Педагог-психолог: Шихова А.В.

**Родительское собрание**

**«Детская агрессия: причины, последствия и пути преодоления».**

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,  
как бегством от собственной душевной боли…  
Эрих Фромм

Уважаемые родители! За последнее десятилетие во всём мире, отмечается рост насильственных действий, сопряжённых с особой жестокостью, вандализмом и глумлением над людьми. Сегодня мы сталкиваемся с разгулом агрессии не только в обществе, но и наблюдаем пропаганду агрессии и насилия в социальных сетях и мессенджерах, с экранов телевизоров. Эта проблема вызывают серьёзное беспокойство. Возраст проявления агрессии помолодел. Агрессию проявляют не только подростки и взрослые, но и младшие школьники. С чем это связано? Как бороться с проявлением детской агрессии?

*Слайд 3.*

**Агрессия** (от латинского «agressio» — нападение, приступ) — это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям (отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и т. д.) (Психологический словарь, 1997).

*Слайд 4.*

**Как и в чем проявляется детская агрессия?**

Существуют разные виды проявления детской агрессии.

* **Вербальная агрессия** - выражение негативных чувств через повышенный тон, крик, визг, посредством словесных ответов (ругань, проклятия, угрозы, оскорбления)
* **Физическая агрессия** - нанесение физического вреда предметам, людям, животным.
* **Аутоагрессия** - нанесение физического вреда самому себе (нанесение порезов, ожоги).
* **Латентная агрессия -**изменения в поведении, отказ от телесных контактов, объятий со стороны родителей.
* **Доминирование -** принуждение других детей поступать в угоду своих интересов.
* **Мстительность -** не эмоциональная реакция на конфликтную ситуацию сразу, а намеренные действия в отношении обидчика по истечении времени конфликта.
* **Косвенная агрессия** — агрессия, окольным путём направленная на другое лицо (сплетни, злобные шутки).
* **Раздражительность** — готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
* **Негативизм** — оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся норм и правил.

Важно отметить, что защитная реакция не является агрессией. Но она может в неё перерасти, если вовремя не поговорить с ребенком и путём личного примера не научить его разрешать конфликты конструктивными способами, отстаивать свои права в рамках морально-нравственных норм, принятых в обществе.

*Слайд 5.*

Причины формирования агрессивного поведения детей:

1. **Семья и семейные взаимоотношения:**

- пример поведения родителей в разных ситуациях;

- семейные взаимоотношения (ссоры родителей, физическое насилие родителей по отношению друг к другу, грубость и хамство ежедневного общения, унижение, сарказм и ирония);

- стиль семейного воспитания (наиболее благоприятным для ребёнка является демократический стиль воспитания, способствует получению ценного опыта человеческих взаимоотношений, учит контролировать свои агрессивные импульсы);

- двойственность в воспитании (ребёнку необходима единая система воспитания родителей, бабушек и дедушек, единые «да» и «нет»);

- недостаток внимания со стороны родителей (если ребенок не получает позитивное внимание (ласка, совместное времяпровождение, тактильные контакты), то привлекает внимание негативными способами (ссоры, ругань, повышение голоса);

- домашнее насилие (*физическое насилие*—применение телесных наказаний, нанесение побоев, ограничения детей в еде и сне; *моральное* *насилие*(пренебрежение нуждами ребенка) – отсутствие со стороны родителей заботы о ребенке; ***психологическое насилие*** –отвержение со стороны родителей; *экономическое насилие (отсутствие заботы)*– пренебрежение основными потребностями ребёнка (в еде, одежде, жилье, медицинской помощи); *сексуальное насилие или развращение).*

2. На становление агрессивного поведения ребенка оказывают **индивидуальные особенности человека**:

- соматические заболевания;

- заболевания головного мозга;

- нарушения психоэмоционального развития (диагностируют дефектологи, психотерапевты, неврологи).

**3.** **Ограничение физической активности.**

**4. Запрет на излишнюю эмоциональность (**громкие слёзы или громкий смех, как и физическая активность дают детям выход урагану чувств от обилия впечатлений, эмоций, знаний и полученных за день навыков).

*Слайд 6.*

**5. Трудности в социализации:**

**-** ошибки социального взаимодействия в период адаптации;

- копирование девиантного поведения сверстников;

- отвержение сверстников, буллинг

**Существуют следующие виды буллинга:**

**- Физическое насилие** - избиение, нанесение ударов, шлепки, подзатыльники, пинки.

**- Психологическое насилие-**угрозы, насмешки, присвоение обидных кличек, бесконечные замечания, критика, распространение слухов и сплетен, социальное исключение и изоляция. Подчеркивание физических недостатков, нецензурная брань.

**- Экономическое насилие-** порча и отнятие личных вещей. Вымогательство. Отбирание денег. Повреждение имущества.

**6.** Способствуют повышению уровня агрессивности детей сцены насилия, жестокости, демонстрируемые в **кино, мультфильмах, всемирной информационной компьютерной сети «Интернет».**

Мессенджеры, социальные сети могут оказывать деструктивное воздействие на развитие личности ребенка:

1. Кибербуллинг - нанесения психологического вреда, которые осуществляются через электронную почту, сервисы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, оскорбляющие или угрожающего рода сообщения, компрометирующие фото- и видеоматериалы, публикация их в сети Интернет, написание обидных комментариев к фотографиям на стене пользователя, в сообществах.

2. Экстремистский контент –вербовка адептов в экстремистские и террористические организации (Инстаграм, Фейсбук, Твиттер).

3. Пропаганда суицидального поведения - в ВК существует большое количество открытых групп, героизирующих маньяков и серийных убийц, призывающих к суициду.

4. Пропаганда насилия (блогеры треш-стримеры, в прямом эфире бьют, обливают мочой и даже закапывают заживо человека; оффники, околофутбольные фанаты, анархисты и прочие движения, пропагандируют хаос и насилие, не ради какой-то цели, а просто как образ жизни).

*Слайд 7.*

**Ключевыми последствиями детской агрессии являются:**

* Неумение общаться в обществе;
* Отчуждение в детском коллективе и, как следствие, неприятие себя и развитие комплексов;
* Неприспособленность к условиям жизни в обществе;
* Потеря личных и чужих границ, ориентации в ситуациях.

*Слайд 8.*

**КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ ФОРМИРОВАНИЕ АГРЕССИИ У РЕБЕНКА?**

1. Родителям, столкнувшимся с данной проблемой, необходимо в первую очередь проанализировать своё поведение, спокойно и осознано. Злость на ребенка в данной ситуации не оправдана так как агрессия может следовать из ошибок взрослых.

2. Целесообразно убедиться в том, что агрессия не есть проявление соматических или психических заболеваний и нарушений.

3. Структурировать и совместно со всей семьёй разработать «план действий» относительно возникшей ситуации. Придерживаться единой линии поведения в установке границ дозволенного. В данном плане следует учитывать следующие пункты:

* Ребенок должен осознавать безусловную любовь со стороны своих родных.
* Ребенок должен видеть положительный пример решения конфликтных ситуаций на примере семьи (литературных героев).
* Выделить «контактное время», хотя бы полчаса в день, в которое есть только родитель и ребенок, без гаджетов и постороннего вмешательства. В это время вместе разбирать возникающие трудности, конфликты. Необходимо разговаривать с ребенком в момент его спокойствия, проговаривать вслух свои чувства и эмоции: «Я тебя люблю, но ты сделал мне больно, я из-за этого очень расстроен(-а)»; «Я не разрешил(-а) тебе взять свой телефон, потому он был нужен мне для работы, что ты почувствовал в данный момент?»; «Ты сделал больно однокласснику. Что ты почувствуешь, если тебя ударят? Как думаешь, что почувствовал он(-а)?».

4. Не наказывать строго ребенка за любое проявление агрессивности. Он научится скрывать свой гнев в присутствии родителей, но будет проявлять агрессию во взаимодействии со сверстниками и взрослыми вне дома.

5. Не допускать пренебрежительное и попустительское отношение к агрессивным вспышкам ребенка. Это может привести к формированию у него агрессивных черт личности. Для того чтобы устранить нежелательные проявления агрессии у ребенка, родителям необходимо уделять больше внимания ребенку, стремиться к установлению теплых отношений с ним.

6. Не быть излишне требовательными к ребенку. Необходимо помнить, что требовательность – это тирания. Тирания порождает тиранию. Очень часто детская агрессивность связана именно с тем, что родители проявляют ничем не обоснованные и бессмысленные требования, абсолютно не проявляя при этом дружелюбия и поддержки. Требовательность по отношению к ребёнку должна быть разумной. Проявляя требовательность, необходимо считаться с обстоятельствами, с физическим и душевным состоянием ребёнка.

7. Установите на компьютер и телефон программы фильтры, которые помогут ограничить сайты и контролировать время пребывания ребенка в интернете и местонахождение несовершеннолетних (GPS-брелок, детский GPS-трекер, часы-телефон с СИМ картой).

8. Если вы понимаете, что справиться с агрессивностью своего ребёнка самостоятельно не можете, обращайтесь к специалистам.

*Слайд 9.*

**Как можно помочь детям с агрессивными формами поведения?**

Существует три основных этапа в работе над агрессией.

1. Работа с гневом. Обучение приемлемым способам выражения гнева.
2. Обучение навыкам самоконтроля в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.
3. Формирование способности к доверию, сочувствию, сопереживанию.

*Слайд 10.*

1. Работа с гневом.

Учить ребенка приемлемым способам выражения (выплескивания) гнева и злости:

* Громко спеть любимую песню
* Пометать дротики в мишень
* Попрыгать на одной ноге
* Использовать стаканчик для криков, высказать все свои отрицательные эмоции
* Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом.
* Пускать мыльные пузыри
* Устроить бой с боксерской грушей или подушкой
* Пробежать несколько кругов вокруг дома
* Отжаться от пола максимальное количество раз или заняться другими физическими упражнениями
* Скомкать или помять несколько листов бумаги, а затем их выбросить
* Быстрыми движениями руки нарисовать обидчика, а затем замалевать его
* Слепить из бумаги фигуру обидчика и сломать ее.
* Помыть посуду
* Принять прохладный душ
* Послушать музыку

*Слайд 11.*

1. Обучение навыкам распознавания и контроля эмоций.

Далеко не всегда агрессивный ребенок признается, что он агрессивен. Более того, в глубине души он уверен в обратном: это все вокруг агрессивные. К сожалению, такие дети не всегда могут адекватно оценить свое состояние, а тем более состояние окружающих. Эмоциональный мир агрессивного ребенка очень скуден. Нетрудно догадаться, что в этом случае детям сложно распознавать свои и чужие эмоции.

Учите ребенка говорить о своих чувствах, когда он обижен, сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ему заниматься делом, когда назревает конфликт.

*Слайд 12.*

1. Формирование способности к доверию, сочувствию, сопереживанию.

Агрессивные дети часто не способны чувствовать состояние другого человека и не умеют вставать на его позицию. Их чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо. Считается, что если агрессор сможет посочувствовать «жертве», его агрессия в следующий раз будет слабее.

Взрослым, которые взаимодействуют с таким ребенком, рекомендуется также говорить о своих чувствах и переживаниях. Таким образом, вы не обвиняете ребенка, не обзываете его и не оцениваете его. Вы говорите о себе, о своих ощущениях.

Столкнувшись с детской агрессией, мы можем начать злиться на ребенка, винить себя, родственников, педагога или сверстников. Необходимо дать себе выдохнуть, успокоиться и прийти к осознанности. Абстрагироваться от ситуации и поставить себя на место ребенка: «Если бы внутри меня была такая буря чувств и эмоций, внутренний конфликт, если бы внутри было бы настолько плохо, что хочется сделать кому-то больно, чтобы я ждал(-а) от своей семьи? Чтобы я хотел(-а) услышать, и в какой среде мне стало бы так комфортно, что хотелось бы созидать, а не разрушать?».

Ответив на подобные вопросы самим себе, проанализировав проблему, использование предложенных способов и приемов работы с проявлениями детской агрессии, поможет найти решение проблемы в вашей семье. (Вручение памяток)

*Слайд 13.* Приложения для родительского контроля на Android и iOS

*Слайд 14.*

В школе функционирует школьная служба примирения. Она помогает учащимся услышать и понять друг друга, найти выход из возникающих конфликтных ситуаций.

*Слайд 15.*

В сети интернет вы можете воспользоваться порталом для ответственных мам и пап и всех, кто хочет ими стать «Я родитель», навигатором для современных родителей Растимдетей.рф, опубликованы материалы по широкому спектру вопросов развития и воспитания детей.