

## Психологические аспекты проблемы агрессивного поведения младших школьников

### Профилактика агрессивного поведения

(Выступление педагога-психолога ГБОУ лицея №395 Изосимовой В.В.)

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем для педагогов, психологов, родителей и общества в целом. Актуальность темы несомненна, поскольку число детей с таким поведением стремительно растет. Это вызвано суммацией целого ряда неблагоприятных факторов:

- Ухудшение соц. условий жизни детей;
- Кризисом семейного воспитания;
- Недостаточным вниманием школы к нервно-психическому состоянию детей;
- Увеличением количества родовых травм, оставляющих последствия в виде повреждений головного мозга ребенка;
- Влияние СМИ и компьютерных игр, пропагандирующих культ насилия.

### Нужно различать **агрессию и агрессивность.**

**Агрессия** носит защитный характер. Состояние агрессии может возникать у детей с низкой самооценкой в состоянии тревоги или когда они защищают свои права. При этом у детей нет желания причинить боль другим. Надо сказать, что присутствие некоторой агрессии в характере ребёнка даже бывает полезным. Это поможет ему при встрече с сильным противником. Но всё должно быть в меру.

**Агрессивность** же сопровождается намеренным желанием причинить боль. Говорить об агрессивности ребёнка можно, если ребёнок часто теряет контроль над собой, спорит, ругается со взрослыми и сверстниками, отказывается следовать принятым правилам, специально раздражает окружающих, всегда винит других в своих ошибках, сердится и отказывается что-либо делать, завистлив, подозрителен, мстителен, во всех видит враждебность, быстро реагирует негативным образом на различные действия окружающих, которые нередко раздражают его.

**1. Выделяют следующие причины возникновения агрессии: личные, семейные, ситуативные, социально-биологические.**

### Профилактика агрессивного поведения

Для профилактики детской агрессивности **очень важно культивировать в семье атмосферу** теплоты, заботы и поддержки. Чувство защищенности и уверенность в родительской любви способствуют более успешному развитию ребенка. Чем более уверенным в себе он станет, тем реже будет испытывать гнев, зависть, агрессию.

Что же делать нам, взрослым, столкнувшись с проявлениями детской агрессии? Зачастую это вызывает у нас недоумение и растерянность. Обычно первое, что делают взрослые,

наказывают ребенка. А оказывается, напрасно. Просто ребенок, столкнувшись с неразрешимой для него проблемой, не знает как правильно себя вести.

А нам, взрослым ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в своих детях, так как агрессия – это **необходимое и естественное для человека чувство**. Важно научить ребенка не подавлять, а **контролировать свою агрессию**, отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда. Я предлагаю вам следующие советы психологов:

Родителям следует сосредоточить усилия на формировании желательного поведения.

Необходимо быть **последовательными в своих действиях по отношению к детям**.

**Наибольшую агрессию проявляют те дети, которые никогда не знают, какую реакцию родителей вызовет их поведение на этот раз. Например, за один и тот же поступок ребенок в зависимости от настроения родителей может получить либо наказание, либо поощрение.**

Следует избегать неоправданного применения силы и угроз для контроля поведения детей. Злоупотребление такими мерами воздействия на детей формирует у них аналогичное поведение и может стать **причиной появления в их характере таких неприятных черт, как злость, жестокость и упрямство.**

**Важно помочь ребенку научиться владеть собой, развивать у него чувство контроля.**

Дети должны знать о возможных последствиях своих поступков и о том, как их действия могут быть восприняты окружающими. К тому же у них всегда должна быть возможность обсудить спорные вопросы с родителями и объяснить им причины своих поступков - это способствует развитию чувства ответственности за свое поведение.

**Ребенок имеет право выразить свои отрицательные эмоции**, но делать это не с помощью визга или тумаков, а **социально приемлемым способом**: словом или в рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих, в спорте.

**Родителям необходимо всегда помнить, что дети учатся приемам социального взаимодействия, прежде всего у окружающих людей (в первую очередь, родителей).**

**Чем больше будет агрессии с стороны родителей, тем больше враждебности зародится в душе ребенка.** Не имея возможности ответить своим непосредственным обидчикам — родителям, ребенок отыграется на кошке или побьет младшего.

**И еще одно важное правило, которое должны знать родители ребенка, склонного к агрессии: ему необходимо разряжаться, необходимо научить его избавляться от накопившегося раздражения, дать ему использовать переполняющую его энергию в «мирных целях».** Замечательный чешский психолог Зденек Матейчик сказал: «Если у мальчика нет возможности пинать мячик, он будет пинать других детей». Необходимо, чтобы у вашего ребенка было как можно больше возможностей разряжать

накопившуюся негативную энергию. Активным, склонным к агрессии детям создайте условия, позволяющие им удовлетворять потребность в движении.

**Как правило, агрессивные дети не умеют выражать свои чувства, они их подавляют, загоняют внутрь, не проговаривают, не пытаются понять.**

**Перевод чувств ребенка из действия в слова** позволит ему узнать то, что о них можно говорить. Также ребенок постепенно освоит язык своих чувств и ему проще будет вам сказать, что он обижен, расстроен, зол и т.д., а не пытаться привлечь ваше внимание своим “ужасным” поведением.

Если очень много накопилось, разрешите ребенку побить подушку, порвать газету, написать на бумаге все слова, которые хочется выкрикнуть, а затем порвать написанное. Можно еще посоветовать сыну или дочери в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, несколько раз глубоко вздохнуть или сосчитать до десяти. А можно еще предложить нарисовать свой гнев, тогда он большей своей частью останется на бумаге. Способов много. **Главное, не считать, что с вашим ребенком происходит что-то нехорошее, за что надо ругать и наказывать. Маленьким агрессорам нужно ваше понимание, совет, готовность помочь, а не гнев и наказания.**

**Бороться с агрессией необходимо: Терпением, Объяснением, Отвлечением, Неторопливостью.**