

статья: «Методическая шпаргалка для родителей по агрессивности у детей»

Сверстники систематически очень зло обзывают, ребенок не выдерживает и дает сдачи, его же и наказывают. Как быть, спрашивают родители.

Разберем ситуацию.

Есть разница между обзывательствами в пылу эмоций и обзывательствами - систематической травлей.

Нерегулярные, даже сильные оскорбления встречаются, пожалуй, в жизни каждого человека причем в обе стороны. Поссорились, что-то не поделили, и от обиды кто не наговаривал лишнего? Да у всех было подобное.

Систематические оскорбления не прекращаются, повторяются при каждой встрече, чаще всего совершаются группой детей, и ваш ребенок приходит и жалуется на это уже тогда, когда больше терпеть не может. Если в первом случае ребенок способен выдержать подобные оскорбления, дети мирятся и забывают про обиды. То в случае травли мириться не с кем. Оскорбляют не потому что обижены, а чтобы показать силу.

Обычно до момента «сдачи» ребенок успевает попробовать все:

- ✓ оскорбить в ответ,
- ✓ проигнорировать,
- ✓ уйти,
- ✓ пожаловаться воспитателю/родителям,
- ✓ получить в ответ: «Не обращай внимания».

Систематическое насилие приводит к тому, что в какой-то момент ребенок не выдерживает, и выдает взрывную физиологическую реакцию – бьют сильно, больно и наверняка. В итоге становятся агрессорами в глазах общественности сами. Если у вашего ребенка случилось подобное, вероятнее всего (делаем поправку на вариативность) он долго страдал, и, возможно, обращался к вам за помощью.

Что делать?

1. Реагировать сразу при первом обращении за помощью.
2. Как в шахматах, учить просчитывать действия на 1 шаг.
3. Помогать находить альтернативную компанию: иногда ребенку не с кем общаться, а потребность к общению очень высокая.

4. Вместе придумать ответы и отыграть конкретные действия.
5. Включиться – поговорить с родителями обидчиков. Не о том, что дети плохие, а о том, как наладить отношения.
6. Учить разнице ябедничества и обращения за помощью.

Ключевое для родителей – не запускать ситуацию, не оставлять ее на самотек, так как само не рассосется.

Повышенная агрессивность детей.

Это одна из наиболее острых проблем современного детства. Особенно важным является изучение агрессивности в дошкольном возрасте, когда эта черта находится в стадии своего становления и когда ещё можно предпринять своевременные корректирующие меры.

В психологии принято выделять вербальную и физическую агрессии, каждая из которых может иметь прямые и косвенные формы. Чаще всего наблюдаются прямая и косвенная вербальная агрессия – от жалоб и агрессивных фантазий (сейчас придут хулиганы, они тебя побьют) до прямых оскорблений (толстуха, нытик, очкарик и так далее). У некоторых проявляется физическая косвенная и прямая агрессии.

Можно выделить три группы агрессивных детей:

1 группа – дети, чаще всего использующие агрессию как средство привлечения к себе внимания сверстников. Обычно они чрезвычайно ярко выражают свои эмоции – кричат, громко ругаются, разбрасывают вещи. В общем психическом развитии ребёнка имеются некоторые отставания. Его обострённая потребность во внимании и признание со стороны сверстников не может реализоваться через традиционные формы. В качестве средств самоутверждения используются агрессивные действия.

2 группа – дети, использующие агрессивную форму поведения как норму при общении со сверстниками. Их агрессивные действия – форма достижения конкретной цели. Положительные эмоции испытываются в момент достижения результата, а не в момент проявления агрессии. Среди проявлений форм агрессии, чаще всего встречается прямая физическая агрессия, которая не отличается особой жестокостью. Ориентир делается исключительно на свои желания, эмоции сверстников игнорируются.

3 группа – дети, сама цель которых – желание нанести вред другому. Они испытывают удовольствие от своих действий, приносящих боль и унижение другим. В отличие от 2 группы в основном используют прямую вербальную физическую агрессию. Их действия отличаются особой жестокостью и хладнокровием. Обычно выбираются более слабые жертвы, при этом совершенно отсутствует чувство вины или раскаяние за совершенное деяние. Нормы и правила поведения открыто игнорируются.

Замечали за своими детьми подобное поведение, которое описано выше? Почему не стоит подавлять злость?

Существует 3 вида агрессии:

- * Пассивная
- * Прямая
- * Аутоагрессия

Агрессия (злость) реакция на какие-то раздражители и как эмоция, она знакома всем. Однако, никто не приветствует проявление злости. «Так нельзя, успокойся!» можно часто услышать на проявление агрессии(злости).

Отсюда вытекает- Пассивная агрессия.

Эдакое токсичное поведение, завуалированное выражение злости. Примеры: хлопанье дверью, закатывание глаз, бубнит себе что-то под нос.

Аутоагрессия- причинение вреда самому себе, в физическом и психологическом виде. Возникает вследствие не разрешения в детстве проявлять злость (молчи, не ной, не злись, не плачь).

Примеры: грызть ногти, царапать кожу, выдергивать волосы и тд.

Прямая агрессия, бывает конструктивная и деструктивная.

Деструктивная агрессия бесконтрольное обрушение своей злости - обвиняя, критикуя, не подбирая слова.

Конструктивная агрессия- экологичное проявление агрессии в социально приемлемой форме. Когда человек говорит о своих эмоциях в данной ситуации, что ему неприятно, с целью найти решение, а не найти виноватого.

Нам стоит научиться проявлять агрессию экологично, решая проблему, а не подавляя свои эмоции!)

Ссора или травля? В чем разница?

Ссора - единоразовая ситуация, где все участники конфликта равны.

Травля - систематические действия, ситуация, в которой присутствуют более 2х людей, в том числе и наблюдатели (которые в свою очередь также получают психологическую травму).

Что же делать, если ребенка травят?

Когда ребенок делится с родителем, что его обижают в группе - нужно понять: если с ним не хотят дружить - то это трудности социальной адаптации. Если же действия (физическая и вербальная агрессия) происходят систематически - для начала нужно поговорить с ребенком. О его чувствах, как он к этому относится,

пытался ли он что-то изменить и если да, то как. Важно дать ему отреагировать его негативные переживания. Научите его стратегиям поведения в таких ситуациях. Конкретные фразы, чтобы Вы сказали на его месте и отрепетируйте это дома. Также очень важной темой этого периода будет тема личных границ. Важно научить ребенка говорить о его чувствах и дать понять ему, что это нормально. Не нужно замалчивать моменты, которые не приятны. Если ему наступили на ногу, то не нужно плакать и убегать - вполне достаточно будет сказать «Ты стоишь на моей ноге, убери ее, мне больно».

Если после проговаривания своих чувств нет результата - объясните ребенку, что он имеет право обратиться за помощью. И научите просить помощь четко и понятно для другого человека.

Также важным фактором будет вступить в диалог с воспитателем. Покажите, что Вы готовы сотрудничать - тогда педагог легче идет на контакт.

Если есть возможность скооперируйтесь с родителями детей-обидчиков. Вместе Вы легче придете к общему знаменателю. Может детям элементарно не хватает общих мероприятий.

► Агрессивный ребенок часто:

- ☐ теряет контроль над собой
- ☐ спорит, ругается со взрослыми
- ☐ отказывается выполнять правила
- ☐ сердится и отказывается сделать что-либо
- ☐ специально раздражает людей
- ☐ обвиняет других в своих ошибках
- ☐ завистлив, мстителен, чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Предположить, что ребёнок агрессивен, можно лишь в том случае, если в течение не менее полугода в его поведении проявлялись хотя бы 4 из 7 перечисленных признаков.

Цели взаимодействия взрослых с детьми, проявляющими агрессию:

- Научить ребенка выражать свой гнев в социально-приемлемой форме.
- Снизить уровень напряжения и тревожности у таких детей.
- Внедрить верные эталоны межличностного взаимодействия и нравственных норм.

Формы взаимодействия:

- арт-терапия (рисование, лепка, музыка, танцы);

- игровая деятельность;
- коммуникативная активность.

Правила работы с агрессивными детьми:

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения.
3. Быть последовательным в наказаниях ребенка, наказывать за конкретные поступки.
4. Наказания не должны унижать ребенка.
5. Обучать приемлемым способам выражения гнева.
6. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.
7. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.
8. Развивать способность к эмпатии.
9. Расширять поведенческий репертуар ребенка.
10. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.
11. Учить брать ответственность на себя.

Агрессия это ответная реакция на негативные ЭМОЦИИ ребенка! Не пытайтесь заглушить эмоции это ОЧЕНЬ опасно!