



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное казенное учреждение Иркутской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной
помощи, профилактики, реабилитации и коррекции»



**Методические материалы для проведения родительских
собраний по проблемам и предотвращению агрессивного
поведения обучающихся образовательных организаций
Иркутской области**



Иркутск, 2023

Печатается по решению редакционно-издательского совета

Методические материалы для проведения родительских собраний по проблемам и предотвращению агрессивного поведения обучающихся образовательных организаций Иркутской области. Иркутск: - ЦПРК, 2023. – с.43

Авторы - составители:

Большбат О.А., педагог-психолог ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

Еремина А. В. методист ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

Никулина Т. И., к.псих.н., доцент, методист ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

Сахаровская М.И., педагог-психолог ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

Севастеева Н.В., педагог-психолог ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

Рецензент: Дичина Н.Ю., к.п.н., доцент

Методические рекомендации адресованы советникам по воспитательной работе, классным руководителям общеобразовательных организаций. Содержат материалы по организации и проведению родительских собраний по профилактике агрессивного поведения детей, подростков.

Исполнение пункта 2.2.12 межведомственного плана по профилактике и предупреждению вооруженных нападений на образовательные организации Иркутской области на 2022-2024 годы, утвержденного распоряжением заместителя Председателя Правительства Иркутской области от 26 сентября 2022 года №64 – рэн

© ЦПРК, 2023

Содержание

Вступление	4
Родительское собрание в 1-4 классах «Детская агрессивность и её причины. Как вести себя с агрессивным ребёнком?» <i>Цель: формирование у родителей понимания, что такое агрессия, ее причины и освоение способов взаимодействия с агрессивным ребенком.</i>	5
Родительское собрание в 5-6 классах «Психологические особенности и варианты детской агрессивности» <i>Цель: повышение педагогической культуры родителей</i>	13
Родительский тренинг «Агрессивный подросток дома и в школе» (7-8 классы) <i>Цель: выявление последствий занимаемой родителями деструктивной позиции в общении с агрессивным подростком и разработка формы конструктивного взаимодействия с подростковой агрессией.</i>	24
Родительское собрание в 7-9 классах «Контрольная для взрослых. Агрессия, ее причины и последствия» <i>Цель: формирование у родителей понимания, что такое агрессия, ее причины и освоение способов взаимодействия с агрессивным ребенком.</i>	30
Родительский мастермайнд в 9-11 классах «Легко ли быть молодым..... о подростковой агрессии?» (по профилактике агрессивного поведения среди старшеклассников). <i>Цель: формирование знаний, умений, навыков у родителей старшеклассников по снижению уровня агрессивности подростков, по снятию эмоционального напряжения и повышению самооценки.</i>	39

Вступление

В настоящее время агрессивное поведение у детей и подростков встречается все чаще и чаще. Такая тенденция имеет довольно много причин. Искать ее следует в воспитании, общении с другими людьми и нарастающих требованиях, предъявляемых к детям и молодым людям.

Родители и педагоги – две мощнейшие силы, роль которых в процессе становления личности каждого человека невозможно преувеличить. Актуальное значение приобретает не столько их взаимодействие в традиционном понимании, сколько, прежде всего, взаимопонимание, сотрудничество школы и семьи в воспитании и образовании подрастающего поколения. Педагогическое взаимодействие школы и семьи состоит в создании благоприятных условий для развития и роста детей, организации активной жизни человека, ведущего достойную жизнь. Без помощи семьи школа не может обеспечить высоких результатов воспитания и обучения.

Часто мы не можем до конца понять, как нам воспитывать наших детей, которые нарушают дисциплину, равнодушны к учебе, грубы, драчливы, лживы, употребляют алкоголь и, в силу своих проблем, в конце концов, становятся правонарушителями. Может быть, где-то мы не уделяем им должного внимания, не стараемся проникнуть в их внутренний мир, запаздываем с принятием мер по предупреждению отклоняющегося поведения.

Девиз для родителей: «Прежде чем воспитывать кого-то, начните с себя!» Взрослым необходимо ответить на вопросы: «Умеете ли вы управлять собственными эмоциями? Какой пример вы даете своему ребенку? Четко ли вы понимаете, чего хотите от жизни? Какие модели поведения для вас характерны?»

После этого коррекционную работу можно будет вести по нескольким направлениям. Сначала нужно поработать с гневом и научить ребенка анализировать негативные чувства. Подавлять гнев и злость нельзя. Необходимо научиться правильно и мирно их перенаправлять и выплескивать. Следует давать право ребенку испытывать любые эмоции и учить его говорить о своих чувствах.

Важно обучать ребенка конструктивным навыкам общения с другими людьми и взаимодействия с окружающим миром с самого раннего возраста. Родителям необходимо показать сыну или дочери как можно большее количество поведенческих моделей, с объяснением и проговариванием чувств и событий происходящего, иначе для удовлетворения своих потребностей ребенок выберет самую простую модель — агрессивную.

Для преодоления детской агрессии в своем педагогическом арсенале родители должны иметь: ласку, заботу, доверие, внимание, сочувствие, сопереживание, терпение, требовательность, честность, откровенность, открытость, понимание, чувство юмора, ответственность, такт, дружелюбие, надежду, любовь.



Родительское собрание (1-4 классы)

Тема: «Детская агрессивность и её причины.

Как вести себя с агрессивным ребёнком?»

Цель: формирование у родителей понимания, что такое агрессия, её причины и освоение способов взаимодействия с агрессивным ребенком.

Задачи:

1. Обсудить с родителями причины детской агрессии, её влияние на поведение ребёнка;
2. Помочь родителям в поиске путей преодоления агрессивного ребёнка;
3. Мотивировать родителей изменение отношений в своих семьях.

Форма проведения: интерактивная беседа.

Предварительная работа: анкетирование, подготовка памятки для родителей, проведение исследования по проблеме детской агрессивности.

Основной этап.

Введение в тему (актуальность).

«Человек обладает способностью любить, и если он не может найти применения своей способности любить, он способен ненавидеть, проявляя агрессию и жестокость. Этим средством он руководствуется от собственной душевной боли».

Эрих Фромм

- Здравствуйте, уважаемые родители! Сегодня мы собрались с вами, чтобы подробнее познакомиться с такой проблемой, как агрессивность ребёнка. Тема эта непростая. Давайте попробуем разобраться в ее причинах и рассмотрим пути выхода из данной ситуации.

- Поведение детей особенно ярко проявляется во внеучебной деятельности, когда ребёнок 1-2 классов стремится выставить на первое место своё Я, не считаясь с другими, а ребёнок 3-4 класса уже проявляет враждебную агрессию, стремится унижить другого ребёнка, осмеять его (если у другого ребёнка что-то не получается).

- Что же такое агрессия?

Предлагаем родителям поделиться своими ассоциациями на тему агрессии.

- Агрессия и агрессивность – это одно и то же, или эти понятия имеют разное содержание? (Ответы родителей)

Выводы.

- Начнём с того, что понимается под словом агрессия (от лат. *aggressio* — нападение). В народе говорят: «Лучшая защита – это нападение».

Агрессивность-это устойчивая характеристика человека, отражающая его предрасположенность к поведению, целью которого является причинение вреда окружающему, либо подобное эмоциональное состояние (гнев, злость).

Вот такая истинная агрессивность (прямое стремление причинить окружающим боль и вред) – самый редкий вариант развития ребёнка младшего школьного возраста. Агрессивное поведение детей - это своеобразный сигнал «sos», крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми самостоятельно ребенок справиться не в силах, потому, что не может удовлетворить какие-то свои потребности.

Детская агрессия – явление, к сожалению, часто возникающее.

Вопросы. Что может стать причиной такого поведения у ребенка?

Выводы. Действительно, причин для этого очень много:

- положение в коллективе,
- отношение к ребёнку сверстников,
- взаимоотношение с учителем, воспитателем
- отношения в семье и т.д.

Еще следует понимать разницу между агрессией и настойчивостью.

- Как вы думаете, что такое настойчивость? Как она проявляется?

- Настойчивость качество личности, которое выражается в способности преодолевать препятствия при достижении поставленной цели. Она не допускает оскорблений, издевательства и т.д.

- Иногда агрессивность детей принимает устойчивые формы.

Столкновение с детской агрессивностью порой вызывает у взрослых недоумение, растерянность. Обычно первое, что делают родители, - наказывают ребенка. Часто ребенок, сталкиваясь с неразрешимой для него проблемой, просто не знает, как себя правильно вести. Чтобы помочь ему, необходимо, прежде всего, выяснить возможные причины его агрессивности.

- Каковы же причины агрессивности у детей?

Иногда это врождённое качество, может быть и особенностью темперамента или нервной системы, соматические заболевания или заболевания головного мозга. Но гораздо чаще – агрессивность возникает в результате ошибок в воспитании, приводящих к внутреннему дискомфорту у ребёнка, которого не научили адекватно реагировать на происходящие вокруг события. Также частой причиной агрессивности детей являются семейные отношения.

Психологи заметили, что ребёнок проявляет агрессию во много раз чаще, если видит её в своей семье, унижение друг друга, взаимные оскорбления и упрёки в повседневной жизни порождают его жестокость и агрессивность по отношению к другим.

Если родители сегодня говорят детям одно, завтра им удобно говорить другое, негативно отзываются об учителях, воспитателях, классе целом, и против педагогов, сверстников и других людей.

Если семья помогает ребёнку преодолевать трудности, умеет слушать его, включает в общение доброту, ласку, то тем самым способствует преодолению агрессивности.

Агрессивный ребёнок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Жестокость и безучастность родителей приводит к нарушению детско–родительских отношений и вселяет в душу ребёнка уверенность, что его не любят. «Как стать любимым и нужным» - неразрешимая проблема, стоящая перед ребёнком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. К сожалению, эти поиски не всегда заканчиваются так, как хотелось бы нам и ребёнку, но как сделать лучше – он не знает. «Агрессивный ребёнок, используя любую возможность, стремится разозлить маму, учителя, сверстников; он не успокоится до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку». (детский психолог Н. Л. Кряжева)

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». Ребёнок не имеет представления, как другим способом можно бороться за выживание в этом странном и жестоком мире, как защитить себя.

Агрессивные дети часто подозрительны и настороженны, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность, они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, наоборот, 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.

Зачастую эмоциональный мир агрессивных детей очень скуден. Нетрудно догадаться, что в этом случае они просто не понимают ни своих, ни чужих эмоций. На них очень влияют взаимоотношения со сверстниками, дети копируют друг друга, (один обозвал, другой повторил, один пнул ногой портфель, другой добавил), а главное - «Я не виноват, это он мне сказал так сделать. С поступлением в школу у ребенка возникает чувство взрослости. И он, требуя отношения к себе как к взрослому, не всегда умеет правильно распорядиться своими правами. Агрессивность некоторых детей проявляется в том, что они иногда понимают поведение окружающих как враждебное. Например, дружеское подтрунивание над внешним видом, поступком, ошибкой в выполнении задания, они могут воспринять как насмешку, оскорбление. Отсюда возникает желание дать «отпор» обидчику.

Как ни странно, агрессивные дети одинаково часто встречаются у слишком мягких родителей, и у чрезмерно строгих. Исследования показали, что родители подавляющие эмоциональные выбросы у своих детей, не устраняют, а напротив, развивают чрезмерную агрессивность, которая в зрелые

как крапивница, псориаз, язва желудка, мигрень, гипертония. Если же вовсе не обращать внимания на агрессивные реакции ребёнка, то очень скоро он начнёт считать, что такое поведение вполне дозволено.

Работа в парах

- Давайте выполним упражнение «Разожми кулак» Работать будем в парах

Дать пуговицу (или конфету) одному из партнёров, он зажимает кулак, а второй пытается разжать пальцы за одну минуту.

Прежде, чем сделать выводы, послушайте притчу:

Поспорили солнце и ветер, кто из них сильнее. По степи шёл путник, и ветер сказал: «Кто сумеет снять с путника плащ, тот и сильнее». Стал ветер дуть, он очень старался, а добился того, что путник лишь сильнее закутался в свой плащ. Тогда выглянуло солнышко и согрело путника своими лучами, он сам и снял плащ.

- Всегда ли можно добиться своего силой? Как это можно сделать по-другому?

Тест. Давайте попробуем определить уровень агрессивности у вашего ребёнка. Вам необходимо обозначить подходят ли предложенные утверждения вашему ребёнку или нет. Если они подходят, то ответ «+», если нет- соответственно ответ «-» (опросник можно поместить на слайд, либо распечатать).

1. Часто теряет контроль над собой.
2. Он не может промолчать, когда чем- то недоволен.
3. Когда кто- то причиняет ему зло, он обязательно старается оплатить тем же.
4. Часто спорит, ругается со взрослыми.
5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что- то разбивает, потрошит.
6. Иногда он так настаивает на чём- то, что окружающие теряют терпение.
7. Он не прочь подразнить животных.
8. Часто завистлив, мстителен.
9. Очень сердится, когда ему кажется, что кто- то над ним подшучивает.
10. Иногда специально раздражает людей.
11. В ответ на обычные распоряжения стремится сделать всё наоборот.
12. Часто отговаривает взрослым.
13. Приходится несколько раз повторять просьбы.
14. Любит быть первым.
15. Часто винит других в своих ошибках.
16. Легко ссорится, вступает в драку.
17. Старается общаться с младшими и физически более слабыми.
18. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.

ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.

Высокая агрессивность - 15-20 баллов.

Средняя агрессивность - 7-14 баллов.

Низкая агрессивность - 1-6 баллов.

Степень агрессивности своего ребёнка вы определили. Не пугайтесь, а старайтесь понять, как можно помочь своему ребёнку.

Часто учителя жалуются на агрессивные высказывания детей (угрозы, грубость, неприличные слова, обзываются). И эти жалобы порой ставят родители в тупик. Что же делать в этой ситуации. Стоит признать, что чаще всего в этом виноваты сами взрослые. Кто-то из членов семьи пусть редко, но «выпускает пар» таким способом. У сына или дочери закрепляется вывод: если что-то не получается, если тебя не понимают, если нет другого выхода для снятия напряжения, можно поступать таким образом. Почему же эти «нехорошие» выражения закрепляются в их речи? Что детей в них так привлекает? Для младшего школьника ругающийся человек - это взрослый, бесстрашный, никого и ничего не признающий. Умение вставить в свою речь крепкое словечко, является одним из признаков взрослости. Это возвышает его в собственных глазах и в глазах сверстников, делает его «взрослым», независимым человеком.

Бесполезно постоянно ругать детей за использование неприличных слов или запрещать произносить их. Это делает ругательства ещё более привлекательными в глазах ребенка. Поэтому:

- Следите сами за собственной речью.

Если ребенок интересуется, почему люди произносят такие слова, скажите, например, что так говорят люди несдержанные и невоспитанные, когда хотят обидеть или разозлить другого человека.

- Если ребенок поймал на «нехорошем» слове вас, имеет смысл извиниться перед ним, сказать, что, к сожалению, вам не удалось сдержаться, вы поступили плохо. Дайте ему понять, что искренне раскаиваетесь, это сблизит вас, и впредь, конечно, старайтесь держать себя в руках.

Пусть он поймет, что бранные слова, особенно если они говорят в чей-то адрес, оскорбляют и унижают человека.

Но все же чаще у детей начальной школы встречается агрессия, направленная на окружающих людей. Что же делать родителям, если ребенок даже по ничтожному поводу лезет в драку?

Задача родителей заключается в том, чтобы научить ребенка управлять своими эмоциями.

Одна из наиболее часто встречающихся форм выражения гнева и протеста - истерика. Это может быть способ чего-то добиться от родных, и результат накопленного напряжения, стресса, волнения. Особенно подвержены таким срывам дети подвижные, активные, возбудимые, впечатлительные. Такое поведение можно расценить как импульсивность. Например, один толкнул другого, тот ему ответил мгновенно, не успев понять, что он имеет право выражать свои отрицательные эмоции, но делать это не с помощью визга или драки, а словами.

Надо сразу дать понять ребенку, что агрессивное поведение никогда не принесет желаемого результата. Иногда ребенку нужно просто человеческое общение, понимание, одного лишь ласкового слова бывает достаточно, чтобы снять его озлобление.

Если Вы зачастую наказываете ребенка физически, то у него происходит перенос подобного поведения на своих сверстников. Он просто копирует Ваше поведение. Физическое насилие, как правило, дает временный результат, но зато вызывает у ребенка агрессивность.

Иногда родители готовы растерзать ребёнка за разбитую вазу, порванную одежду, потерянный телефон, а то, что он пнул беспризорного котёнка, бросил камнем в птичку или щенка оставляют без внимания. При этом сами же его в некоторой степени оправдывают «он не понимает, он нечаянно, он больше так не будет». А ту же вазу он тоже нечаянно разбил и телефон не специально потерял! Но ваза и телефон стоили денег, а котёнок и щенок по улице бесплатно ходили.

Взрослым необходимо быть последовательными в своих действиях по отношению к детям. Наибольшую агрессию проявляют дети, которые никогда не знали, какую реакцию родителей вызовет их поведение в этот раз. Например, за один и тот же поступок ребенок в зависимости от настроения отца мог получить либо наказание, либо равнодушную реакцию. Обычно они говорят, а мне за это всё равно ничего не будет.

Важно помочь ребенку научиться владеть собой, развивать у него самоконтроль. Дети должны знать о возможных последствиях своих поступков и о том, как их действия могут быть восприняты окружающими. Научите ребенка говорить о своих переживаниях, называть вещи своими именами: «я разозлился», «я обиделся», «я расстроился».

Когда вы рассержены, старайтесь сдерживать гнев, но выкажите свои чувства, громко и сердито: «Я поражен и обижен». Ни в коем случае не обзывайте ребенка глупым, тупым и т.д. — он будет так же вести себя с другими детьми.

Крайне негативно на поведение детей влияют акты насилия, которые дети видят по телевизору или в компьютерных играх. Играя в такие игры, ребенок перестает видеть грань между игрой и реальностью.

Итак, мы сегодня много говорим об агрессивном поведении детей, причинах и о том, как родителям себя вести в разных ситуациях.

Вопросы. Давайте подведем итог. Какова стратегия семьи, если в ней растет ребенок, который часто ведет себя агрессивно? (ответы родителей)

Вывод. Правила поведения для родителей:

1. Самим не проявлять грубости, жестокости.

Чем больше будет агрессии с вашей стороны, тем больше враждебности зародится в душе ребенка. Не имея возможности ответить своим непосредственным обидчикам — родителям, ребенок отыграется на кошке или побьет младшего.

2. Постараться быть внимательными к ребенку.

Уделяйте внимание хорошему поведению. Часто ребенок начинает драться, чтобы привлечь к себе внимание, если его игнорируют или не хвалят, когда он ведет себя хорошо. Дети, которым, кажется, что на них не смотрят, пойдут на все, вплоть до драки со сверстником, чтобы привлечь к себе внимание.

3. Учиться слушать и слышать своего ребенка. Чаще включать в общение доброе слово, ласковый взгляд.

Уважайте личность в вашем ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства. Предоставляйте ребенку достаточную свободу и независимость, за которую ребенок будет сам нести ответственность. В тоже время покажите ему, что в случае необходимости, если он сам попросит, готовы дать совет или оказать помощь.

Покажите ребенку конечную неэффективность агрессивного поведения. Объясните ему, что даже если вначале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у другого ребенка понравившуюся игрушку, то впоследствии с ним никто из детей не захочет играть, и он останется в одиночестве. Вряд ли его прельстит такая перспектива. Расскажите также о таких негативных последствиях агрессивного поведения как неотвратимость наказания, возвращение зла и др.

Не забывайте хвалить ребенка за старательность. Когда дети реагируют должным образом, сделайте все, чтобы закрепить эти усилия. Скажите им: «Мне нравится, как ты поступил». Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими. Надо обязательно говорить ребёнку «Я горжусь тобой». Перед открытым уроком в субботу я попросила «Ребята, не подведите меня, пожалуйста»

И еще одно важное правило- ребёнку необходимо разряжаться, надо научить его избавляться от накопившегося раздражения, направить переполняющую его энергию в «мирных целях».

Замечательный чешский психолог Зденек Матейчик сказал: «Если у мальчика нет возможности пинать мячик, он будет пинать других детей». Создайте условия, позволяющие удовлетворять потребность в движении.

Разрешите ребенку побить подушку или диван, порвать газету, написать на бумаге все слова, которые хочется выкрикнуть, а затем порвать написанное, мять глину, пластилин кувыраться.

Можно еще посоветовать сыну или дочери в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать несколько раз глубоко вздохнуть или сосчитать до десяти. А можно еще предложить нарисовать свой гнев, тогда он большей своей частью останется на бумаге.

Позволяйте ребенку кричать, выплескивать отрицательные эмоции. Для этого можно использовать «кастрюлю гнева», «мешок обид». Если агрессии не дать выхода через слова, она проявится в поведении.

Ещё один способ побороть агрессию - с помощью бумаги.

Заведите листок «гнева». Это обычный лист бумаги, на котором нарисовано какое-то чудовище. Хозяин рисунка может выместить на нем свои негативные эмоции, скомкав лист или разорвав его.

4. Контролировать просмотр телепередач

При любой возможности - когда показывают драку по телевизору, когда вы видите дерущихся детей или ребенок гневно замахнулся на кого-то - объясняйте ему, что такое поведение неприемлемо, что это вредит другому человеку, делает ему больно.

Не учите давать сдачи. Учите хорошему, плохому научится сам.

- И в заключении я хочу рассказать Вам притчу.

О ее основной мысли задумайтесь, пожалуйста, сами...

«Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.

В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков.

Один волк представляет зло – зависть, жестокость, грубость, агрессию. Другой волк представляет добро – мир, любовь, верность, отзывчивость.

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

А какой волк в конце побеждает?

Как вы ответите на этот вопрос?

Старый индеец улыбнулся и ответил:

Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь...»

Для преодоления детской агрессии в своем арсенале, каждый родитель должен иметь: внимание, сочувствие, терпение, требовательность, честность, открытость, обязательность, доброту, ласку, заботу, доверие, сердечность, понимание, чувство юмора, ответственность, такт.

Берегите, цените, а главное - любите своих деток! Тогда они вырастут добрыми. Порядочными настоящими людьми.

Я искренне надеюсь, что вы сделаете для себя правильные выводы из всего услышанного, а может быть, кто-то из вас пересмотрит своё отношение к близким вам людям.

Список литературы

1. Берковец Л. «Агрессия: причины, последствия и контроль». Изд. Прайм-ЕВРОЗНАК-2001г.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? М., 2000.
3. Менделевич В. Д. «Психология девиантного поведения». Изд. М-МЕД пресс 2001г.
4. Румянцева Т. Г. «Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии». Изд. Москва, Вопросы психологии -1991г.
5. Стюхина Г. А. «Психологические особенности и механизмы развития младшего школьного возраста». Москва Педагогический университет «Первое сентября», 2010г.
6. Фурманов И. А. «Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция». 1996г.



Родительское собрание в 5-6 классах «Психологические особенности и варианты детской агрессивности»

Участники: педагог-психолог, родители 5-6 классов, администрация школы, классные руководители.

Форма проведения: групповая беседа с элементами дискуссии.

План мероприятия.

1. Организационный этап:

- разработка рекомендаций для родителей.

2. Проведение собрания:

- приветствие, вступительное слово;

- причины детской агрессии;

- факторы, влияющие на формирование детской агрессивности;

- варианты проявления детской агрессивности.

3. Методические рекомендации для родителей

Тест «Все ли в порядке с моим ребенком?»

4. Подведение итогов собрания:

- рефлексия;

- обмен мнениями.

Ход мероприятия

Добрый день, уважаемые родители, педагоги!

Тема нашей встречи: «Психологические особенности и варианты детской агрессивности».

«Человек обладает способностью любить, и если он не может найти применения своей способности любить, он способен ненавидеть, проявляя агрессию и жестокость. Этим средством он руководствуется от собственной душевной боли» *Эрих Фромм*.

Актуальность разговора

Актуальность темы несомненна, поскольку число детей с таким поведением стремительно растет. **Это вызвано суммацией целого ряда неблагоприятных факторов:**

1) ухудшением социальных условий жизни детей;

2) смена места жительства;

3) адаптация к новым социальным условиям (смена школы, новый классный коллектив и т.д.);

4) кризисом семейного воспитания (недостаток внимания своим детям, в связи с занятостью родителей);

5) невниманием взрослых к нервно-психическому состоянию детей;

6) увеличением доли патологических родов, оставляющих последствия в виде повреждений головного мозга ребенка.

Понятие агрессивности

Повышенная агрессивность детей и подростков является одной из наиболее характерных проблем в современном обществе.

Согласно многочисленным исследованиям, проявления детской агрессивности являются одной из наиболее распространенных форм нарушения поведения, с которыми приходится иметь дело взрослым – родителям, учителям, психологам, психотерапевтам. Сюда относятся вспышки раздражительности, непослушание, избыточная активность, драчливость, жестокость.

Что такое агрессия? Агрессия — мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленные и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности). Агрессия есть определенное действие, причиняющее ущерб другому объекту.

Агрессивность — это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Среди **форм агрессивных реакций** необходимо выделить следующие:

1. Физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица.

2. Косвенная агрессия – действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.).

3. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань).

4. Склонность к раздражению – готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.

5. Негативизм – оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

В психологии различают два вида агрессии: инструментальную и враждебную. Инструментальная агрессия проявляется человеком для достижения определенной цели. Она часто выражается у младших детей (я хочу забрать игрушку, предмет и т.д.) У старших, т.е. у школьников, больше проявляется враждебная агрессия, направленная на то, чтобы причинить человеку боль.

Уровень агрессивности детей меняется в большей или меньшей степени в зависимости от ситуации, но иногда агрессивность принимает устойчивые формы. Причин для такого поведения много: положение ребенка в коллективе, отношение к нему сверстников, взаимоотношения с учителем, близкими значимыми людьми – родителями.

Стойкая агрессивность некоторых детей проявляется в том, что они иначе, чем другие, понимают иногда поведение окружающих, интерпретируя его как враждебное. К агрессии больше склонны мальчики. Она входит в мужской стереотип, который культивируется в семье и СМИ.

Причины детской агрессии:

Органические:

- минимальная мозговая дисфункция;
- травмы и инфекционные поражения головного мозга и т.д.

Наследственные:

- психопатоподобное, аффективно-возбудимое поведение родителей или родственников;
- наличие выраженной тревожности и гиперактивности у ребенка.

Социально-бытовые:

- а) неблагоприятные условия воспитания в семье:
 - агрессивное поведение членов семьи в обыденных жизненных ситуациях;
 - непоследовательность родителей в обучении детей правилам и нормам поведения;
 - неоправданно жесткий родительский контроль;
 - насилие в семье;
 - конфликты между родителями;
 - неприятие ребенка (безразличие, нетерпимость к факту существования ребенка).
- б) неблагоприятная обстановка в школе:
 - конфликты с одноклассниками;
 - педагогически некомпетентное поведение педагогов;
 - чрезмерно высокая учебная нагрузка.

Ситуативные:

- ответная агрессивность на присутствие новых взрослых или сверстников;
- чувствительность к оценке, осуждению, порицанию;
- введение ограничений в поведение ребенка;
- переутомление;
- новизна, увеличивающая тревогу.

Агрессивное поведение определяется *влиянием семьи*, сверстников, социального окружения, а также средств массовой информации. Подростки, которые встречаются с насилием у себя дома и которые сами становятся жертвами насилия, склонны к агрессивному поведению. Так дети, воспитывающиеся в семьях, где злоупотребление алкоголем, наркотиками, совершение правонарушений является нормой жизни, и в последующем лишившиеся даже видимости семьи, являющиеся «социальными сиротами», склонны к проявлению агрессии и жестокости.

На становление агрессивного поведения сильное влияние оказывает степень разобщенности семьи, отсутствие близости между родителями и

ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семейного руководства. Дети, у которых в семье сильный разлад, чьи родители отчуждены и холодны, сравнительно более склонны к агрессивному поведению. Наиболее выраженные проявления агрессии наблюдаются при алкоголизации матери, когда нарушались взаимоотношения в системе «мать—дитя».

На становление агрессивного поведения большое влияние оказывает *характер наказаний*, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего ребенка. 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 очень 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.

Существенным фактором, стимулирующим агрессивное поведение, является враждебность, то есть негативное отношение ребенка к окружающему миру. В сочетании с обидой и подозрительностью оно формирует искаженную картину мира и грубо нарушает систему взаимоотношений и взаимодействия с окружением. Пусковым механизмом начала формирования враждебности может являться психологическая травма.

Дети учатся вести себя агрессивно, наблюдая за поведением других людей, в том числе детей. Взаимодействие со взрослыми и сверстниками дает им возможность научиться агрессивным реакциям (например, пущенные в ход кулаки или оскорбления). Однако дети, которые чрезвычайно агрессивны, скорее всего, окажутся отверженными большинством в своей возрастной группе, что является неким «естественным регулятором» уровня агрессивности в среде несовершеннолетних. Мощными факторами, провоцирующими агрессивность несовершеннолетних, являются некоторые особенности психики, такие как «трудный» темперамент, перенесенные травмы головы или инфекционные заболевания. С этим часто связаны неустойчивость нервно-психических процессов, затрудненность процессов торможения в центральной нервной системе, повышенный тонус нервной системы, импульсивность.

Факторы, влияющие на формирование детской агрессивности

В воспитании можно выделить два важных фактора, которые позитивно или негативно влияют на формирование детской агрессивности: расположение и неприятие.

Преодолению агрессивности ребенка помогает расположение, использующее в своем арсенале умение слушать, теплоту общения, доброе слово, ласковый взгляд.

Неприятие, наоборот, стимулирует детскую агрессивность. Оно характеризуется безразличием, устранением от общения, нетерпимостью и властностью, враждебность к факту существования ребенка. Неприятие ребенка приводит к формированию «детского госпитализма», т.е. появляется чувство одиночества, замкнутость, погружение в себя, отсутствие желания общаться с родными людьми, соблюдать семейные традиции, законы.

Огромное значение в воспитании детей имеет поощрение словом, взглядом, жестом, действием.

Очень значимо для ребенка и наказание, если:

- 1) оно следует немедленно за проступком;
- 2) объяснено ребенку;
- 3) оно суровое, но не жесткое;
- 4) оно оценивает действия ребенка, а не его человеческие качества.

Наказывая ребенка, отец и мать должны проявлять терпение, спокойствие и выдержку. Важно помнить, что ведущая роль в предупреждении и коррекции агрессивности у детей и подростков принадлежит семье, родителям.

Варианты проявления детской агрессивности

1. Физическая агрессия - желание использовать физическую силу против другого лица.
2. Вербальная агрессия - выражение негативных чувств через ссоры, крик, сквернословия в адрес других людей.
3. Косвенная агрессия - агрессия, которая направлена на другое лицо через сплетни, злобные шутки.
4. Негативизм - оппозиционная манера поведения, направленная против авторитета.
5. Раздражение - готовность к раздражению при малейшем возбуждении, вспыльчивость, резкость, грубость.
6. Обида - зависть и неприятное отношение к окружающим, обусловленное чувством гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания.
7. Подозрительность - недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

Для профилактики агрессивного поведения необходимо научить детей и подростков навыкам позитивного общения, взаимодействия с другими членами социума, умения находить альтернативные мирные пути решения конфликтов.

Какие же дети вырастают агрессивными наиболее часто?

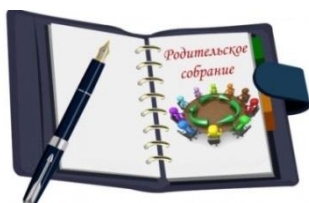
Мальчики

А. «Кумиры семьи», выросшие без отцов в сплошном женском окружении (мамы, бабушки и пр.). Б. Дети, выросшие в семьях с жестким авторитарным отцом и мягкой, уступчивой, непоследовательной матерью.

Девочки

А. В семье с жесткой авторитарной матерью при мягком, уступчивом отце. Срабатывает механизм идентификации с матерью.

Б. Предоставленные сами себе и самостоятельно пробивающиеся в жизни, в этих случаях агрессивность служит механизмом выживания.



Методические рекомендации для родителей Как правильно вести себя с агрессивным ребенком

1. Гиперактивно-агрессивный ребенок.

Двигательно расторможенным детям труднее быть дисциплинированными и послушными. Такие дети, воспитываясь в семье по типу «кумира» или в атмосфере вседозволенности, попадая в коллектив сверстников, могут становиться агрессивными. Необходимо грамотно выстраивать систему ограничений, используя, в том числе и игровые ситуации с правилами. Стимулируйте умение у детей признавать собственные ошибки. Учите их не сваливать свою вину на других. Развивайте чувство эмпатии, сочувствия к другим, сверстникам, взрослому и живому миру.

2. Агрессивно-обидчивый и истощаемый ребенок.

Обидчивость ребенка может быть связана не только с недостатками в воспитании или трудностями обучения, но и с болезнью роста, особенностями созревания нервной системы и организма. Повышенная чувствительность, раздражительность, ранимость могут провоцировать агрессивное поведение. Помогите ребенку разрядить психическое напряжение. И стремитесь избегать ситуаций перенапряжения, если ребенок почти всегда агрессивен.

3. Агрессивный ребенок с оппозиционно-вызывающим поведением.

Если ребенок часто грубит, (не всем, а только родителям), то, наверное, в ваших взаимоотношениях что-то не так: вы редко занимаетесь и общаетесь с ребенком; вы уже не образец для подражания, как раньше; ребенку скучно, нечем заняться, и он переносит на вас собственное настроение и проблемы, перекладывает ответственность за свое поведение. Попробуйте решать проблемы вместе, в сотрудничестве с ребенком, но не за него.

4. Агрессивно-боязливый ребенок.

Враждебность, подозрительность могут быть средством защиты ребенка от мнимой угрозы, «нападения». Работайте со страхами, моделируйте, т.е. создавайте опасную ситуацию и вместе с ребенком преодолевайте ее. При этом ситуация должна быть на грани приятного с неприятным, с преобладанием приятного.

Агрессивно-бесчувственный ребенок.

Есть дети, у которых способность к эмоциональному отклику, сопереживанию, сочувствию к другим нарушена. Причины могут быть в неблагоприятных условиях семейного воспитания, нарушениях психо-эмоционального развития ребенка, а также в чертах эмоциональной холодности, черствости, повышенной эмоциональной возбудимости, которые передаются от родителей или близких ребенка. Такой ребенок часто раздражается или, наоборот, равнодушен, толкается, дерется, говорит обидные слова, грубо обращается с животными. При этом ему трудно понять, что другому, т.е. обиженному, плохо или больно. Старайтесь стимулировать гуманные чувства у такого ребенка: жалейте, ухаживайте за животными; обращайтесь внимание ребенка на грустное, подавленное состояние другого человека и стимулируйте желание помочь. Если это не помогает, приучайте ребенка нести ответственность «отрабатывать» свое агрессивное поведение («А теперь, иди, извинись», - «пожми руку» и т.п.).

Как правильно вести себя с агрессивным подростком



Подросток может бунтовать, например, выражая свое категорическое несогласие с определенными действиями окружающих. В этом случае он бунтует, потому что не имеет других средств выразить свое несогласие, либо они исчерпаны.

Что делать его близким?

Во-первых, учиться слушать подростка, пытаться понять его потребности, страхи, мотивацию, учиться вместе с ним доверять друг другу.

Во-вторых, помочь ему расширить поведенческий репертуар, попытаться показать с максимальной деликатностью, что кроме бунта существует много других способов реагирования, в том числе конструктивных (умение договариваться, находить компромиссные решения).

Взрослым важно помнить, что в детстве родители, воспитатели, учителя являются непререкаемыми авторитетами для ребенка, именно на их мнение и оценки он ориентируется. В подростковом возрасте все меняется. Молодой человек уже приобрел некоторый опыт и пытается на основе своих суждений выносить оценки событиям, самостоятельно принимать решения. Кроме того, у подростка за пределами семьи появляются референтные группы, на оценки которых он ориентируется. Мнения взрослых становятся менее значимыми. Если окружающие не учитывают этих изменений, продолжают общаться с подростком как с несмышленищем, они угрожают его самооценке. Подросток пытается ее уберечь путем обесценивания в своем сознании травмирующих его взрослых. В результате мы получаем идеальную почву для агрессии и конфликта.



Как реагировать родителям на хамство, грубость и непослушание подростка?

Психологи рекомендуют в ответ на хамство или грубость спокойно и уверенно отметить, что в таком тоне разговаривать с родителями непозволительно, и предложить подростку некоторое время побыть одному в комнате, чтобы успокоиться. Это один из способов выйти из «горячей» фазы конфликта. А вот обсуждать, что именно привело к конфликту, какие при этом переживания возникли у родителей, какие у подростка, как разрешить возникшее недопонимание – следует позже, на фоне спокойного эмоционального состояния всех заинтересованных сторон.

Предлагаем вашему вниманию, видеоролик, в котором представлены две ситуации разрешения конфликта. Деструктивный способ, который не дает положительного результата конфликтующим сторонам и конструктивный, который разрешает конфликт с помощью договора и нахождения компромисса.



1. Старайтесь избегать скандалов и публичных ссор при ребенке, так это может сформировать у него модель конфликтного поведения, которое он будет переносить на окружающий социум.

2. Следите за тем, как ваш ребенок питается до школы и в школе. Большинство детей приходят в школу с пустым желудком, что также провоцирует агрессивное поведение.

3. Необходимо адекватно оценивать возможности своего ребенка и не ставить перед ним заведомо неосуществимых задач, невыполнение которых неизбежно приведет к фрустрации, заниженной самооценке, суицидальным попыткам.

4. Не будьте равнодушными к проблемам ребенка, старайтесь посещать школу не только в то время, когда проводится родительское собрание, но и в течение четверти (особенно это касается родителей, дети которых учатся нестабильно, имеют проблемы с дисциплиной и успеваемостью). Во время посещения школы спокойно и тактично разговаривайте с педагогами, постарайтесь выяснить истинные причины проблем.

5. Избегайте практики физического наказания.

6. При общении с ребенком необходимо использовать «Я-послания». Преимущества «Я-посланий» очевидны: они действуют менее угрожающе, чем «Ты-послания», и не загоняют ребенка в угол, ему не нужно сразу оправдываться, обороняться и «наносить ответный удар».

Примеры «Я-послания»

- Я думаю, что твой поступок не совсем правильный...
- Я недоволен тем, как ты поступил...

- Мне не нравится, что ты меня обманываешь....
- Я очень расстроился, когда увидел, что ты получил двойку.
- Мне кажется, что в данной ситуации ты не прав.

Примеры «Ты-послания»:

- Ты поступил плохо.
- Ты не смеешь.
- Ты должен.
- Почему ты получил двойку.
- Если ты не сделаешь этого, то ты будешь наказан.

7. Умеренная дозировка компьютерных игр и телевидения, совместное составление режима дня, могут помочь ребенку рационально распределять нагрузку и отдых.

Три способа открыть ребёнку свою любовь

В общении с ребёнком нет, и не может быть запрещённых эмоций, но при одном условии: он не должен сомневаться в безусловности вашей любви. Ребенок должен чувствовать, что ваше недовольство, раздражение или гнев вызваны его поступком, а не им самим.

1. Слово

Называйте ребёнка ласковыми именами, пусть в вашем голосе звучит нежность, нежность и только нежность.

2. Прикосновение

Иногда достаточно взять ребёнка за руку, погладить по волосам, поцеловать, чтобы он перестал проявлять агрессию. Прикосновения и доброжелательный контакт с матерью стимулирует физиологическое и эмоциональное развитие ребёнка.

3. Взгляд

Не разговаривайте с ребёнком, стоя к нему спиной или вполоборота, не кричите ему из соседней комнаты. Подойдите, посмотрите ему в глаза и скажите то, что хотите.

4.Тест «Все ли в порядке с моим ребенком?»

Поставьте перед собой вопрос: «Все ли в порядке с моим ребенком?», и выполните простой тест. Отвечайте: «никогда», «иногда», «часто» или «очень часто».

Мой ребенок:

1. Выходит из себя.
2. Спорит со взрослыми.
3. Активно не принимает или отказывается выполнять требования или правила, установленные взрослыми.
4. Ведет себя провокационно и нарочно раздражает людей.
5. Обвиняет других в собственных ошибках или неподобающем поведении.
6. Обидчив и легко раздражается из-за чужих действий.
7. Злобен и нетерпим к критике.
8. Недоброжелателен или мстителен.

Если вы ответили «часто» или «очень часто» как минимум на 4 из этих вопросов, то вам необходимо всерьез задуматься. Поведение вашего ребенка может быть признаком серьезной проблемы. Чтобы узнать, что происходит с вашим ребенком, следует внимательнее понаблюдать за его поведением дома и вне его.

«Золотые правила» воспитания, связанные с темой данного собрания

1. Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.

2. Не давайте своему ребёнку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.

3. Не ставьте своему ребёнку, каких бы то не было условий, ищите компромиссы.

4. Будьте тактичны в проявлении воздействия на ребёнка.

5. Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе.

6. Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребёнку в угоду чему – либо.

7. Не шантажируйте ребёнка своими отношениями друг с другом.

8. Не бойтесь поделиться с ребёнком своими чувствами и слабостями.

9. Не ставьте свои отношения с собственным ребёнком в зависимость от его учебных успехов.

10. Помните, что ребёнок – это воплощённая возможность! Воспользуйтесь ею так, чтобы она была реализована в полной мере.

Таким образом, самое главное — научить ребенка разряжаться — избавляться от накопившегося раздражения, дать ему возможность использовать переполняющую его энергию «в мирных целях».

Таким детям необходимо предложить социально приемлемые методы для выражения подавленного гнева.

Пусть ребенок останется один в комнате и выскажет все, что накопилось, в адрес того, кто его разозлил.

Предложите ему, когда сложно сдержаться, бить ногами и рукам специальную подушку, рвать газету, комкать бумагу, пинать консервную банку или мяч, бегать вокруг дома, писать все слова, которые хочется высказать в гневе.

Дайте ребенку совет: в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, несколько раз глубоко вдохнуть или сосчитать до десяти. Это помогает успокоиться.

Можно попросить ребенка нарисовать чувство гнева. Тогда агрессия найдет выход в творчестве.

Родители могут научиться управлять поведением своих агрессивных детей, для этого следует:

- обратить особое внимание на игры ребенка. В играх дети осуществляют свои мечты, фантазии и страхи;

- обсуждать с ребенком, на кого он хочет быть похож, какие качества характера его привлекают, а какие отталкивают;

- следить за тем, какой пример вы подаете ребенку. Если ребенок судит других людей, награждает их «ярлыками», возможно, он повторяет ваши слова;

- быть готовым внимательно выслушать ребенка, если он хочет рассказать вам свой сон. Во сне дети часто видят то, чего им не хватает в жизни. Особое внимание обращайте на повторяющиеся сюжеты сновидений;

- поощрять ребенка говорить о том, что его волнует, что он переживает;

- научить ребенка прямо говорить о своих чувствах, о том, что ему нравится, а что нет.

Очень активным и склонным к агрессии детям следует создать условия, позволяющие им удовлетворить потребность в движении, а также заняться интересующим их делом. Например, можно предложить им занятия в спортивных секциях, участие в соревнованиях или в постановке спектаклей, организовывать для них разные игры, длительные прогулки или походы.

Ребенок должен уметь сказать «нет», не поддаваться на провокации окружающих, с юмором относиться к неудачам и знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться с ними самостоятельно.

Только личным примером, развивая у ребенка сочувствие, сопереживание, стремление помогать тем, кто слабее, противостоять волне агрессии, захлестывающей детей с экранов телевизоров, мониторов компьютеров и страниц популярных газет и журналов.

Список литературы

1. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. – СПб.: Питер, 1998.
2. Златогорская О. На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения подростков. // Школьный психолог №№30,31, 2003.
3. Панченко С. Межзвездный скиталец. Психологическая игра для учащихся 6-7 классов.// Школьный психолог №16, 2003.
4. Психогимнастика в тренинге. /Под редакцией Н. Ю. Хрящевой. СПб.: «Ювента», Институт Тренинга, 1999. —256 с.
5. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте./ Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000.
6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учебное пособие: в 2 кн. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн.1. – 384с.
7. Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у

детей: альбом диагностических и коррекционных методик. – М.: "Романов", 2001.

8. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. / Пер. с нем.; В 4-х томах. – М.: Генезис, 2001.

9. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. / Пер. с нем. – М.: Генезис, 2001.

10. Хухлаева О.В., Кирилина Т.Ю., Федорова О.В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. – М.М Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.

Родительский тренинг

Тема: «Агрессивный подросток дома и в школе» (7-8 классы)



Цель: выявление последствий занимаемой родителями деструктивной позиции в общении с агрессивным подростком и разработка формы конструктивного взаимодействия с подростковой агрессией.

Тезаурус тренинга.

Агрессивное поведение - одно из самых распространённых нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели.

Агрессия - это действие человека, противоречащее нормам и правилам поведения и наносящее вред объекту нападения одушевлённому или нет, приносящее физический или моральный ущерб либо вызывающий психологический дискомфорт. (Может быть направлена на человека, а может на животное, предметы и т.д.)

Агрессивность - агрессивность - это свойство личности, выражается в готовности к совершению агрессивных действий.

Введение в тему.

Нет ни одного взрослого человека, который бы не сталкивался с подростковой агрессивностью. Проявления подростковой агрессивности часто загоняют родителей в тупик. «Как же так? Ведь мы так любим своего ребенка, стараемся учить его только доброму...», – разводят руки мамы и папы.

Давайте поговорим вопросы, которые у Вас возникают при общении с агрессивным подростком.

Вопросы записываются на флипчарте, например:

- почему возникает подростковая агрессивность?
- что хочет сказать ваш ребенок при помощи агрессии?
- как реагировать на агрессивное поведение ребенка?
- каким образом можно предотвратить агрессию ребенка?
- как научить ребенка выходить из состояния агрессии?
- откуда берется агрессия?

- почему мы сами часто злимся, нападаем на близких нам людей, а потом сожалеем об этом.

Обсудим все эти вопросы в данном тренинге.

«Знаете ли Вы?»

На самом деле, агрессивность необходима для нормального развития ребенка, иначе он не смог бы познавать окружающий мир, защищаться, конкурировать с другими людьми. Если родители строго в младенчестве и детстве запрещали ребенку проявлять необходимую агрессию (не бей, не отнимай игрушку, не кричи), то такое подавление агрессии могло привести даже к заболеванию-неврозу, или к тому, что однажды эта самая агрессия вырывается наружу с эффектом пружины, которая распрямилась.

Работа в КО-группах "Портрет агрессивного ребёнка"

Группа делится на 2-3 подгруппы-КО-группы. Каждой КО-группе выдаётся карточка с набором черт агрессивного подростка, участники совместно выбирают черты, свойственные, на их взгляд, современному подростку, выписывают на флипчарт. Проводится обсуждение.

Далее родители заполняют анкеты "Признаки агрессивности"

"Критерии выявления агрессивного подростка" Если у вас получилось 15-20 положительных ответов, то ваш ребёнок с высокой степенью агрессивности; если 7-14 - со средней степенью, если 1-6 - с низкой степенью агрессивности.

Если 4 из 8 критериев часто проявляются у ребёнка в течение не менее 6 месяцев, то можно предположить, что ребёнок является агрессивным.

Мини-лекция "Как помочь агрессивному ребёнку"

Независимо от причин агрессивного поведения ребёнка существует общая стратегия действия окружающих людей по отношению к нему:

— Если это возможно, сдерживать агрессивные порывы ребёнка непосредственно перед их проявлением (остановит занесённую для удара руку, окрикнуть ребёнка)

— Показать ребёнку неприемлемость агрессивного поведения, физической или вербальной агрессии по отношению к неживым предметам, а тем более к людям. Осуждение и демонстрация его невыгодности ребёнку в отдельных случаях действует довольно эффективно.

— Установить чёткий запрет на агрессивное поведение, систематически напоминать о нём.

— Обучение детей способам выражения гнева в приемлемой форме.

Существует 4 способа выражения гнева:

1. Прямо (вербально или невербально) выразить свои чувства, при этом давая выход отрицательным эмоциям.

2. Выразить гнев в косвенной форме, выместив его на человеке или предмете, который представляется разгневанному неопасным, кто "подвернётся под руку", кто слабее.

3. Сдерживать свой гнев "загоняя" его внутрь. В этом случае накапливающиеся отрицательные чувства и эмоции будут способствовать возникновению стресса

4. Задерживать негативную эмоцию до момента её наступления, не давая ей возможности развиться, при этом пытаться выяснить причину гнева и устранить её в кратчайший срок.

Приемлемыми формами выражения гнева являются - прямое заявление о своих чувствах и выражение гнева в косвенной форме с помощью игры.

Обучение детей приёмам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.

Часто агрессивным детям свойственны мышечные зажимы, особенно в области лица и кистей рук. Для таких детей очень полезны релаксационные упражнения.

Агрессивные подростки иногда проявляют агрессию лишь потому, что не умеют выразить свои чувства словами или другим способом. Задача взрослого - научить выходить из конфликтных ситуаций приемлемым способом, например с помощью ролевой игры.

Родителям раздаётся памятка с общими рекомендациями как избавляться от собственного гнева

Групповая дискуссия «Роль семьи»

Часто агрессивное поведение является следствием тех отношений, которые ребенок наблюдает в семье.

Если родители время от времени кричат, применяют физические наказания, то не следует удивляться, что ребенок не умеет общаться по-другому.

Вопросы для групповой дискуссии.

- Как наше поведение в моменты недовольства, ссор влияет на поведение детей?

- Умеем ли мы выражать свое недовольство?

- Какие способы реагирования родителями являются деструктивными в общении с агрессивным подростком?

Какие формы конструктивного взаимодействия с подростковой агрессией Вы знаете?

Фиксация идей на флипчарте.

Кейсы «Правило коммуникации» (Кейс-ситуации общения с подростками).

Это упражнение коммуникативный инструмент, позволяющий найти не агрессивные способы выражения своего недовольства.

Мини-лекция «Родитель-Взрослый-Дитя»

Любой человек вступает в общение из 3-х позиций. Родитель-Взрослый-Дитя.

Родительская позиция-это совокупность записей в коре головного мозга, оставленных нашими воспитателями.

Плюсы этой позиции:

- защищает ваше тело;
- приспосабливает к социуму (усвоение этических норм);
- когда есть экстремальные ситуации

В индивидуальном общении родительская позиция не эффективна.

Минусы:

- ограничивает ваше развитие;
- программирует;
- создает барьеры в общении, (используются приказы, оценки, нравоучения, морализация, советы).

У родительской позиции есть свои «спец-словечки»:

- обязан
- должен
- надо

Детская позиция-совокупность истинных чувств и желаний. А что я действительно хочу и чувствую.

Взрослую позицию в общении формируем мы сами. В этой позиции используется рациональный анализ происходящего, основанный не на чужом, пусть даже правильном, а на собственном, сознательно принятом, опыте. Взрослый делает выбор и несет ответственность за свой выбор, отслеживает свои чувства, желания, побуждения.

Проявление взрослой позиции в общении.

1. Взрослый общается на равных, он одинаково относится ко всем.
2. Взрослый говорит от своего имени.

- я считаю
- я думаю
- я полагаю
- мне кажется

3. Взрослый не заставляет другого защищаться.

4. Взрослый владеет Я - сообщением.

В какую позицию посылается сообщение, из той же позиции ожидается ответ.

Я - сообщение используется тогда, когда у вас эмоционально-напряжённая ситуация.

Я - сообщение состоит из нескольких пунктов.

1. описываете ситуацию
2. говорите о своих чувствах (мне обидно, мне трудно, я раздражаюсь, меня это злит...)

3. ищем конструктивный выход из ситуации

пример высказываний:

- я хочу,
- я верю,

Далее идет описание действий.

Кейс-ситуации для обсуждения:

1. Когда я прихожу домой и опять натыкаюсь на твои разбросанные вещи....

2. Ваш повзрослевший ребенок говорит вам, чтобы вы не вмешивались в его личную жизнь....

3. Моя начальница снова обозвала меня бездельницей и лентяйкой....

Обсуждение в группах вариантов реагирования с трех позиций РДВ. Варианты конструктивных решений ситуаций.

Обсуждение.

Групповая релаксация « Озеро».

Участников просят сесть удобнее и закрыть глаза.

«Пожалуйста, сделайте несколько глубоких вдохов. И вы заметите, что через 2-3 мин. наступит расслабление. Представьте мысленно в своем воображении озеро. (Для тех, у кого трудно с воображением, можно подготовить картинку с изображением озера). Смотрите вглубь вод неподвижного озера и представляйте себе, что ваши мечты становятся реальностью. Затем мысленно представьте образ того, кем вы хотите стать, чего вы хотите достичь, что хотите иметь. Например, хотите стать самой лучшей в мире мамой (отцом) - вообразите себе, как вы смеетесь и играете с детьми, как с открытым сердцем отвечаете на их вопросы. Представьте, как ласково и непринужденно вы ведете себя с ними в напряженной ситуации. Еще раз подумайте о том, как вы поведете себя, когда подобная ситуация случится в реальности. На выдохе все возвращаются.

Видео-притча «Борьба двух волков»

Обратная связь. Свободный микрофон. «Ладонка на дорожку»

Желающие участники, передавая микрофон друг другу, отвечают на вопрос: «Чем была полезна для Вас эта встреча?». Делятся чувствами

На вырезанных разноцветных ладонках записывают пять конкретных приёмов, которые будут использовать.

Приложение 1.

Экспресс - анкета «Признаки агрессивности»

Лютлова К.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми.
СПб., Речь, 2005.¹

Оцените предложенные утверждения.

№	Утверждение о ребенке	Да	Нет
1	Временами в него вселяется «злой дух»		
2	Он не может промолчать, когда чем-то недоволен		
3	Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отплатить ему тем же		
4	Иногда ему без всякой причины хочется выругаться		
5	Бывает, что он с удовольствием ломает вещи и рвет книги		
6	Иногда он так настаивает на своем, что окружающие теряют терпение		
7	Он не прочь подразнить животных		
8	Очень сердится, когда кто-то подшучивает над ним		
9	Кажется, что иногда у него вспыхивает желание сделать что-нибудь плохое, шокировать окружающих		
10	В ответ на обычные просьбы стремится все сделать наоборот		
11	Часто бывает ворчлив		
12	Всегда воспринимает себя как самостоятельного и решительного человека		
13	Любит быть первым, командовать, подчинять себе волю других		
14	Неудачи вызывают у него сильное раздражение, он начинает искать виноватых		
15	Легко ссорится, часто вступает в драки		
16	Старается общаться с младшими и физически более слабыми детьми		
17	У него нередко бывают периоды мрачной раздражительности		
18	Он часто не считается со сверстниками, не уступает, не делится		
19	Он всегда уверен, что любое задание выполнит лучше других		

Положительный ответ по каждому утверждению оценивается в 1 балл. Подсчитайте, сколько утверждений, по вашему мнению, может быть отнесено к вашему ребенку.

15 – 19 баллов – высокий уровень агрессивности

7 – 14 баллов – средний уровень агрессивности

1 – 6 баллов – низкий уровень агрессивности

¹ Экспресс - анкета «Признаки агрессивности» Лютлова К.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб., Речь, 2005.¹

Список литературы

1. Басс А.Г. Психология агрессии // Вопросы психологии. – 1997. - №3. – С.60-67.
2. Берон Р. Агрессия. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000.
3. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. – СПб.: Изд-во «Речь», 2004.
4. Долгова А.Г., Агрессия в младшем школьном возрасте. Диагностика и коррекция. – М.: Изд-во «Генезис», 2009 г.
5. Коннор Д. Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков. – М.: Изд-во «Олма-Пресс», 2005.
6. Кэмпбелл Р. Как справиться с гневом ребенка. - М.: Изд-во «Генезис», 1998.
7. Масагутов Р.М. Детская и подростковая агрессия. – Уфа, 2002.
8. Можгинский Ю. Агрессия у подростков. Эмоциональный и кризисный механизм. – М.: Изд-во «Лань», 2008.
9. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. – М.: Изд-во «Олма-Пресс», 1996.
10. Туманова Е.Н. Помощь подростку в кризисной ситуации. – Саратов, 2002.
12. Фурманов И. А. Агрессия и насилие. Диагностика, профилактика и коррекция. – СПб.: Изд-во «Речь», 2007.
11. 13. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. – СПб.: Изд-во «Речь», 1996.
12. <https://t.me/s/openheartlive?q=%23проподростков>

Родительский мастермайнд (9-11 классы)

**Тема: ««Легко ли быть молодым... о подростковой агрессии?»
(по профилактике агрессивного поведения среди старшеклассников)**

Цель: формирование знаний, умений, навыков у родителей старшеклассников по снижению уровня агрессивности подростков, по снятию эмоционального напряжения и повышению самооценки.

Задачи:

— формировать способность к осознанию собственного эмоционального мира, к пониманию чувств других людей, в том числе собственных детей;

— обучать навыкам работы с собственным гневом, навыкам саморегуляции, приемлемым способам выражения гнева, конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации.

Введение

Человек — существо социальное. Чтобы выпустить наружу свой скрытый потенциал, ему необходимо постоянное общение, поддержка, признание. Именно поэтому люди объединяются в коллективы, организации, сообщества, клубы — по большому счету, это уже мастермайнд.

У вас в голове созрел какой-то проект, но вы не рискуете сделать первый шаг, чтобы воплотить его в жизнь? Нет уверенности в конечном положительном результате? Сомневаетесь, что вложения не оправдают себя? Тогда группа мастермайнд - это то, что поможет справиться со страхами. В статье подробно рассмотрим, что она из себя представляет, чем помогает и как ее организовать.

Слово *mastermind* пришло из английского языка. Оно означает «вдохновитель», еще его переводят как «выдающийся ум», что отражает суть понятия. Главная цель встречи - вдохновить участников мастермайнд-группы на реализацию идеи, достижение результата.

Мастермайнд - это коллективное совершенствование близких по духу людей. На встречах группы присутствующие обсуждают проблемы и вместе находят максимально эффективный и быстрый способ их решения.

«Круги на воде» - теоретическое погружение родительского мастермайнда

Круг 1. Тезаурус. Работа с терминами.

Агрессия — мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленные и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности). Агрессия есть определенное действие, причиняющее ущерб другому объекту.

Агрессивность - это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Среди форм агрессивных реакций, встречающихся в различных источниках, необходимо выделить следующие:

- *физическая агрессия* (нападение) – использование физической силы против другого лица.

- *косвенная агрессия* – действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.).

- *вербальная агрессия* – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань).

- *склонность к раздражению* – готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.

- *негативизм* – оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Может нарастать от

пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, социального окружения, а также средств массовой информации. Подростки, которые встречаются с насилием у себя дома и которые сами становятся жертвами насилия, склонны к агрессивному поведению. Так дети, воспитываемые в семьях, где злоупотребление алкоголем, наркотиками, совершение правонарушений является нормой жизни, и в последующем лишившиеся даже видимости семьи, являющиеся «социальными сиротами», склонны к проявлению агрессии и жестокости. На становление агрессивного поведения сильное влияние оказывает степень разобщенности семьи, отсутствие близости между родителями и ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семейного руководства. Дети, у которых в семье сильный разлад, чьи родители отчуждены и холодны, сравнительно более склонны к агрессивному поведению. Наиболее выраженные проявления агрессии наблюдаются при алкоголизации матери, когда нарушались взаимоотношения в системе «мать—дитя».

Круг 2. «Давайте разберемся: становление причины е агрессивного поведения»

Становление агрессивного поведения — сложный и многогранный процесс, в котором действует множество факторов, как биологических, так и социальных. По результатам наблюдения за поведением ребенка в различных ситуациях, а также в процессе бесед с родителями и педагогами удалось выявить круг причин, провоцирующих агрессивность с раннего возраста. Это следующие причины.

1. *Органические:*

- минимальная мозговая дисфункция;
- травмы и инфекционные поражения головного мозга и т.д.

2. *Наследственные:*

- психопатоподобное, аффективно-возбудимое поведение родителей или родственников;
- наличие выраженной тревожности и гиперактивности у ребенка и др.

3. *Социально-бытовые:*

- а) Неблагоприятные условия воспитания в семье:
 - агрессивное поведение членов семьи в обыденных жизненных ситуациях;
 - непоследовательность родителей в обучении детей правилам и нормам поведения;
 - неоправданно жесткий родительский контроль;
 - насилие в семье;
 - конфликты между родителями;

– неприятие ребенка (безразличие, нетерпимость к факту существования ребенка).

б) Неблагоприятная обстановка в школе:

- конфликты с одноклассниками;
- педагогически некомпетентное поведение педагогов;
- чрезмерно высокая учебная нагрузка.

4. *Ситуативные:*

- ответная агрессивность на присутствие новых взрослых или сверстников;
- чувствительность к оценке, осуждению, порицанию;
- введение ограничений в поведение ребенка;
- переутомление;
- новизна, увеличивающая тревогу.

На становление агрессивного поведения большое влияние оказывает характер наказаний, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего ребенка. 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 очень 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.

Круг 3. «Мастерская»

«Притча о счастливой семье»

- Жила-была на свете семья. Она была не простая. Более 100 человек насчитывалось в этой семье. И занимала она целое село. Так и жили всей семьей и одним селом. Вы скажете: ну и что, мало ли больших семейств на свете, но дело в том, что семья была особая, мир и лад царили в той семье и, стало быть, на селе. Ни ссор, ни ругани, ни, Боже упаси, драк и раздоров.

Дошел слух об этой семье до самого владыки страны. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и душа его возрадовалась: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивился владыка. Решил узнать, как жители села добились такого лада, пришел к главе семьи; расскажи, мол, как ты добиваешься такого согласия и мира в своей семье. Тот взял лист бумаги и стал что-то писать. Писал долго. Видно, не очень силен был в грамоте.

Затем передал лист владыке. Тот взял бумагу и стал разбирать каракули старика. Разобрал с трудом и удивился. Три слова были начертаны на бумаге: любовь, прощение, терпение. И в конце листа: сто раз любовь, сто раз прощение, сто раз терпение. Прочел владыка, почесал, как водится за ухом, и спросил:

- И все?

- Да, - ответил старик, - это и есть основа жизни всякой хорошей семьи.
- И, подумав, добавил: - И мира тоже.

Упражнение «Ассоциации».

- Предлагаю каждому из вас назвать, какие ассоциации у вас возникают, когда вы слышите слово «агрессия» Что для каждого из вас это значит?

Упражнение «Холодные и теплые воспоминания»

- Пусть каждый из вас подумает о своей семье и о своем доме и постарается передать свои «теплые» и «холодные» впечатления.

- У вас на столах листы с нарисованным домом. Он разделен на две части. Попробуйте записать в каждую часть нарисованного дома свои переживания.

Обсуждение результатов.

- Вы обратили внимание, что многое объединяет наши рисунки...

Упражнение - Визуализация «Легко ли быть молодым?»

- Закройте глаза, сядьте удобно. Поток воспоминаний уносит вас в подростковое время. Вы сидите в своей комнате с любимой книжкой в руках. Вечер. Тишина. Посмотрите, что на вас надето: какая обувь, какая одежда, какая причёска. Какого цвета ваше подростковое детство, какие звуки преобладают в нем, какие чувства?

- А какие слова вы слышали от родителей, родственников, когда они видели вашу комнату неприбранной, уроки невыполненными, гостей нежеланными. Что вы чувствовали?

- Легко ли вам было быть подростком?

Упражнение «Незаконченные предложения «С тех пор как я был подростком...»

В общем, я как подросток...

Мать всегда была ...

Мать никогда ...

Отец всегда был...

Отец, казалось, ожидал...

Прямо сейчас я чувствую...

При мысли о том, чтобы столкнуться со своими разочарованиями...

Иногда мне хочется прокричать...

Если бы я был действительно честен и позволил себе быть тем, кто я есть...

Если бы люди знали, сколько во мне гнева ...

Я не смею выплеснуть свой гнев, потому что...

Упражнение «Листок гнева».

- Уважаемые родители, предлагаем Вам вспомнить ситуацию, когда Вы испытывали гнев и воспользоваться вашим «Листком гнева». (Дома Вы можете вместе с подростком распечатать другие образы гнева).

Каждому участнику выдается листок с напечатанным изображением чудовища в приступе гнева и инструкцией по применению: «В случае припадка ярости скомкать и швырнуть в угол!».

Упражнение «Мешочек криков».

- Как известно, подросткам очень непросто справляться со своими отрицательными чувствами, ведь те так и стремятся прорваться наружу в форме криков и визгов. Конечно, это не вызывает одобрения у взрослых. Однако если эмоции очень сильны, то неправильно сразу требовать от детей спокойного анализа и поиска конструктивных решений. Сначала нужно дать им возможность немного успокоиться, выплеснуть негатив приемлемым способом, например, предложить воспользоваться «мешочком криков», в который подросток может кричать и визжать столько, сколько ему необходимо. Когда он опустит волшебный мешочек, то должен будет разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая произошедшее. Желательно пришить к нему завязочки, чтобы иметь возможность «закрыть» все «кричалки» на время нормального разговора. Получившийся мешочек должен храниться в определенном месте и не использоваться с другими целями. Если под рукой не оказался мешочка, то можно его переделать в «баночку криков» или даже «кастрюлю криков», желательно с крышкой. Однако использовать их позднее для мирных целей, например для приготовления еды, будет крайне нежелательно.

Игра «Сигналы гнева».

- Уважаемые родители, предлагаем Вам сыграть в игру, воспользовавшись ситуациями на упражнения «Незаконченные предложения». Игра направлена на осознание подростком своего гнева через телесные ощущения.

Пусть подросток вспомнит какую-нибудь ситуацию, в которой он очень сильно злился, готов был убить обидчика. Спросите его, как его гнев давал о себе знать до драки? Возможно, этот вопрос поставит подросток в тупик, тогда помогите ему, объяснив, что все чувства, так или иначе, влияют на наше тело. Когда человек обижен и злится, он может ощущать, как сжимаются его кулаки, кровь приливает к лицу, комок подступает к горлу, становится трудно дышать, напрягаются мышцы лица, живота и т. п. Это и есть сигналы гнева. Он предупреждает нас о своем росте.

Если мы игнорируем эти предупредительные знаки, то в какой-то неожиданный для нас момент он резко выплескивается наружу в виде действий, за которые потом может быть стыдно. Если же мы вовремя заметим его сигналы, то мы сможем управлять этим сильным чувством (а не наоборот, как это случается с подростком, когда гнев управляет им). После того как будет проведена эта разъяснительная работа и выявлены сигналы гнева, свойственные именно вашему подростку, постарайтесь сделать эту игру актуальной. Как только Вы заметите, что подросток начинает сердиться, спросите его, какие сигналы ему подает чувство.

Соответственно, какое это чувство? Что оно может заставить тебя сделать? Какие это будет иметь последствия? Пока все это еще не началось, и ты уловил сигнал вовремя, что можно сделать, чтобы избежать неприятностей? Обсудите с подростком конкретные способы, выхода из конкретной ситуации. Например, можно было встать и уйти или промолчать, а не поддаваться на явную провокацию, чтобы не доставлять радости ожидающим этого, и т. п. Примечание. Чтобы эта игра была результативной, ее нужно проводить систематически, причем она требует от самих взрослых внимательности и чуткости, а также находчивости в принятии возможных способов решений различных проблем

коррекционный

Игра «Гнев на сцене».

Этот игровой прием основан на зрительном представлении образа своего негативного чувства. Когда Ваш подросток злится (или только что испытал злость), предложите ему представить, как выглядел бы его гнев на сцене театра. В образе кого выступал бы актер, играющий гнев, — монстра, человека, животного, а может быть, бесформенного пятна? Какого цвета был бы его костюм? Каким он был бы на ощупь — горячим или холодным, шершавым или гладким? Чем бы он пах? Каким голосом говорил бы? Какими интонациями? Как бы он двигался по сцене? При желании подросток может нарисовать образ своего гнева, а еще лучше, войти в роль этого актера и изобразить гнев «от первого лица», выразительно двигаясь за него и произнося реплики, которые ему хочется в данный момент произнести, и с такой громкостью и интонациями, как считает нужным. Спросите подростка, с чего начиналось бы выступление гнева? Как развивалось бы? Чем оно должно закончиться? Пусть он покажет Вам весь спектакль.

Позитивным моментом в этой игре является возможность совмещения подростком ролей режиссера и актера, играющего гнев, то есть, получая возможность выплеснуть гнев, он в то же время имеет возможность руководить им и в конце концов «убрать» его со сцены.

Для ребят постарше задание можно усложнить, попросив их придумать, как вел бы себя гнев на сцене, если бы он был гневом человека из первобытного общества, из рыцарского ордена, из современного цивилизованного мира. Тем самым Вы натолкнете подростка на мысль, что чувство гнева существовало всегда, но нормы его выражения в разные исторические времена и в разных обществах существенно отличаются.

Полилог. «Наш дом – наша защита, наш очаг».

Наш дом – это наша защита, наш очаг, в котором должен всегда гореть огонёк взаимопонимания, доброты, участия. Но иногда пламя в очаге может быть беспощадным. От былого тепла и понимания остается только пепел. Это происходит в том случае, если недоразумения и недопонимание между детьми и родителями перерастают в ненависть и даже вражду. Теперь Вы достаточно вооружены знаниями, умениями, навыками, осталось вооружить своих детей.

- В заключение нашего мастермайнда нам осталось создать символический «Дом счастья»

Проектная игра "Строим дом".

- Семья - это не просто родственники, живущие рядом. Это близкие люди, которые сплочены чувствами, интересами, идеалами, отношением к жизни, которые уважают, любят и заботятся друг о друге.

Ещё с детства в глубине души каждого человека зарождается и крепнет с годами чувство - это любовь к родному дому.

Предлагаю сейчас вам превратиться в строителей и из предложенных качеств построить дом. (Работа осуществляется с помощью интерактивной доски).

- С чего начинается строительство дома? Конечно, с фундамента. Задание первое: из кирпичиков, предложенных вам, выбрать те качества, которые составляют «фундамент» Дома. Что является основой основ, чтобы семья была крепкой и счастливой? (Любовь, Взаимопонимание, Уважение)

- Задание второе, из каких качеств мы «построим» стены, чтобы они устояли твердо на нашем фундаменте, это те качества, которые помогут фундаменту не разрушиться, создадут уют и доброжелательную обстановку. (Доброта, Ласка)

- Задание третье: создайте «Технику безопасности» в конфликтных ситуациях, которые неизбежны в семье, какие качества составят крышу нашего дома, помогут выстоять в любую непогоду, спасут от любого ненастья и грозы. (Взаимовыручка, Упорство, Трудолюбие, Сострадание)

Родителям выдается «Памятка безопасности в конфликтных ситуациях»

Рефлексия. Обратная связь

«Памятка безопасности в конфликтных ситуациях»



Как нужно вести себя в конфликтной ситуации? Существуют определенные правила поведения, если вы хотите решить эту проблему, а не превратить ее в катастрофу. Даже между близкими людьми порой возникает недопонимание, ссоры, и от того, как поведут себя обе стороны конфликта, зависят их дальнейшие отношения. Ведь сгоряча можно наговорить лишнего, лишь бы сильнее ранил человека, и эти слова запоминаются надолго. Суть конфликта может забыться, но слова, которые ранили сердце, запомнятся навсегда, и будут долго сидеть занозой. Конфликтов трудно избежать, а значит, нужно научиться правильно реагировать на конфликтную ситуацию, и грамотно себя вести. Это поможет и в быту, и на работе, и просто на улице.

Чего нельзя допускать в условиях конфликта?

1. **Нельзя убегать.** Бегство – это прямое признание собственной неправоты и слабости. Если вы хотите сохранить отношения с человеком, бегство не вариант. Бегство допустимо лишь в том случае, если словесная перепалка грозит перерасти в физическое насилие. В этом случае, разумнее уйти от решения спора именно сейчас, но вы должны понимать, что просто отложили тяжёлый разговор.

2. **Не стоит кричать или повышать голос.** Собеседник вас и так прекрасно слышит, и ни к чему оповещать о своих проблемах всех окружающих. Тем более не стоит приглашать лишних свидетелей. «Посмотрите, люди добрые, что он несёт...», наверняка вы такое не раз слышали, но вам не очень хотелось становиться свидетелем чужой ссоры. Посторонние люди не будут вникать в нюансы и тонкости ваших взаимоотношений, и для них это просто нечто бесплатного цирка.

3. **Нельзя в конфликте «бить по больному», и припоминать какие-то секреты, которые вам доверили в своё время.** Ваш оппонент воспримет это как предательство, и, скорее всего, он этого не простит никогда. Одно дело – спорить из-за разных точек зрения, и совсем другое, когда переходят на личности. Если дело касается работы, обсуждаете работу, если это бытовые проблемы, обсуждаете быт. Разгорячённый человек нередко валит всё в одну кучу, и разобраться, что именно от вас хотят – не так просто.

4. **Первое правило ведения диалога в конфликтной ситуации – это дать человеку выговориться.** Разговор на повышенных тонах начинается из-за того, что накопился негатив. В этот момент человек похож на кипящий чайник, и если не дать ему выпустить пар, случится беда. Только не надо делать в ожидании этого момента равнодушный или насмешливый вид. Это ещё больше разозлит спорщика, и время выпуска пара увеличится.

5. Постарайтесь услышать, из-за чего собственно крики. Если претензии справедливы, разумнее признать критику, даже выраженную в такой форме. Можно извиниться и уверить собеседника, что постараетесь исправить свои ошибки, и впредь быть внимательнее. Если же претензии необоснованы, придётся подождать, пока человек остановится, чтобы перевести дух. Уточните, правильно ли вы поняли суть претензий, и изложите свои аргументы, почему вы поступили именно так. Разговаривайте спокойно, без лишних эмоций. Возможно, с первого раза ваш оппонент и не поймёт ваших слов, так как в нём всё ещё бурлят эмоции, но повторите это ещё раз. Можно предложить ему выпить чаю, кофе, и снова обсудить проблему в более спокойной обстановке.

6. Ваш оппонент должен видеть, что вы действительно его услышали, и хотите найти выход из создавшейся ситуации. Очень важно позволить ему «сохранить лицо» в такой ситуации, даже если он неправ в данной конкретной ситуации. Однако, это не значит, что вы должны соглашаться с откровенным бредом, лишь бы человек успокоился.

Если вы солжётё, вскоре возникнет новая конфликтная ситуация, которая не прибавляет здоровья никому.

7. Один из приёмов, как сбить агрессию – это переключить внимание агрессора на что-нибудь другое. Желательно, чтобы это были положительные эмоции, и оппонент сбился с мыслей. Этот способ срабатывает, если спор разгорелся из-за пустяка. Если же проблема серьёзная, слова оппонента нужно воспринимать всерьёз.

Список литературы

1. Кэмпбелл Р. Как справиться с гневом ребенка. - М.:Изд-во «Генезис», 1998.
2. Масагутов Р.М. Детская и подростковая агрессия. – Уфа, 2002.
3. Можгинский Ю. Агрессия у подростков. Эмоциональный и кризисный механизм. – М.:Изд-во «Лань», 2008.
4. Туманова Е.Н. Помощь подростку в кризисной ситуации. – Саратов, 2002.
5. <http://www.stihi.ru/2010/07/10/5990> “Притча о счастливой семье”,
6. <http://twojideal.ru/>
7. <http://www.baby.ru/blogs/post/155345306-16810414/>
8. http://biblioskrepka.blogspot.ru/p/blog-page_2501.html

Родительское собрание (7-9 классы)

Тема: «Контрольная для взрослых. Агрессия, ее причины и последствия»

Цель: формирование у родителей понимания, что такое агрессия, ее причины и освоение способов взаимодействия с агрессивным ребенком.

Задачи:

1. Обсудить с родителями причины агрессивности и её влияние на взаимодействие подростка с окружающими людьми.

2. Формировать у родителей культуру понимания проблемы агрессивности, возможных путей её преодоления.

Форма проведения: родительская гостиная

Предварительная работа: анкетирование, подготовка памятки для родителей, проведение исследования по проблеме детской агрессивности.

Основной этап.

- Когда речь идет о безопасности подростка, мы чаще думаем о физической безопасности при перемещении по городу без сопровождения. И радуемся долгожданной родительской свободе от помощи бабушек, нянь и продленок.

Но надо помнить и о безопасности эмоциональной, которая необходима, когда подросток остается наедине с самим собой — даже уединяясь дома в своей комнате.

- Контрольная работа. Что делают на контрольной работе? Решают задачи, ищут ответы на поставленные вопросы.

Мы с Вами тоже будем искать ответы на главные вопросы нашей жизни: как взаимодействовать с ребенком, если он агрессивен? Почему ребенок становится агрессивным?

Итак, первое задание.

Упражнение 1. «Лист» Главное условие: закрыть глаза и слушать мою инструкцию. У каждого есть лист, все листы одинаковой формы, размера, качества, цвета. Слушайте внимательно и выполняйте следующее:

1. Сложите лист пополам.
2. Оторвите правый верхний уголок
3. Опять сложите лист пополам
4. Снова оторвите правый верхний уголок

Продолжайте эту процедуру, пока она будет возможна. Теперь раскройте свою красивую снежинку. Сейчас я прошу вас найти среди остальных снежинок точно такую же, как у Вас. Все полученные снежинки – разные, так же и наши дети - разные. Различны их способности, возможности и личные качества. А мы все – родители, и все мы – тоже разные. Но все мы объединены общей заботой о благополучии и успешности наших детей. А чтобы наши дети действительно были таковыми необходимо вовремя увидеть проблему, владеть ситуацией и уметь оказать помощь и поддержку своему ребенку.

Упражнение 2. Посмотрите ролик и ответьте на вопросы.

<http://www.youtube.com/watch?v=ACcduy0EXd8> – ссылка ролик о подростковой агрессии

- Какие качества проявляет один подросток по отношению к другому? (Ответы родителей: гнев, неприятие, агрессия)

- Что же такое агрессия? С чем ассоциируется слово «агрессия»? Ответы родителей (Агрессия — мотивированное разрушительное поведение, импульс или намерение, которое рождает психологический дискомфорт и наносит ущерб людям или отдельному человеку).

- Агрессия и агрессивность – одно и то же или эти понятия имеют разное содержание? Ответы родителей. Агрессия — это действие, а агрессивность - свойство личности. Агрессию может проявить любой человек, и это небольшая проблема, но если такие действия становятся чертой личности, то коррекция потребует времени и сил).

- Что может послужить причиной гнева подростка? (Ответы родителей)

Причины повышенной агрессивности в переходном возрасте могут быть разные:

— Биология. Организм подростка активно растет и меняется, буйствуют гормоны, что проявляется в остром восприятии всего, повышенной раздражительности, импульсивности. Юношеский максимализм вынуждает видеть во всем только черное или белое, не замечать полутонов. Мальчишки становятся более крепкими физически, ощущают свою силу, а нередко и потребность демонстрировать ее окружающим

— Личностные факторы. Подросток может надевать маску агрессора, пытаясь скрыть чувство вины или обиду, неуверенность в себе (особенно когда на него мало обращают внимание и даже не пытаются понять мотивы его поступков). Тогда агрессивное поведение становится способом заявить о себе, самоутвердиться за счет тех, кто слабее. На склонность к проявлению агрессии оказывают влияние характер и темперамент, особенности конституции (индивидуальные психические и физиологические свойства, которые могут быть обусловлены как наследственностью, так и продолжительным воздействием окружающей среды).

— Обстановка в семье. Негативно на подростка влияют и недостаток родительского внимания и любви, и гиперопека, и авторитарный стиль воспитания с избыточным контролем, необоснованной критикой, попытками оказывать давление. Дети копируют то, что делают взрослые, а значит, если в семье принято громко выяснять отношения, применять физическую силу, такая модель поведения будет списана и применена на практике. Еще один повод демонстрировать агрессию, пытаясь напомнить о себе, – рождение младшего брата или сестры.

— Уровень жизни семьи, ее социальный статус. Подросток из малообеспеченной семьи чувствует себя обделенным, ограниченным во многих вещах и по этому поводу испытывает негативные эмоции, озлоблен на окружающих, мстит им за их превосходство. Ребенок состоятельных родителей наоборот может осознавать свое особое привилегированное положение и ни в чем себе не отказывать, в том числе – в унижении тех, кто слабее, беднее, проще и т. д.

— Желание привлечь внимание к своей персоне. Это может быть внимание родителей или сверстников, объекта симпатии подростка или значимых для него взрослых.

— Потребность защищаться. Подросток очень восприимчив к внешним раздражителям, ему постоянно приходится сталкиваться с непониманием – со стороны близких, учителей, друзей. Противостоять негативно настроенному миру непросто – приходится защищаться, в том числе выбирая агрессивное поведение.

Кроме того, подросток может попасть в плохую компанию, где действуют определенные правила, а вербальная и физическая агрессия считается самым приемлемым вариантом решения любых вопросов.

Упражнение 3. Пластилиновый ребенок»

- У кого бы из родителей ни спросили, кто для них самый главный, самый дорогой, они ответят – их дети. Чего больше всего Вы хотите для своих детей? (Ответы родителей).

Родителям предлагается слепить из пластилина маленького человечка – своего ребенка. Необходимо придать ему индивидуальность.

По команде человечка родители передают по кругу. Далее работают уже с фигуркой, полученной от соседа, изменяя и дополняя ее по своему усмотрению. И так до тех пор, пока у каждого в руках не окажется свое творение. Во время выполнения звучит спокойная музыка.

Обсуждение.

Много ли изменений внесли в человечка? Нравится ли Вам то, что Вы получили? Вместе с родителями необходимо прийти к выводу, что мы воспитываем ребенка и выпускаем его в мир. Ребёнок попадает под влияние. Это влияние накладывается именно на тот каркас, который слепил родитель.

Упражнение 4. Посмотрите ролик и ответьте на вопрос «Как справиться с подростковой агрессией?» Дать совет. (Ответы родителей)

<https://www.1tv.ru/shows/dobroe-utro/reportazh/podrostkovaya-agressiya-dobroe-utro-fragment-vypuska-ot-20-06-2017>

Подведение итогов. Рефлексия.

Чек-лист «Как справиться с подростковой агрессией?»

1. Постараться понять, что стало причиной агрессивного поведения. Даже если бурную реакцию вызвала какая-то мелочь, нельзя убеждать подростка, что это ерунда.

2. Уделять ребенку достаточно внимания, искренне интересоваться его делами, проявлять любовь и нежность, но не досаждать ему избыточным присутствием.

3. Давать ребенку понять, что он не один, что родители на его стороне и вместе смогут решить любую проблему.

4. Разговаривать с подростком как со взрослым – на равных. Держать слово и, если вдруг что-то идет не так, объяснять, почему не получилось выполнить обещанное.

5. Доступно объяснить ребенку, чем может быть чревато плохое поведение, какими неприятными для всех могут быть последствия.

6. Проявлять терпимость к агрессивным выходкам, но при этом не терпеть хамства в свой адрес. Спокойно объяснять, что резкий тон огорчает, грубые выражения расстраивают и обижают.

7. Придумать совместное занятие, которое будет приносить удовольствие и станет отличным поводом сблизиться, чаще общаться.

8. Дать подростку возможность быть и чувствовать себя самостоятельным и ответственным за свои слова и действия, уважать его мнение.

9. Помочь найти подростку занятие себе по душе – спортивную секцию, танцевальную школу, IT-клуб, чтобы он мог делиться своей энергией, а не замыкаться в себе.

10. Если самостоятельно справиться с агрессором не получается, стоит обратиться за помощью к психологу.

Список литературы

1. Евсеева, В.П. Детская агрессия/В.П. Евсеева // 1000 советов. - 2006. - № 6. -с.12-13
2. Морева, Е. Детская агрессивность и способы ее преодоления [текст] / Е. Морева // Воспитание школьников. - 2008. -№ 5-с.31-34
3. Дереклеева Н.И. Родительские собрания. 5-11 классы.- М., 2008.
4. <https://nadpo.ru/>
5. <https://urok.1sept.ru/articles/566418>