

## **Эмоциональные нарушения.**

### **Агрессивный ребенок.**

Педагог психолог  
Кумунжиева О.П.

#### ***Признаки агрессивности:***

- по темпераменту ребенок: вспыльчив, непокорен, непредсказуем.
- по характеру: самоуверен, недостаточно внимателен к чувствам окружающих, дерзок, проявляет негативизм.

#### **Причины:**

##### ***\* Нарушения эмоционально-волевой сферы:***

- неумение ребенка управлять своим поведением;
- недостаточное усвоение ребенком общественных норм поведения, общения.

##### ***\* Неблагополучная семейная обстановка:***

- отчуждение, постоянные ссоры, стрессы;
- нет единства требований к ребенку;
- ребенку предъявляются слишком суровые или слабые требования;
- физические (особенно жестокие) наказания;
- асоциальное поведение родителей;
- плохие жилищно - бытовые условия, материальные затруднения;

##### ***\* Трудности обучения.***

##### ***\* Психологический климат в дошкольном учреждении.***

#### **Советы родителям**

- Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, показывая ребенку личный (положительный) пример.
- Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
- Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
- Давайте понять ребенку, что вы его любите таким, какой он есть.

- Направьте его энергию в положительное русло, например в спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (восточные единоборства, плавание, бокс, ушу), а также рисование, пение.
- Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
- Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполненном деле.
- На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
- Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
- Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему : «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!»
- Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научится быть гуманным и добрым.
- Если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему предоставляется такая возможность в игре. Можно предложить ему следующее: подраться подушкой; порвать бумагу; используя «стаканчик для крика», выплеснуть свои отрицательные эмоции; поколотить стул надувным молотком; громко спеть любимую песню; налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом; побегать нескольких кругов вокруг дома или по коридору; покидать мяч об стенку; устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
- Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их появлением, остановите занесенную для удара руку, окликните ребенка.
- Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой (например «Если хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул»), а затем научите ребенка выразить свои чувства, переживания в словесной форме.

***Помните, что бороться с агрессивностью нужно терпением, объяснением, поощрением.***

**Несколько шагов по преодолению агрессивного поведения у ребенка**

***1-й шаг – стимуляция гуманных чувств:***

- стимулируйте у агрессивных детей умение признавать собственные ошибки, переживание чувства неловкости, вины за агрессивное поведение;
- учите его не сваливать свою вину на других;
- развивайте у ребенка чувства эмпатии, сочувствия к другим: сверстникам, взрослым и живому миру.

*Например:*

- «Миша, неужели тебе не жалко других детей?»
- «Если ты других жалеть не будешь, то и тебя никто не пожалеет».
- Спросите у ребенка, почему плачет обиженный малыш.
- Предложите примириться с обиженным ребенком.

***2-й шаг – ориентация на эмоциональное состояние другого:***

- стремитесь обратить, привлечь внимание к состоянию другого, не выражая оценочного отношения к случившемуся.

*Например:*

- «Ты сейчас чувствуешь себя победителем?», «Кому сейчас плохо, как ты думаешь?»
- Если агрессивный ребенок стал свидетелем того, как обидели Лену, то взрослый предлагает ему: «Давай пожалеем Лену!».
- «Как ты думаешь, сейчас только тебе плохо или еще кому-то?» «Тебе сейчас грустно?», «Ты злишься?» и тд.

***3-й шаг – осознание агрессивного и неуверенного поведения или состояния:***

- помогите агрессивному ребенку адекватно оценивать эмоциональное состояние ребенка – жертвы, а не только собственное;
- постарайтесь понять характер агрессивности – защитный или более похожий на жестокость без сочувствия к обиженным;

- стимулируйте осознание особенностей вспыльчивого и неуверенного поведения детьми;
- стремитесь поставить агрессивного ребенка на место ребенка - жертвы;
- чаще разговаривайте с агрессивным ребенком о палитре его собственных эмоциональных состояний;
- чаще спрашивайте у него о вариантах выхода из конфликтной ситуации;
- объясняйте, какими другими неагрессивными способами он может самоутвердиться;
- расскажите, что такое вспышка гнева, что означает «контролировать» собственную агрессию, зачем это необходимо делать;
- спрашивайте у ребенка, в каких случаях он чаще всего становится сердитым, теряет над собой контроль;
- объясните ребенку, зачем необходимо и что означает «контролировать» собственную агрессию.

*Например:*

- «Ты стукнул Веру потому, что ... а еще почему?»
- Взрослый говорит «Сейчас возьму листок и злую мордочку изобразю. Это волк! Дима, возьми резинку и злую морду у волка сотри (или незлую изобрази!) Как ты думаешь, почему у волка злая морда?» (*Эти вопросы можно адресовать и ребенку-жертве притеснения*)
- «Как ты думаешь, почему Игорь тебя обидел? А еще почему?»

### **Стратегии коррекции агрессивного поведения детей.**

*Стратегия на отреагирование агрессивного поведения:*

- помогите ребенку выражать негативные эмоциональные состояния не гневом и враждебностью, а другими эмоциями и поведением;
- учите выплескивать гнев в приемлемой форме;
- учите агрессивного ребенка говорить словами о том, что ему нравится или не нравится;
- учите ребенка выражать агрессию словами, а не физической агрессией;

-стремитесь использовать чувств юмора, объяснить ребенку, склонному к агрессии: «Если кто-то на тебя реагирует, то не надо реагировать в ответ».

*Стратегия на переключение состояния:* стимулируйте положительные эмоции у ребенка с целью переключения с агрессивного на иное. Используйте новизну, необычность, неожиданность игрового и неигрового поведения, действий с предметами, чтобы переключить ребенка на неагрессивное поведение.

*Стратегия на предупреждение агрессивных состояний:*

-у ребенка: не навешивайте ярлыки на агрессивного ребенка: злой, забияка, драчун, вредина и более обидные;

-у взрослого: помните, что у вас есть много способов изменения поведения.

### **Игры для агрессивных детей**

**«Воробьиные драки»** (снятие физической агрессии).

Дети выбирают пару и превращаются в драчливых «воробьев» (приседают, обхватив колени руками). «Воробьи» боком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Кто из детей упадет или уберет руки со своих колен, тот выбывает из игры (лечат «крылышки» и «лапки» у доктора Айболита). «Драки» начинаются и заканчиваются по сигналу взрослого.

**«Минута шалости»** (психологическая разгрузка).

Ведущий по определенному сигналу (уда в бубен и т.п.) предлагает детям шалить: каждый делает то, что ему хочется – прыгает, бежит и т.п. Повторный сигнал ведущего через 1-3 минуты завершает детские шалости.