учреждения образования «Средняя школа № 14 г.Мозыря»*



*«Человек обладает способностью любить, и если он не может найти применения своей способности любить, он способен ненавидеть, проявляя агрессию и жестокость. Этим средством он руководствуется, как бегством от собственной душевной боли»*

**Эрих Фромм**

## ***Если ребенок агрессивен...***

- Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть.
- Ликвидируйте все агрессивные формы поведения среди близких, помня что ребенок всегда подражает тому, за чем привык наблюдать.
- Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте не свои желания, а его возможности.
- Гасите конфликт еще в зародыше, направляя интерес ребенка в другое русло.
- Учите ребенка правильному общению со сверстниками и взрослыми.
- Расширяйте кругозор ребенка.
- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость в выполняемом.

- Игнорируйте легкие проявления агрессивности ребенка, не фиксируйте на ней внимания окружающих.
- Установите строгий запрет на агрессивные действия ребенка. Попробуйте понять причины протеста и сопротивления ребенка и исключите их.
- Включите агрессивные действия в контекст игры и придайте им новый социально-приемлемый и эмоционально-наполненный смысл.

### **Советы родителям**

#### ***Бороться с агрессивностью нужно:***

- ***Терпением.*** Это самая большая добродетель, какая только может быть у родителей.
- ***Объяснением.*** Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратким.
- ***Отвлечением.*** Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что он пытается делать.
- ***Неторопливостью.*** Не спешите наказывать ребенка - подождите, пока поступок повторится.
- ***Наградями.*** Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение, вместо того чтобы считать его обычным, то одно это побудит в нем желание еще раз услышать вашу похвалу.

### **Советы родителям**

#### ***в случае проявления их детьми агрессивного поведения***

1. Во-первых, требуется проявление со стороны родителей безусловной любви к ребенку в любой ситуации. Нельзя допускать высказываний, типа: «Если ты себя так поведешь..., то мама с папой тебя больше любить не будут!». Нельзя оскорблять ребенка, обзывать его.
2. Родители, если не хотят, чтобы их дети были драчунами и забияками, сами должны контролировать собственные агрессивные импульсы.
3. Ни в коем случае нельзя подавлять проявление агрессии ребенком, иначе подавленные агрессивные импульсы могут нанести серьезный вред его здоровью. Научите его выражать свои враждебные чувства социально приемлемым способом: словом или в рисунке, лепке или при помощи игрушек или действий, безобидных для окружающих, в спорте.

4. Если ребенок капризничает, злится, кричит, бросается на вас с кулаками - обнимите его, прижмите к себе. Постепенно он успокоится, придет в себя. Со временем ему будет требоваться все меньше времени, чтобы уgomониться.
5. Уважайте личность в вашем ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства. Предоставляйте ребенку достаточную свободу и независимость, за которую ребенок будет сам нести ответственность. В тоже время покажите ему, что в случае необходимости, если он сам попросит, готовы дать совет или оказать помощь.
6. Покажите ребенку конечную неэффективность агрессивного поведения. Объясните ему, что даже если в начале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у другого ребенка понравившуюся игрушку, то впоследствии с ним никто из детей не захочет играть, и он останется в гордом одиночестве.
7. Необходимо устанавливать социальные правила поведения в доступной для ребенка форме, например: «Мы никого не бьем, и нас никто не бьет», а также исключить ситуации, провоцирующие негативное поведение ребенка.
8. Не забывайте хвалить ребенка за старательность. Когда дети реагируют должным образом, сделайте все, чтобы закрепить эти усилия. Скажите им: «Мне нравится, как ты поступил». Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими.
9. Беседовать с ребенком о его поступке надо без свидетелей (класса, родственников, других детей и др.). В беседе стараться использовать меньше эмоциональных слов («стыдно» и др.).
10. Чтобы снять вербальную (речевую), физическую агрессию, выплеснуть гнев, снять эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло, можно прибегнуть к помощи к различным играм.

### ***Причины детской агрессивности***



Агрессивность можно трактовать как стремление одного существа причинить вред другому. Агрессивность может проявляться в нескольких формах:

- агрессивные действия,
- агрессивные мысли, намерения;
- словесная агрессия.

### **Причины появления агрессии у детей**

могут быть самыми разными, но самые основные следующие:

1. воспитание в семье, начиная с первых дней жизни ребенка;
2. некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга, различные нарушения интеллектуального и психического развития;
3. психологические проблемы, с которыми он не справляется.



Так как чаще всего причиной детской агрессивности является именно **психологические проблемы**:

**Привлечение внимания.** Дети, которым родители уделяют мало времени (работа забирает все свободное время), которые испытывают недостаток любви и ласки, стараются всячески обратить на себя внимание. Они не могут найти слова, чтобы сказать вам об этом, и проявление агрессивности это способ привлечь ваше внимание. Для них важен любой знак внимания, даже негативный.

#### **Чувство страха и недоверия к окружающему миру**

К первому году жизни у ребенка формируется либо базовое чувство доверия к окружающему миру и людям, ощущение безопасности, либо недоверия, страха и тревоги. Если ребенок имел негативный опыт отношений с людьми, или мама испытывала страх и находилась в тревоге за свое, а, следовательно, и за его будущее, то малыш, для которого еще нет отделения себя от мамы, наполняется теми же чувствами, и его первый опыт взаимодействия с окружающим говорит ему о том, что здесь не так уж безопасно, поэтому он начинает защищаться. Агрессивные вспышки таких детей выглядят очень неожиданными и непонятными.

#### **Социальное научение.**

Ребенок, с которым жестоко обращаются, непременно будет повторять эту поведенческую модель, так как авторитет взрослого в

этом возрасте очень высок. Если ребенок жил в семье, где часто сорились, кричали друг на друга, то он будет делать то же самое, уже находясь в другой среде. Если ребенок часто смотрит боевики, он усваивает пример всепобеждающего супермена, для которого не существует никаких законов. Именно поэтому психологи советуют родителям оградить своего ребенка в возрасте до 6-7 лет от боевиков и ужастиков, а смотреть вместе с ними добрые фильмы и мультики.

**Реакция на запреты взрослых.** Конечно, запрещать ребенку можно и даже нужно, чтобы сформировать представления о том, что можно и нельзя, что плохо, а что хорошо. Но, родителям важно учитывать два момента:

- во-первых, важно научиться грамотно устанавливать запреты и границы. Распространенной ошибкой взрослых является запрет без объяснений: «Оля, нельзя, отойди от цветов немедленно». А почему? Важно объяснить, чтобы ребенок понял, чтобы у него сформировалось представление о ситуации. Например, «Оля, рвать листья нельзя, а то цветики завянут. На цветы можно смотреть и за ними нужно ухаживать».

- во-вторых, важно помнить, что главной потребностью любого ребенка является необходимость чувствовать, что его любят и ценят.

**Проявление жажды власти.** Дети, которые общаются с остальными, нападая на всех и нарушая все правила, вдруг понимают, что это очень приятно - быть главным, сильным, когда тебя все слушаются и все боятся. В таком случае нужно объяснить ребенку, что для того, чтобы быть в центре внимания, совсем не обязательно, чтобы тебя боялись, есть лучшие способы, например, рассказывать интересные истории, придумывать игры, помогать друзьям. Но такие объяснения далеко не всегда помогают. Тогда в ход вступают те самые запреты, о которых мы говорили. И еще в такой ситуации важно, чтобы эти запреты выражал значимый (авторитетный) для него человек. Значимыми для него являются справедливость и сила. Когда ваш авторитет доказан, нужно уметь вовремя твердо сказать ребенку: «Я не позволю тебе этого делать».

**Негативная самооценка.** Делая замечания ребенку, нужно быть осторожными в своих высказываниях, так как дети очень болезненно реагируют на любую критику. Когда мы говорим: «Ты себя плохо ведешь», ребенок воспринимает это как: «Я плохой, и я веду себя, как плохой». Нужно говорить не «ты меня убиваешь, когда так делаешь», а «мне очень плохо, когда ты так делаешь»; не «ты

мешаешь», а «знаешь, всем детям плохо, когда ты шумишь». Т. е. реагировать не на личность, а на конкретный поступок и помочь ребенку это понять.

## *Детская агрессия: когда поможет*

*только психолог*

Если вы не справляетесь с агрессивностью вашего ребенка, то есть, если чувствуете неуверенность в том, как поступить, сами срываетесь и кричите на ребенка, а потом испытываете чувство вины, и вам кажется, что вы уже перепробовали все методы воспитания – это, конечно, повод для обращения к психологу. Чем раньше вы заметили трудности, которые возникают у вас и вашего ребенка в отношениях с другими людьми, – тем проще исправить ситуацию, тем быстрее вы сможете вместе со специалистом найти решение ваших проблем.

Очень мало на свете родителей, которые, так или иначе, не сталкивались бы с детской агрессивностью, не изумлялись, глядя на своего ребенка, красного от гнева и крушащего детской лопаткой все вокруг. В большинстве случаев детская агрессия абсолютно естественная вещь. Проблема не в самой детской агрессивности как реакции на внешние раздражающие факторы, а скорее в способах ее выражения.

Старайтесь стимулировать гуманные чувства у такого ребенка: жалеите, гладьте кошек и собак, ухаживайте за животными; обращайте внимание ребенка на грустное, подавленное состояние другого человека и стимулируйте желание помочь.

Если это не помогает, приучайте ребенка нести ответственность, - «отрабатывать» за свое агрессивное поведение («А теперь иди извинись», «погладь по голове», «пожми руку», «предложи игрушку обиженному тобой ребенку» и т.п.).

