**Круглый стол для родителей**

**«Что делать с агрессивным ребенком?»**

**Цель занятия:** информирование (что такое агрессия, каковы причины ее появления, чем она опасна для ребенка и окружающих) и обучение эффективным способам общения с ребенком.

**Задачи занятия:**

1. познакомить родителей с понятием «детская агрессия», ее видами и основными проявлениями
2. выявить факторы, обусловливающие появление агрессивного поведения
3. «нарисовать» портрет агрессивного ребенка
4. обучить способам предотвращения проявления агрессивности

***Притча***

Девочка сидела на скамейке в парке и почему-то горько плакала. В это время маленький мальчик ехал на своем трехколесном велосипеде по парку. И так жалко стало ему девочку, что он спросил: —Ты почему плачешь? — Отстань, ты не сможешь понять, — отмахнулась она. Мальчику показалось, что после этого девочка стала плакать еще сильнее. Он настаивал: — У тебя что-то болит, и ты плачешь? Хочешь, я подарю тебе свою игрушку? Еще больше разрыдалась девочка от этих слов: —Я не нужна никому, меня никто не любит… Мальчик задумался на минуту и произнес: — А ты точно у всех спросила?

Родители – первые воспитатели для своего ребенка, они первые люди, у кого дети учатся жизни. Ведь народная мудрость не зря гласит: “яблоко от яблони не далеко падает”, “он сын своего отца”, “впитал с молоком матери”.
Но не всегда наши ожидания соответствуют реальной картине. Иногда в наших детей вселяется бесенок, и он становиться неуправляем. Теряет контроль и начинает обижать младших, получает двойки и говорит грубости родителям и учителям. Что же случилось с нашим  ребенком, ведь мы  возлагали  такие большие надежды на него, а он  груб, невежлив, и зачастую просто  агрессивен? Для того, чтобы это понять мы и собрались на очередную встречу.

***Упражнение «Ассоциации»***

Скажите, пожалуйста, какие ассоциации у вас вызывает слово «Агрессия», напишите свои ассоциации (работа в группах)

*Действительно, мы можем видеть, что агрессия связана, не только с эмоциональным миром одного человека, но и с отношениями с другими людьми, с отношением к себе, с проявлением себя во внешнем мире, с неудовлетворенными желаниями и т.д.*

Давайте познакомимся с данным понятием

Психологи выделяют 5 видов агрессии, которые схематично можно изобразить следующим образом:

1. Физическая агрессия. Прямая (когда нападение производится на другого ребенка с целью унизить, сделать больно); косвенная (используется разрушение каких-либо материальных, или духовных ценностей); символическая (неприличные жесты, мимика, словесные угрозы).
2. Вербальная агрессия. Реакция в виде проявления отрицательных эмоций: громкая ругань, угрозы.
3. Направленная форма агрессии. Выражается в виде злобного отношения к другим детям и взрослым, распространение сплетен, издевательские насмешки, злые шутки.
4. Ненаправленная форма агрессии. Дети часто остаются недовольны отсутствием чего-то или ранее им обещанного, или каким-либо одним из раздражающих факторов.
5. Аутоагрессия. Проявление ребенком недовольства своим поведением. Часто встречается в подростковом возрасте. Иногда проявляется форме самоповреждения.

Приведем примеры типичного поведения детей, склонных к проявлению агрессии.

 **Дети, склонные к проявлению физической агрессии**

Это активные, деятельные и целеустремленные ребята, их отличает решительность, склонность к риску, бесцеремонность и авантюризм. Они обладают хорошими лидерскими качествами, умением сплотить сверстников, правильно распределить между ними групповые роли, увлечь за собой. В то же время любят демонстрировать свою силу и власть, доминировать над другими людьми и проявлять садистские наклонности.

Эти дети не отличаются рассудительностью, характеризуются слабым самоконтролем, неумением или нежеланием сдерживать свои потребности, как правило, игнорируют этические и моральные ограничения.

**Дети, склонные к проявлению вербальной агрессии**

Этих ребят отличает психическая неуравновешенность, постоянные тревожность, сомнения и неуверенность в себе. Они активны и работоспособны, но в эмоциональных проявлениях склонны к сниженному фону настроения. Для них характерен постоянный внутриличностный конфликт, который влечет за собой состояния напряжения и возбуждения.

Малейшие неприятности выбивают таких детей из колеи, даже слабые раздражители легко вызывают у них вспышки раздражения, гнева и страха. При этом они не скрывают свои чувства и отношение к окружающим и выражают их в агрессивных вербальных формах.

**Дети, склонные к проявлению косвенной агрессии**

Таких детей отличает чрезмерная импульсивность, слабый самоконтроль, недостаточная социализация влечений и низкая осознанность своих действий. Они редко задумываются о причинах своих поступков, не предвидят их последствий и не переносят колебаний. У детей с низкими духовными интересами отмечается усиление примитивных влечений. Косвенный характер агрессии является следствием двойственности их натуры: с одной стороны, им свойственны смелость, решительность, склонность к риску и общественному признанию, с другой – феминные черты характера: сензитивность, мягкость, уступчивость, зависимость, нарциссизм. Из-за сензитивности ребята очень плохо переносят критику и замечания в свой адрес, поэтому люди, критикующие их, вызывают у них раздражение, обиду и подозрительность.

**Дети, склонные к проявлению негативизма**

Ребят этой группы отличают повышенная ранимость и впечатлительность. Основные черты характера: эгоизм, самодовольство, чрезмерное самомнение. Все, что задевает их личность, вызывает чувство протеста. Поэтому и критику, и равнодушие окружающих они воспринимают как обиду и оскорбление и начинают активно выражать свое негативное отношение. В то же время эти дети рассудительны, придерживаются традиционных взглядов, взвешивают каждое свое слово, и это часто ограждает их от ненужных конфликтов и интенсивных переживаний.

Однако агрессивный ребенок нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия – это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события. Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Жесткость и безучастность родителей вселяет в душу ребенка уверенность, что его не любят. «Как стать любимым и нужным» - неразрешимая проблема, стоящая перед маленьким человечком. Вот и ищет он способы привлечения внимания взрослых и сверстников. К сожалению, эти поиски не всегда заканчиваются так, как хотелось бы нам и ребенку, но как сделать лучше – он не знает.

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, напротив кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь, боятся их. *(прорисовка схемы)*

**А теперь давайте обсудим, что же может стать причиной проявления агрессии у ребенка? Для этого разбейтесь на пары и проанализируйте ситуации, которые написаны у вас на карточках.**

**СИТУАЦИЯ ПЕРВАЯ.**

Четырнадцатилетний Вадим грубит родителям, часто говоря, «Вы меня не понимаете!». Часто вступает в драки в школе, на улице. Близких друзей нет. Недавно заявил, что станет скинхедом…

Примите за аксиому: агрессивность – показ внутреннего дискомфорта, другими словами это способ проявить другие эмоции, привлечь внимание окружающих к своим внутренним проблемам. Главное, что требуется от родителей — симпатия искренняя и честная, принять ребенка как личность, нужно проявить к внутреннему миру ребенка интерес, понять мотивы и чувства поведения. Свое внимание необходимо акцентировать на его успехах и достоинствах в преодолении трудностей. Нужно сделать все, чтобы подростку вернуть позитивную самооценку и самоуважение. Так же подростку необходимо услышать или увидеть себя со стороны.

**СИТУАЦИЯ ВТОРАЯ**

Третьеклассник Саша утверждает, что всего лишь «играет в Бэтмена», а те, кого он бьет, — «плохие герои». Судя по тому, что с разной периодичностью Саша бьет всех ребят, для него все плохи. Папа говорит Саше: «Супермен не должен плакать, он должен бороться до победы».

Неспособность, запрет на проявления чувств в семье приводит к накоплению негативных эмоций, которые требуют выхода. Поэтому важно «разрешать» детям испытывать «всю палитру эмоций человека», чтобы ребенок с детства учился проявлять свои чувства и эмоции.

**СИТУАЦИЯ ТРЕТЬЯ**

Маленькая Аня, возвращаясь из детского сада, взахлеб рассказывает о своих «подвигах»: «Мы — мафия. Нас все боятся! Сегодня били Петю, а завтра будем Саше темную делать!» На нее постоянно жалуются и грозят отчислением из престижного детского учреждения.

Это случай, когда взрослым надо прежде всего проанализировать себя и свои действия. Если в семье принято продавливать свою точку зрения, громко спорить и восхищаться одержанными благодаря «политике нападения» победами, это закрепляет подобные проявления агрессии как правильный стандарт поведения. До 6-7 лет любой ребенок — этакий Чебурашка, у которого огромные уши, чтобы слышать, что говорят взрослые, огромные глаза, чтобы видеть, что они делают, и повышенная способность к подражанию. Малышу важно еще до школы получить качественно иной опыт общения — без применения агрессии.

**СИТУАЦИЯ ЧЕТВЕРТАЯ**

Пятнадцатилетний Гриша дружит с Олесей. Часто в отношениях позволяет кричать и оскорблять ее, говоря, «Я мужчина, ты просто обязана меня слушать». Если девочка начинает сопротивляться его словам, он злится.

**СИТУАЦИЯ ПЯТАЯ**

Двенадцатилетний Олег живет с мамой. Папа ушел из семьи, когда ребенку было 10 лет. В магазине он просит у мамы купить ему дорогостоящие кроссовки. Мама не соглашается, ссылаясь на несоответствие качества и цены. Реакция Олега: «Папа мне всегда говорит, что главное, чтоб вещи тебе нравились».

*(Совместное обсуждение причин агрессивного поведения детей)*

**Не смотря на индивидуальные проявления агрессии у детей, можно составить портрет агрессивного ребенка. Давай сделаем это вместе. Этот портрет позволит вам вовремя замечать нежелательное поведение ребенка.**

Критерии агрессивности:

Ребёнок:

1. Часто теряет контроль над собой.
2. Часто спорит, ругается с взрослыми.
3. Часто отказывается выполнять правила.
4. Часто специально раздражает людей.
5. Часто винит других в своих ошибках.
6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо.
7. Часто завистлив, мстителен.
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Предположить, что ребёнок агрессивен, можно лишь в том случае, если в течение не менее чем 6 месяцев в его поведении проявлялись хотя бы 4 из перечисленных признаков.

**Как  же помочь   агрессивному ребёнку?**

С агрессивным ребенком нельзя разговаривать на повышенных тонах – тем самым вы «подключаетесь» к его возбуждению и провоцируете усиление агрессивных импульсов. Последовательное использование спокойной, плавной речи позволяет ребенку переключиться и начать слушать вас.
Агрессивные проявления можно снимать с помощью некоторых упражнений. Дети хорошо осваивают их в том случае, если агрессивность на самом деле приносит таким детям множество проблем и они осознают это.
Например, можно научить ребенка концентрировать внимание в момент импульса на своих руках и нарочно сжимать кулаки с предельным усилием.
Гипернапряжение неизбежно сменяется релаксацией мышц. И если агрессия не уходит вовсе, то теперь она становится управляемой.

**Давайте сделаем эти упражнения все вместе.**

***Упражнение «Бумажка»***

Цель: Учить выплескивать гнев в приемлемой форме.

Содержание: «Напиши то, что тебе сейчас доставляет дискомфорт. Давайте разорвем эту бумажку на мелкие кусочки».

**Упражнение на расслабление**

Упражнение выполняется сидя (нужен стул с твердой спинкой). Мышцы шеи расслаблены, спина прямая, глаза закрыты. Поднимите руки. Приблизительно на середине виска нащупайте пальцами небольшую впадину. Это и есть нужная вам точка. При надавливании на нее ощущается боль. Массирование производится указательным пальцем с прижатым к нему средним пальцем. Массируйте оба виска синхронно, круговыми движениями. Сделайте 20 движений по направлению к лицу и 20 – по направлению к затылку. Повторите еще два раза. Завершая упражнение, уменьшайте силу надавливания, постепенно переходя к поглаживаниям. Закончив массаж, сделайте 3 глубоких вдоха и выдоха.

 **Разрядка гнева и агрессии**

1. Сильно сожмите руки в кулаки, чтобы пальцы впились в ладони, а затем разожмите пальцы, расслабьте их. Выполняйте упражнение до тех пор, пока не почувствуете, что напряжение уходит.
2. Вытяните руки вверх и тянитесь изо всех сил, до предела, как будто хотите что-то достать с потолка. Потом опустите руки вниз, расслабьте их. Почувствуйте, как напряжение уходит из рук.
3. Закройте глаза и напряженно нахмурьтесь. Сохраняйте такое выражение лица сколько можете, а потом расслабьтесь. Почувствуйте, как напряжение исчезает.
4. Трите ладони друг о друга, пока они не нагреются, а затем положите их на лицо. Закройте глаза и почувствуйте расслабление.

**Наша встреча подошла к концу. Если сегодня вам удалось открыть важное правило в отношении к своему ребенку, поделитесь им, пожалуйста.**

**Напоследок мне хочется поделиться с вами маленькими правилами мудрых родителей. До встречи.**

**Простые правила мудрых родителей**

* Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть.
* Помните, что ребенок всегда подражает тому, за кем (чем) привык наблюдать, поэтому ни вы, ни другие родные и близкие ребенка не должны проявлять агрессию.
* Предъявляя ребенку требования, учитывайте не свои желания, а его возможности.
* Гасите конфликт, направляя интерес ребенка в другое русло.
* Учите ребенка правильному общению со сверстниками и взрослыми.
* Расширяйте кругозор ребенка.
* Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость.
* Игнорируйте легкие проявления агрессивности ребенка, не фиксируйте на этом внимание окружающих.