

Он первый начал... советы родителям, как научить ребенка безопасно и экологично злиться и проявлять агрессию

Шалагинова К. С. , кандидат психологических наук, доцент

Агрессия

от латинского *adgradi*, с *gradus* – шаг, *ad* – на
«двигаться на», «наступать».

В первоначальном смысле быть агрессивным означало
«двигаться в направлении цели без промедления, без
страха и сомнения»



Агрессия

**индивидуальное или коллективное поведение,
действие, направленное на нанесение
физического (психологического) вреда, ущерба,
на уничтожение другого человека или группы людей**



Состояние агрессии
ярко выражено
«затаенное» (скрытое недоброжелательство и озлобленность)



Агрессивность

**личностная черта - свойство,
имеет различную степень выраженности:
от почти полного отсутствия до предельного развития,
характеризуется готовностью к агрессивному поведению**



Типичное состояние агрессии

острое , часто аффективное переживание гнева, импульсивная активность, злость, желанием на ком-то и даже на чем-то «сорвать зло»



Типология агрессии

по направленности:

агрессия, направленная вовне; аутоагрессия – направленная на себя,

по цели:

инструментальная агрессия; враждебная агрессия,

по методу выражения:

физическая агрессия; вербальная агрессия,

по степени выраженности:

прямая агрессия; косвенная агрессия,

по наличию инициативы:

инициативная агрессия; оборонительная агрессия.

Ешьте, мои хорошие.
Вы же не хотите огорчать маму?



Обволакивающая агрессии

Агрессоры применяют достаточно тонкие, скрытые способы. Жертва часто не понимает, что происходит.

Ты не обижайся, но я тебе скажу;

Да я читал твои СМСки, переписку в чате, а что разве ты что-то от меня скрываешь

Ты должен делать гораздо больше, потому, что у тебя на то способности;

Я б на вашем месте;

На самом деле, мне тебя жаль;

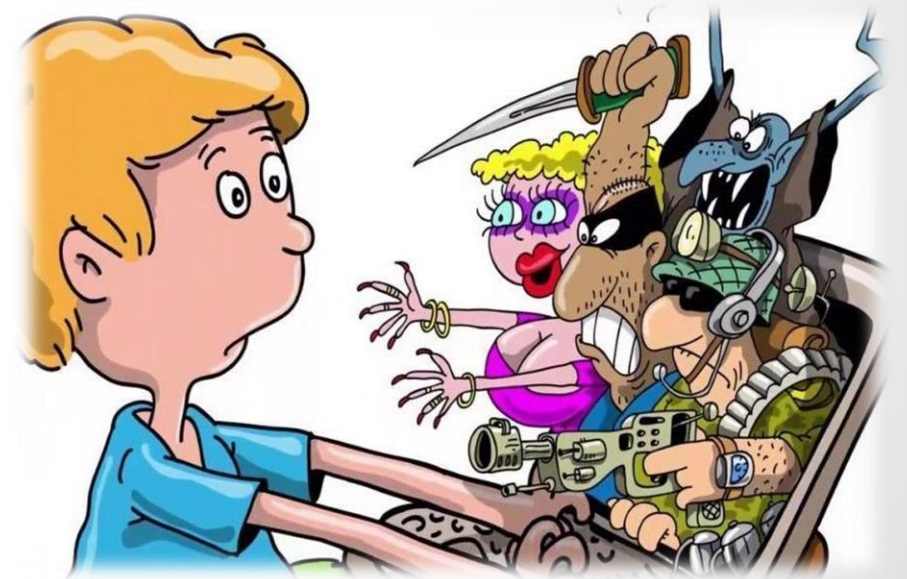
Ненужные подарки, которыми потом требуют пользоваться, и т. д.

У жертвы возникает ощущение неудобства за проявления своей жизни. За свои чувства и действия приходится оправдываться или, чтобы не оправдываться, лучше вообще скрывать.

Жертва начинает ограничивать себя в выражении своего мнения, эмоций, желаний и планов, как глупых, непонятных, неуместных, неважных.

Агрессия как приобретенное социальное поведение: научение насилию

**агрессия - поведение, усвоенное в процессе социализации
посредством наблюдения соответствующего способа действий
при социальном подкреплении**



Внешние причины агрессивности детей

семья, в которой растет ребенок;

общение со сверстниками;

**копирование ребенком персонажей фильмов, придуманных
героев**



Внутренние причины агрессивности детей

**наличие внутреннего дискомфорта, неуверенности;
неумение адекватно выражать отрицательные эмоции,
контролировать себя;
высокая тревожность, ощущение отверженности;
неадекватная самооценка (чаще заниженная);
стремление привлечь внимание взрослых**



Тест Уровень агрессивности ребенка

1. Временами кажется, что в него вселяется злой дух.
2. Он не может промолчать, когда чем-то недоволен.
3. Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.
4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.
5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, разбивает что-то, потрошит.
6. Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.
7. Он не прочь подразнить животных.
8. Переспорить его трудно.
9. Очень сердится, когда ему кажется, что над ним кто-то подшучивает.
10. Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.
11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все наоборот.
12. Часто не по возрасту ворчлив.
13. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.
14. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.
15. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виноватых.
16. Легко ссорится, вступает в драку.
17. Старается общаться с младшими и физически более слабыми.
18. У него нередко приступы мрачной раздражительности.
19. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.
20. Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.

Ключ:

Положительный ответ на каждое утверждение оценивается в 1 балл,
высокая агрессивность 15-20 баллов,
средняя 7-14,
низкая 1 - 6.

Стили родительского воспитания

(в ответ на агрессивные действия ребенка)

Стратегия воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребенка	«Прекрати!» «Не смей так говорить» Родители наказывают ребенка	Агрессивный ребенок может прекратить сейчас, но обязательно выплеснет свои отрицательные эмоции в другое время и в другом месте	Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения
Игнорирование агрессивных вспышек ребенка	Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают, что ребенок еще мал	Агрессивный ребенок продолжает действовать агрессивно	Ребенок думает, что делает все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются в черту характера
Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим	Если родители видят, что ребенок разгневан они могут вовлечь его в игру, которая снимет его гнев. Родители объясняют ребенку, как не довести себя в определенных ситуациях	Скорее всего, ребенок научится управлять своим гневом	Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих тактичных родителей

Профилактика агрессивного поведения детей

1. Распознавание вида агрессии, поскольку каждый вид агрессии требует собственного подхода.
2. Профилактика естественной агрессии детей:
 - а) контроль за соматическим состоянием ребёнка – при нарушении состоянии ребёнка воспитательное воздействие на него неэффективно.
 - б) тактика эмоциональной поддержки воспитательного процесса;
 - в) разъяснительная практика.
3. Профилактика вынужденной агрессии детей – направлена, в первую очередь, на устранение причин вынужденной агрессии.
4. Профилактика агрессии детей с неадекватным поведением:

выявление причины неадекватного состояния детей (внешние, внутренние):

 - внешние причины: резкое изменение социальных условий, смена коллектива, негативная обстановка в семье и т. д.;
 - внутренние причины: особенности психики, особенности личности ребёнка.

Вместо распространенной и неэффективной **моральной оценки** нежелательного поведения, оценивая поведение ребенка следует **апеллировать только к фактам и к тому, что произошло сейчас.**

Типичные действия взрослого, усиливающие напряжение и агрессию - **повышение голоса, изменение тона на устрашающий, демонстрация власти.**



Позитивные способы контроля

просьбы и мягкое физическое воздействие
(например, можно отвлечь ребенка, взять его за руку и отвести и т.д.).



Нейтральный способ контроля

использование поощрения (за выполнение определенных правил) и наказания (за их игнорирование).

!!! не должно использоваться слишком часто, так как впоследствии ребенок начинает делать только то, за что получает награду.



Негативные способы контроля поведения ребенка

Частые наказания и приказы. Ребенок вынужден подавлять свой гнев, что способствует появлению в характере пассивно-агрессивных черт.



Рекомендации для родителей по профилактике детской агрессии

Проследите, чтобы агрессивное поведение ребенка не поощрялось окружающими, чтобы он не получал видимой выгоды от агрессии.

Не допускайте бесконтрольного просмотра телепередач, видеофильмов, т. к. некоторые мультфильмы имеют высокий уровень агрессии.

Не допускайте чрезмерного увлечения играми на компьютере, компьютерной приставе, выбирайте видеоигры без элементов насилия, агрессии.

Объясняйте ребенку, что есть множество способов разрешения любых конфликтов (рассказы подкрепляйте собственным поведением).

!!!! Дети, проявляющие агрессию, иногда просто не знают иных способов выйти из конфликта или не допустить его.

Старайтесь сохранять в своей семье атмосферу открытости и доверия.

Не давайте своему ребенку нереальных обещаний.

Будьте тактичны, применяя меры воздействия к ребенку.

Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяете делать себе.

Не изменяйте своих требований по отношению к ребенку в угоду чему-либо.

Не шантажируйте ребенка своими отношениями друг с другом.

Не бойтесь поделиться с ребенком своими чувствами и слабостями.

Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависимость от его учебных, спортивных успехов.



Вместе с ребенком попробуйте найти наиболее подходящий и приемлемый способ снятия психоэмоционального напряжения, возможность выплеснуть накопившиеся негативные эмоции



подвижные игры,
рисование, лепка из
пластилина/теста/глины/кинестетического
песка,
чтение,
«разукрашки»,
шахматы/шашки,
лего и др. конструкторы,
настольные игры,
оригами, музыка, танцы,
плетение из бисера,
физические упражнения,
просмотр мультфильмов/фильмов,
приготовление чего-нибудь вкусненького,
прогулки с домашними питомцами.