

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Уповского муниципального района Уповский детский сад "Солнышко"  
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности  
по физическому направлению развития детей  
627180, с. Упово, ул. Б. Янтимилова 33, тел./факс : 3-22-86

## **Консультация для педагогов «Агрессивные дети. Как помочь агрессивным детям?»**

Подготовила:

Мусина Елена Николаевна,

Педагог-психолог 1 категории  
МАДОУ УМР Уповский  
детский сад «Солнышко»

**с. Упово, 2022 г.**

## **Цель и задачи:**

1. Познакомить в видами, формами и причинами возникновения агрессии.
2. Составить портрет агрессивного ребенка.
3. Определить пути взаимодействия и формы работы с агрессивными детьми, а также познакомить с конструктивными формами выражения агрессии.
4. Дать подборку игровых упражнений для снятия агрессии

**Материалы и оборудование:** не требуется

## **Консультация для педагогов**

### **«Агрессивные дети. Как помочь агрессивным детям?»**

Добрый день, уважаемые коллеги. Сегодня мы с вами поговорить о детской агрессии. Для начала я хочу показать вам *мультфильм «Не хороший мальчик»*.

Гизела Эберлейн в своей книги «Страхи здоровых детей» пишет о том, что «за агрессивностью – стоит отчаяние ребенка, который ищет понимания и любви. Чем больше его ругают, тем больше проявляются взрывы агрессивности». «Выздоровление – через обретение чувства доверия и защищенности, что дает ребенку чувство свободы и ощущение, что его оставят в покое».

Для того, что бы помочь агрессивным детям, нужно иметь определенные знания. Для начала, я хочу дать определения основным понятиям.

Агрессия (произошло от латинского слова «agressio» - «нападение», «приступ») причинение вреда или ущерба другому живому существу.

Агрессия несет в себе разрушительное воздействие на развитие личности ребенка, отражает его внутренний дискомфорт.

Агрессия – это форма поведения, нацеленная на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Некоторые ученые (Д. Ричардсон, Р. Бэрн) предлагают развести понятие «Агрессия» и «Агрессивность». Они обращают внимание на то, что «агрессия» - это намеренные действия, направленные на причинение вреда другому живому существу, а «агрессивность» - это готовность к совершению этих агрессивных действий.

### **Виды Агрессии:**

#### **Вербальная агрессия.**

1. **Косвенная вербальная агрессия** направлена на обвинение или угрозу сверстнику. Проявляются они в различных высказываниях в виде жалоб (“А Вова меня стукнул”, “А Тищенко постель не убрала” и пр.); демонстративного крика, направленного на устранение сверстника (“Уходи, надоел”, “Не мешай”); агрессивных фантазий (“Если не будешь слушаться, к

тебе придет милиционер и посадит в тюрьму”; “Я тебя догоню, покусая, посажу на самолет и отправлю на высокую гору, и будешь там сидеть один”).

2. **Прямая вербальная агрессия** представляет собой оскорбления и вербальные формы унижения другого. Традиционные такие “детские” формы прямой вербальной агрессии: дразнилки: (“Ябеда - корябеда”, “Жора - обжора”); оскорбления (“Урод”, “Дебил”).

### **Физическая агрессия.**

1. **Косвенная физическая агрессия** направлена на принесение какого-либо материального ущерба другому через непосредственные физические действия. Это может быть: разрушение продуктов деятельности другого (ребенок ломает постройку из кубиков другого, или мажет красками рисунок подруги); уничтожение или порча чужих вещей (мальчик наносит удары по столу товарища и улыбается, видя возмущение последнего, или ребенок с силой бросает на пол чужую машинку, с удовлетворением наблюдая ужас и слезы его владельца).

2. **Прямая физическая агрессия** представляет собой непосредственное нападение на другого и причинение ему физической боли и унижение.

**Может принимать две формы - символическую и реальную.**

**Символическая** представляет собой угрозы и запугивание (ребенок показывает кулак товарищу или пугает его).

**Реальная агрессия** - это уже непосредственное физическое нападение (у детей драки принимают формы укусов, царапанья, хватания за волосы, применения в качестве “оружия” палок, кубиков и пр.).

На самом деле агрессия заложена в человеке и животных природой. И в норме проявление агрессии не считается патологией. Как правило, агрессия, агрессивные действия проявляются в периоды возрастных кризисов. Так в период кризиса 3 лет дети становятся более агрессивными, чем были до кризиса. Потом кризис 7 лет, подростковый и т.д. Но это свидетельствует о нормальном росте, развитии ребенка, подростка и вообще человека. Но если агрессия становится причиной переживаний, она может перерасти в нарушение.

**По их форме выделяют 3 направленности поведения человека:**

- Движение к людям
- Движение от людей
- Движение против людей

Любому здоровому человеку свойственны все эти три тенденции. Бывают дни, когда мы хотим творить добро вокруг себя. Бывают ситуации, когда даже самый общительный человек хочет побыть один. А иногда бывает у каждого из нас потребность ответить, сказать более агрессивно на замечание, высказывание, действие других людей. И это нормально для любого человека. Но если одна из этих направленностей доминирует, то это свидетельствует уже о невротической личности.

Как вы думаете, какая тенденция характерна для агрессивных детей? Безусловно, это тенденция «движения против людей». И тут нужно подумать, почему некоторые дети подвержены этой тенденции, а некоторые нет? И

откуда берутся агрессивные дети? Ведь агрессия не возникает неожиданно. Наверно никто из вас и не встречал такого, чтобы ребенок сегодня был не агрессивный, а завтра неожиданно стал агрессивным.

*Многие ученые изучали этот вопрос, и существует несколько подходов к изучению феномена агрессивности.*

#### **Выделяется 5 направлений:**

' *Инстинктивистская теория агрессии (Фрейд, Лоренц и др.) Фрейд связывает агрессивное поведение ребенка со стадиями сексуального развития. А Лоренц считает, так же как и Фрейд, что человеку не дано справиться со своей агрессивностью. Он только может направить его в нужные руслу.*

' *Фрустрационная теория (Дж. Доллард, Н. Миллер и др.). Они считают, что агрессия связана с реакцией на фрустрацию, когда кто-то подавляет ребенку какую-нибудь яркую потребность и ребенок отвечает агрессивным поведением. А эффект катарсиса помогает человеку снизить агрессивность.*

' *Теория социального научения (А. Бандура). Чем чаще человек совершает агрессивные действия, тем вероятнее, что это приведет к формированию агрессивности, как черты личности. И если давать возможности проявления наивысшей точки агрессивности, то это укрепит в ребенке агрессивные тенденции. Теория социального научения признается в нашей стране. Надо иметь введу, что большую роль в воспитание ребенка и в формирование его агрессивности, в соответствии с этой теорией, играет семья, родители. Прежде всего, это все ребенок берет в семье.*

' *Когнитивные модели агрессивного поведения (А. Берковец и др.). Представители этой теории считают, что агрессивное поведение можно контролировать.*

' *Теория переноса возбуждения (Д. Зильманн и др.). Считают, что агрессия импульсивная и плохо поддается контролю рассудка.*

#### **Причины агрессивного поведения:**

- ' Низкий порог возбудимости нервной системы.
- ' Стремление добиться цели, быть лидером, привлечь внимание к себе.
- ' Страх и/или комплекс неполноценности.
- ' Некоторые соматические заболевания.
- ' Коммуникативная некомпетентность.
- ' Фрустрация важных потребностей ребенка или, другими словами, их полное игнорирование
- ' Провокация, подстрекательство.
- ' Одобрение агрессивного поведения социумом.
- ' Просмотр боевиков, сцен насилия.
- ' Воспитание в семье.
- ' Голод, жажда, жара, духота, мигающий или слишком яркий свет, теснота.

Дети с интеллектуальной недостаточностью имеют ряд психологических особенностей, провоцирующих их **агрессивное поведение** :

- недостаточное развитие коммуникативных навыков;
- сниженный уровень саморегуляции поведения;
- неразвитость игровой деятельности;
- сниженную самооценку;
- нарушения в отношениях со сверстниками.

Очень много причин я назвала, да и еще можно найти причины, но все же считается, что семейное воспитание является главным фактором формирования агрессивного поведения и агрессивности, как черты личности ребенка. По статистике в 40 – 45 % случаев убийцы и насильники воспитывались в семьях, где регулярная жестокость либо постоянная фрустрация потребностей ребенка имели место. В учебниках психологии часто приводится пример семьи Гитлера, где отец был очень жестокий, а мать холодная и в результате все знают, что получилось.

Вообще агрессия и жестокость как ранняя форма проявления агрессии может быть следствием несформированности нравственности, которые должны идти из семьи. Агрессивные действия могут выступать как средство достижения какой-либо цели, а также как форма психической и физической разрядки, замещение, удовлетворения потребности в самоутверждении. У агрессивных детей существует существенное расхождение между их самооценкой и ожидаемой оценкой со стороны сверстников. Дети остро переживают недооцененности и непризнанность. Все это приводит к тому, что у них формируются определенные особенности мировосприятия.

Конечно, все агрессивные дети разные, но есть определенный набор особенностей, который свойственен большинству.

#### **Портрет агрессивного ребенка**

- ' Теряет контроль над собой.
- ' Винит других в своих ошибках.
- ' Завистлив и мстителен.
- ' Ожидает от окружающих негативных действий.
- ' Конфликтуют со сверстниками.
- ' Ощущают отверженность.
- ' Низкий уровень эмпатии.
- ' Мускульное напряжение.

И еще присутствует такая особенность у агрессивных людей в целом, и это свойственно детям тоже, как предвзятая атрибуция враждебности.

' Мир кажется враждебным, любые неожиданности воспринимаются как угроза безопасности.

- ' Другим людям приписываются враждебные намерения

' Ощущается недооцененность со стороны окружающих

Например, дети в детском саду играют в песочнице, и один ребенок вдруг бьет другого лопаткой по голове. На вопрос воспитателя «зачем ты это сделал?», ребенок отвечает «а он хотел меня стукнуть машинкой». На самом деле никто не хотел его стукнуть машинкой, но ребенок живет в ожидание чего-то страшного, того, что может ему помешать жить.

Агрессивным детям нужна наша помощь.

### **Направления работы с агрессивными детьми**

' Обучение детей приемлемым способам выражения гнева.

' Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях.

' Обучение приемам саморегуляции.

' Формирование таких личных качеств, как доверие, эмпатия и др.

Для того, чтобы мы могли обучить детей приемлемым способам выражения гнева, нужно иметь представление о том, что такое гнев, как он устроен. Я хочу вас познакомить с фазами гнева.

1 фаза – это фаза запуска гнева. Провокаторами гнева могут быть самыми разными. Например, ребенку не справедливо сделали замечание или, например, стукнулся и почувствовал боль. И на этой фазе тяжело предугадать, разозлится ребенок или нет. Если у него низкий порог возбудимости, то значит самое не значительное событие, может привести к запуску гнева. На этой фазе можно ребенка еще отвлечь. Перевести внимание. Очень важно научить справляться с плохими эмоциями.

2 фаза – фаза обострения. Это фаза, когда тело себя физиологически готовит к предстоящему сражению. Повышается уровень адреналина, учащается дыхание и т.д. Но все же еще на этой стадии мы можем еще тоже предотвратить вспышку. Но если мы не успеем на этой стадии, то придется ждать когда закончиться 3 фаза.

3 фаза – фаза кризиса. Пик гнева. Ребенок кричит, топает ногами, ругается. У всех детей это проявляется по-разному, но мы все знаем, что такое истерики. Ребенок не слышит нас. Состояние эффекта. На этой фазе абсолютно бесполезно уговаривать, читать нотации ребенку. Ребенок в этот момент не слышит. Единственное, что мы должны делать – это следить за безопасностью ребенка в этот момент. Что бы он сам себя не повредил и не повредил кого-то другого.

4 фаза – фаза спада. Она протекает то же по-разному у разных детей. Кому-то присуще дополнительные вспышки, у кого-то гнев идет на спад. Но тут нужно быть осторожно нам с вами взрослым, потому что это та фаза, на которой дополнительные упреки в сторону ребенка могут вызвать дополнительные всплески.

5 фаза – фаза депрессии. На этой стадии нужно продолжать ту деятельность, которая была прервана гневом. Притом не нужно говорить ребенку такие фразы, как «ну что же ты?», «зачем так ведешь себя?» и т.д. Не

стоит на этой фазе заострять внимание, так как может перерасти обычное состояние ребенка в депрессию, в осуждение себя.

Что бы ребенок научился справляться с гневом, лучше разговаривать с ним на фазе 1 или фазе 2. Можно предложить ребенку расслабиться, сесть в кресло, сделать несколько глубоких вдохов, но только не кричать, а спокойным голосом. Эмоцию нужно поймать за хвост до наступления гнева, вспышке.

Ребенку нужно научиться управлять эмоциями в момент вспышек гнева.

А как вы думаете, где самое большое мускульное напряжение в момент агрессии? Это челюсти и руки. Потому важно уловить момент нарастания агрессии по этим невербальным признакам и учить детей расслаблять именно эти мышцы. Например, мы не просто так повышаем голос, в момент возбуждения и чаще дышим. Таким образом, мы снимаем именно мышечное напряжение в челюсти. Кулаки тоже сжимаются практически рефлексивно. И надо пытаться их расслабить осознанно. Самый быстрый способ – это свободно помахать, потрясти руками, чередовать напряжение и расслабление рук в целом.

### **Эффективные пути взаимодействия с ребенком в момент гнева:**

- Ждать, когда ребенок успокоится
- Выслушать доводы ребенка, даже если взрослый с ними не согласен
- Выразить свои собственные эмоции ясно и спокойно. Используя способ «Я - сообщения».
- Предложить ребенку наилучшие пути выхода из сложившейся ситуации. А лучше не предлагать готовый выход из сложившейся ситуации, а предложить ребенку самому выбрать способ выхода, как бы он мог выйти из этой ситуации еще? Если ребенок не знает, как это сделать, тогда мы предлагаем ему несколько вариантов, что бы он мог выбрать из них сам.

### **Конструктивные способы выражения агрессии**

- ' Легализация («Обзывалки»)
- ' Канализация – этот метод направления энергии ребенка в нужные русла в нужный канал
- ' Обучение способам конструктивного выражения гнева
- 4 способа выражения гнева
- ' Прямо заявить о своих чувствах, давая выход отрицательным эмоциям;
- ' Выразить гнев в косвенной форме, вымещая на человеке или предмете;
- ' Сдерживать гнев, загоняя его внутрь;
- ' Задерживать негативную эмоцию до ее наступления.

Врачи, медицинские сотрудники нашей страны исследовали данный вопрос и пришли к выводам, что имеют право на существования 3 способа выражения гнева. Все кроме 3 способа – «сдерживать гнев, загоняя его внутрь». Именно 3 способ приводит к эмоциональным выгораниям, к

соматическим заболеваниями. Потому что, загоняя гнев внутрь, мы загоняем отрицательную энергию в себя.

Так же важно при работе с агрессивными детьми учить их саморегуляции.

- ' Секретный знак
- ' Игра «Замри»
- ' Игра «Смена ритма»
- ' Мешочек для крика

*Мультфильм антиагрессия*

«Человек обладает способностью любить, и если он не может найти применение своей способности любить, он способен ненавидеть, проявляя агрессию и жестокость. Этим средством он руководствуется как бегством от собственной душевной боли.» Эрих Фромм .

#### **Список литературы:**

1. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалки для родителей: Психокоррекция работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – СПб.: Издательство «Речь», 2007. – 136с.
2. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб.: Издательство «Речь», 2005. – 190 с.
3. Шапиро Е.И. Дерется, кусается, еще и обзывается! Психологическая помощь родителям агрессивных детей. – СПб.: Издательский Дом «Литера», 2013. – 48 с.

## **Упражнения для снятия агрессивности**

### **Релаксационные упражнения**

#### **Упражнение «Апельсин»**

Дети лежат на спине, голова чуть набок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Представить, что к правой руке подкатился апельсин, возьмите его в руку и начните выжимать из него сок (рука должна быть сжата в кулак ) «Разожмите кулачок , откатите апельсин. Затем апельсин подкатился к левой руке.

### **Упражнение «Воздушный шарик».**

Представьте, что вы надуваете воздушный шар. Положите руку на живот. Надувайте живот, будто это большой воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Сделайте спокойный вдох животом так, чтобы рукой почувствовать небольшое напряжение мышц. Плечи не поднимайте. Вдох – пауза, выдох – пауза. Вот как шарик надуваем! А рукою проверяем (вдох). Шарик лопнул, выдыхаем, Наши мышцы расслабляем.

### **Упражнение на снятие мышечного напряжения**

#### **Упражнение "ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ"**

Каждому участнику даётся "пыльная подушка". Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её "почистить".