**Мини-лекция педагога-психолога с использованием презентации**

**1) Понятия «агрессия», «агрессивное поведение».** Учителя и классные руководители не знают, как правильно общаться с агрессивным ребенком. Подобных детей они осуждают: «грубиян», «нахал», «драчун», такие ярлыки достаются всем агрессивным детям без исключения, причем не только в школе, но и дома.

Агрессивность как энергия необходима для нормального развития ребенка, иначе он не смог бы познавать окружающий мир, защищаться, конкурировать с другими людьми. Беспокоиться по поводу эмоционального развития ребенка нужно, когда агрессия становится немотивированной. Чтобы помочь детям с агрессивным поведением самим справиться с вспышками агрессии, необходимо понимать, что же это такое, каковы ее причины.

Агрессия — это мотивированное деструктивное поведение, которое противоречит нормам и правилам жизни людей, наносит вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносит физический и моральный ущерб людям или вызывает психологический дискомфорт. Агрессивность — это свойство личности, готовность к агрессии (А.А. Реан).

**2) Виды агрессии.** Существует два вида агрессии: «доброкачественная» — появляется в момент опасности, носит оборонительный характер и затухает, как только опасность снижается, и «злокачественная» — жесткость и разрушительность, возникает спонтанно и связана со структурой личности (Э. Фромм).

А. Басс и А. Дарки выделяют 5 видов агрессии (*схема на слайде*): физическая (действия против кого-либо), раздражение (вспыльчивость, грубость), вербальная (угрозы, крики, ругательства), косвенная (сплетни, злобные шутки, топание, выкрики в толпе), негативизм (манера поведения). Эти виды агрессии можно наблюдать у людей всех возрастов, но иногда они особенно сильно проявляются с раннего детства.

**3) Когда появляется агрессия.** Ребенок проявляет агрессию из-за:

* соматических заболеваний или заболеваний головного мозга;
* стиля воспитания в семье;
* сцен насилия, которые увидел в кино и по телевизору;
* нестабильной социально-экономической обстановки;
* индивидуальных особенностей человека (сниженная произвольность, низкий уровень активного торможения и т. д.);
* социально-культурного статуса семьи и т. п.

Стиль воспитания подразумевает, что агрессивное поведение отражает отношения, которые ребенок наблюдает дома. Если родители часто применяют физические наказания, не надо удивляться, что ребенок не умеет общаться по-другому. Он знает, что мама или папа бьют его, чтобы добиться послушания. Он привыкает к тому, что, если нужно что-то получить от человека, его следует ударить. Со временем такие дети могут стать практически неуправляемыми, они не реагируют на просьбы и уговоры — только на повышенный тон или физическое воздействие. Если ребенка строго наказывают за любое проявление агрессивности, то он учится скрывать свой гнев. Длительное подавление агрессии формирует детские страхи, соматические заболевания и однажды вырывается наружу эффектом «распрямившейся пружины».

**4) Как проявляется агрессивное поведение.** Ребенок использует агрессию в нескольких случаях.

Во-первых, **чтобы привлечь внимание окружающих**. Например, ребенок не выделяется среди сверстников умением петь или рисовать, но если он разрушит снежную крепость, которую дети строили на продленке вместе с педагогом, его непременно заметят и будут говорить о происшествии весь день. Рецепт здесь только один: действия и слова взрослых должны постоянно убеждать ребенка в том, что его любят не за что-то, а несмотря ни на что. Во-вторых, **удовлетворить потребности в чем-либо (самоутвердиться)**.

В-третьих, защититься от окружающего мира (лучший способ обороны — это нападение). Такое поведение свойственно детям, чьи родители не имеют четкой стратегии в воспитании и могут по-разному оценивать поступки своего ребенка в зависимости от настроения, наличия рядом посторонних. Ребенок знает, что от людей можно ожидать всего что угодно, не доверяет окружающим и поэтому ведет себя агрессивно — «на всякий случай».

В-четвертых, **снять напряжение, которое направлено на других, на себя (аутоагрессия)**. Одна из причин аутоагрессии — строгий запрет на проявление агрессии по отношению к другим людям. Труднее всего ребенку выплеснуть негативные эмоции на сильных и могущественных взрослых, особенно на родителей, любовь которых он боится потерять. В этом случае не стоит ждать, пока ребенок сам успокоится, следует сразу ему помочь.

**Педагог-психолог:** Отличайте агрессивность от проявления возрастных кризисов. Если отклонения поведения связаны с кризисом — это не расстройство поведения, необходимо пережить это, терпимо отнестись к ребенку. Для этого составим портрет агрессивного ребенка.

**Обсуждение. Кривая гнева**

**Р**ассмотрим кривую гнева (рисунок) и обсудим все фазы агрессивной вспышки.

Первая фаза (А) — фаза запуска, внешнего или внутреннего стимула. Этим стимулом, провокатором вспышки гнева может служить все что угодно: несправедливо сделанное замечание, окрик, внезапная боль и т. п. На этой фазе взрослый не всегда может предугадать, что произойдет дальше: разозлится ребенок или сможет быстро переключиться на что-либо другое. Это та фаза, когда можно предотвратить вспышку гнева, отвлечь ребенка или, что очень важно, научить его справляться со своим состоянием.

Вторая фаза (В) — фаза обострения. Кривая гнева начинает подниматься вверх. Это время, когда тело физиологически готовится к предстоящему сражению: повышается уровень адреналина, напрягаются мышцы, учащаются дыхание, пульс. Но все же на этой стадии, особенно на начальном этапе, еще можно предотвратить предстоящую вспышку. И если взрослый не остановит нарастающий поток гнева у ребенка на этой фазе, придется долго ждать, пока он придет в себя. Чтобы научить его справляться со своим гневом и лучше владеть собой, на стадиях, А и В можно давать ему инструкции: «Успокойся», «Сядь в кресло и посиди 5 минут», «Сделай несколько глубоких вздохов». Можно умыть ребенка прохладной водой. Позже он сам будет прибегать к этим способам управления гневом.

Третья фаза (С) — фаза кризиса, пик гнева. Ребенок кричит, топает ногами, ругается и т. д. Ребенок уже не слышит взрослого, не понимает просьб, требований. Ругать его бесполезно. Единственное, что можно сделать, — это следить за его безопасностью.

Четвертая фаза (D) — фаза плато, или спада гнева. Она протекает у всех детей по-разному. Одним присущи отдельные дополнительные вспышки, у других гнев идет на спад.

Пятая, последняя, фаза (Е) — фаза депрессии, которая может наступить после кризиса. Теперь снова можно разговаривать с ребенком, и только на этой фазе он услышит, что ему говорят.

Уточните, что данная кривая характерна не только для детей, но и для взрослых, поэтому очень важно контролировать собственные негативные выплески в момент общения с ребенком.