



Причины возникновения и методы предотвращения агрессивного поведения у ребенка



Педагог-психолог:
Кандалова Карина Юрьевна

г.Екатеренбург 2022г.



Агрессия — это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям (отрицательные переживания,

состояния напряженности, страха, подавленности и т. д.) .

В.В. Юрчук рассматривает агрессивное поведение как мотивационное поведение, акт, который может наносить вред объектам атаки - нападения или физический ущерб другим индивидам, вызывающий у них дискомфорт, депрессию, напряжённость, страх, аномальное психопереживание.

Анализ литературных данных показал, что не существует единого определения агрессии и агрессивного поведения в зарубежной и отечественной психологии.

С точки зрения психофизиологии агрессивное поведение — это комплексное взаимодействие различных отделов нервной системы, нейромедиаторов, гормонов, внешних раздражителей и усвоенных реакций.

Агрессивность — это свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии.

Агрессия — это реакция на «неудовлетворение базисных психологических потребностей в любви, уважении, принятии и нужности другому человеку».

Причины агрессивности детей

Важную роль в становлении агрессивного поведения ребенка играет семейная среда и воспитание. Характер эмоциональных отношений, одобряемые формы поведения, широта границ дозволенного, типичные реакции на те, или иные по-



ступки и действия — вот те параметры, которые психолог должен выяснить в процессе работы с агрессивным ребенком. Если его родители ведут себя агрессивно (вербально, физически), применяют физические наказания или не препятствуют проявлениям агрессии у ребенка, то наверняка у него эти проявления будут повсеместными и станут постоянной чертой ребенка характера.

Основными причинами проявлений агрессивности у детей являются:

- стремление привлечь к себе внимание сверстников;
- защита и месть;
- стремление быть главным; (Потребность быть лидером - одна из ведущих потребностей ребенка)
- желание ущемить достоинство другого ребенка для того чтобы подчеркнуть свое превосходство;
- стремление получить желанный результат;

Появления агрессивных реакций может быть внутренняя неудовлетворенность ребенка его статусом в группе сверстников, особенно если ему присуще стремление к лидерству.



Для детей дошкольного возраста статус определяется целым рядом факторов:

- внешняя привлекательность, аккуратность,
- обладание красивыми и популярными игрушками, готовность ими делиться;
- организаторские способности;
- широта кругозора;
- высокий уровень развития гигиенических навыков, опрятность;
- позитивная оценка взрослого.

Если сверстники не признают ребенка, а еще хуже — отвергают его, то агрессивность, простимулированная обидой, (**обида** – психологическая реакция, эмоция, неоправданные ожидания ребенка) ущемленным самолюбием, будет направляться на обидчика, на того или тех, кого ребенок считает причиной своего бедственного положения. Усугубиться такая ситуация может приклеиванием ярлыка на ребенка «плохой, драчун, грубиян» и т. п. со стороны взрослого.

Зачастую проблема лидерства отпадает в случае одиночества, а так как человек с раннего детства растет и развивается во взаимодействии с людьми (социуме), то желание превосходить других преследует его на протяжении всей его жизни. Такое желание, несомненно, выступает стимулирующим фактором, пробуждающим энергию; оно активизирует личность и наделяет ее настойчивостью и упорством в преодолении трудностей.

Так же появлением агрессивности у дошкольника могут поспособствовать ощущение тревоги и страха нападения. Стимулируется она тем, что ребенок, скорее всего, неоднократно подвергался физическим наказаниям, унижениям, оскорблениям со стороны взрослого. В этом случае, в первую очередь, необходимо поговорить с родителями, объяснить им возможные причины и следствия такого поведения.

Нередкий случай, когда агрессивность является способом привлечения внимания окружающих, причиной такой агрессивности могут послужить — неудовлетворенная потребность в общении и любви.

Агрессивность может выступать как форма протеста против ограничения каких-нибудь естественных желаний ребенка и его потребностей, например потребности в движении, в активной деятельности. Взрослые не всегда хотят учитывать естественную потребность ребенка в движении, не знают, что дети-дошкольники и ученики начальной школы не могут длительно заниматься одним делом, что активность в них заложена физиологически. Стараются искусственно и совершенно противозакономерно погасить активность детей, заставить их сидеть и стоять против воли ребенка. Подобные действия от взрослых словно скручивание пружины: чем сильнее на нее давить, тем больше скорость ее возврата в прежнее

состояние. Они часто вызывают если не прямую, то косвенную агрессию: порчу и разрывание книг, поломку игрушек, т. е. ребенок по-своему «отыгрывается» на безобидных предметах за неадекватность и неграмотность взрослого.

**Прежде чем пытаться корректировать агрессивное поведение ребенка,
следует разобраться в причинах такого поведения:**

- Зачастую агрессивность ребенка является формой проявления протеста против действий и отношений взрослых. Подумайте, достаточно ли времени вы уделяете своему ребенку, много ли общаетесь с ним, проводите досуг всей семьей. Может быть, ребенок чувствует недостаток вашего внимания и пытается привлечь его доступными ему способами?
- Следует проанализировать свое поведение, как вы сами ведете себя в присутствии ребенка, часто ли в вашем доме возникают ссоры между членами семьи. «Если папа и мама могут так делать, то почему я не могу вести себя так же?» - думает ребенок. Значительная часть поведения ребенка основывается на механизме подражания.
- Немаловажную роль играет популярность ребенка среди сверстников. Если ребенок чувствует, что другие дети его отвергают, он стремится «завоевать» авторитет, образно говоря, кулаками расчищая себе место под солнцем. Таким образом, агрессивное поведение может быть следствием переживаний, связанных с обидой, нанесенной сверстниками, ущемленным самолюбием. Оно возникает в ситуации общения и направлено против того, кого ребенок считает причиной своих неприятных переживаний.

Можно сказать о том, что причины агрессивного поведения отличаются, но все они обусловлены внутренним, психологическим дискомфортом ребенка, так же ощущением собственной неполноценности и отсутствием стабильности. Если вы замечаете у ребенка проявления агрессии то, следует проанализировать причины их появления и выявить трудности, которые испытывает ребенок при организации своего общения в социуме. После уже корректировать и формировать недостающие коммуникативные умения и навыки.

Как вести себя, когда у ребенка возникают вспышки гнева? Попробуйте использовать такие методы как:

- Помните о том, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята.



- Во время проявления агрессии ребенка попробуйте переключить его внимание, отвлечь его, предложите заняться чем-то интересным: покажите новую книжку, игрушку или позовите гулять. Возможно, ваш неожиданный шаг поможет ребенку отвлечься, и центр его внимания сместится с объекта агрессии на новый предмет.

- Ни в коем случае не подавляйте его эмоции, позвольте ребенку выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку или разорвать «портрет» его врага, разорвать лист бумаги или скомкать и потоптаться на нем и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизится.

- Одна из важных задач родителя, это следует показывать ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестных высказываний о своих друзьях и коллегах, строя планы «мести».



- **Ребенку необходимо в каждый момент времени чувствовать, что вы его любите, цените и принимаете таким, какой он есть. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что он нужен и важен для вас.**

Подсказки родителям в общении с агрессивными детьми

- ❖ Обратиться к специалистам для определения причин агрессии;
- ❖ Быть внимательными к нуждам и потребностям ребенка;
- ❖ Демонстрировать модель неагрессивного поведения;
- ❖ Быть последовательными в наказаниях за поступки;
- ❖ Не применять унижительных наказаний;
- ❖ Обучать способам выражения гнева;
- ❖ Учить распознавать свои эмоции, говорить о желании их проявить;
- ❖ Учить брать ответственность на себя;
- ❖ Организовать игры (на снятие агрессивности у ребенка), например такие как:

"Глаза в глаза":

возьмитесь за руки, посмотрите в глаза друг другу и постарайтесь передать свое состояние (я грущу, мне весело, я не хочу разговаривать). Пусть ребенок угадывает, ваше настроение.



«Расслабление в позе морской звезды»

Попросите ребёнка закрыть глаза и представить то, место, где он любит отдыхать, где он всегда хорошо и безопасно себя чувствует. Затем пусть он представит, что находится в этом месте и делает там то, что хочет, от чего он испытывает удовольствие. Продолжительность упражнения 1 – 2 мин. В конце упражнения попросите ребёнка открыть глаза, потянуться несколько раз, сесть, глубоко вздохнуть и встать.

«Черепаша»

Упражнение делается лёжа, лучше на боку или животе. Попросите ребёнка представить, что он маленькая черепашка, которая лежит на жёлтом песочке (или мягкой травке) возле прозрачного ручейка (реки, озера или моря – по желанию ребёнка). Греет солнышко, черепашке тепло и хорошо. Ручки и ножки расслаблены, шейка мягкая...



Вдруг появилась холодная туча и закрыла солнышко. Черепашке стало холодно и неудобно, и она спрятала ножки, ручки и шейку в панцирь (дети сильно напрягают спину, слегка выгибая её и изображая тем самым панцирь; а также напрягают шею, руки, ноги, как бы втягивая их под панцирь, 5 – 10 сек.). Но вот туча улетела, опять выглянуло солнышко, вновь стало тепло и хорошо. Черепашка согрелась, и её шея, ручки,

ножки стали тёплыми и опять появились из-под панциря (спина расслабляется 5 – 10 сек.).

- ❖ Однако все выше перечисленные способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения ребенка. Терпение и внимание к ребенку, его нуждам и потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими — вот что поможет родителям наладить взаимоотношения с сыном или дочерью.

Хвалите детей за хорошее поведение. Поощрение закрепит в их сознании представление о правильном действии.

Помните, что вы являетесь для ребенка образцом правильного поведения.

Вовлекайте ребенка в процесс принятия решений.

Разговаривайте с детьми в тоне уважения и сотрудничества.

Старайтесь научить ребенка, как исправить неправильный поступок.

Воздерживайтесь от заявлений, что ребенок ни к чему не пригоден, от грубостей в стиле «гадкий, злой, бестолковый». Оценивайте сам поступок, а не того, кто его совершил.

Используйте любую возможность, чтобы показать ребенку свою любовь.

Воздерживайтесь от шлепков, криков, угроз и оскорбительных слов – они могут только усилить в ваших детях неприязнь, ненависть и чувство протеста.

