

## 2. Обучение эффективным способам общения с ребенком:

- лекции;
- тренинги детско-родительских отношений;
- индивидуальные беседы;
- семинары и диспуты.

### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ С АГРЕССИВНЫМИ ДЕТЬМИ

#### «Эмоциональный словарь»

*Цель:* развитие эмоциональной сферы ребенка.

*Содержание:* перед детьми раскладывают набор карточек с изображением лиц в различных эмоциональных состояниях.

Ребенку предлагают ответить на вопрос: «Какие эмоциональные состояния изображены на карточках?». После этого ребенку предлагают вспомнить, когда он сам был в таком состоянии. Как он чувствовал себя в данном состоянии? Хотел бы он снова вернуться в это состояние? А может ли данное выражение лица отражать другое состояние человека? А в каких состояниях, которые изображены на карточках, можно еще пребывать? Давай их нарисуем. Все приведенные детьми примеры из жизни взрослых записывает на листе бумаги. Через три недели игру можно повторить, при этом можно сравнить те состояния ребенка, которые были характерны для него раньше и те, которые возникали недавно.

#### «Маленькое приведение»

*Цель:* научить в приемлемой форме выплеснуть накопившийся у агрессивного ребенка гнев.

*Инструкция:* «Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение: приподнять согнутые в локтях руки, пальцы растопырить и произносить страшным голосом звук «У-у-у!». Если я буду тихо хлопать, будете тихо произносить «У-у-у...», если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы – добрые привидения и хотим только слегка пошутить». В конце упражнения:

«Молодцы! Пошутили и достаточно. Давайте снова станем детьми!».

### КРИТЕРИИ АГРЕССИВНОСТИ (Схема наблюдений за ребенком)

*Инструкция:* Поставьте любой знак в графе «часто» или «редко» напротив каждого высказывания.

Ребенок	Часто	Редко
1. Теряет контроль над собой.		
2. Спорит, ругается с взрослыми.		
3. Отказывается выполнять правила.		
4. Специально раздражает людей.		
5. Винит других в своих ошибках.		
6. Сердится и отказывается сделать что-либо.		
7. Завистлив, мстителен.		
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.		

Предположить, что ребенок агрессивен можно лишь в том случае, если в течение не менее чем 6 месяцев в его поведении проявлялись хотя бы 4 из 8 перечисленных признаков.

Специалист:

МИХАЙЛОВА Лариса Владимировна - педагог-психолог высшей квалификационной категории, кандидат психологических наук

комитет образования и науки  
Курской области

Областное казённое учреждение для детей, нуждающихся в психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи

«Курский областной центр психолого-педагогического, медицинского и социального сопровождения»  
(ОКУ ЦППМСП)



Коррекция агрессивного поведения у детей  
(практические рекомендации  
специалистам)

Адрес: 305000, г. Курск, ул. Кирова, 7

Предварительная запись по тел. / факс (4712) 51-14-75



Агрессия – это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям (отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и т.д.).

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

Основные детерминанты агрессии: *социальные* (фрустрация, вербальное и физическое нападение, подстрекательство), *внешние* (жара, шум, теснота, загрязненный воздух), *индивидуальные* (личность, установки, гендер).

#### Виды агрессии:

1. Физическая агрессия (физические действия против кого-либо);
2. Косвенная агрессия:
  - а) направленная (сплетни, злобные шутки);
  - б) ненаправленная (крики в толпе, топание и т. д.);
3. Раздражение (вспыльчивость, грубость);
4. Негативизм (оппозиционная манера поведения);
5. Вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань и т.д.).

Коррекционную работу с агрессивными детьми целесообразно проводить в 4-х направлениях:

1. Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме;
2. Обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях;
3. Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях;
4. Формирование таких качеств, как эмпатия, доверие к людям и т. д.

*1. Обучение агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме. Основные способы выражения гнева (Вирджиния Н. Квинн):*

1. *Прямо* (вербально или невербально) заявить о своих чувствах, при этом давая выход отрицательным эмоциям.
2. Выразить гнев *в косвенной форме*, вымешая его на человеке или предмете, который представляется

разгневанному неопасным. Не отреагировав сразу, человек рано или поздно может почувствовать необходимость выплеснуть гнев из себя. Но не на того, кто вызвал это чувство, а на того, кто «подвернется» под руку, кто слабее и не сможет дать отпор. Такое выражение гнева получило название переноса.

3. Многие авторы считают, что одним из лучших способов выражения гнева является прямое высказывание своих чувств человеку, который стал источником гнева. Так, Р. Кэмпбелл советует выражать гнев прямо, словесно и в вежливой форме. Если же это невозможно, то лучше все же достигнуть примирения и взаимопонимания с партнером по общению. А чтобы гнев или обида не остались неотрагированными, можно поделиться своими чувствами с друзьями, родственниками и т.д.

К *позитивным способам выражения гнева* относятся:

- Умение направлять гнев на объект. При этом выражается основная жалоба, без уклонений в сторону.
- Вежливость в обращении.
- Стремление найти конструктивное решение.

*Сдерживать свой гнев*, «загоняя» его внутрь. В этом случае постепенно накапливающиеся отрицательные чувства будут способствовать возникновению стресса. Постоянное подавление гнева способствует развитию психосоматических расстройств (ревматический артрит, крапивница, псориаз, язва желудка, мигрень, гипертония и др.).

*Задерживать негативную эмоцию* до момента ее наступления, не давая ей возможности развиться, при этом человек пытается выяснить причину гнева и устранить ее в кратчайший срок.

Маленьких детей, которые не всегда могут вербализовать свои мысли и тем более чувства, рекомендуется обучать другому способу выражения гнева – *переносу чувств на неопасные объекты*. Для этого в арсенале взрослого должны иметься резиновые игрушки, поролоновые мячи, мишень с дротиком, «стаканчик для крика», кусок мягкого бревна, молоток и гвозди, спортивный инвентарь и т.д. Все эти предметы нужны для того, чтобы ребенок не направлял гнев на людей, а переносил его на

неодушевленные предметы, выплескивал его в игровой форме.

#### 2. Обучение детей приемам саморегуляции, самообладания

Агрессивным детям зачастую свойственны мышечные зажимы, особенно в области лица и кистей рук. Поэтому для данной категории детей будут полезны любые релаксационные упражнения. В процессе коррекционной работы можно говорить с ребенком о том, что такое гнев и каковы его разрушительные действия, можно объяснить ребенку, каким злым и некрасивым становится человек в порыве гнева. Поэтому важно работать над собой, управлять и владеть своими отрицательными эмоциями.

#### 3. Отработка навыков общения

Агрессивные дети иногда проявляют агрессию лишь потому, что не знают других способов выражения своих чувств. Задача взрослого – научить их выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами. С этой целью можно в группе обсудить с детьми наиболее часто встречающиеся конфликтные ситуации. Такие беседы помогут ребенку расширить поведенческий репертуар – набор способов реагирования на определенные события.

Другим приемом работы с агрессивными детьми может стать *ролевая игра*.

#### 4. Формирование позитивных качеств личности

Развивать эмпатию и формировать другие качества личности можно во время совместного чтения взрослого и ребенка. Обсуждая прочитанное, взрослый поощряет выражение ребенком своих чувств. Кроме этого, очень полезно сочинять с ребенком сказки, истории.

### РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ АГРЕССИВНОГО РЕБЕНКА

1. *Информирование* (что такое агрессия, каковы причины ее появления, чем она опасна для ребенка и окружающих):

- лекции;
- наглядная информация;
- сообщения на родительских собраниях.