

Консультация для родителей.

«Агрессивный и гиперактивный ребёнок: как ему помочь?»

Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, "гроза" дворов, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть. **Детская агрессивность** – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.

Такие дети используют любую возможность, чтобы толкать, бить, ломать, щипать. Их поведение часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, они всегда готовы разозлить маму, воспитателя, сверстников. Они не успокоятся до тех пор, пока взрослые не "взорвутся", а дети не вступят в драку. Например, такой ребёнок будет сознательнее одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит её крик или не получит шлепок.

После этого он готов заплакать и, только получив утешение и ласку от мамы, успокоится. Не правда ли, очень странный способ получения внимания? Но это для данного ребёнка единственный механизм "выхода" психоэмоционального напряжения, скопившейся внутренней тревожности. В нашей жизни, к сожалению, происходит много событий, которые сами по себе могут ожесточить, озлобить, довести до отчаяния и вызвать негативные переживания. Дети чётко улавливают настроения окружающих. Поэтому родителям не стоит при ребёнке допускать обсуждение неприятностей, смотреть передачи про катастрофы и фильмы про убийство и безысходность, оценивать отрицательно поступки других, укорять и угрожать расправой обидчикам. Подобные проявления своего недовольства и обиды являются не лучшим примером для подражания и бумерангом могут вернуться в семью в "исполнении" ребёнка. Взрослые не должны удивляться, почему их ребёнок слово в слово повторяет их ругательные выражения, находится в позиции постоянного сопротивления и неприятия окружающих его людей и событий.

Если вы стали замечать, что ваш ребёнок наэлектризован злостью, обзывается, дерётся, обижает и жестоко относится к животным, то первое, что вы должны сделать, это задать себе вопросы:

Когда это началось?

Как ребёнок проявляет агрессию?

В какие моменты ребёнок проявляет агрессию?

Что явилось причиной агрессивности?

Что изменилось в поведении ребёнка с того времени?

Что на самом деле хочет ребёнок?

Чем вы реально можете ему помочь?

Причины агрессивности почти всегда внешние: семейное неблагополучие, лишение чего-то желаемого, разница между желаемым и возможным. Поэтому работу с агрессией своего ребёнка необходимо начать с самостоятельного анализа внутрисемейных отношений. Это будет главным шагом в решении существующей проблемы.

Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные ниже. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры), а также с друзьями своего ребёнка.

Самое главное – попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.

Зачастую мы наблюдаем следующую картину: дома довольно спокойный, послушный ребёнок в детском учреждении резко меняется - начинает бегать, прыгать, драться с другими детьми, отнимать игрушки. На занятиях он неусидчив, часто отвлекается, отказывается выполнять просьбу старших. У взрослых складывается впечатление, что он действует назло окружающим. И все начинают относиться к нему соответственно. Постепенно мир становится враждебным по отношению к малышу.

А причина всего этого банальна - сверх строгие родители, которые зажимают активного по своей природе ребёнка, не играют с ним в подвижные игры и не предоставляют возможности не только полноценно развиваться, через движения, через деятельность, но и загоняют своё чадо в «угол», то есть невольно способствуют тому, чтобы ребёнок активно действовал вне поля их зрения, тем самым сваливая проблемы ребёнка на окружающих.

Бывает и другая ситуация. Оба родителя очень заняты либо работой, либо собой. В общем, дома для ребёнка ни у кого нет времени. Он чувствует себя чужим, никому не нужным. Да к тому же в детском саду или школе его тоже не замечают. Педагоги обращают внимание на более крикливых и более шумных. Когда ребёнок стремится ответить или задать вопрос, на него никто не реагирует, так как он и так всё знает. Он хочет играть с другими детьми, но более активные дети его не берут или обижают. Ком проблем, желаний и обид постепенно растёт. И в один прекрасный момент ребёнок, что называется, срывается. И - о чудо! ! - он получает долгожданное внимание и

взрослых, и детей. Его ругают, ставят в пример, как не надо делать, педагог держит его возле себя. В общем, чем не внимание?! Постепенно имя ребёнка не сходит у всех с языка. Он популярен! Опять же и родители стали уделять ему время - хотя бы для того, чтобы поругать или наказать, а потом посудачить о нём и при нём с родственниками и друзьями. Постепенно у ребёнка формируется новый стиль поведения, который приносит пусть отрицательный, но успех. Вот и агрессивная тенденция развития, заданная внешними обстоятельствами...

Есть и третий вариант развития данной проблемы. Дома взрослые при ребёнке не скупаются на выражения, возможно, даже дерутся или бьют ребёнка. И всё это считается нормой. То есть ребёнок, изначально развиваясь в агрессивной среде, усваивает соответствующий стиль взаимодействия. Когда он начинает общение с людьми вне его круга, то переносит усвоенную модель на окружающих. Опять же такого ребёнка воспринимают враждебно. Но ведь он не знает других способов общения. Малыш пытается играть с детьми, как умеет: отберёт игрушку, толкнёт, если что не нравится, или ударит. Но с таким ребёнком дети не хотят играть. Они отгораживаются от него. На вопрос: «Почему ты сломал ребятам домики?» - мы услышим ответ: «Они меня не брали в игру». Он не понимает, в чём дело. И снова растёт обида, злость, непонимание. А дома родители подначивают, учат поддаться, показать, чтобы боялись: «Боятся — значит, уважают».

На лицо конфликт. С таким ребёнком сложно, а порой не хочется работать воспитателям, учителям. Окружающие относятся к нему негативно, замечают только плохое, зачастую приписывают те поступки, которых он не совершал. «Ну, конечно же, это опять Иванов! Да ладно, только он на это способен». И ребёнок понимает, что как бы он не старался, все равно его все будут считать плохим. Так зачем стараться-то?

Что же делать с такими детьми? В первую очередь - пожалеть их. Ведь они глубоко несчастны. Надо понимать, что и этим детям необходимы тепло и забота. Что им, как никому другому, требуются позитивное внимание и своевременная похвала. Для них тоже очень важно чувство значимости.

Поскольку у агрессивных детей нарушены формы общения, лучше начинать корректировать их поведение опосредованно, через рисунок. С помощью цвета, форм ребёнок выплескивает на бумагу все, что у него накопилось внутри, все то, что он не может донести до окружающих словами.

На первом этапе предлагают ребёнку ситуацию из его жизненного опыта. Например «Семья», «День Рождения», «Самый запомнившийся день моей жизни», «Мои друзья», «На прогулке» и т.д. С помощью рисунка можно понять душевное состояние ребёнка, суть его проблемы и вместе

проанализировать ситуации. Ребенок выплескивает накопившиеся эмоции, учится находить оптимальные продуктивными неагрессивными действиями. Сначала его рисунки кардинально отличаются от работ других детей. Они полны мрачных и красных тонов.

На них изображены агрессивные персонажи или агрессивная направленность действий людей. И часто, где дети рисуют себя, они изображают свое одиночество, свою изолированность.

На последующем этапе хорошо помогают техники визуализации (зрительное представление) с последующим рисованием своего впечатления, своих эмоций.

Техники визуализации помогают ребенку расслабиться, успокоиться, получить позитивные эмоции, зарядиться дополнительной позитивной энергией.

Когда мы с детьми рисуем красками, то используем вместо инструмента только руки, то есть рисуем пальцами. Это помогает снять напряжение, а также активизировать рецепторы, которые в большом количестве располагаются на кончиках пальцев. Выполняя работу, ребенок получает должное и так необходимое ему положительное, не критичное внимание, а главное возможность выразить свое «Я» другими, новыми для него формами, не прибегая к агрессивным действиям. Видя продукт своего труда, получая похвалу за него, ребенок стремится к дальнейшей деятельности, к общению, у него растет чувство собственной значимости.

На последнем этапе дети совместно с мамами и папами учатся взаимодействию с помощью творчества. Это помогает и родителям понять суть проблемы, найти пути к взаимопониманию со своим ребенком, а также вспомнить, что все они тоже были детьми, и, как правило, с подобными проблемами. Да и ребенок видит родителей в другой ситуации - не как карающий орган, а как интересных партнеров.

Что эффективнее применять к таким детям – похвала или наказание?

Практика показывает: взрослые очень скупы на одобрение, похвалу. На вопрос, часто ли тебя хвалят, дети обычно отвечают долгим молчанием. Обращать внимание только на проблемы очень легко. А вот увидеть наметившееся улучшение непросто. Но без поддержки взрослого ребенок его тоже не заметит. Одобрение и похвала стимулируют ребенка, повышают мотивацию на успех. Замечания, угрозы, наказания иногда бывают эффективны, но срок действия этих мер кратко времен. У большинства детей они вызывают обиду, тревогу, усиливают боязнь неудачи. А тревога и боязнь провоцируют новые проступки, хотя страх наказания нередко создает иллюзию позитивного изменения ситуации. Уступчивость и послушание

зачастую достигаются за счет накапливаемого ожесточения, отрицательных эмоций, нарушения взаимоотношений. Страх – достаточный мотив для достижения какого – то результата, но чувство обиды обычно дает обратный эффект.

Памятка «Искусство наказывать и прощать»

- Чаще хвалите ребенка, чем осуждайте, подбадривайте, а не подмечайте неудачи, вселяйте надежду, а не подчеркивайте, что изменить ситуацию невозможно.
- Чтобы ребенок поверил в свой успех, в это прежде всего должны поверить взрослые. Наказывать легче, воспитывать труднее.
- Не создавайте сами опасных прецедентов и резко ограничьте круг запретов. Если вы что-то разрешили ребенку вчера, разрешите и сегодня. Будьте последовательны.
- Запреты всех взрослых в семье должны быть одинаковыми.
- Воинственность ребенка можно погасить своим спокойствием.
- Не ущемляйте достоинство и самолюбие ребенка.
- Попробуйте понять ребенка и оценить с его позиции плохой проступок.
- Если есть сомнение, наказывать или нет, - не наказывайте!
- Помните, что детское непослушание всегда имеет психологические мотивы:
 - Нарочитое непослушание означает, что ребенок хочет быть в центре внимания;
 - Проказы свидетельствуют о том, что ребенок жаждет эмоциональных впечатлений;
 - Упрямство – свидетельство желания быть независимым;
 - Агрессия – ребенок ищет способ самозащиты;
 - Суета, беготня – ребенок дает выход энергии.

Игры для снятия агрессии.

"ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ"

(для детей с 4 лет)

Каждому участнику даётся "пыльная подушка". Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её "почистить".

"ДЕТСКИЙ ФУТБОЛ"

(для детей с 4 лет)

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья – обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.

Примечание: взрослый следит за соблюдением правил – нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

"ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС "МОЖНО"

(для детей с 4 лет)

Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час "можно", когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть на них и т.д.

Примечание: "часы" можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

"ПАДАЮЩАЯ БАШНЯ"

(для детей с 5 лет)

Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника – штурмом взять её (запрыгнуть), издавая победные крики типа:

"А-а-а", "Ура!" и т.д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив её стены.

Примечание: каждый участник может сам себе построить башню такой высоты, которую, по его мнению, он способен покорить. После каждого штурма "болельщики" издают громкие крики одобрения и восхищения: "Молодец!", "Здорово!", "Победа!" и т.д.

"РУГАЕМСЯ ОВОЩАМИ"

(для детей с 5 лет)

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а ... овощами: "Ты – огурец", "А ты – редиска", "Ты – морковка", "А ты – тыква" и т.д.

Примечание: прежде, чем поругать ребёнка плохим словом, вспомните это упражнение.

"ПО КОЧКАМ"

(для детей с 5 лет)

Подушки раскладываются на полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие – "лягушки", живущие на болоте. Вместе на одной "кочке" капризным "лягушкам" тесно. Они запрыгивают на подушки соседей и квакают: "Ква-ква, подвинься!" Если двум "лягушкам" тесно на одной подушке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в "болото" соседку, и та ищет себе новую "кочку".

Примечание: взрослый тоже прыгает по "кочкам". Если между "лягушками" дело доходит до серьёзного конфликта, он подскакивает и помогает найти выход.

"ЖУЖА"

(для детей с 6 лет)

"Жужа" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг неё, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до неё, щекочут. "Жужа" терпит, но когда ей всё это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за "обидчиками" вокруг стула, стараясь отхлестать их полотенцем по спинам.

Примечание: взрослый следит за формой выражения "дразнилок". Они не должны быть обидными и болезненными.