

Памятка для родителей и педагогов



Если ребёнок агрессивный...

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

Признаки агрессивности:

- по темпераменту ребенок: вспыльчив, непокорен, непредсказуем;
- по характеру: самоуверен, недостаточно внимателен к чувствам окружающих, дерзок, проявляет негативизм.

Причины агрессивности:

- Нарушения эмоционально-волевой сферы:
 - неумение ребенка управлять своим поведением;
 - недостаточное усвоение ребенком общественных норм поведения, общения.
- Неблагополучная семейная обстановка:
 - отчуждение, постоянные ссоры, стрессы;

- нет единства требований к ребенку;
- ребенку предъявляются слишком суровые или слабые требования;
- физические (особенно жестокие) наказания;
- асоциальное поведение родителей;
- плохие жилищно-бытовые условия, материальные затруднения;
- Трудности обучения.
- Психологический климат в дошкольном учреждении.

Стратегия реагирования на агрессивное поведение:

- *помогите ребёнку выражать негативные эмоциональные состояния не гневом и враждебностью, а другими эмоциями и поведением;*
- *учите выплёскивать гнев в приемлемой форме;*
- *учите агрессивного ребёнка говорить словами о том, что ему нравится или не нравится;*
- *учите ребёнка выражать агрессию словами, а не физической агрессией;*
- *стремитесь использовать чувство юмора, объяснять ребёнку, склонному к агрессии, следующее: «Если кто-то на тебя лает, то не надо лаять (реагировать) в ответ».*

Стратегия на переключение состояния:

- Стимулируйте положительные эмоции у ребёнка с целью переключения с агрессивного состояния на иное.
- Используйте новизну, необычность, неожиданность игрового и неигрового поведения и действий с предметами, чтобы переключить ребёнка на неагрессивное поведение.

Стратегия на предупреждение агрессивных состояний:

- у ребёнка: не навешивайте ярлыки на агрессивного ребёнка: злой, забияка, драчун, вредина и более обидные;
- у взрослого: помните, что у вас есть много способов изменения поведения.

Рекомендации родителям и педагогам

- Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, показывая ребёнку личный (положительный) пример.

- Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
- Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
- Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть.
- Направьте его энергию в положительное русло (например, спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (ушу, пение, рисование, единоборства) 🌟
- Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
- Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.
- На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
- Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
- Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!».
- Предоставьте ребёнку возможность выплеснуть агрессивность в игре. Можно предложить ему следующие игры: подраться с подушкой; рвать бумагу; высказать свои отрицательные эмоции; поколотить стул надувным молотком; громко спеть любимую песню; налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом; пробежать несколько кругов вокруг дома или по коридору; покидать мяч об стену; устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
- Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, окриknите ребенка.

Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме.

Предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой (Например: «Если ты хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул»), а затем научите ребенка выражать свои чувства, переживания в словесной форме.

- «Ты сейчас чувствуешь себя победителем?», «Кому сейчас плохо, как ты думаешь?», «Тебе обидно?»
- Если агрессивный ребенок стал свидетелем того, как обидели другого ребёнка, то взрослый предлагает ему: «Давай его пожалеем!»
- «Тебе сейчас грустно?», «Ты злишься?», «Ты чувствуешь усталость и ни с кем не хочешь разговаривать?».



ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК ПРОЯВЛЯЕТ АГРЕССИЮ

ПОМОЖЕМ
ГУМАНИТАРНЫЙ ШТАБ
Фонд Рината Ахметова

Горячая линия
Гуманитарного Штаба Рината Ахметова:
0 800 50 9001
Бесплатно со стационарных и мобильных
телефонов по всей Украине



НЕЛЬЗЯ

- применять физические наказания
- передразнивать, насмехаться
- давать оценку личности ребенка, а не его поступку
- проявлять агрессию «в ответ» (угрожающая мимика, жесты, крик)
- сравнивать ребенка с другими детьми «А Маша никогда бы так не поступила»
- ругать и наказывать ребенка в присутствии посторонних людей
- требовать безоговорочного подчинения
- игнорировать агрессивное поведение ребенка



НУЖНО

- отразить чувства ребенка «Ты сейчас злишься»
- дать ребенку время успокоиться
- позволить ребенку высказаться, задавая проясняющие вопросы
- выяснить какое чувство стоит за агрессивным поведением (злость, обида)
- поделиться собственными чувствами «Я сержусь, когда со мной разговаривают в таком тоне»
- наедине с ребенком обсудить его поведение, избегая уничижительных фраз и приклеивания ярлыков
- научить ребенка, как проявлять агрессию социально приемлемым способом (поколотить подушку, постучать ногами, разорвать бумагу, устроить бой подушками)
- обсудить с ребенком всевозможные конструктивные способы поведения
- поиграть с глиной, песком, водой (это поможет снять напряжение)

