Добрый день уважаемые родители!

Сегодня наша встреча посвящена беседе об агрессивном поведении детей. Проблема агрессивного поведения очень актуальна в наше сложное время. Проблемы, которые возникают на работе, в быту влияют на наше поведение. Мы становимся нервными, раздражительными и все это сказывается на наших детях. Что же это такое агрессия? Что влияет на агрессивность? Как можно этого избежать? Как научиться владеть собой? Давайте попробуем ответить на эти вопросы.

Итак, 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.) (Психологический словарь, 1997г.)

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

Агрессия, как правило, не возникает неожиданно. Она может проявиться в результате различных межличностных взаимодействий, провокаций.

Различные особенности среды, в которой находится человек, также повышают или снижают вероятность возникновения агрессивных действий. Например, в помещении, где имеются резкие неприятные запахи, табачный дым и т.д., уровень агрессивности будет выше, чем в хорошо проветренной комнате.

Э. Фромм считает, что существует два вида агрессии: «доброкачественная» и «злокачественная». Первая появляется в момент опасности и носит оборонительный характер. Как только опасность исчезает, затухает и данная форма агрессии. «Злокачественная» агрессия представляет собой жестокость и деструктивность и бывает спонтанной и связанной со структурой личности.

А. Басс и А. Дарки выделяют 5 видов агрессии, которые схематично можно изобразить следующим образом:

Агрессия

Физическая агрессия (физические действия против кого-либо)	Раздражение (вспыльчивость, грубость)	Вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань и .д.)

Косвенная агрессия

Направленная (сплетни, злобные шутки)	Ненаправленная (крики в толпе, топанье и т.д.	Негативизм (оппозиционная манера поведения)

Все эти виды агрессии можно наблюдать у людей всех возрастов, а иногда они проявляются с самого раннего детства. На становление агрессивного поведения ребенка оказывают влияние многие факторы, например, проявлению агрессивных качеств могут способствовать некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга, а также различные социальные факторы.

В настоящее время появляется все больше научных исследований, подтверждающих тот факт, что сцены насилия, демонстрируемые в кино или на экранах телевизоров, способствуют повышению уровня агрессивности зрителей.

Постоянный, регулярный просмотр данной программы способствует возрастанию уровня агрессивности у детей.

Существует также непосредственная связь между проявлениями детской агрессивности и стилями воспитания в семье. Отмечают, что если ребенка строго наказывать за любое проявление агрессивности, то он учится 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. Малыши, родители которых отличаются чрезмерной уступчивостью, неуверенностью, а иногда и беспомощностью в воспитательном процессе, не чувствуют себя в полной безопасности и также становятся агрессивными. Неуверенность и

колебание родителей при принятии каких-либо решений провоцируют ребенка на капризы и вспышки гнева, с помощью которых дети могут влиять на дальнейший ход событий и при этом добиваться своего.

Для того чтобы устранить нежелательные проявления агрессии у ребенка, в качестве профилактики родители должны больше уделять времени своим детям, стремиться к установлению теплых отношений с ними, а на определенных этапах развития сына или дочери проявлять твердость и решительность.

В арсенале взрослых есть следующие основные способы контроля поведения ребенка:

- ***негативные способы***: наказания, приказы;
- ***нейтральные способы***: модификация поведения;
- ***позитивные способы***: просьба, мягкое физическое манипулирование.

Просьбы и дружеские обращения к ребенку не всегда бывают эффективны при взаимодействии с ним. Например, нет смысла уговаривать ребенка не трогать утюг в тот момент, когда его рука уже коснулась горячей поверхности. В этой ситуации родители, скорее всего, отведут малыша от интересующего его объекта, а потом объяснят, почему они так сделали. Это и будет примером мягкого физического манипулирования. При общении с маленькими детьми этот способ является наиболее эффективным.

Приказы и наказания могут вызвать либо гнев ребенка, либо постоянное подавление этого гнева. Поэтому родители должны наказывать ребенка только в крайних случаях. Если гнев ребенка будет постоянно подавляться (поскольку ребенок не всегда посмеет противостоять сильному взрослому), то он может перерасти в пассивно – агрессивные формы поведения. Ребенок может начать действовать исподтишка, специально делать что-либо «назло», например, подчеркнуто - медленно выполнять указания родителей, даже если вся семья куда-то опаздывает в это время.

Техника модифицированного поведения очень проста: за хорошее поведение ребенок получает поощрение, за плохое – наказание или лишение привилегий. Однако и этот метод не стоит использовать слишком часто, иначе родители устанут от назойливых вопросов своего ребенка: «А что мне за это будет?»

Лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения у детей является умение родителей владеть собой. «Власть над собой – самая высшая власть» - утверждал Сенека. К сожалению пока и мы сами не всегда умеем управлять собственным гневом.

Я предлагаю вам 6 рецептов избавления от гнева.

Рецепт	Содержание	Пути выполнения
№1	Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно	Слушайте своего ребенка. Проводите вместе с ним как можно больше времени. Делитесь с ним своим опытом. Рассказывайте о своем детстве, Детских поступках, победах и неудачах. Если в семье несколько детей, постарайтесь общаться не только со всеми вместе. Но и уделяйте свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности.
№2	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 ребенком (если это возможно). Старайтесь не прикасаться к ребенку в минуты раздражения.
№3	Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии.	Говорите детям прямо о своих чувствах, желания и потребностях: «Я очень расстроена, хочу побыть одна». «Дела на работе вывели меня из себя. Через некоторое время я успокоюсь,

		а сейчас, пожалуйста, не трогай меня»
№4	В те минуты, когда вы расстроены или разгневанны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить.	Примите теплую ванну, душ. Выпейте чаю. Просто расслабьтесь, лежа на диване. Послушайте любимую музыку
№5	Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев	Не давайте ребенку играть с теми вещами и предметами, которыми вы дорожите. Не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать подступление собственного эмоционального срыва и не допускайте этого, управляя собой (подумайте о чем-то приятном) и ситуацией.
	6. К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь предусмотреть всевозможные нюансы и подготовить ребёнка к предстоящим событиям.	Изучайте силы и возможности ва шего ребёнка. Если вам предстоит сделать первый визит (к врачу, в детский сад и т.д), отрепетируйте всё загодя. Если ребёнок капризничает в тот момент, когда он голоден, продумайте, как накормить его во время длительной поездки и т.д.

Соблюдение этих простых рецептов избавления от гнева помогут вам владеть собой и научиться управлять собственным гневом.

Ведь даже Гете говорил:
«Для гнева суть не так важна ,
он ищет лишь причину»
Но удастся это, только если использовать все рецепты не только когда возникает стрессовая ситуация, а каждый день постоянно.