

## **Агрессия, пути коррекции**

### Семинар для педагогов с элементами тренинга

Цель: Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по вопросам эмоционального развития детей, профилактика агрессивного поведения всех участников образовательного процесса.

Задачи:

- ознакомление педагогов с основными аспектами понятий «агрессия» и «агрессивное поведение»;
- раскрытие и анализ важности от реагирования негативных эмоций как детьми, так и взрослыми;
- обучение педагогов практическим приемам и упражнениям выражения гнева социально приемлемыми способами;
- рекомендации для родителей и педагогов по профилактике агрессивного поведения детей;
- снижение эмоционального напряжения.

#### ***Мини- лекция.***

Пожалуй, не найдется ни одного человека, который не осознавал бы, насколько в нашем обществе распространено насилие. Проблема **агрессии** является одной из серьёзнейших проблем человечества (ревность, преступность, насилие, войны, геноцид). С точки зрения теории социального научения, агрессивное поведение представляет собой сложную систему навыков, требующую длительного и всестороннего научения. Чтобы усвоить способы разрушительных действий, человек должен наблюдать их социальные образцы, встречать поощрение при их демонстрации и внутренне одобрять собственные «успехи» в причинении ущерба другим людям. В качестве примера следует назвать негативное влияние СМИ на развитие агрессивного поведения детей и подростков.

Изучение причин отклоняющегося поведения при умственной отсталости показало, что подростки с умственной отсталостью различной степени более агрессивны и в то же время более тревожны, чем их сверстники с сохранным интеллектом. Иными словами, агрессивное поведение подростков с умственной отсталостью может быть расценено как форма компенсации тревоги.

Основным социальным источником агрессивного поведения является социальный воспитательный коллектив. С одной стороны, это могут быть прямые проявления агрессии по отношению к ребёнку, с другой стороны, такие факторы как недостаточные сплочённость коллектива и близость между окружающими взрослыми и ребёнком, конфликтность, неадекватный стиль воспитания, агрессия по отношению друг к другу. Не следует думать, что отклонения в поведении связаны с «трудным» подростковым возрастом. Как правило, причины такого поведения следует искать в нежном возрасте - младенчестве, раннем возрасте, когда ребёнок не получает достаточного положительного эмоционального общения и телесного контакта со стороны матери. Если у ребенка до года сформирована надёжная привязанность к матери, то и в дальнейшем он проявляет дружелюбие и сотрудничество. Младенцы, настроенные по отношению к матери враждебно, амбивалентно или избегающие вырастают неуверенными и конфликтными. Нарушение ранних объектных отношений приводит к серьёзному личностному расстройству, переживаемому как неспособность к установлению привязанности и признанию авторитетов. Многие лица с криминальным поведением пережили травму материнской депривации. Исследования показали, что половина из тех, кто в детстве был отвергнут нелюбящими родителями, будучи взрослыми, оказались осуждены за серьёзные преступления.

**Агрессия**- это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящие вред всем объектам нападения

(одушевленным и неодушевленным), приносящий физический и моральный ущерб людям или вызывающий у них психологический дискомфорт.

**Агрессивное поведение** – одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели.

**Агрессивность** – это свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии.

Агрессивность как энергия необходима для нормального развития ребенка, иначе он не мог бы познать окружающий мир, ни защититься, ни конкурировать с другими людьми. А вот беспокоиться по поводу эмоционального развития ребенка нужно тогда, когда агрессия становится недостаточно мотивированной или вообще не имеет никаких оснований. Для того чтобы помочь детям с агрессивным поведением самим справиться со вспышками агрессии, необходимо понимать, что же такое, каковы причины и формы ее поведения.

### **Виды агрессии.**

Существует два вида агрессии: **«доброкачественная»** -появляется в момент опасности, носит оборонительный характер и затихает, как только опасность снижается, и **«злокачественная»** -представляет собой жесткость и разрушительность, возникает спонтанно и связана со структурой личности.

### **Виды агрессии**

- Вербальная - выражение негативных чувств через крики, угрозы, проклятия. Например, мат – это проявления вербальной агрессии.
- Физическая - использование физической силы против другого лица;
- Аутоагрессия - намеренная активность, направленная на причинение себе вреда в физической и психической сферах. Проявляется в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений различной степени тяжести, вплоть до самоубийства, отказе от получения удовольствия, удовлетворения потребности;
- Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо (когда «подставляют»);
- Негативизм - оппозиционная манера в поведении, проявляющаяся в виде или пассивного сопротивления, или активной борьбы против установленных обычаев и законов;
- Деструктивная агрессия - это разрушение контактов и отношений, деструктивные поступки вплоть до неожиданных прорывов насилия, вербальное выражение гнева и ярости, разрушительные действия или фантазии, стремление к силовому решению проблем, приверженность к деструктивным идеологиям, склонность к обесцениванию (эмоциональному и мыслительному) других людей и межличностных отношений, мстительность, цинизм;
- Конструктивная агрессия - это активный, деятельный подход к жизни, любознательность и здоровое любопытство, возможность устанавливать продуктивные межличностные контакты и поддерживать их. Несмотря на возможные противоречия, способность формировать свои собственные жизненные цели и задачи и реализовывать их даже в неблагоприятных жизненных обстоятельствах, иметь и отстаивать свои идеи, мнения, точки зрения, тем самым вступать в конструктивные дискуссии;
- Дефицитарная агрессия - это неспособность к установлению межличностных контактов, теплых человеческих отношений, снижение предметной активности, сужение круга интересов, избегание каких-либо конфронтаций, конфликтов, дискуссий и ситуаций "соперничества", склонность жертвовать собственными интересами, целями и планами, а также неспособность брать на себя какую-либо ответственность и принимать решения.

### Формы агрессивного поведения у ребенка:

-Вербальная агрессия:

-Жалобы

-Агрессивные фантазии

-Прямые оскорбления

-Физическая агрессия: разрушение продуктов деятельности противника (игрушки, постройки и т.д); удары; укусы.

### Агрессивное поведение проявляется как:

-Стремление привлечь внимание

-Удовлетворение потребности в чем-либо (самоутверждение)

-Защита от окружающего мира (лучший способ обороны-защита)

-Разрядка, снятие напряжения, направленная как на других, так и на себя (аутоагрессия)

Если говорить на простом языке, агрессия - это реакция на срыв какой-то деятельности, планов, на ограничения, запреты или неожиданные трудности.

Цель такого поведения – устранение перечисленных препятствий.

### Причины:

-индивидуальные особенности ребёнка.

-серьёзные соматические заболевания.

-заболевания головного мозга.

-хроническое недоедание.

-недостаточная двигательная активность или напротив постоянное переутомление.

-неблагополучная семейная обстановка (*систематические скандалы родителей, пьянство и т. п.*)

-давление авторитарного взрослого

-неконтролируемый просмотр передач с **агрессивной направленностью**.

Таким образом, **агрессия** не возникает сама по себе, она появляется вследствие чего – то. Узнать **агрессивного** ребёнка в группе несложно. Каждый из нас по определённым характерным особенностям сможет вычислить его».

### **Факторы, способствующие становлению детской агрессивности:**

1. СМИ.

2. Факторы воспитания и стиля общения значимых взрослых:

- Противоречивость требований к ребенку.
- Собственные частые негативные эмоциональные состояния взрослых и отсутствие самоконтроля и саморегуляции с их стороны.
- Использование наказаний как способа отреагирования и разрядки взрослым собственных негативных переживаний (гнев, раздражение, обида...)
- Использований приказов, обвинений и угроз.
- Постоянное использование «Ты – сообщений» (как ты смеешь, ты опять...)
- Негативный стиль общения с ребенком.
- Вербальное оскорбление детей.
- Игнорирование чувств, желаний ребенка. Данный стиль общения нацеливает ребенка на борьбу и мстительное поведение.

### **Обсуждение с педагогами информации в таблице:**

«Причины появления агрессии у детей и методы её коррекции»

### **ПРИЧИНЫ ПОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ У ДЕТЕЙ И МЕТОДЫ ЕЁ КОРРЕКЦИИ.**

Причина	Методы коррекции
1. Недостаток двигательной активности, недостаток физической нагрузки	<ul style="list-style-type: none"> <li>– подвижные игры;</li> <li>– спортивные эстафеты;</li> <li>– «минутки радости» между занятиями.</li> </ul>
2. Дефицит родительского внимания, неудовлетворенная потребность в родительской любви и принятии	<ul style="list-style-type: none"> <li>– беседа с родителями;</li> <li>– направление к психологу;</li> <li>– наблюдение за поведением ребенка;</li> <li>– совместное включение в сюжетно-ролевые игры;</li> <li>– налаживание эмоционального контакта с ребенком.</li> </ul>
3. Повышенная тревожность, страх нападения со стороны родителей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прекращение любых физических наказаний, оскорблений, унижения;</li> <li>- налаживание эмоционального контакта с ребенком;</li> <li>- обращение к администрации ДОУ, в органы защиты прав детей.</li> </ul>
4. Усвоение эталонов агрессивного поведения в семье	<ul style="list-style-type: none"> <li>- беседа с родителями,</li> <li>- направление к психологу.</li> </ul>
5. Косвенно стимулируемая агрессивность (СМИ, игрушки)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– препятствовать появлению в группе таких игрушек или направлять их агрессивный потенциал в положительное русло;</li> <li>– проигрывать и оговаривать сюжеты положительных мультфильмов и сказок;</li> <li>– ненавязчивые разъяснения поступков действующих лиц;</li> <li>– давать способы и образцы миролюбивых способов общения;</li> <li>– перевод драк в конструктивное русло: игры в пиратов, похитителей сокровищ.</li> </ul>
6. Низкий уровень развития игровых и коммуникативных навыков	<ul style="list-style-type: none"> <li>– подвижные, сюжетно-ролевые игры, игры на понимание эмоционального состояния;</li> <li>– психогимнастика, игры на мимическое и пантомимическое самовыражение;</li> <li>– обучение приемам саморасслабления;</li> <li>– занятия и игры на обучение коммуникативным навыкам.</li> </ul>
7. Внутренняя неудовлетворённость ребёнком своего положения в группе сверстников, отсутствие внимания, особенно, если ему присуще	<ul style="list-style-type: none"> <li>- включение ребёнка в коллективные игры на эмоциональное общение и сближение;</li> <li>- вовлечение в совместную деятельность, где могут</li> </ul>

стремление к лидерству	раскрыться достоинства ребёнка.
------------------------	---------------------------------

### ***Упражнение «Портрет агрессивного ребенка» 10 мин***

**Цель:** выявить умение выделять характерные черты агрессивного ребенка, работать в группе, принимать групповое решение.

Группа делится на 1-3 подгруппы. Каждой подгруппе выдаются карточки с характеристиками агрессивного ребенка, участники подгрупп совместно выбирают черты, которые свойственны рассматриваемой на данном занятии категории детей, дополняют этот список, таким образом, составляют портрет ребенка. Затем каждая подгруппа зачитывает составленную характеристику, после чего проводится общее обсуждение.

### ***Как же помочь агрессивному ребенку?***

Работа с агрессивными детьми строится в несколько этапов.

-Работа с гневом.

-Обучение самоконтролю

-Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию

-Развитие навыков общения.

### ***Игра «Камушек в ботинке»***

**Цель:** игра помогает раскрыть внутренние переживания ребёнка, предотвратить назревающий конфликт в группе; учит детей выражать словами своё эмоциональное состояние; способствует снижению эмоционального напряжения; сплачивает детский коллектив.

Оборудование для игры на тренинге: мелкие камушки по кол. уч.

**Ход:** «Снимите, пожалуйста, вашу обувь с одной ноги (ведущий проходит мимо каждого и опускает в обувь камушек). Оденьте обувь и походите по залу. Вернитесь на места. Попробуйте одним словом выразить то, что вы ощущали при ходьбе».

(участники по кругу описывают свои ощущения) «Когда мы сердимся, чем-то озадачены, взволнованы, это нами воспринимается как маленький камешек в ботинке. Если мы сразу достанем его, то нога останется невредимой. А если оставим камушек и будем продолжать носить обувь с ним, то будет рана. Поэтому всем людям – взрослым и детям – полезно говорить о своих проблемах сразу, т. е. «вытаскивать камушек наружу, как только вы его заметите». Не допускайте, чтобы камушки копились, и доходило до большой раны, а своевременно извлекайте их.

**Вывод:** «Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем испытывают потребность рассказывать о своих проблемах. Эта игра может стать своеобразным ритуалом в группе».

### ***Психологическая игра «Рассерженные шарики»***

**Цель:** Игра формирует способы отреагирования гнева, обучает приёмам саморегуляции эмоциональных состояний, а вы посредством этой игры обучите этому своих детей. Педагоги встают в круг (они дети). Психолог – это мама – предлагает детям - родителям - научиться злиться, никого при этом не обижая. Для этого каждому ребёнку предлагает надуть воздушный шарик и удерживать его в руках, чтобы он не сдувался. «Представьте себе, что шарик – это ваше тело, а воздух внутри шарика – это ваша злость. Как вы думаете, что случится с шариком, если его сейчас выпустить из рук? (Он улетит). Попробуйте отпустить его и проследить за ним. Вы видите, что шарики мечутся по комнате, они стали совершенно неуправляемыми. Так бывает и человеком – когда он злится, может совершать поступки, не контролируя себя. Надуйте теперь другой шарик и попробуйте выпускать из него воздух маленькими порциями».

\*Что теперь происходит с шариком? (Он понемногу сдувается).

\*А что происходит с гневом внутри шарика? (Он потихоньку выходит из него).

Сравните, опять же – шарик, с нашим телом: «Правильно, этим гневом можно управлять».

### **Проигрывание ситуаций**

*1 ситуация* «Ребенок протестный»

Ребенок отказывается выполнять просьбы взрослого....

*2 ситуация* «Ребенок не находит контакт со сверстниками»

Жадничает, всегда хочет быть первым в игре...

*3 ситуация* «Родители не принимают информацию об агрессивности ребенка»

*4 ситуация* «Ребенок проявляет физическую агрессию по отношению ко взрослым»

На просьбы воспитателя включиться в режимный момент, ребенок вступает в борьбу....

### **Притча «Бабочка в руках»**

#### **Восточная притча**

«Давным-давно в старинном городе жил Мастер, окружённый учениками. Самый способный из них однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш Мастер не смог бы дать ответа?» Он пошёл на цветущий луг, поймал самую красивую бабочку и спрятал её между ладонями. Бабочка цеплялась лапками за его руки, и ученику было щекотно. Улыбаясь, он подошёл к Мастеру и спросил: — Скажите, какая бабочка у меня в руках: живая или мёртвая?»

Он крепко держал бабочку в сомкнутых ладонях и был готов в любое мгновение сжать их ради своей истины.

Не глядя на руки ученика, Мастер ответил: — Всё в твоих руках.»

Мы как родители несем эту ответственность за детей и определяем их жизненный путь. Мы, как педагоги можем лишь помочь создать необходимые психологические условия и сопровождать ребенка в процессе его развития и становления, как личности.

1. Лютова Е. К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб., 2005г.
2. Захаров А. И. Предупреждение отклонений в поведении ребёнка. СПб., 1997г.
3. Ключева Н. В. Учим детей общению. Характер коммуникабельность. Ярославль, 1977.