

Рекомендации для родителей «Агрессивные дети»

Существует два вида агрессии: «доброкачественная» и «злокачественная». «Доброкачественная» проявляется в момент опасности и носит оборонительный характер. Как только опасность исчезает, затухает и данная форма агрессии. «Злокачественная» агрессии представляет собой жестокость и деструктивность, бывает спонтанной и связанной со структурой личности.

Формы агрессивного поведения:

- оскорбления сверстников;
- драки и провоцирование конфликтов;
- смех над слезами обиженного;
- высмеивание физических недостатков (хромота, заикание, ношение очков и т.д.);
- унижение того, кто слабее;
- причинение физической боли;
- изобретательность способа нанесения ущерба;
- склонность к враждебности и жестокости.

Все эти формы агрессии можно наблюдать у людей всех возрастов, а иногда они проявляются с самого раннего детства.

Агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия - это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумение адекватно реагировать на происходящие вокруг него события. Часто дети причиняют вред окружающим или себе, потому что чувствуют беспомощность, грусть, обиду, но не могут разобраться в собственном состоянии, не владеют коммуникативными навыками для разрешения проблемы.

Давайте рассмотрим возможные причины проявления агрессивного поведения у детей. Ведь только понимая причины возникновения нежелательных ситуаций, мы можем предотвратить их проявление или исправить то, что уже произошло.

Возможные причины проявления агрессии у ребенка:

- **Семейные отношения.** Формированию агрессии способствует демонстрация жестокости, насилия, неуважения, частые конфликты в семье, безразличие родителей. Ребенок копирует поведение матери, отца – спорит, провоцирует драки, открыто проявляет гнев, непослушание с целью привлечения внимания.
- **Личностные особенности.** Неустойчивость эмоционального состояния проявляется озлобленностью, раздражением. Через агрессию выражается страх, усталость, плохое самочувствие, компенсируется чувство вины, заниженная самооценка.
- **Особенности нервной системы.** К агрессии склонны дети с неуравновешенным слабым типом ЦНС. Они хуже переносят нагрузки,

менее устойчивы к воздействию физического и психологического дискомфорта.

- **Социально-биологические факторы.** Выраженность агрессивности определяется полом ребенка, ролевыми ожиданиями, социальным положением. Мальчикам нередко внушается мысль, что мужчина должен уметь драться, «давать сдачи».
- **Ситуационные факторы.** Эмоциональная лабильность детского возраста проявляется вспышками раздражения, гневливости при случайном воздействии внешних неблагоприятных событий. Спровоцировать ребенка может: физический дискомфорт, вызванный голодом, утомительной поездкой.

Агрессивное поведение детей успешно корректируется при совместных усилиях родителей, педагогов, психологов. Прогноз в большинстве случаев благоприятный. Чтобы предупредить закрепление агрессии как предпочтительного способа взаимодействия, необходимо придерживаться гармоничного стиля воспитания, демонстрировать способы улаживания конфликтов мирным путем, относиться к ребенку с уважением, позволять проявления гнева в безопасной форме. Не стоит акцентировать внимание на незначительных агрессивных поступках. Обсуждая проявления агрессивности, важно говорить о действиях, но не о личностных качествах («ты поступил жестоко», а не «ты жестокий»).

К распространенным методам коррекции относятся:

- **Игровые упражнения.** Представлены экспресс-методами безопасного выражения агрессии. Ребенку предлагается выплеснуть гнев, раздражение, злость без вреда для окружающих. Используются игры с мячом, сыпучими материалами, водой, «листками гнева».
- **Тренинги коммуникации.** Групповая работа позволяет ребенку выработать эффективные стратегии общения, способы выражения эмоций, отстаивания своей позиции без ущерба для других. Дети получают обратную связь (реакцию участников), анализируют успехи, ошибки с психотерапевтом.
- **Релаксационные занятия.** Направлены на уменьшение тревожности, эмоциональной напряженности – факторов, увеличивающих риск вспышек агрессивности. Дети обучаются восстанавливать глубокое дыхание, достигать мышечного расслабления, переключать внимание.

Таким образом, можно сказать, что агрессия в дошкольном возрасте – неизбежный этап в формировании личности ребенка, и задача взрослых в том, чтобы помочь малышу безболезненно преодолеть этот этап, так как агрессивный ребенок нуждается, прежде всего, не в усмирении любой ценой, а в понимании его проблем и в помощи взрослого.