

ГБОУ «Республиканский центр образования»

Памятка для родителей



Рекомендации родителям по профилактике агрессивного поведения школьника

Проявление детской агрессии

Агрессия – стремление к моральному и физическому подавлению других людей, достижение своих целей средствами

насилия, а порой и просто бессмысленное насилие по отношению к окружающим.

Виды детской агрессии:

- физическая агрессия, ребенок может нападать на окружающих или ломать вещи, на тех, кто не виноват, но просто «подвернулся под руку».
- вербальная агрессия — оскорблять окружающих, ругаться.
- Инструментальная агрессия, направленная на того, кто мешает достижению цели;
- Аутоагрессия - направленная на самого себя, ребенок причиняет себе боль, находя в этом какое-то утешение.

К факторам, влияющим на появление у детей агрессивности, по мнению А. А Реана, относятся:

- низкая степень сплоченности семьи;
- конфликтность в семье, недостаточная близость между родителями и ребенком
- неблагоприятные взаимоотношения между детьми;
- неадекватный стиль семейного воспитания (гипоопека, гиперопека, авторитарный);
- агрессия отца по отношению к матери;
- повсеместная демонстрация сцен насилия;
- нестабильная социально-экономическая обстановка в семье;
- индивидуальная особенность человека (сниженная произвольность поведения, низкий уровень активного торможения)

Диагностические критерии агрессивности для детей школьного возраста:

- Часто теряют контроль над собой.

- Часто спорят, ругаются с детьми и взрослыми, используют физическое насилие.
- Намеренно раздражают взрослых, отказываются выполнять просьбы взрослых.
- Часто винят других в своем «неправильном» поведении и ошибках.
- Завистливы и мнительны.
- Проявляют жестокость по отношению к людям и животным (намеренно делают больно).
- Не умеют брать ответственность за свои поступки.
- В отношениях проявляют низкий уровень сочувствия.
- Имеют неврологические симптомы: неустойчивое, рассеянное внимание, слабая оперативная память, неустойчивое запоминание.
- Не умеют прогнозировать последствия своих действий (эмоционально застревают на проблемной ситуации).

Укреплению агрессивных форм поведения у ребенка способствуют:

- Скандалы в семье,
- Применение физической силы во время семейных ссор (драки),
- Грубое, жестокое обращение с ребенком,
- Привлечение ребенка к посещению (просмотру) жестоких спортивных состязаний: бокса, боев без правил и т.п.,
- Просмотр боевиков, сцен насилия, как в художественных, так и мультипликационных фильмах,
- Одобрение агрессивного поведения как способа решения конфликта, проблемы: «А

ты тоже его ударь», «И ты сломай», «А ты что, отнять не можешь?!»

✚ Основные воспитательные средства, к которым всегда прибегают родители агрессивных детей: физические наказания, угрозы, лишение привилегий, введение ограничений и отсутствие поощрений, частые изоляции детей, сознательное лишение любви и заботы в случае проступка.

Шпаргалка для взрослых или правила работы с агрессивными детьми

✚ При высоком уровне агрессивности важно научить ребенка **на первом этапе** освободиться от переполняющего гнева приемлемым способом:

- Использовать игры и упражнения, с помощью которых ребенок мог бы выплеснуть свой гнев: «Обзывалки» (обзываться не обидными словами, н-р овощами или фруктами), «Два барана», Рубка дров», «Тих-тиби-дух»);
- Упр. «Мешочек криков», упр. «Волшебная труба» (если вы заметили, что ребенок зол, то можно предложить громко покричать в мешочек для криков или потрубить в трубу, сделанную из ватмана)
- Упр. «Лист гнева» (скомкать и порвать лист бумаги);
- любая двигательная активность поможет освободиться от негативных эмоций: попрыгать на скакалке, побить боксерскую грушу или подушку, постучать мяч, топтать ногами, выжимать полотенце, даже если оно сухое; потанцевать и т.д.

- написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу; высказаться в кругу тех людей, которые могут понять и посочувствовать;
- сделать глубокий вдох и досчитать до 10.
- сделать 3–4 коротких выдоха подряд, потом столько же коротких вдохов
- сначала максимально напрячь все мускулы, а затем расслабить их, и так сделать несколько раз;

✚ **На втором этапе** необходимо учить детей навыкам распознавания своего эмоционального состояния и умению бесконфликтного общения:

- Избегать конфликтов и в то же время сделать так, чтобы партнер вас услышал, поможет использование Я-сообщений. Фраза при этом состоит из четырех основных частей:
 1. Начинать фразу надо описанием того факта, который не устраивает вас в поведении другого человека. Именно факта! Никаких эмоций или оценки человека как личности. Например, так: «Когда ты опаздываешь...».
 2. Далее следует описать свои ощущения в связи с таким поведением. Например: «я расстраиваюсь», «я волнуюсь», «я огорчаюсь», «я переживаю».
 3. Потом нужно объяснить, какое воздействие это поведение оказывает на вас или на окружающих. В примере с опозданием продолжение может быть таким: «потому что мне приходится стоять у подъезда и мерзнуть», «потому что я не

знаю причину твоего опоздания», «потому что у меня остается мало времени на общение с тобой» и т.д.

4. В завершающей части фразы надо сообщить о вашем желании, то есть о том, какое поведение вы бы хотели видеть вместо того, которое вызвало у вас недовольство.

Пример с опозданием: «Мне бы очень хотелось, чтобы ты звонила мне, если не можешь прийти вовремя».

В результате вместо обвинения «Ты опять опоздала» мы получаем фразу: «Когда ты опаздываешь, я волнуюсь, потому что не знаю причину твоего опоздания. Мне бы очень хотелось, чтобы ты звонила мне, если не можешь прийти вовремя».

✚ **На третьем этапе** важно формировать способность у ребенка к эмпатии, доверию, сочувствию, через традиции, обсуждение фильмов, рассказов, историй в семейном кругу. Именно в кругу близких при уважительном выслушивании мнений всех членов семьи и появляются такие способности.

Научиться контролировать себя, дружелюбно общаться, говорить в формате «Я — сообщения» непросто. Для этого желательно тренироваться и книга Ю.Б.Гиппенрейтер «Общаться с ребенком КАК?», лучший в этом помощник. А с играми можно подробно ознакомиться в книге Е.К.Лютовой, Г.Б. Мониной «Психокоррекционная работа с агрессивными детьми»

Терпение и внимание к ребенку, его нуждам
и потребностям, постоянная отработка
навыков общения с окружающими - все это
поможет наладить взаимоотношения с
сыном или дочерью!

Успехов ВАМ, дорогие родители!

Педагог-психолог ГБОУ «РЦО»:
Кострова О.В