

**Агрессивное поведение детей дошкольного возраста.
Понятие агрессии. Причины и формы проявления агрессивного поведения.
Способы профилактики и коррекции агрессивного поведения
педагогами и родителями.**

Агрессия — это физические действия в адрес другого человека, выражающееся в нападении или угрозе нападения, связанное с эмоциями злости, страха, ярости.



Что же лежит в основе агрессивного поведения ребенка?

- ✚ Запрет или ограничение со стороны взрослого в выполнении желаемого;
- ✚ Принуждение ребенка выполнять какое-либо действие, которое сам ребенок делать не хочет (в данном случае агрессия принимает форму протеста против действий взрослых);
- ✚ Неблагоприятная обстановка в детском саду:
 - Непринятие ребенка в группе сверстников (что, как правило, связано с отсутствием у ребенка адекватных средств общения, неумение организовать игру и играть по правилам);
 - Наличие в группе детей-агрессоров, которые провоцируют ребенка на постоянную защиту;
 - Авторитарный стиль педагогического общения, использование педагогами (воспитателями) угроз для достижения образовательных и воспитательных целей;
- ✚ Обстановка в семье, постоянные ссоры между родителями. Если папа и мама ругаются и спорят, ребенок принимает это на свой счет. «Они ругаются, значит, я плохой».
- ✚ Физическое и моральное наказание, унижение, «психологический отказ» от ребенка. Например, в надежде ускорить действия ребенка мамы часто говорят: «Я сейчас уйду, а ты останешься». Страх разлучения с мамой – самый страшный для ребенка. Если она пользуется такими приемами, малыш находится в постоянном стрессе.
- ✚ Непринятие чувств ребенка, запрет на выражение «отрицательных» (на первый взгляд) эмоций - грусть, обиду. Например, девочке говорят: «Какая ты некрасивая, когда плачешь!» или «Не ной, ты же мальчик!». Если эмоции не прорабатываются, они накапливаются и выливаются в агрессивное поведение.
- ✚ Повышенная тревожность ребенка. Если родители находятся в постоянном стрессе или чрезмерно опекает малыша, выставляют много запретов и ограничений («Не лазай на горку, это опасно!» или «Не ходи туда, упадешь»), мир начинает казаться ребенку опасным и он защищается от него.

Агрессия у ребенка выражается по-разному:

- ✚ он дерется,
- ✚ кусается,
- ✚ бьет родителей,
- ✚ говорит обидные или грубые слова
- ✚ причиняет боль себе – бьется об пол головой, кусает себя, царапает,
- ✚ отказывается идти на компромисс со сверстниками и взрослыми, ни в чем никому не уступает,
- ✚ предпочитает отрицательных героев (Кашея, Бабу-Ягу), старается им подражать, не замечает положительных героев.

Как родители могут помочь ребенку справиться с агрессией?

Нередко проявление злости и гнева у ребёнка взрослые считают чем-то неправильным, а когда ребёнок открыто выражает свой гнев не знают, как реагировать.

Когда мы, взрослые, испытываем злость, гнев, раздражение — мы чаще всего знаем, что именно с нами происходит и как с этим можно справляться. Дети, напротив, испытывая злость, не понимают, что с ними происходит, как это называется и что с этим делать. **Очень важно, чтобы родители не запрещали ребёнку проявлять чувство злости (да и любые другие чувства тоже), не стыдили и не ругали его за это, а, наоборот, помогли ему.**

✚ Разговаривайте с ребенком спокойным тоном.

Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности;

Когда ребенок злится, нужно:

1. Помочь ребёнку осознать, что с ним происходит с помощью слов, озвучить его чувство, объяснить, что с ним сейчас. Например: «Я вижу, что ты сейчас сердисься». «Я понимаю, что ты сейчас злишься».
2. Показать, что вы понимаете, на что именно злится ребёнок: «Я вижу, что ты очень злишься, потому что тебе хочется играть моим телефоном, я а тебе не разрешаю», «Ты злишься на меня потому, что произошло то-то...», «потому что ты хочешь...».
3. Сказать, что вы понимаете его: «Я тебя понимаю, я бы тоже разозлилась на твоём месте», «Я понимаю, мне тоже неохота заканчивать интересные дела», «Я тоже злилась, когда была маленькой в таких случаях...».

✚ Развивайте эмоциональный интеллект ребенка: учите его понимать собственное эмоционально состояние и чувства других, сопереживать другим людям, выражать гнев, злость социально-приемлемым способом;

1. Помогите ребёнку сказать своими словами, что он чувствует.
 2. Научите ребёнка говорить: «Я сержусь», «Я злюсь», «Я так злюсь, что мне хочется тут всё раскидать», «Я так злюсь, что мне хочется тебя ударить».
- Ведь у ребёнка такие мысли возникают, просто вы об этом не догадываетесь. Сказать – совершенно не значит сделать. Пусть ребёнок скажет вам о том, что он чувствует и думает и ему сразу станет легче.

✚ Учите ребенка выразить несогласие (агрессию) социально приемлемым способом, давайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессивность, сместить ее на другие объекты, переводите активность ребенка в другое русло

1. Обозначить ограничения на физическую и словесную агрессию в адрес людей и животных, научить ребёнка перенаправлять свою злость на другие неодушевлённые объекты, то есть, выразить её приемлемыми способами.
2. Предложите ребёнку варианты снять напряжение и «разрядить» свою злость: «Когда ты очень злишься, бить других нельзя, можно сделать вот это: «Давай мы с то-

бой:

- поколотим подушку руками!
- будем мять в комок листы бумаги;
 - покидаемся бумажными комками в стену
 - будем обзывать овощами: «Ты – баклажан! Твоя очередь!», «Ты – морковь», «Ты – капуста!».
 - нарисуем того, на кого ты злишься и потом его зачирикаем.
 - слепим того, на кого ты злишься, а потом его раздавим.

Все это важно не просто сказать, а обязательно продемонстрировать ребёнку, показывать, как это делать и вовлечь его в процесс.

Каждый раз, когда вы видите, что ребёнок злится, озвучивайте его чувства, показывайте понимание и поддержку и предлагайте ему какой-нибудь из вариантов выше. Таким образом, Вы показываете ребёнку, что уважаете его чувства, но при этом устанавливаете определённые ограничения на их проявление, запрещаете «плохую» агрессию, но помогаете ребёнку другими путями справиться с чувством злости и проявлять его.

- ✚ **Показывайте ребёнку личный пример эффективного поведения, не допускайте при нем вспышек гнева или нелесные высказывания о своих друзьях, коллегах;**
- ✚ **В каждый момент времени давайте ребёнку чувствовать, что вы его любите, цените и принимаете.**

Игры и упражнения на преодоление детской агрессии

Игра 1. «Обзывалки»

Мама и ребенок встают друг напротив друга и кидают друг другу мяч. Когда ребенок кидает, он может назвать маму «обидным» словом, которое на самом деле разрешено, например, «Ты капуста!» - «А ты помидор!» и т.д.

Игра 2. «Пыль»

Предложите ребёнку выбить пыль из подушки. Пусть он колотит ее, кричит.

Игра 3. «Борьба на подушках»

Включите веселую музыку, возьмите в руки подушки и слегка подеритесь ими. Но родители четко должны установить правила – не бить руками, не кричать обидные слова. Если правила нарушаются, игра останавливается.

Игра 4. «Снежки»

Предложите ребёнку комкать листы бумаги и бросать ими друг в друга.

Игра 5. «Салют»

Ребенок рвет бумагу и с силой бросает ее вверх. Потом все вместе убирают мусор с пола.

Игра 6. «Лягушка»

Если малыш любит купаться, предложите ему дуть на поверхность воды, чтобы получились волны. Усилия ребенка должны быть достаточно интенсивными.

Игра 7. «Ураган»

Сядьте напротив малыша и предложите ему вас сдуть. Пусть он наберет в легкие побольше воздуха и как следует дует на вас – мама при этом делает вид, что сопротивляется потокам воздуха.

Игра 8. «Упрямый барашек»

Малыш ложится на пол и с силой выпрямляет ноги, в воздух или бьет ими об пол. На каждый удар он может говорить «Нет!».