

**Консультация  
для родителей и педагогов**

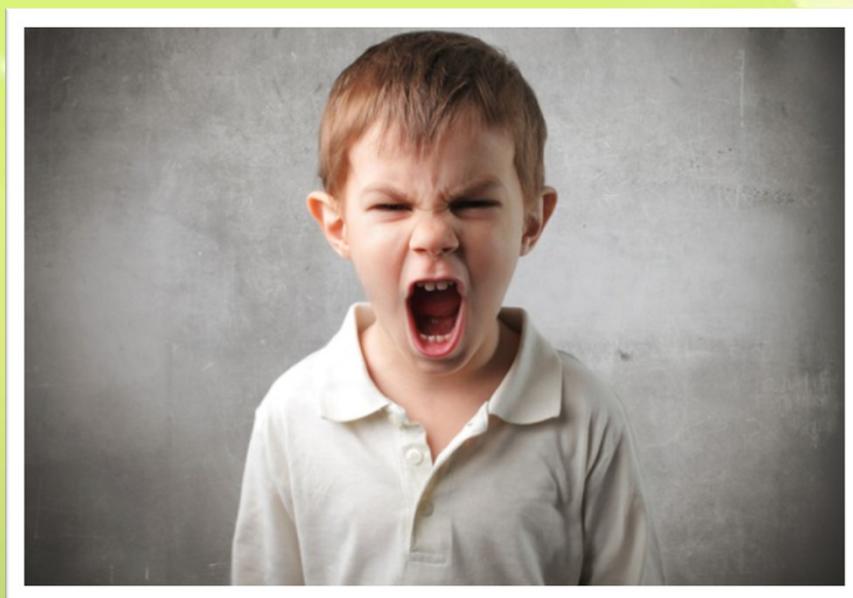
**Детская агрессия**



Педагог-психолог  
Таланкина Ю. А.

Злой, агрессивный ребенок, драчун, забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, «гроза дворов», но и несчастное существо, которое никто не понимает, никто не хочет приласкать и пожалеть.

Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, сгусток негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты. Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее частых проблем в детском коллективе. Она волнует не только педагогов, но и родителей. Те или иные формы агрессии характерны для большинства дошкольников. Практически все дети ссорятся, дерутся, обзываются.



## Причины агрессии

- Соматические заболевания, нарушение работы головного мозга.
- Проблемы в отношениях внутри семьи: ссоры, конфликты между родителями, отсутствие совместных интересов.
- Непосредственно агрессивное поведение родителей не только дома, но и в социуме.
- Равнодушие родителей к делам, интересам ребенка, его статусу, успешности.
- Сильная эмоциональная привязанность к одному из родителей, при том второй родитель выступает объектом агрессии.
- Отсутствие единства в воспитании, а так же его непоследовательность.
- Неспособность ребенка контролировать свои поступки, низкая самооценка.
- Недостаточное развитие интеллекта.
- Высокая степень возбудимости.
- Отсутствие способности строить отношения в социуме.
- Жестокие компьютерные игры, насилие с экранов тв.
- Физические наказания со стороны родителей.
- Недостаток внимания со стороны родителей, которое дети стараются отвоевать с помощью агрессивных реакций.

## Признаки агрессии

- Обзывание сверстников;
- Отбирание игрушек;
- Желание ударить сверстника;
- Мстительность;
- Отказ соблюдать правила;
- Непризнание своих ошибок;
- Вспышки гнева на действия окружающих;
- Драчливость;
- Замахивание на близких;
- Плевки;
- Щипание;
- Употребление бранных слов;

Агрессия у детей может быть открытой и скрытой. Скрытая агрессия бывает у детей, родители которых подавляют ее, выбирая неверные методы.

Психологи различают два типа агрессии у детей:

- импульсивно-аффективную, совершаемую в стадии аффекта. Агрессия характеризуется сильными эмоциями, неудержимым гневом, истеричным состоянием.

Эта форма поведения не планируется, она возникает и происходит в запале.

- инструментальная-хищная. Такая агрессия характеризуется различными манипуляторами, которые направлены на достижение более важной цели. Инструментальная агрессия часто бывает запланированной акцией и существует как средство

достижения цели. Причиняя неудобство другому человеку, например, сломав игрушку, ребенок движется к цели – покупке новой, более интересной игрушки для себя.

Дети с более низким уровнем развития больше склонны к незапланированной, импульсивной агрессии. Дети, демонстрирующие хищную агрессию, умеют управлять, планировать и целенаправленно достигать поставленной цели используя агрессию.

В психологии существует различие между уровнями агрессии у мальчиков и девочек. Мальчики практически всегда более агрессивны, чем девочки. Большие дети более агрессивны, чем маленькие. Активные и навязчивые дети более агрессивны, чем пассивные или очень спокойные. У детей всех возрастных групп агрессивное поведение является мощным способом донести свои желания окружающим, а так же приемом выразить свои симпатии и антипатии.

### **Советы родителям**

- Будьте последовательны в воспитании ребенка.
- Старайтесь быть внимательными к нуждам ребенка.
- Старайтесь меньше вводить запретов и не повышать голоса на ребенка, помните, что это самые не эффективные способы преодоления агрессивности.
- Все вводимые вами запреты должны высказываться в тактичной форме.
- Давайте возможность ребенку выплескивать свой гнев, смещайте его на другие объекты.
- Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения.
- Старайтесь избегать при ребенке вспышек вашего собственного гнева.

- Старайтесь избегать при ребенке вспышек вашего собственного гнева.
- Если вы все же в гневе – старайтесь не прикасаться к ребенку, лучше уйти в другую комнату.
- Наказывайте ребенка только за конкретные поступки, наказания не должны унижать ребенка.
- Не стесняйтесь лишний раз пожалеть, приласкать ребенка, он должен чувствовать, что вы его любите и принимаете его.

### **Нельзя!**

- Применять физические наказания
- Передразнивать и насмехаться
- Давать оценку личности ребенка, а не его поступку
- Проявлять агрессию «в ответ» (угрожающая мимика, жесты, крик)
- Сравнить ребенка с другими детьми «А Маша никогда бы так не поступила»
- Ругать и наказывать ребенка в присутствии посторонних людей
- Игнорировать агрессивное поведение ребенка

## **Игры и упражнения для снятия агрессии**

### **«Возьми себя в руки»**

Ребенку говорят: «Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди – эта поза выдержанного человека».

### **«Рвакля»**

Цель игры: снятие напряжения, отреагирование агрессивных переживаний.

Ребенок может рвать старую газету, мять, топтать, делать с ней все, что захочет, а потом бросать ее в корзину.

Малышу может понравиться прыгать на куче бумаги – они отлично пружинят.

### **«Воробьиные драки»**

Цель: снятие физической агрессии.

Дети выбирают себе пару и «превращаются» в драчливых «воробьев» (приседают, обхватив колени руками).

«Воробьи» боком подпрыгивают друг к другу, толкаются.

Кто из детей упадет или уберет руки со своих колен, тот выбывает из игры. «Драки» начинаются и заканчиваются по сигналу взрослого.

### «Спаси птенца»

Ребенку говорят: «Представь, что у тебя в руках маленький беспомощный птенец. Вытяни руки ладонями вверх. А теперь согрей его, медленно, по одному пальчику сложи ладони, спрячь в них птенца, подыши на него, согревая своим ровным, спокойным дыханием. Приложи ладони к своей груди, отдай птенцу доброту своего сердца и дыхания. А теперь раскрой ладони и ты увидишь, что птенец радостно взлетел, улыбнись ему и не грусти, он еще прилетит к тебе!»

### «Солнечный зайчик»

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке. Поглаживай аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги, он забрался за шиворот – погладь его там. Он не озорник – он любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним.

### «Обзывалки»

Цель: снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме. Скажите детям: «Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами». Заранее договоритесь, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, грибов или мебели. Каждое обращение должно начинаться со слов: «А ты, ..., морковка!» помните, что это игра и поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты, ..., солнышко!» игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

## Релаксационное упражнение по представлению «Облака»

Для этого упражнения нужно включить спокойную музыку. Предложите ребенку лечь поудобней, закрыть глаза. Дышим ровно, спокойно. Дадим нашим рукам и ногам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза) дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу расслабиться и отдохнуть ... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать... Теплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг все тихо и спокойно, вам тепло и уютно. С каждым вдохом и выдохом вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, все выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки легкие-легкие, все ваше тело становится легким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе, ближе. И вот вы уже лежите на том облаке, чувствуете, как оно нежно гладит вас, это пушистое и нежное облако. Пауза. Поглаживание детей. Оно поглаживает вас. Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и а счет «три» откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке.