

## АГРЕССИВНОСТЬ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Часто приходится слышать от огорченных родителей: «Такой хороший был ребенок, а сейчас драчун! В детском саду только его и ругают!»

В последнее время довольно часто приходится иметь дело с детской агрессией.

Каждый из нас неоднократно сталкивался с проявлением детской агрессии. Ребенок плачет, капризничает, может наговорить нам немало неприятных слов, начать драться или кусаться. Почему это происходит? Ведь порой такое поведение беспричинное и безосновательное. Образ жизни, средства массовой информации, поведение взрослых очень способствуют формированию у ребенка такого способа поведения, когда он постоянно вынужден демонстрировать свою силу, нападать, кричать и ругаться.



### Что такое «агрессия»?

Агрессивный - злой, сердитый. Агрессия - это не эмоция, не повод и не установка. Агрессия - это модель поведения. Закладывается она еще в раннем детстве.

### Откуда берется агрессия?

- **Самый яркий пример поведения детям подают родители.**

Очень важно, как папа ведет себя дома, как он относится к маме, не позволяет ли мама во вспышках злости ссориться, кричать и при этом крушить все вокруг в присутствии ребенка.

Ссоры между родителями, ссоры родителей и ребенка, когда семья напоминает дремлющий вулкан готовый вспыхнуть в любую минуту, - все это также заставляет ребенка находиться в постоянном напряжении, его агрессия возникает как способ общения и выход из конфликта.



Когда ребенок не чувствует любви, у него складывается плохое мнение прежде всего о себе, у него снижается самооценка. И если все вокруг твердят, что он хулиган и непослушный, то ему ничего не остается, как вести себя в соответствии с тем, что о нем говорят: шалить, шуметь, ломать и бить все вокруг.

- **Недостаток внимания со стороны взрослого.**

Очень часто взрослые не догадываются, что их ребенку, чтобы получить внимание и любовь, сначала нужно за них побороться. То есть ребенок осознает: для того, чтобы завоевать внимание, следует сделать что-то такое,

что обязательно сработает. Если ребенок кричит, толкает игрушки вокруг, ругает всех, то это обязательно привлечет внимание.

- **Ощущение тревоги и страха нападения.**

Стимулируется она тем, что ребенок, скорее всего, неоднократно подвергался физическим наказаниям, унижениям, оскорблениям со стороны взрослого. К сожалению, многие родители пока еще и сами не умеют управлять собственным гневом. А лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения у детей является умение родителей владеть собой.

- **Агрессивному поведению дети могут учиться и в процессе общения со сверстникам.**

В дошкольном возрасте сила имеет особое значение, это своеобразный критерий лидерства. В детской группе сильный - значит главный. Особенно ярко это выражено у мальчиков.

- **Мультфильмы или компьютерные игры.**

Часто мы не задумываемся о вреде той или иной игры, в которую часами может играть наш ребенок, или сажаем ее перед телевизором, чтобы заняться своими делами, а в это время на экране демонстрируют совсем не детские и не полезны мультфильмы и передачи.

### **Как распознать агрессию у ребенка?**

Дошкольников можно назвать агрессивными, если они:

- Часто теряют контроль над собой;
- Часто спорят и ссорятся с окружающими;
- Отказываются выполнять просьбы взрослых;
- Могут намеренно вызывать у других чувство злости и раздражения;
- Обвиняют других в своих ошибках и неудачах (могут выливать свой гнев на неодушевленных вещах);
- Часто испытывают чувство злости, гнева и зависти;
- Не способны забыть об обиде, не отплатив должным образом;
- Становятся недоверчивыми и раздражительными.



## **Принципы общения с агрессивными детьми:**

- Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята;
- Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку или разорвать много бумаги, поиграть с водой либо с песком, поиграть с мячом или постучать карандашом по столу. И вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась;
- Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах;
- Пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы любите его, цените и принимаете его. Не стесняйтесь лишней раз его приласкать или пожалеть. Пусть ребенок видит, что он нужен вам и важен для вас.

## **СПОСОБЫ ВЫРАЖЕНИЯ (выплескивания) ГНЕВА :**

(Родителям это можно делать вместе с ребенком)

1. Громко спеть любимую песню.
2. Пометать дробы в мишень.
3. Попрыгать на скакалке.
4. Поколотить подушку.
5. Пускать мыльные пузыри.
6. Устроить «бой с боксерской грушей».
7. Полить цветы.
8. Быстрыми движениями руки почеркаться карандашом на листе бумаги.
9. Пробежать несколько кругов вокруг какого-либо предмета в доме или на улице.
10. Погонять мяч, поиграть в футбол.
11. Поприседать максимальное количество раз.
12. Сильно постучать карандашом по столу.



13. Устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет».



14. Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить, это важно!

15. Разорвать много бумаги, а затем ее выбросить, это важно!

16. Вылепить что-либо из пластилина, а затем сломать.

17. Поиграть с песком и мелкими игрушками.

Таким образом, **агрессивность - это внешнее проявление, прежде всего внутреннего дискомфорта.**

Старайтесь акцентировать внимание на положительных качествах ребенка и его успехах в преодолении трудностей (как внешних, так и внутренних), учите его этому. Попробуйте сделать все возможное, чтобы вернуть мальчику или девочке самоуважение и положительную самооценку. Если вашими обычными способами взаимодействия для достижения этой цели оказывается недостаточно, то можно использовать специальные игры.

Очень важно чувствовать своего ребенка, относиться к нему с пониманием. Помните, если он сердится, значит, у него что-то не так, это своеобразный сигнал о помощи. И задача, нас, взрослых, не наказывать, не оставлять в беде, а помочь и поддержать. Не проходите мимо, если видите разгневанного ребенка, ведь именно сейчас он больше всего нуждается в поддержке взрослого, он неспособен справиться самостоятельно.

Лучший способ избежать чрезмерной агрессивности в ребенке – проявлять к нему любовь.

Нет ребенка, который, чувствуя себя любимым, был бы агрессивным!

