

Детская агрессивность

Детская агрессивность—признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты. Их поведение часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, они всегда готовы разозлить маму, воспитателя, сверстников. Они не успокоятся до тех пор , пока взрослые не «взорвутся», а дети не вступят в драку. Например: такой ребенок будет сознательнее одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит ее крик или не получит шлепок. После этого он готов заплакать и, только получив утешение и ласку, успокоится. Не правда ли очень странный способ получения внимания? Но это для данного ребенка единственный механизм «выхода» психоэмоционального напряжения, скопившейся внутренней тревожности.

В нашей жизни к сожалению, происходит много событий, которые сами по себе могут ожесточить, озлобить, довести до отчаяния и вызвать негативные переживания. Дети четко улавливают настроения окружающих. Поэтому родителям не стоит при ребенке допускать обсуждение неприятностей, смотреть передачи про катастрофы и фильмы про убийство и безысходность, оценивать отрицательно поступки других, укорять и угрожать расправой обидчикам. Подобные проявления своего недовольства и обиды являются не лучшим примером для подражания.

Взрослые не должны удивляться, почему их ребенок слово в слово повторяет их ругательные выражения, находится в позиции постоянного сопротивления и неприятия окружающих его людей и событий. Если вы стали замечать, что ваш ребенок наэлектризован злостью, обзывается, дерется, то вы должны сделать, это задать себе вопросы:

1. Когда это случилось?
2. Как ребенок проявляет свою агрессию?
3. В какие моменты ребенок проявляет агрессию?
4. Что явилось причиной агрессивности?
5. Что изменилось в поведении ребенка с того времени?
6. Что на самом деле хочет ребенок?
7. Чем вы реально можете ему помочь?

Причины агрессивности почти всегда внешние: семейное неблагополучие, разница между желаемым и возможным. Поэтому работу с агрессией своего ребенка необходимо начать с самостоятельного анализа внутрисемейных отношений. Это и будет главным шагом в решении существующей проблемы. Обнаружив у своего ребенка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним игры, представленные ниже. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сестры), а также с друзьями своего ребенка.

Желаю Вам удачи!

Подготовила:
Педагог-психолог Антипова

Рекомендации родителям по профилактике агрессивного поведения

1. Особое место следует уделять формированию круга интересов детей, учитывая особенности характера и способностей. Привлечение к положительно формирующим личность занятиям: чтению, музыке, спорту и т.д. (младший школьный возраст).
2. Избегайте применение силы в ответ на агрессивное поведение ребенка.
3. Важно признать необходимость поиска путей решения. «Я вижу, это действительно важно для тебя. Когда ты успокоишься мы в месте все обсудим. Я тебе помогу».
4. Старайтесь отмечать положительные и интересные стороны ребенка, не концентрируйте свое внимание только на отрицательных моментах.
5. Прислушивайтесь к чувствам детей, поощряя их откровенностью. Но потом не используйте эту информацию для наказаний или для упреков. Важно, чтобы и сам взрослый умел описать и выразить свое эмоциональное состояние.
6. Для детей важно, что их чувства уважают и они естественны.
7. Агрессия—это процесс, который сопровождается выбросом большого количества энергии. Ваша задача направить эту энергию в мирное русло. Это может быть какая-либо работа или возможность порвать бумагу, сломать палку, побаловаться подушками.

Самое главное - попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребенок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.

Игры и упражнения на снятие агрессии
«Выбиваем пыль»

Каждому участнику дается подушка. Он должен усердно колотя руками, хорошенько ее почистить.

«Детский футбол»

Вместо мяча - подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Играть можно руками, ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель—забить в ворота гол.

Правила: Нельзя впускать в ход руки, ноги, если нет подушки.

«Час тишины и час можно»

Договоритесь с ребенком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребенок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать, Но иногда у вас будет час «можно», кричать, брать мамыны наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть у них на них и т.д.

«Ругаемся овощами»

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а овощами: «Ты - огурец», «А ты - редиска», «Ты -морковка», «А ты - тыква».

Примечание: Прежде, чем ругать ребенка плохими словами, вспомните это упражнение.

«Падающая башня»

Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника — штурмом взять ее (запрыгнуть), издавая победные крики типа: «А-а-а», «Ура!» и т.д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив ее стены. Примечание: Каждый участник может сам себе построить башню такой высоты, которую, по его мнению, он способен покорить. После каждого штурма «болельщики» издадут громкие крики одобрения и восхищения: «Молодец!», «Здорово!», «Победа!» и т.д.

«Штурм крепости»

Из попавшихся «под руку» небьющихся предметов строится крепость (тапки, стулья, кубики, одежда, книги и т.д.—все собирается в одну кучу). У играющих есть «пушечное ядро» (мяч). По очереди каждый со всей силой кидает мяч во вражескую крепость. Игра продолжается, пока вся куча— «крепость» не разлетится на куски. С каждым удачным попаданием штурмующие издадут громкие победные кличи.

«По кочкам»

Подушки раскладываются на полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие - «лягушки», живущие на болоте. Вместе на одной «кочке» капризным «лягушкам» тесно. Они запрыгивают на подушки соседей и квакают: «Ква-ква, подвинься!» Если двум «лягушкам тесно на одной подушке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в «болото» соседку и ищет себе новую «кочку».