



Уполномоченный
по правам ребенка
в Астраханской области



Прокуратура
Астраханской области

КАК ПОЛАДИТЬ С АГРЕССИВНЫМ РЕБЕНКОМ

Памятка для родителей



Астрахань 2019

Уважаемые родители!

Бытует представление, что агрессивные дети обычно вырастают в семьях, где ими мало интересуются, предпочитают физическое наказание терпеливому объяснению.

Наказание эффективно лишь тогда, когда оно адекватно поступку, последовательно и сопровождается доброжелательным, терпеливым объяснением правил поведения. В качестве наказания могут быть использованы лишение поощрений, временная изоляция от сверстников, а не физическое наказание и демонстрация враждебного отношения.

В этом случае детская агрессия является обратной стороной незащитности.

Незащищенность порождает страх. Стараясь справиться со своими страхами, ребенок прибегает к защитно-агрессивному поведению.



Несмотря на развитие современного общества, уровень агрессивности в нем не уменьшается. Жители нашей страны уверены, что агрессивность в российском обществе возросла, появились новые формы насилия, в том числе психологического. В России, согласно статистике, каждый четвертый ребенок подвергается травле — в школе, в обществе сверстников. Буллинг, троллинг ... Все это — травля в разных видах, под разными «масками». Все это — насилие над неокрепшей психикой ребенка.

У буллинга в последнее время появилось новое направление — кибербуллинг. Это травля и унижение с помощью мобильных телефонов, социальных сетей, других электронных устройств. Есть еще и термин киберпреследование — это электронная форма традиционного преследования.

С развитием информационных технологий, массовым вовлечением детей в интернет-пространство, отсутствием системы защиты детей от внешних угроз, занятостью родителей и низким уровнем их компетенций по воспитанию детей — создаются благоприятные условия для развития кибербуллинга.

Травля редко бывает результатом личной мести. Чаще всего причиной такого поведения со стороны зачинщика выступает стремление выделиться за счет других и самоутвердиться в коллективе, объединить вокруг себя одноклассников, почувствовать себя значимым. В роли зачинщика травли чаще всего выступают:

активные дети, претендующие на роль лидера в классе, дети, которые стремятся любой ценой быть в центре внимания, высокомерные и эгоцентричные дети, которые привыкли относиться к окружающим с чувством превосходства, дети, не склонные к компромиссам.

Поэтому немаловажно еще на ранних этапах развития ребенка распознать агрессивность в ребенке, помочь ему избавиться от агрессии, научить моделям поведения в обществе, которые позволят наладить отношения со сверстниками, чувствовать себя комфортно.

Что же понимается под агрессивностью в человеке, ребенке?

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

Если агрессия – это действие, то агрессивность – готовность к совершению таких действий.

Агрессивная реакция – складывается из неудовлетворенности основных потребностей ребёнка, протеста, возникающего при попытке ребёнка изменить положение вещей. В тех случаях, когда ребёнка отлучают от груди и общение с матерью сводят к минимуму, у детей формируются такие качества, как тревожность, подозрительность, жестокость, агрессивность, эгоизм. И наоборот, когда в общении с ребенком присутствует мягкость, ребёнок окружен заботой и вниманием, эти качества не вырабатываются.

Проявления детской агрессии связаны, в том числе со стилями воспитания в семье. Если ребенка строго наказывать за любое проявление

агрессивности, то он научится скрывать свой гнев в присутствии родителей, но это не гарантирует подавления агрессии в любой другой ситуации.

Пренебрежительное, попустительское отношение взрослых к агрессивным вспышкам ребенка также приводит к формированию у него агрессивных черт личности. Дети часто используют агрессию и непослушание для того, чтобы привлечь к себе внимание взрослого. Если родители ведут себя неуверенно и постоянно колеблются при принятии каких-либо решений, то это тоже провоцирует вспышку гнева.

Когда родители не обращают внимания на агрессивные реакции своего ребенка, то такое поведение незаметно перерастает в привычку действовать агрессивно.

Только родители, которые умеют находить разумный компромисс, «золотую середину», могут научить своих детей справляться с агрессией.

Если вы, как родитель, считаете, что ваш ребёнок не более агрессивен, чем остальные дети, то можете воспользоваться специальной анкетой, разработанной для воспитателей, и самостоятельно определить уровень агрессивности вашего ребенка.

Критерии агрессивности (схема наблюдения за ребенком)

Ребёнок:

1. Часто теряет контроль над собой.
2. Часто спорит, ругается со 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 ребёнок 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.



Критерии агрессивности у ребёнка

1. Временами кажется, что в него вселился злой дух.
2. Он не может промолчать, когда чем-то недоволен.
3. Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.
4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.
5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что-то разбивает, потрошит.
6. Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.
7. Он не прочь подразнить животных.
8. Переспорить его трудно.
9. Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает.
10. Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.
11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все наоборот.
12. Часто не по возрасту ворчлив.
13. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.
14. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.
15. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виноватых.
16. Легко ссорится, вступает в драку.
17. Старается общаться с младшими и физически

более слабыми.

18. У него нередко приступы мрачной раздражительности.

19. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.

20. Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.

Высокая агрессивность – 15 – 20 баллов.

Средняя агрессивность – 7 – 14 баллов.

Низкая агрессивность – 1 – 6 баллов.



Лучший способ избежать чрезмерной агрессивности в ребёнке – проявить к нему любовь. Нет ребёнка, который, чувствуя себя любимым, был бы агрессивным.

Родители, помните!

1. Одобряйте то поведение ребёнка, которые вы сами оцениваете, как благородное, доброе, достойное, не одобряйте агрессивное поведение, направленное на человека, животное.
2. Определите границы дозволенного. Если ребёнку позволено всё, то он и будет себе многое позволять.
3. Не применяйте физические наказания.
4. Дети во многом подражают родителям. Подавайте хороший пример. Если вы будете требовать от ребёнка одно, а сами вести себя противоположным образом, дитя вас просто не слушает.
5. Пресекайте любые проявления агрессивного поведения.
6. Давайте возможность ребёнку «выпустить пар», (подеритесь подушками, порвите бумагу, поиграйте в подвижные игры).
7. Обучите агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме. Научите детей прямо говорить о своих чувствах, при этом давая выход отрицательным эмоциям.
8. Проанализируйте внутрисемейные отношения, поведение ребёнка – зеркальное отражение атмосферы в семье.
9. Не прикасайтесь к ребёнку в тот момент, когда вы злы на него, в таких ситуациях лучше уйти в другую комнату. Чтобы полностью установить контроль над собой, двигайтесь медленнее, не делайте резких движений, не кричите и не хлопайте дверью.

10. Проследите за тем, чтобы агрессивное поведение не поощрялось окружающими (например, другими членами семьи), чтобы ребёнок не получал видимой выгоды от агрессии (например, силой отобрал игрушку у другого и с удовольствием играет ею, не обращая внимания на огорчение обиженного и не получив негативной оценки своего поведения со стороны взрослых).

11. Не допускайте бесконтрольного просмотра телепередач, видеофильмов, т.к. даже некоторые мультфильмы имеют высокий уровень сознательной и подсознательной агрессии.

12. Не допускайте чрезмерного увлечения играми на компьютере, компьютерной приставке, выбирайте видеоигры без элементов насилия, агрессии.

13. Объясняйте ребёнку, что помимо агрессивных действий есть множество способов разрешения любых конфликтов (при этом рассказы подкрепляйте собственным поведением).

14. Обучите ребенка навыкам распознавания и контроля негативных эмоций.

15. Не прибегайте к строгим мерам воздействия, так как ответом на них будут непослушание и агрессивное поведение.

16. Не давайте обещаний, которые вы не в состоянии выполнить.

17. Пусть ребёнок чувствует, что вы любите его даже в самые трудные моменты жизни.

18. Будьте спокойными: раздраженный или агрессивно настроенный родитель – плохой воспитатель.

19. Окружите ребёнка спокойной обстановкой.
20. Старайтесь соблюдать режим дня.
21. Больше общайтесь с вашим ребёнком, гуляйте, играйте, читайте ему.
22. Самое главное: учите детей **ЛЮБИТЬ окружающий Мир!**



Следуя вышеуказанным рекомендациям, вы поможете ребёнку избавиться от агрессии, что позволит ему наладить отношения со сверстниками и чувствовать себя комфортно.

Подсказки для родителей. Как поладить с агрессивным ребенком.

Содержание	Пути выполнения
Наладьте взаимоотношения со своим ребёнком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно.	Слушайте своего ребёнка. Проводите вместе с ним как можно больше времени. Делитесь с ним своим опытом. Рассказывайте ему о своем детстве, о детских победах и неудачах. Уделяйте внимание каждому ребёнку в отдельности.
Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса и вас легко вывести из равновесия.	Отложите или отмените вовсе совместные дела с ребёнком. Старайтесь не прикасаться к ребёнку в минуты раздражения.
Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии.	Говорите детям прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях: «Я очень расстроена, хочу побыть одна. Поиграй, пожалуйста, в соседней комнате», или «Дела на работе вывели меня из себя. Через несколько минут я успокоюсь, а сейчас, пожалуйста, не трогай меня».
В те минуты, когда вы расстроены или разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить.	Примите теплую ванну, душ. Выпейте чая. Позвоните друзьям. Сделайте «успокаивающую» маску для лица. Просто расслабьтесь, лежа на диване, послушайте музыку.

Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев.	Не давайте играть вещами, которыми вы дорожите. Уберите их. Не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать наступление собственного эмоционального срыва и не допускайте этого, управляя собой и ситуацией.
К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь предусмотреть всевозможные нюансы и подготовить ребёнка к предстоящим событиям.	Изучайте силы и возможности вашего ребенка. Если вам предстоит визит (например, к врачу), отрепетируйте все загодя. Если ребенок капризничает, когда он голоден, продумайте, как накормить его во время длительной поездки. Если вы идете на прогулку, то еще до выхода обговариваете, до которого часа будете отдыхать, сколько денег в распоряжении ребёнка и на что он может их потратить.
Если ребёнок просит вас поиграть с ним, уделить ему внимание, а вы в данный момент не можете этого сделать (к примеру, готовите ужин), не раздражайтесь.	Покажите ему, насколько вы заняты и объясните, почему не можете выполнить его просьбу: «Ты хочешь, чтобы я поиграла с тобой? Малыш, мама тебя очень сильно любит, но мне нужно приготовить ужин. Пожалуйста, поиграй сегодня один».
Проявляйте любовь к ребёнку в любой	Нельзя допускать высказываний наподобие

ситуации.	следующих: «Если ты себя так поведешь..., то мама с папой тебя больше любить не будут!».
Старайтесь разговаривать с ребенком на «языке принятия», а не категоричным тоном, не допускайте оскорблений в ответ на отказ ребёнка: идти спать, делать уроки, убираться в комнате и т.д.	Спокойно скажите: «Аа, наверное, тебе хочется еще поиграть, но уже поздно. Сколько времени тебе надо, чтобы подготовиться ко сну? или «Ты сядешь, сделаешь уроки сейчас или через 15 минут?», «Мне бы очень хотелось, чтобы ты был более независимым и убирал комнату тогда, когда это надо, а не тогда, когда тебе напоминают».



Стили родительского воспитания (в ответ на агрессивные действия ребёнка)

Стратегия воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребёнка.	«Прекрати!», «Не смей так говорить». Родители наказывают ребёнка.	Агрессивный (ребёнок может прекратить сейчас, но выплеснет свои отрицательные эмоции в другое время и в другом месте).	Ребёнок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения.
Игнорирование агрессивных вспышек ребёнка.	Родители делаю вид, что не замечают агрессии ребёнка или считают, что ребёнок еще мал.	Агрессивный (продолжает действовать агрессивно).	Ребёнок думает, что делает все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются как черта характера.
Родители дают ребёнку возможность выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной	Если родители видят, что ребёнок разгневан, они могут вовлечь его в игру, которая	Скорее всего, ребёнок научится управлять своим гневом.	Ребёнок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих

форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим.	снимает его гнев. Родители объясняют ребёнку, как надо вести себя в определённых ситуациях.		тактичных родителей.
---	---	--	-------------------------

***Терпения Вам и удачи,
Уважаемые родители!***

*Если Вы нуждаетесь в помощи
или хотите знать больше о правах ребенка*

П Р И Х О Д И Т Е

**к Уполномоченному по правам ребенка в
Астраханской области:**

на личный прием каждый четверг с 14:00 до 17:30
по адресу: г. Астрахань, ул. Советская 12, каб. 117

в прокуратуру Астраханской области:

на личный прием каждую пятницу с 09:00 до 17:00
по адресу: г. Астрахань, Набережная Приволжского
затона, 13/1, каб. 112, или в районные прокуратуры
Астраханской области.

**детский телефон доверия
для детей и их родителей, оказавшихся в
трудной жизненной ситуации:**

8 800 2000 122