МБОУ Заворонежская СОШ

педагог-психолог Свиридова Л. В.

**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

**Агрессия** — мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленные и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности). Агрессия есть определенное действие, причиняющее ущерб другому объекту.

Агрессивность— это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Среди **форм агрессивных реакций** необходимо выделить следующие:

* Физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица.
* Косвенная агрессия – действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.).
* Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань).
* Склонность к раздражению – готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.
* Негативизм – оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

Становление агрессивного поведения — сложный и многогранный процесс, в котором действует множество факторов, как биологических, так и социальных. По результатам наблюдения за поведением ребенка в различных ситуациях, а также в процессе бесед с родителями и педагогами удалось выявить круг **причин, провоцирующих агрессивность** с раннего возраста.

Это следующие причины.

*1. Органические*:

– минимальная мозговая дисфункция;

– травмы и инфекционные поражения головного мозга и т.д.

*2. Наследственные*:

– психопатоподобное, аффективно-возбудимое поведение родителей или родственников;

– наличие выраженной тревожности  и гиперактивности у ребенка и др.

*3. Социально-бытовые*:

а) Неблагоприятные условия воспитания в семье:

– агрессивное поведение членов семьи в обыденных жизненных ситуациях;

– непоследовательность родителей в обучении детей правилам и нормам поведения;

– неоправданно жесткий  родительский контроль;

– насилие в семье;

– конфликты между родителями;

– неприятие ребенка (безразличие, нетерпимость к факту существования ребенка).

б) Неблагоприятная обстановка в школе:

– конфликты с одноклассниками;

– педагогически некомпетентное поведение педагогов;

– чрезмерно высокая учебная нагрузка.

*4. Ситуативные*:

– ответная агрессивность на присутствие новых взрослых или сверстников;

– чувствительность к оценке, осуждению, порицанию;

– введение ограничений в поведение ребенка;

– переутомление;

– новизна, увеличивающая тревогу.

Агрессивное поведение определяется *влиянием семьи*, сверстников, социального окружения, а также средств массовой информации. Подростки, которые встречаются с насилием у себя дома и которые сами становятся жертвами насилия, склонны к агрессивному поведению. Так дети, воспитывающиеся в семьях, где злоупотребление алкоголем, наркотиками, совершение правонарушений является нормой жизни, и в последующем лишившиеся даже видимости семьи, являющиеся «социальными сиротами», склонны к проявлению агрессии и жестокости.

На становление агрессивного поведения сильное влияние оказывает степень разобщенности семьи, отсутствие близости между родителями и ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семейного руководства. Дети, у которых в семье сильный разлад, чьи родители отчуждены и холодны, сравнительно более склонны к агрессивному поведению. Наиболее выраженные проявления агрессии наблюдаются при алкоголизации матери, когда нарушались взаимоотношения в системе «мать—дитя».

На становление агрессивного поведения большое влияние ока­зывает *характер наказаний*, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего ребенка. В таких ситуациях могут быть использованы два полярных метода воздействия: либо снисходи­тельность, либо строгость. Как это ни парадоксально, агрессивные дети одинаково часто встречаются и у слишком мягких родителей, и у очень строгих. Исследования показали, что родители, резко подав­ляющие агрессивность у своих детей, вопреки сво­им ожиданиям не устраняют это качество, а, напро­тив, взращивают его, развивая в своем сыне или дочери чрезмерную агрессивность, которая будет проявляться даже в зрелые годы. Ведь всем извест­но, что зло порождает только зло, а агрессия — агрессию.

Существенным фактором, стимулирующим агрессивное поведение, является враждебность, то есть негативное отношение ребенка к окружающему миру. В сочетании с обидой и подозрительностью оно формирует искаженную картину мира и грубо нарушает систему взаимоотношений и взаимодействия с окружением. Пусковым механизмом начала формирования враждебности может являться психологическая травма.

Дети учатся вести себя агрессивно, наблюдая за поведением других людей, в том числе детей. Взаимодействие со взрослыми и сверстниками дает им возможность научиться агрессивным реакциям (например, пущенные в ход кулаки или оскорбления). Однако дети, которые чрезвычайно агрессивны, скорее всего, окажутся отверженными большинством в своей возрастной группе, что является неким «естественным регулятором» уровня агрессивности в среде несовершеннолетних. Мощными факторами, провоцирующими агрессивность несовершеннолетних, являются некоторые особенности психики, такие как «трудный» темперамент, перенесенные травмы головы или инфекционные заболевания. С этим часто связаны неустойчивость нервно-психических процессов, затрудненность процессов торможения в центральной нервной системе, повышенный тонус нервной системы, импульсивность.

Таким образом, причины появления агрессии у детей могут быть самыми разными. Возникновению агрессив­ных качеств способствуют некоторые соматические заболевания или заболева­ния головного мозга. Ог­ромную роль в развитии тех или иных качеств ре­бенка играет воспитание в семье с первых дней жизни ребенка.

**Профилактика и коррекция детской агрессивности**

Столкновение с детской агрессивностью всегда вызывает растерян­ность у взрослых. Но некоторые проявления жестокости, упрямства и непослушания не всегда свидетельствуют о наличии у ребенка каких-ли­бо психических отклонений, часто он просто не знает, как себя правиль­но вести, и ему достаточно просто немного помочь, оказать поддержку.

Для профилактики детской агрессивности очень важно поддерживать 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, тем меньше в нем останется эгоизма.

Родителям следует сосредоточить усилия на формировании жела­тельного поведения, а не на искоренении нежелательного, подавая де­тям пример просоциального поведения (заботы о других, помощи, со­чувствия и т. д.).

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 отца мог получить либо подзатыльник, либо поощрениее.

***!*** *Требования, предъявляемые детям, должны быть разумны, а на их вы­полнении надо настаивать, ясно давая детям понять, чего от них ждут.*

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 выражать свои отрицательные эмоции, но де­лать это не с помощью визга или тумаков, а словами. Надо сразу дать по­нять ребенку, что агрессивное поведение никогда не принесет выгоды. Необходимо учить ребенка говорить о своих переживаниях, называть вещи своими именами: «я разозлился», «я обиделся», «я расстроился». Когда взрослый рассер­жен, важно сдерживать гнев, но высказать свои чувства громко и сердито: «Я поражен и обижен». Ни в коем случае не обзывайте ребенка глупым, тупым и тд. — он будет так же вести себя с другими детьми.

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

Иногда ребенку нужно просто понимание, и одно лишь ласковое слово способно снять его озлобление. В других случаях только принятия и сочувствия ребенку бывает недостаточно.

Задача взрослых в том, чтобы научить детей правильно направлять, проявлять свои чувства. Бывает, что очень вспыльчивый ребенок стара­ется сдерживаться на людях (например, в школе), но дома он срывается: устраивает истерики, скандалит, грубит родным, дерется с братьями и сестрами. Такое проявление агрессии не приносит ему желаемого облег­чения. Он недоволен случившимся и чувствует себя виноватым. Из-за этого напряжение увеличивается еще больше, и следующий срыв бывает более бурным и продолжительным.

Самое главное — научить ребенка разряжаться — избавляться от на­копившегося раздражения, дать ему возможность использовать пере­полняющую его энергию «в мирных целях».

Таким детям необходимо предложить социально приемлемые методы для выражения подавленного гнева.

* Пусть ребенок останется один в комнате и выскажет все, что нако­пилось, в адрес того, кто его разозлил.
* Предложите ему, когда сложно сдержаться, бить ногами и рукам специальную подушку, рвать газету, комкать бумагу, пинать консервную банку или мяч, бегать вокруг дома, писать все слова, которые хочется высказать в гневе.
* Дайте ребенку совет: в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, несколько раз глубоко вдохнуть или сосчитать до десяти. Это помогает успокоиться.
* Также можно послушать музыку, гром­ко попеть или покричать под нее.
* Можно попросить ребенка нарисовать чувство гнева. Тогда агрес­сия найдет выход в творчестве.
* Родители могут научиться управлять поведением своих агрессив­ных детей, для этого следует:
* обратить особое внимание на игры ребенка. В играх дети осуще­ствляют свои мечты, фантазии и страхи;
* обсуждать с ребенком, на кого он хочет быть похож, какие качест­ва характера его привлекают, а какие отталкивают;
* следить за тем, какой пример вы подаете ребенку. Если ребенок су­дит других людей, награждает их «ярлыками», возможно, он повторяет ваши слова;
* быть готовым внимательно выслушать ребенка, если он хочет рас­сказать вам свой сон. Во сне дети часто видят то, чего им не хватает в жизни. Особое внимание обращайте на повторяющиеся сюжеты снови­дений;
* поощрять ребенка говорить о том, что его волнует, что он пережи­вает;
* научить ребенка прямо говорить о своих чувствах, о том, что ему нравится, а что нет.

***!*** *Очень активным и склонным к агрессии детям следует создать условия, позволяющие им удовлетворить потребность в движении, а также за­няться интересующим их делом. Например, можно предложить им заня­тия в спортивных секциях, участие в соревнованиях или в постановке спектаклей, организовывать для них разные игры, длительные прогулки или походы.*

Современным родителям очень сложно выдержать соперничество со средствами массовой информации (особенно с телевидением), ока­зывая воздействие на социальное развитие своих детей. Согласно иссле­дованиям американских социологов, в массовой культуре США проявле­ние агрессии и жестокости часто оценивается высоко и преподносится как средство достижения целей. В телепередачах, которые являются для ребенка мощным источником информации, физическое насилие пока­зывают в среднем пять-шесть раз в час. Агрессия телевизионных и ком­пьютерных героев часто награждается, а положительные персонажи бы­вают так же агрессивны, как преступники. В нашей стране ситуация с пропагандой агрессивного поведения не сильно отличается от амери­канской. Психологи считают, что телевизионное насилие особенно уве­личивает вероятность агрессивных реакций у тех, кто и так склонен к аг­рессии.

Не надо пытаться полностью оградить ребенка от отрицательных переживаний. В повседневной жизни избежать гнева, обид или столкно­вения с жестокостью невозможно. Важно научить детей противостоять агрессорам, не уподобляясь им.

***!*** *Ребенок должен уметь сказать «нет», не поддаваться на провокации ок­ружающих, с юмором относиться к неудачам и знать, что в свои пробле­мы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться с ними са­мостоятельно .*

Однако если родители любят смотреть фильмы ужасов и боевики — ребенок тоже их полюбит. А если бить собаку на глазах у ребенка, нече­го удивляться, что через некоторое время он начнет мучить животных, а потом и людей. Дети - максималисты, и, получив урок цинизма в детстве, повзрослев, они не станут задумываться о том, что чувствует их жертва.

***!*** *Только личным примером, развивая у ребенка сочувствие, сопережива­ние, стремление помогать тем, кто слабее, противостоять волне агрес­сии, захлестывающей детей с экранов телевизоров, мониторов компью­теров и страниц популярных газет и журналов.*

По материалам сайта [www.s12014.edu35.ru](https://clck.yandex.ru/redir/nWO_r1F33ck?data=&b64e=2&sign=248aee89112144ba05241f4ee604cd6d&keyno=17)