

## Агрессивность

«Истинное величие состоит в том, чтобы владеть собою»



ЛАФОНТЕН

Почти в каждой группе детского сада, в каждом классе встречается хотя бы один ребенок с признаками агрессивного поведения. Он нападает на остальных детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения, одним словом, становится "грозой" всего детского коллектива, источником огорчений воспитателей и родителей. Этого ершистого, драчливого, грубого ребенка очень 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 его **агрессия - это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.**

Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Жестокость и безучастность родителей приводит к нарушению детско-родительских отношений и вселяет в душу ребенка уверенность, что его не любят. "Как стать любимым и нужным" - неразрешимая проблема, стоящая перед маленьким человечком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. К сожалению, эти поиски не всегда заканчиваются так, как хотелось бы нам и ребенку, но как сделать лучше - он не знает.

Те или иные формы агрессии характерны для большинства дошкольников. Практически все дети ссорятся, дерутся, обзываются и т. д. Обычно с усвоением правил и норм поведения эти непосредственные проявления детской агрессивности уступают место другим, более миролюбивым формам поведения. Однако у определенной категории детей агрессия как устойчивая форма поведения не только сохраняется, но и развивается, трансформируясь в устойчивое качество личности. В итоге снижается продуктивный потенциал ребенка, сужаются возможности полноценного общения, деформируется его личностное развитие. Агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

Агрессивность ребенка – один из самых частых запросов в практике детского психолога. Чаще всего родители, взявшие на воспитание ребёнка, обращаются с жалобами: «ребёнок ломает вещи, не слушается, спорит, дерётся, угрожает...», то есть проявляет агрессию и демонстрирует агрессивное поведение.

Истерики, вспышки агрессии и раздражения бывают как у детей, выросших в обычной семье, так и у детей из детского дома. Все люди в той или иной мере агрессивны. Агрессивность – это своеобразная борьба за существование, и без этого человечество вряд ли выжило на планете.

Дело в границах, которые устанавливаются обществом и человеком, а также в том, чтобы «работал» внутренний контролёр неприкосновенности чужих границ. Часто принимающая семья сталкивается с тем, что ребёнок не имеет никаких представлений о личных границах (он не обращает внимания на то, что кто-то взял его вещь, ведь порой понятие собственности вообще отсутствует, так как в детском доме ВСЁ общее; он может не соблюдать границы при общении со сверстниками, спокойно забрать игрушки и не видеть в этом ничего особенного, ведь раньше можно было играть во что захочется, и у игрушки не было хозяина, да и некоторая одежда тоже была общей и принадлежала малышу только на время одной прогулки, а на следующую уже могла быть «собственностью» другого).

Родителям очень важно развивать то, что было упущено за период жизни ребёнка в интернате, необходимо научить ребёнка знать свои границы и соблюдать границы другого. Но кроме этого принимающие родители должны сами понять свои границы. Если ребёнок «вредничает», взрослому следует понять, что он таким образом исследует

границы свободы своего поведения. Он хочет попытаться расширить их или подтвердить для себя невозможность этого. Ведь именно родители служат образцом для поведения ребёнка, и даже если ранее у него были другие образцы, он может изменить их, приняв существующие в семье.

Явная агрессия – это только вершина айсберга, за которой скрываются страхи, тревога, то, с чем ребёнок не может справиться. Столкнувшись с препятствием, дети из детских домов теряются, им нужно приложить больше усилий, чтобы справиться с проблемой самостоятельно. При этом дети склонны отрицать свою вину, обвиняя и упрекая другого.

**Причина повышенной агрессивности и враждебности – лишение родительской любви, эмоционального тепла и материнской заботы.**

Вот как описывает н.л. Кряжева поведение этих детей: "Агрессивный ребенок, используя любую возможность, ... стремится разозлить маму, воспитателя, сверстников. Он "не успокаивается" до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку"

Родителям и педагогам не всегда понятно, чего добивается ребенок и почему он ведет 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 свое "место под солнцем". Ребенок не имеет представления, как другим способом можно бороться за выживание в этом странном и жестоком мире, как защитить себя.

### **Что же такое агрессивность?**

Слово "агрессия" произошло от латинского "agressio", что означает "нападение", "приступ".

В психологическом словаре приведено следующее определение данного термина: **"Агрессия это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт** (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.)".

Причины появления агрессии у детей могут быть самыми разными. Возникновению агрессивных качеств способствуют некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга. Следует отметить, что огромную роль играет воспитание в семье, причем с первых дней жизни ребенка. Социолог М.Мид доказала, что в тех случаях, когда ребенка резко 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 присутствуют мягкость, ребенок окружен заботой и вниманием, эти качества не вырабатываются.

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

Исследования показали, что родители, резко подавляющие агрессивность у своих детей, вопреки своим ожиданиям" не устраняют это качество, а напротив, возвращают его, развивая в своем сыне или дочери чрезмерную агрессивность, которая будет проявляться даже в зрелые годы. Ведь всем известно, что зло порождает только зло, а агрессия - агрессию.

Если же родители вовсе не обращают внимания на агрессивные реакции своего ребенка, то он очень скоро начинает считать, что такое поведение дозволено, и одиночные

вспышки гнева незаметно перерастают в привычку действовать агрессивно.

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

Вседозволенность - вот еще одна причина жестокости детей. Казалось бы, с чего вдруг ребенку, которому разрешено все, проявлять агрессию? Но, на самом деле, исполнение всех, даже самых незначительных желаний и игнорирование любых проступков являются факторами, активизирующими агрессивное поведение у детей. Ребенку на каждом пути взросления необходимы четкие поведенческие нормы и правила. Во многом от этих установок зависит нравственное и культурное развитие, уважение к другим людям, животным и т.д.

Как бы банально ни звучало, но компьютерные игры в монстров, различные «стрелялки», также способствуют формированию агрессивной модели поведения у ребенка. Что же, запретить играть в войнушку малышам? Увы, не все так однозначно. Если школьник с головой уходит в виртуальный мир, значит в реальном ему стало неуютно. В это время у ребенка могут начаться конфликты с учителями, сверстниками, он замыкается, сознательно бежит от общества, испытывает дискомфорт, находясь в одиночестве. Как правило, доверительных отношений между детьми и родителями в таких семьях нет.

Современное телевидение, к сожалению, часто подливает масло в огонь, провоцируя детей на излишнее проявление жестокости. Многие кинофильмы и мультфильмы содержат в сюжете сцены насилия. Да, с одной стороны, положительный герой по-прежнему остается на стороне добра, активно защищает его. Но вся эта борьба тоже связана с применением насилия. Как ребенку понять, что нельзя причинять больно окружающим, когда положительный герой направо и налево расстреливает злодеев. Убийства, взрывы, кровавые сцены очень сильно влияют на неокрепшую детскую психику. Родители должны, по возможности, контролировать, что смотрят по телевизору их дети, в какие игры играют и как проводят свое свободное время. Разумеется, тотальная цензура и отрицание современного инновационного эффекта не принесет. Контролировать нужно тонко, мягко, максимально незаметно для ребенка.

### **Портрет агрессивного ребенка**

Агрессивные дети очень часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Например, играя во время прогулки в песочнице, двое детей подготовительной группы подрались. Рома ударил Сашу совком. На вопрос воспитателя, почему он это сделал, Рома искренне ответил: "У Саши в руках была лопата, и я очень боялся, что он ударит меня". По словам воспитателя, Саша не проявлял никаких намерений обидеть или ударить Рому, но Рома воспринял эту ситуацию как угрожающую.

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. Эмоциональный мир агрессивных детей недостаточно богат, в палитре их чувств преобладают мрачные тона.

Исследования показали, что агрессивные дети практически не отличаются от своих миролюбивых сверстников по уровню развития интеллекта, произвольности или игровой деятельности. Главной отличительной чертой агрессивных детей является их отношение к сверстнику. Другой ребенок выступает для них как противник, как конкурент, как препятствие, которое нужно устранить. Такое отношение нельзя свести к недостатку коммуникативных навыков (заметим, что многие агрессивные дети в ряде случаев демонстрируют вполне адекватные способы общения и при этом проявляют незаурядную изобретательность, придумывая разнообразные формы нанесения ущерба сверстникам). Можно полагать, что это отношение отражает особый склад личности, ее направленность, которая порождает специфическое восприятие другого как врага.

Агрессивный ребенок имеет предвзятое мнение о том, что поступками окружающих руководит враждебность, они приписывают другим враждебные намерения и пренебрежение к себе. Такое приписывание враждебности проявляется в чувстве своей недооцененности со стороны сверстников, в приписывании агрессивных намерений при решении конфликтных ситуаций, в ожидании нападения или подвоха со стороны партнера.

Все это говорит о том, что главные проблемы агрессивных детей лежат в сфере отношений со сверстниками. Однако агрессивные дети существенно различаются как по формам проявления агрессии, так и по мотивации агрессивного поведения. У одних детей агрессия носит мимолетный, импульсивный характер, не отличается особой жестокостью и наиболее часто используется для привлечения внимания сверстников. У других агрессивные действия используются для достижения конкретной цели (чаще всего - получить желанный предмет) и имеют более жесткие и устойчивые формы. У третьих преобладающей мотивацией агрессии является «бескорыстное» причинение вреда сверстникам (агрессия как самоцель) и проявляется в наиболее жестоких формах насилия. Отметим нарастание частоты и жестокости агрессии от первой группы к третьей. Однако, несмотря на эти очевидные различия, **всех агрессивных детей объединяет одно общее свойство - невнимание к другим детям, неспособность видеть и понимать другого.**

В то же время в дошкольном возрасте еще не поздно предпринять своевременные меры для преодоления этих тенденций. Эти меры должны быть направлены не на безопасный выход агрессии (эмоциональный катарсис), не на повышение самооценки, не на развитие коммуникативных навыков или игровой деятельности, а **на преодоление внутренней изоляции, на формирование способности видеть и понимать других.**

### **Как выявить агрессивного ребенка**

Агрессивные дети нуждаются в понимании и поддержке взрослых, поэтому главная наша задача заключается не в том, чтобы поставить “точный” диагноз и тем более “приклеить ярлык”, а в оказании посильной и своевременной помощи ребенку.

Понимание агрессивности старшими дошкольниками

Вопрос	Ответы агрессивных детей	Ответы неагрессивных детей
1. Каких людей ты считаешь агрессивными?	Маму и папу, потому что они ругаются, бьют, дерутся (50% опрошенных детей)	Индейцев, бандитов, охотников, потому что они убивают людей и животных (63% мальчиков, 80% девочек)
2. Как бы ты поступил, если бы встретился с агрессивным взрослым?	“Начал (а) драться”, “Ударил(а) бы” (83% мальчиков, 27% девочек), “Обрызгала, испачкала бы” (36% девочек)	“Просто прошел(ла) мимо, отвернулся(ась)” (83% мальчиков, 40% девочек), “Позвала бы на помощь знакомых” (50% девочек)
3. Как бы ты поступил, если бы встретился с агрессивным мальчиком (девочкой)?	“Стал(а) бы драться” (92% мальчиков, 54% девочек), “Убежала бы” (36% девочек)	“Ушел(ла) бы, убежал(а)” (83% мальчиков, 50% девочек)
4. Считаешь ли ты себя агрессивным?	“Нет” — 88% мальчиков, 54% девочек “Да” - 12% мальчиков, 46% девочек	“Нет” 92% мальчиков, 100% девочек. “Да” — 8% мальчиков

Как правило, для воспитателей и учителей не составляет труда определить, у кого из детей повышен уровень агрессивности. Но в спорных случаях можно воспользоваться критериями определения агрессивности, которые разработаны американскими психологами М.Алворд и П.Бейкер.

***Критерии агрессивности (схема наблюдения за ребенком)***

Ребенок:

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 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.

Ребенку, в поведении которого наблюдается большое количество признаков агрессивности, необходима помощь специалиста: психолога или врача.

Кроме того, с целью выявления агрессивности у ребенка в группе детского сада или в классе можно использовать специальную анкету, разработанную для воспитателей (Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М., 1992).

***Критерии агрессивности у ребенка (анкета)***

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.

Мы приводим данные критерии для того, чтобы воспитатель или учитель, выявив агрессивного ребенка, в дальнейшем смог выработать свою стратегию поведения с ним, помог ему адаптироваться в детском коллективе.

### ***Как помочь агрессивному ребенку***

Как вы думаете, почему дети дерутся, кусаются и толкаются, а иногда в ответ на какое-либо, даже доброжелательное, обращение “взрываются” и бушуют?

Причин такого поведения может быть много. Но часто дети поступают именно так потому, что не знают, как поступить иначе. К сожалению, их поведенческий репертуар довольно скуден, и если мы предоставим им возможность выбора способов поведения, дети с удовольствием откликнутся на предложение, и наше общение с ними станет более эффективным и приятным для обеих сторон.

Этот совет (предоставление выбора способа взаимодействия) особенно актуален, когда речь идет об агрессивных детях. Работа воспитателей и учителей с данной категорией детей должна проводиться в трех 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 и т.д.

### ***Работа с гневом***

Что такое гнев? Это чувство сильного негодования, которое сопровождается потерей контроля над собой. К сожалению, в нашей культуре принято считать, что проявление гнева — недостойная реакция. Уже в детском возрасте нам внушают эту мысль взрослые — родители, бабушки, дедушки, педагоги. Однако психологи не рекомендуют каждый раз сдерживать эту эмоцию, поскольку таким образом мы можем стать своеобразной “копилкой гнева”. Кроме того, загнав гнев внутрь, человек, скорее всего, рано или поздно все же почувствует необходимость выплеснуть его. Но уже не на того, кто вызвал это чувство, а на “подвернувшегося под руку” или на того, кто слабее и не сможет дать отпор. Даже если мы очень постараемся и не поддадимся соблазнительному способу “извержения” гнева, наша “копилка”, пополняясь день ото дня новыми негативными эмоциями, в один прекрасный день все же может “лопнуть”. Причем не обязательно это завершится истерикой и криками. Вырвавшиеся на свободу негативные чувства могут “осесть” внутри нас, что приведет к различным соматическим проблемам: головным болям, желудочным и сердечнососудистым заболеваниям. К. Изард (1999) публикует клинические данные, полученные Холтом, которые свидетельствуют о том, что человек, постоянно подавляющий свой гнев, более подвержен риску психосоматических расстройств. По мнению Холта, 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 от того, в какой форме — вербальной 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 позволить ему подписать рисунок так, как он хочет, если не умеет — сделать подпись под его диктовку. Безусловно, подобная работа должна проводиться один на один с ребенком, вне поля зрения соперника.

Этот метод работы с вербальной агрессией рекомендует В.Оклендер. В своей книге “Окна в мир ребенка” (М., 1997) она описывает собственный опыт применения такого

подхода. После проведения такой работы дети дошкольного возраста (6—7 лет) обычно испытывают облегчение.

Правда, в нашем обществе не приветствуется такое “вольное” общение, тем более употребление бранных слов и выражений детьми в присутствии взрослых. Но 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 и привлекая все новых и новых “зрителей”. В результате конфликт двоих детей перерастет в общегрупповой или даже в жестокую драку.

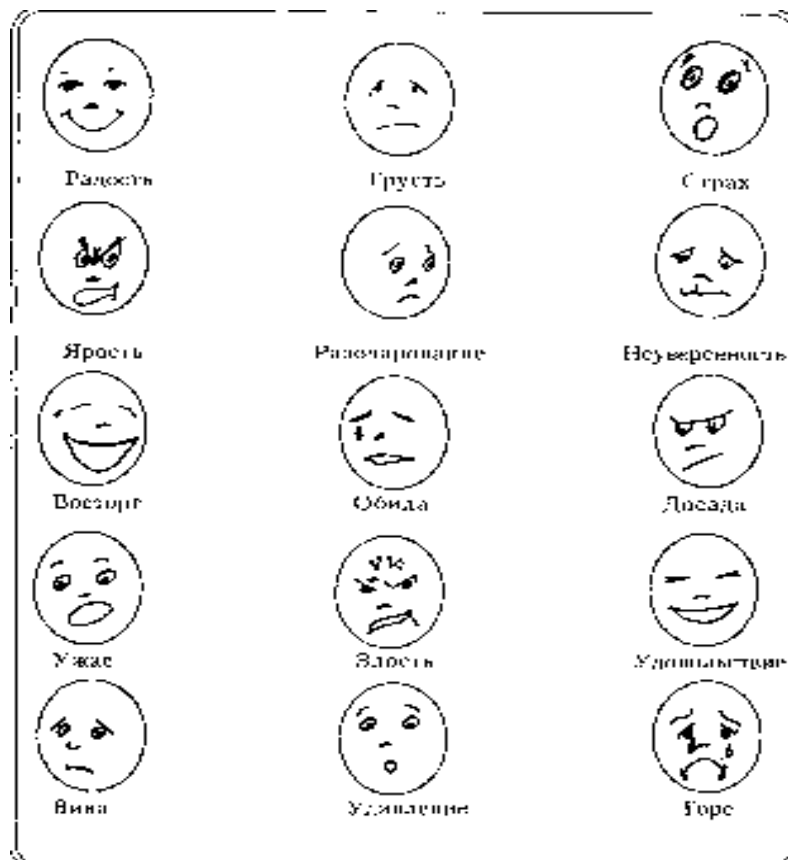
Возможно, не удовлетворенный сложившейся ситуацией ребенок, который боится по тем или иным причинам вступить в открытое противодействие, но тем не менее жаждет мести, выберет и другой путь: будет подговаривать сверстников, чтобы те не играли с обидчиком. Такое поведение работает, как мина замедленного действия. Неизбежно разгорится групповой конфликт, только он будет дольше “зреть” и охватит большее количество участников.

### ***Обучение навыкам 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 агрессивен. Более того, в глубине души он уверен в обратном: это 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 (или их оттенков) они даже не предполагают. Нетрудно догадаться, что в этом случае детям сложно распознать свои и чужие эмоции.

Для тренировки навыка распознавания эмоциональных состояний можно



использовать разрезные шаблоны, этюды М.И.Чистяковой (1990), упражнения и игры, разработанные Н.Л. Кряжевой (1997), а также большие таблицы и плакаты с изображением различных эмоциональных состояний:

В группе или классе, где находится такой плакат, дети обязательно перед началом занятий подойдут к нему и укажут свое состояние, даже если педагог не просит их об этом, так как каждому из них приятно обратить внимание взрослого на себя.

Можно научить детей проводить обратную процедуру: самим придумывать названия эмоциональных состояний,

изображенных на плакате. Дети должны указать, в каком настроении находятся забавные человечки.



Еще один способ научить ребенка распознавать свое эмоциональное состояние и развить потребность говорить о нем — рисование. Детей можно попросить сделать рисунки на темы: “Когда я сержусь”, “Когда я радуюсь”, “Когда я счастлив” и т.д. С этой целью разместите на мольберте (или просто на большом листе на стене) заранее нарисованные фигурки людей, изображенных в различных ситуациях, но без прорисованных лиц. Тогда ребенок сможет при желании подойти и завершить рисунок:

*Какое настроение у этих человечков?*

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 щекотно, 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. Режиссер фильма “Денис-угроза” Дейв Роджерс много раз на протяжении всего действия обращает внимание зрителей на скрытый сигнал, который подает главный герой фильма — шестилетний Денис. Всякий раз, перед тем как мальчишка созорничает, мы видим его беспокойные бегающие пальцы, которые оператор показывает крупным планом. Затем мы видим “горящие” глаза ребенка, и только после этого следует очередная шалость.

Таким образом, ребенок, если он верно “расшифрует” послание своего тела, сам сможет понять: “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.

Конечно, обучение ребенка распознаванию своего эмоционального состояния и управлению им будет успешным лишь в том случае, если она будет проводиться систематически, изо дня в день, в течение довольно длительного времени.

Кроме уже описанных способов работы педагог может использовать и другие: проводить беседы с ребенком, рисовать и, конечно же, играть.

В книге К. Фопеля “Как научить детей сотрудничать” (М.,1998) описана игра “Камушек в ботинке”. Сначала игра показалась нам довольно сложной для дошкольников, и мы предложили ее учителям 1 — 2 классов для проведения во время внеклассных занятий. Однако, почувствовав интерес ребят и серьезное отношение к игре, мы попробовали поиграть в нее в детском саду. Игра понравилась. Причем очень скоро она перешла из разряда игр в разряд ежедневных ритуалов, проведение которых стало совершенно необходимым для успешного течения жизни в группе.

В эту игру полезно играть, когда кто-то из детей обижен, сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ребенку заниматься делом, когда назревает конфликт в группе. Каждый участник имеет возможность в процессе игры вербализовать, то есть выразить словами, свое состояние, и сообщить о нем окружающим. Это способствует снижению его эмоционального напряжения. Если зачинщиков назревающего конфликта



несколько, они смогут услышать о чувствах и переживаниях друг друга, что, возможно, позволит сгладить ситуацию.

Игра проходит в два этапа.

1 этап (подготовительный). Дети сидят в кругу на ковре. Воспитатель спрашивает: “Ребята, случалось ли, что вам в ботинок попадал камушек?” Обычно дети очень активно отвечают на вопрос, так как практически каждый ребенок 6—7 лет имеет подобный жизненный опыт. По кругу все делятся своими впечатлениями о том, как это происходило. Как правило, ответы сводятся к следующему: “Сначала камушек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть его, 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 и 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”.

Далее воспитатель спрашивает детей: “Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а, придя домой, просто снимали ботинки?” Дети отвечают, что и такое уже бывало у многих. 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. Воспитатель говорит детям: “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, скорее всего, возникнут проблемы, и немалые. Поэтому всем людям — и взрослым, и детям — полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят. Давайте договоримся: если кто-то из вас скажет: “У меня камушек в ботинке”, мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом. Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то неудовольствия, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете, скажите нам, например: “У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег ломает мои постройки из кубиков”. Расскажите, что вам еще не нравится. Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: “У меня нет камушка в ботинке”.

Дети по кругу рассказывают, что же мешает им в данный момент, описывают свои ощущения. Отдельные “камушки”, о которых дети будут говорить, полезно обсудить в кругу. В этом случае каждый участник игры предлагает сверстнику, попавшему в затруднительную ситуацию, способ, при помощи которого можно избавиться от “камушка”.

Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем испытывают потребность рассказывать о своих проблемах. Кроме того, игра помогает педагогу беспрепятственно проводить учебный процесс. Ведь если детей что-то волнует, это “что-то” не даст им спокойно сидеть на занятиях и воспринимать информацию. Если же дети получают возможность выговориться, “выпустить пар”, то можно спокойно приступать к занятиям. Игра “Камушек в ботинке” особенно полезна для тревожных детей. Во-первых, если ежедневно играть в нее, даже очень стеснительный ребенок привыкнет и постепенно начнет рассказывать о своих трудностях (поскольку это не новая и не опасная, а знакомая и повторяющаяся деятельность). Во-вторых, тревожный ребенок, слушая рассказы о проблемах сверстников, поймет, что не только он страдает от страхов, неуверенности, обид. Оказывается, и у других детей такие же проблемы, как у него. Значит, он такой же, как все, не хуже всех. Не надо замыкаться в себе, ведь любую, даже самую трудную ситуацию, можно разрешить совместными усилиями. А дети, которые окружают его — совсем не злые и всегда готовы прийти на помощь.

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”, его агрессия в следующий раз будет слабее. Поэтому так важна работа педагога по развитию у ребенка чувства эмпатии.

Одной из форм такой работы может стать ролевая игра, в процессе которой ребенок получает возможность поставить себя на место других, оценить свое поведение со стороны. Например, если в группе произошла ссора или драка, можно в кругу разобрать эту ситуацию, пригласив в гости Котенка и Тигренка или любых известных детям литературных героев. На глазах у ребят гости разыгрывают ссору, похожую на ту, которая произошла в группе, а затем просят детей помирить их. Дети предлагают различные способы выхода из конфликта. Можно разделить ребят на две группы, одна из которых говорит от имени Тигренка, другая — от имени Котенка. Можно дать детям возможность самим выбрать, на чью позицию им хотелось бы встать и чьи интересы защищать. Какую бы конкретную форму проведения ролевой игры вы ни выбрали, важно, что в конечном итоге дети приобретут умение вставать на позицию другого человека, распознавать его чувства и переживания, научатся тому, как вести себя в сложных жизненных ситуациях. Общее обсуждение проблемы будет способствовать сплочению детского коллектива и установлению благоприятного психологического климата в группе.

Во время подобных обсуждений можно разыгрывать и другие ситуации, которые чаще всего вызывают конфликты в коллективе: как реагировать, если товарищ не отдает нужную тебе игрушку, что делать, если тебя дразнят, как поступить, если тебя толкнули и ты упал и др. Целенаправленная и терпеливая работа в этом направлении поможет ребенку с большим пониманием относиться к чувствам и поступкам других и научиться самому адекватно относиться к происходящему.

Кроме того, можно предложить детям организовать театр, попросив их разыграть определенные ситуации, например: “Как Мальвина поссорилась с Буратино”. Однако прежде чем показать какую-либо сценку, дети должны обсудить, почему герои сказки повели себя тем или иным образом. Необходимо, чтобы они попытались поставить себя на место сказочных персонажей и ответить на вопросы: “Что чувствовал Буратино, когда Мальвина посадила его в чулан?”, “Что чувствовала Мальвина, когда ей пришлось наказать Буратино?” и др.

Подобные беседы помогут детям осознать, как важно побыть на месте соперника или обидчика, чтобы понять, почему он поступил именно так, а не иначе. 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. А 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 гнев игрушки, можно, конечно, сказать ему: “Ты — негодник! От тебя одни проблемы. Ты всегда мешаешь всем детям играть!” 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”.

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. Появляется возможность для конструктивного диалога.

### *Работа с родителями агрессивного ребенка*

Работая с агрессивными детьми, воспитатель или учитель должен прежде всего наладить контакт с семьей. Он может либо сам дать рекомендации родителям, либо в тактичной форме предложить им обратиться за помощью к психологам.

Бывают ситуации, когда контакт с матерью или отцом установить не удастся. В таких случаях мы рекомендуем использовать наглядную информацию, которую можно разместить в уголке для родителей. Приведенная ниже таблица 5 может послужить примером такой информации.

Подобная таблица или другая наглядная информация может стать отправным пунктом для размышления родителей о своем ребенке, о причинах возникновения негативного поведения. А эти размышления, в свою очередь, возможно, приведут к сотрудничеству с воспитателями и с учителем.

### Стили родительского воспитания (в ответ на агрессивные действия ребенка)

Стратегия воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребенка	“Прекрати!” “Не смей так говорить” Родители наказывают ребенка	Агрессивный (Ребенок может прекратить сейчас но выплеснет свои отрицательные эмоции в другое время и в другом месте)	Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения
Игнорирование агрессивных вспышек ребенка	Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают что ребенок еще мал	Агрессивный (Ребенок продолжает действовать агрессивно)	Ребенок думает, что делает все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются в черту характера
Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим	Если родители видят что ребенок разгневан они могут вовлечь его в игру, которая снимет его гнев. Родители объясняют ребенку, как надо вести себя в определенных ситуациях	Скорее всего ребенок научится управлять своим гневом	Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих тактичных родителей

Главная цель подобной информации показать родителям, что одной из причин проявления агрессии у детей может быть агрессивное поведение самих родителей. Если в доме постоянные споры и крики, трудно ожидать, что ребенок вдруг будет покладистым и спокойным. Кроме того, родители должны осознавать, какие последствия тех или иных дисциплинарных воздействий на ребенка ожидают их в ближайшем будущем и тогда, когда ребенок вступит в подростковый возраст.

Как ладить с ребенком, который постоянно ведет себя вызывающе? Полезные рекомендации родителям мы нашли на страницах книги Р. Кэмпбелла “Как справиться с гневом ребенка” (М., 1997). Советуем прочитать эту книгу и педагогам, и родителям. Р.Кэмпбелл выделяет пять способов контроля поведения ребенка: два из них — позитивные, два — негативные и один — нейтральный. К позитивным способам

относятся просьбы и мягкое физическое манипулирование (например, можно отвлечь ребенка, взять его за руку и отвести и т.д.).

Модификация поведения — нейтральный способ контроля — предполагает использование поощрения (за выполнение определенных правил) и наказания (за их игнорирование). Но данная система не должна использоваться слишком часто, так как впоследствии ребенок начинает делать только то, за что получает награду.

Частые наказания и приказы относятся к негативным способам контролирования поведения ребенка. Они заставляют его чрезмерно подавлять свой гнев, что способствует появлению в характере пассивно-агрессивных черт. Что же такое пассивная агрессия, и какие опасности она в себе таит? Это скрытая форма агрессии, ее цель — вывести из себя, расстроить родителей или близких людей, причем ребенок может причинять вред не только окружающим, но и себе. Он начнет специально плохо учиться, в отместку родителям надевать те вещи, которые им не нравятся, будет капризничать на улице безо всякой причины. Главное — вывести родителей из равновесия. Чтобы устранить такие формы поведения, система поощрений и наказаний должна быть продумана в каждой семье. Наказывая ребенка, необходимо помнить, что эта мера воздействия ни в коем случае не должна унижать достоинство сына или дочери. Наказание должно следовать непосредственно за проступком, а не через день, не через неделю. Наказание будет иметь эффект только в том случае, если ребенок сам считает, что заслужил его, кроме того, за один проступок нельзя наказывать дважды.

Существует еще один способ эффективной работы с гневом ребенка, хотя он может быть применен далеко не всегда. Если родители хорошо знают своего сына или дочь, они могут разрядить обстановку во время эмоциональной вспышки ребенка уместной шуткой. Неожиданность подобной реакции и доброжелательный тон взрослого помогут ребенку достойно выйти из затруднительной ситуации.

Для родителей, которые недостаточно хорошо понимают, каким образом они или их дети могут выражать свой гнев, рекомендуем разместить на стенде в классе или в группе следующую наглядную информацию (табл. 6).

Таблица 6 “Позитивные и негативные способы выражения гнева” (рекомендации доктора Р. Кэмпбелла)

Способы выражения гнева	
Позитивные	Негативные
Вежливость	Выражение гнева в громкой и невежливой форме
Стремление найти решение	Использование ругательств и угроз
Выражение основной жалобы без уклонения в сторону	Использование словесных оскорблений

### ***Шпаргалка для взрослых или правила работы с агрессивными детьми***

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения.
3. Быть последовательным в наказаниях ребенка, наказывать за конкретные поступки.
4. Наказания не должны унижать ребенка.
5. Обучать приемлемым способам выражения гнева.
6. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.
7. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.
8. Развивать способность к эмпатии.
9. Расширять поведенческий репертуар ребенка.

10. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.
11. Учить брать ответственность на себя.

Однако все перечисленные способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения ребенка. Терпение и внимание к ребенку, его нуждам и потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими — вот что поможет родителям наладить взаимоотношения с сыном или дочерью.

### **Как играть с агрессивными детьми**

На первых этапах работы с агрессивными детьми рекомендуется подбирать такие игры и упражнения, с помощью которых ребенок мог бы выплеснуть свой гнев. Существует мнение, что этот способ работы с детьми неэффективен и может вызвать еще большую агрессию. Как показывает многолетний опыт проведения игровой терапии, на первых порах ребенок действительно может стать более агрессивным (и мы всегда предупреждаем родителей об этом), но через 4—8 занятий, по-настоящему отреагировав свой гнев, “маленький агрессор” начинает вести себя более спокойно. Если педагогу трудно справиться с гневом ребенка, стоит обратиться к специалисту и вести работу параллельно с психологом.

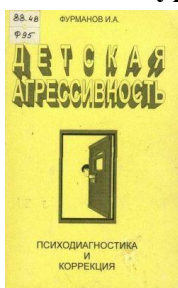
Для снятия излишнего мышечного напряжения можно использовать игры, способствующие релаксации, описание которых дается в главе “Как играть с тревожными детьми”.

### **Рекомендуемая литература:**

1. **Методические рекомендации для специалистов образовательных учреждений «Особенности работы педагога с детьми, имеющими нарушения в поведении»** можно скачать по ссылке

[http://rcosps.rusedu.net/gallery/410/narush\\_v\\_povedenii.doc](http://rcosps.rusedu.net/gallery/410/narush_v_povedenii.doc)

2. **Фурманов И.А. «Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция»**



можно читать и скачать по ссылке

<http://content.schools.by/novsad32/library/%D0%9B%D0%AE%D0%A2%D0%9E%D0%92%D0%90%D0%9C%D0%9E%D0%9D%D0%98%D0%9D%D0%90%D0%93%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B8.pdf>

В книге «Детская агрессивность. Психодиагностика и коррекция» излагаются различные методологические и концептуальные подходы к объяснению детской агрессивности, рассматриваются психологические и социальные факторы, стимулирующие или провоцирующие возникновение агрессии в поведении ребенка, описываются прямые и вспомогательные методики ее диагностики, а также направления психосоциальной коррекции.

3. **Оклендер Вайолет «Окна в мир ребенка». Руководство по детской психотерапии** можно читать и скачать по ссылке



[http://www.al24.ru/wp-](http://www.al24.ru/wp-content/uploads/2012/11/%D0%9E%D0%BA%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D1%80-%D0%9E%D0%BA%D0%BD%D0%B0-%D0%B2-%D0%BC%D0%B8%D1%80-%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0.pdf)

[content/uploads/2012/11/%D0%9E%D0%BA%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D1%80-%D0%9E%D0%BA%D0%BD%D0%B0-%D0%B2-%D0%BC%D0%B8%D1%80-%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0.pdf](http://www.al24.ru/wp-content/uploads/2012/11/%D0%9E%D0%BA%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D1%80-%D0%9E%D0%BA%D0%BD%D0%B0-%D0%B2-%D0%BC%D0%B8%D1%80-%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0.pdf)

Книга основана на многолетнем опыте работы с детьми и подростками. В ней рассматриваются подходы к проникновению во внутренний мир ребенка, типичные для детства проблемы и особенности поведения. Подробно описаны технические приемы, дающие возможность проявиться фантазии ребенка: рисование, поделки, сочинение рассказов, стихов. Автор исследует сенсорный опыт ребенка, кинестетику, сновидения. Рассматривается психотерапевтический процесс в целом и различные психотерапевтические техники. Описываются специфические проблемы поведения: агрессия, страх, аутизм, гиперактивность и отчуждение.

Оцениваются взаимоотношения в группе, в семье, взаимодействие со взрослыми. Рассматриваются проблемы школы и обучения.

Книга представляет интерес для психологов, психотерапевтов, воспитателей, педагогов, родителей и всех, кто интересуется психологией ребенка и взаимоотношениями с детьми.



#### 4. Росс Кэмпбелл «Как справиться с гневом ребенка» можно

читать и скачать по ссылке

[http://rovallib.com/book/kempbell\\_ross/kak\\_spravlyatsya\\_s\\_gnevom\\_rebenka.html](http://rovallib.com/book/kempbell_ross/kak_spravlyatsya_s_gnevom_rebenka.html)

Гнев ребенка проявляется в широком диапазоне: от плохих оценок до конфликтов с родителями, от замкнутости до самоубийства. Из этой книги вы узнаете, как помочь ребенку справиться с жизненными конфликтами, выразить свой гнев приемлемыми способами, стать цельной

личностью.



#### 5. Клаус Фопель «Как научить детей сотрудничать?» Психологические

игры и упражнения. *Практическое пособие для педагогов и школьных психологов* можно скачать по ссылке

[http://www.phantastike.com/link/practic\\_psychology/children\\_cooperate.zip](http://www.phantastike.com/link/practic_psychology/children_cooperate.zip)

Это сборник психологических игр и упражнений. Он адресован психологам, педагогам и всем взрослым, которые думают о психическом здоровье детей, об их эмоциональном опыте, о необходимом каждому человеку умении строить конструктивные отношения с другими людьми и позитивно относиться к себе. Проведение подобных игр с детьми младшей

школы способствует развитию их "эмоционального интеллекта" и помогает педагогу создавать в классе дружескую атмосферу взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с учителем, облегчив тем самым процесс совместного обучения.

6. В статье «**Коррекция агрессивного поведения у детей**» размещенной по ссылке [http://adalin.mospsy.ru/1\\_02\\_09.shtml](http://adalin.mospsy.ru/1_02_09.shtml) можно познакомиться так же с материалами:

- Маленький агрессор.
- Возрастная и ситуативная агрессия у детей.
- Причины детской агрессивности.
- Особенности проявления детской агрессивности.
- Как помочь агрессивному ребенку.
- Как правильно вести себя с агрессивным ребенком?
- Если ребенок играет в агрессивные игры.
- Как и во что играть с агрессивным ребенком?

5. Со статьей «**Советы родителям агрессивных детей**» можно познакомиться по ссылке [http://www.semva-rastet.ru/razd/sovety\\_roditeljam\\_agressivnykh\\_deteji/](http://www.semva-rastet.ru/razd/sovety_roditeljam_agressivnykh_deteji/)

*Видео по теме:*

1. **Агрессивный ребенок** (7 мин 51 сек) Что делать, если ребенок проявляет агрессию? Советы специалиста <http://www.youtube.com/watch?v=9d3w3p6SeaE>

2. **Как возникает детская агрессия?** (11 мин 32 сек) О том, почему у маленьких детей возникает агрессия и как она проявляется, рассказывает психолог С.Р.Ширванова <http://www.youtube.com/watch?v=AZCAPsKoDq4>

3. **Наказывать ли ребенка за агрессивное поведение?** (8 мин 43 сек) О том, какие различия в проявлении агрессии у мальчиков и девочек, наказывать ли ребенка за агрессивное поведение, как вести себя родителям при проявлении агрессии детьми, как преодолеть детскую агрессивность, рассказывает психолог С.Р.Ширванова <http://www.youtube.com/watch?v=JFOVBxgBKNY>

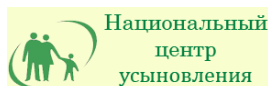
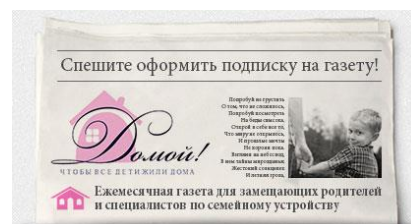
4. **Агрессивный ребенок. Как справиться с агрессией у дошкольника** (3 мин 56 сек) <http://www.youtube.com/watch?v=pNU0hm-6C6A>

Предлагаемые материалы можно использовать в работе СППС детских интернатных учреждений, а так же клубов усыновителей, приемных родителей,

родителей-воспитателей, куда могут быть так же приглашены педагоги-психологи социально-педагогических учреждений и детских садов, учителя и школьные психологи.

## 2. Приглашаем к сотрудничеству в газете «Домой!»:

Присылайте текстовые и фото-материалы о различных направлениях своей работы по семейному устройству детей; будем рады разместить информацию о выпускниках замещающих семей, семьях Вашего района, принявших на воспитание детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей; задавайте вопросы в адрес мультидисциплинарной команды специалистов по различным аспектам семейного устройства (в команде работают юрист, педагог, психолог); делитесь своими проблемами и достижениями в деле воспитания детей с особенной судьбой, создания и сопровождения замещающих семей различных типов. Материалы, вопросы и пожелания газете присылайте на электронные адреса: [7651042@tut.by](mailto:7651042@tut.by), [gazetaDomoi@tut.by](mailto:gazetaDomoi@tut.by). Также будем рады, если Вы напишете нам о том, как Вам удалось использовать в работе материал, предложенный в каком-либо из выпусков методической рассылки.



### С уважением, Национальный центр усыновления

\* Все выпуски методической рассылки размещены на сайте Национального центра усыновления в подразделе "Методическая рассылка" раздела "Методические материалы" (ссылка <http://child.edu.by/main.aspx?guid=3031>)