Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа а.Инжичишхо имени Дерева С.Э.»

 **Беседа.**

**«Девиантное поведение. Агрессия детей:**

**ее причины и предупреждение.»**

**6-9 классы**

 **Педагог-психолог:**

 **Разова Радима А.**

**Девиантное поведение. Агрессия детей:**

**ее причины и предупреждение.**

**Агрессия** – **это** мотивированное деструктивное **поведение**, которое противоречит нормам и правилам существования людей в обществе, наносит вред объектам нападения (одушевленным и неодушевлённым), приносит физический и моральный ущерб людям, вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.).

Отклоняющимся (девиантным) поведением принято называть социальное поведение, не соответствующее установившимся в данном обществе нормам.

Отклонения в поведении детей могут быть обусловлены следующими группами причин:

А) социально-педагогической запущенностью, когда ребенок ведет себя неправильно в силу своей невоспитанности, отсутствия у него необходимых позитивных знаний, умений, навыков;

Б) глубоким психическим дискомфортом, вызванным неблагополучием семейных взаимоотношений, отрицательным психологическим микроклиматом в семье, систематическими учебными неуспехами, несложившимися взаимоотношениями со сверстниками в коллективе класса, неправильным (несправедливым, грубым, жестоким) отношением к нему со стороны родителей и т.д.;

В) отклонениями в состоянии психического и физического здоровья и развития, акцентуациями характера и другими причинами физиологического и психоневрологического свойства;

Г) отсутствием условий для самовыражения, разумного проявления внешней и внутренней активности; незанятостью полезными видами деятельности.

Агрессия детей является одним из видов девиантного поведения. Что же такое агрессия? В основном под агрессией понимается вредоносное поведение, которое может выступать средством достижения какой-нибудь цели, способом удовлетворения потребности в самоутверждении или же выступать в качестве защитной реакции.

Одна из важнейших причин проявления агрессии связана с тем, как строятся взаимоотношения в семье. Семейное воспитание играет важнейшую роль в том, как будут складываться взаимоотношения ребенка с окружающими, научится ли он контролировать свое поведение, подавлять свою агрессию. Однако не все родители это осознают.

Подчас родители не догадываются, что сами подталкивают своих детей к проявлению агрессии. Родители могут наказывать детей за плохое поведение и поощрять за хорошее. Но нередко, наказывая за плохое поведение, мать или отец сами становятся образцом агрессивного поведения. Прежде, чем наказывать ребенка, проанализируйте, как вы с ним общаетесь. Обратите внимание на такие вещи: каким блюдам отдается предпочтение в вашей семье, есть ли у вас ограничения на просмотр телепередач и фильмов? Многие удивятся: какое это имеет отношение к проявлению агрессии? Оказывается, имеет! Частое употребление в пищу острых и мясных блюд, чрезмерное потребление соли приводит к большей агрессивности, а овощная и фруктовая диета, напротив, успокаивает нервную систему. Отсутствие ограничения на просмотр телепередач также оказывается неблагоприятным фактором. Согласно исследованиям российских ученых, ребенок, проводящий у телевизора всего лишь два часа в день, в среднем видит 17 актов агрессии, что он и будет пытаться воспроизвести в своей жизни. Поэтому родителям надо контролировать, как организован досуг ребенка.

Нам приходилось сталкиваться с разными семьями. Особую тревогу вызывают так называемые неблагополучные, где семейное воспитание как таковое вовсе отсутствует. В таких семьях дети испытывают недостаток общения, у них возникает страстное желание привлечь к себе внимание любыми средствами, включая и грубое, агрессивное поведение.

Не менее трудно работать и с теми семьями, в которых родители проявляют чрезмерную заботу о ребенке: ему многое прощается, все его поступки высоко оцениваются, щедро поощряются. Оберегая ребенка от неизбежных жизненных трудностей, родители тем самым лишают его воли, самостоятельности; у таких детей формируется, как правило, завышенная самооценка. Сталкиваясь с внешним миром, общаясь со сверстниками и не получая при этом повышенного внимания и всеобщего одобрения, к которым привыкли в семье, такие дети испытывают серьезные переживания; нередко, требуя признания своей ценности, конфликтуют, агрессивно относятся к окружающим.

Причины появления агрессии у детей могут быть самыми разными. Возникновению агрессивных качеств способствуют некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга. Огромную роль играет воспитание в семье, причём с первых дней жизни ребёнка.

Исследования доказали, что в тех случаях, когда ребёнка резко отлучают от груди, и общение с матерью сводят к минимуму, у детей формируются такие качества, как тревожность, подозрительность, жестокость, эгоизм.

И наоборот, когда в общении с ребёнком присутствуют мягкость, ребёнок окружён заботой и вниманием, эти качества не вырабатываются

На становление агрессивного поведения большое влияние оказывает характер наказаний, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего чада. В таких ситуациях могут быть использованы 2 метода воздействия: либо снисходительность, либо строгость. Как ни парадоксально, агрессивные дети одинаково часто встречаются и у слишком мягких родителей, и у чрезмерно строгих.

Если родители вовсе не обращают внимание на агрессивные реакции ребенка, то он скоро начинает считать, что такое поведение дозволено, и одиночные вспышки гнева незаметно перерастают в привычку действовать агрессивно.

Только родители, которые могут находить разумный компромисс, “золотую середину”, могут научить своих детей справиться с агрессией.

Почти в каждом коллективе детей встречается хотя бы один с признаками агрессивного поведения. Он нападает на остальных, обзывает их, намеренно употребляет грубые выражения, т.е. становится «грозой» всего коллектива. Этого ребенка трудно принять таким, какой он есть, а еще труднее понять.

Однако, агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому, что агрессия – прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.

Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Агрессивный ребенок, используя любую возможность, стремится разозлить маму, учителя, сверстников; он не успокоится до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку.

Родителям и педагогам не всегда понятно, чего добивается ребёнок и почему он ведёт себя так, хотя заранее знает, что со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых – наказание.

В действительности, это порой лишь отчаянная попытка завоевать своё “место под солнцем”.

Ребенок не имеет представление, как другим способом можно бороться за выживание в этом странном и жестоком мире, как защитить себя.

Агрессивные дети часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину на других. Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность, они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь, боятся их.

**Как выявить агрессивного ребенка?**

Агрессивные дети нуждаются в понимании и поддержке взрослых, поэтому главная наша задача заключается не в том, чтобы поставить «точный» диагноз, а в оказании посильной и своевременной помощи ребенку.

Психологами разработаны критерии определения агрессивности, которые можно применить как схему наблюдения за ребёнком.

**Выделяются следующие критерии определения агрессивности:**

Ребенок:

1.Часто теряет контроль над собой.

2.Часто спорит, ругается с взрослыми.

3.Часто отказывается выполнять правила.

4.Часто специально раздражает людей.

5.Часто винит других в своих ошибках.

6.Часто сердится и отказывается сделать что-либо.

7.Часто 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 перечисленных признаков.

**Как помочь агрессивному ребенку?**

**Часто дети поступают агрессивно потому, что не знают, как поступить иначе. Работа с данной категорией детей должна проводиться в 3-х направлениях:**

1.Работа с гневом. Обучение агрессивных детей приемлемым

способам выражения гнева.

2.Обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.

3. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию.

**Работа с гневом.**

Человек, постоянно подавляющий свой гнев, более подвержен риску психосоматических расстройств. По мнению американского психолога Холста, невыраженный гнев может стать одной из причин таких заболеваний как ревматический артрит, крапивница, псориаз, язва желудка, мигрень, гипертония и др.

Именно поэтому от гнева необходимо освобождаться. Конечно, это не означает, что всем дозволено драться и кусаться. Просто мы должны научиться сами и научить детей выражать гнев приемлемыми, неразрушительными способами.

Поскольку чувство гнева чаще всего возникает в результате ограничения свободы, то в момент наивысшего “накала страстей” необходимо разрешить ребенку сделать что-то, что, может быть, обычно и не приветствуется нами. Причем тут многое зависит оттого, в какой форме – словесной или физической – выражает ребенок свой гнев.

Например, в ситуации, когда ребенок рассердился на сверстника, и обзывает его, можно вместе с ним нарисовать обидчика, изобразить его в том виде и в той ситуации, в которой хочется “оскорбленному”. Если ребенок умеет писать, можно позволит ему подписать рисунок так, как он хочет, если нё умеет – сделать подпись под его диктовку. Безусловно, подобная работа должна проводиться один на один с ребенком, вне поля зрения соперника. Этот метод работы со словесной агрессией рекомендует В.Оклендер в своей книге “Окна в мир ребенка”.

Как показывает практика, не высказав всего, что накопилось в душе и на языке, ребенок не успокоится. Скорее всего, он будет выкрикивать оскорбления в лицо своему “врагу”, провоцируя его на ответную брань. привлекая все новых и новых “зрителей”. В результате конфликт двоих детей перерастет в общегрупповой или даже в жестокую драку.

Еще один способ помочь детям выразить вербальную агрессию – поиграть с ними в игру “Обзывалки”.

Опыт показывает, что у детей, получивших возможность выплеснуть негативные эмоции, а вслед за этим услышавших что-то приятное о себе, уменьшается желание действовать агрессивно.

**Агрессивным детям предлагаются следующие игры:**

**«Обзывалки»**

**Цель:**снять словесную агрессию, помочь ребенку выплеснуть гнев в приемлемой форме.

«Когда накаляется обстановка, можно заранее договориться называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, гибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: «А ты,…, морковка!» В заключении игры обязательно следует сказать что-нибудь приятное, например: «А ты,…, солнышко!»

Также помочь детям доступным способом выразить гнев, может так называемый «**Мешочек для криков**»: когда закипает гнев, можно подойти к «Мешочку для криков» и как можно громче покричать в него. Таким образом, он «избавляется» от своего крика.

Однако далеко не всегда дети ограничиваются (словесной) реакцией на события. Очень часто импульсивные дети сначала пускают в ход кулаки, а уж потом придумывают обидные слова. В таких случаях нам также следует научить детей справляться со своей физической агрессией.

Видя, что дети распетушились и уже готовы вступить в бой можно мгновенно отреагировать и организовать, к примеру, спортивные соревнования по бегу, прыжкам, метанию мячей.

**Обучение навыком распознавания и контроля негативных эмоций.**

Следующим очень ответственным и не менее важным направлением является обучение навыкам распознавания и контроля негативных эмоций. Далеко не всегда агрессивный ребенок признается, что он агрессивный.

Более того, в глубине души он уверен в обратном: все вокруг агрессивны.

К сожалению, такие дети не всегда могут адекватно оценить свое состояние, а тем более состояние окружающих.

Как уже отмечалось выше, эмоциональный мир агрессивных детей очень скуден. Они с трудом могут назвать всего лишь несколько основных эмоциональных состояний, а о существовании других они даже не предполагают. Нетрудно догадаться, что в этом случае детям сложно распознать свои и чужие эмоции.

Для того чтобы дети могли верно, оценивать свое состояние, а в нужный момент и управлять им, необходимо научить каждого ребенка понимать себя, и, прежде всего – ощущения своего тела.

Сначала можно потренироваться перед зеркалом: пусть ребенок скажет, какое настроение у него в данный момент и что он чувствует. Дети очень чутко воспринимают сигналы своего тела и с легкостью описывают их. Например, если ребенок злится, он чаще всего определяет свое состояние так: “Сердце колотится, в животе щекота, в горле кричать хочется, в пальцах на руках как будто иголки колют, щекам горячо ладошки чешутся и т.д.”. Мы можем научить детей точно оценивать эмоциональное состояние, и, значит, вовремя реагировать на сигналы, которые подает нам тело.

Таким образом, ребенок, если он верно “расшифрует послание своего тела, сам сможет понятъ: “Мое состояние близко к критическому. Жди бури”.

А если ребенок к тому же знает несколько приемлемых способов выплескивания гнева, он может успеть принять правильное решение, тем самым, предотвратив конфликт.

В книге К. Фопеля “Как научить детей сотрудничать” приводиться игра

“**Камушек в ботинке”.**

В эту игру полезно играть, когда ребёнок обижен, сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ребенку заниматься делом, когда назревает конфликт.

Игра проходит в два этапа.

**1 этап (подготовительный).**

“Случалось ля, что вам в ботинок попадал камушек? Сначала камушек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть это, найти удобное положение для ноги, но постепенно нарастает боль и неудобство, может даже появиться ранка или мозоль. И тогда, даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок вытряхивать камушек. Он почти всегда совсем крошечный, и мы даже удивляемся, как такой маленький предмет смог причинить нам такую большую боль. Нам-то казалось, что там огромный камень с острыми, как лезвие бритвы, краями”. Далёе вы говорите ребёнку: “Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а, придя, домой, просто снимали ботинки?”

Тогда в освободившейся от ботинка ноге боль стихала, происшествие забывалось. Но наутро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Боль, причем, более сильная, чем накануне, обида, злость – вот такие чувства испытывают, обычно дети. Так маленькая проблема становится большой неприятностью.

**2 этап.**

“Когда мы сердимся, чем-то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорей всего, возникнут проблемы, и немалые.

Поэтому всем людям – и взрослым, и детям – полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят.

Далее вы говорите: “Давайте договоримся: если кто-то из “вас скажет: “У меня камушек в ботинке”, мы все сразу поймем, что им что-то мешает, и сможем поговорить обэтом. Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какое-то неудовольствия, чего-то такое что мешало бы вам. Если чувствуете, скажите нам, например: “У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег стукнул меня портфелем”. Расскажите, что вам еще не нравится. Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: “У меня нет камушка в ботинке”. Вместе оговариваете способ, как можно избавиться от “камешка” Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем имеют потребность рассказывать о своих проблемах.

Игра “Камушек в ботинке” особенно полезна для тревожных детей,

Когда ребенок научится распознавать собственные эмоции и говорить о них, можно перейти к следующему этапу работы.

**Формирование способности к эмпатии, доверию сочувствию, сопереживанию.**

Агрессивные дети, как правило, имеют низкий уровень эмпатии.

***Эмпатия*** – это способность чувствовать состояние другого человека, умение вставать на его позицию.

Агрессивных же детей чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо.

Считается, что если агрессор сможет посочувствовать “жертве”, агрессия в следующий раз будет слабее.

Научившись сопереживать окружающим людям, агрессивный ребенок сможет избавиться от подозрительности и мнительности которые доставляют так много неприятностей и самому “агрессору и тем, кто находится с ним рядом.

Как следствие – научится брать на себя ответственность за совершенные им действия, а не сваливать вину на других.

Правда, взрослым, работающим с агрессивным ребенком, тоже не помешает избавиться от привычки обвинять его во всех смертных грехах. Например, если ребенок швыряет в гневе игрушки, можно, конечно, сказать ему: “Ты – негодник! От тебя одни проблемы. Ты всегда мешаешь всем!”

Но вряд ли такое заявление снизит эмоциональное напряжение “негодника”. Наоборот, ребенок, который и так уверен, что он никому не нужен и весь мир настроен против него, обозлится еще больше.

В таком случае гораздо полезнее сказать ребенку о своих чувствах, используя при этом местоимение “я”, а не “ты”. Например, вместо: “Ты, почему не убрал игрушки?”, можно сказать: “Я расстраиваюсь, когда игрушки разбросаны”.

Другими словами, мы обращаемся к технологии “Я – сообщение”

Таким образом, вы ни в чем не обвиняете ребенка, не угрожаете ему, даже не даете оценки его поведению. Вы говорите о себе, о своих ощущениях. Как правило, такая реакция взрослого сначала шокирует ребенка, ожидающего града упреков в свой адрес, а затем вызывает у него чувство доверия.

Как же вести себя тем родителям, которые обеспокоены, что их ребенок проявляет агрессивность? Конечно, терпеть грубость собственного ребенка очень трудно. Так и хочется дать грубияну достойный отпор и поставить его на место. Но будет ли от этого польза? Постарайтесь быть мудрее: избегайте конфликтов, чтобы не провоцировать своего ребенка. В этом могут помочь **следующие правила.**

**Никаких нотаций!** Изменить свой стиль общения: перейти на спокойный, вежливый тон, отказаться от категорических оценок и суждений. Помнить: ребенок имеет право на собственные взгляды.

**Идти на компромисс**. Еще никому ничего не удалось доказать с помощью скандала! Помните: уступает тот, кто умнее. Чтобы скандал прекратился, кто-то должен замолчать первым. Взрослому это сделать легче, чем ребенку с его неустойчивой психикой.

**Не надо обижать!**Прекращая ссору, не стремитесь сделать ребенку больно с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверью.

Быть твердыми и последовательными. Бороться с агрессивностью нужно терпением. Это самая большая добродетель, какая может быть у родителей и учителей.