

Возрастные психологические особенности младшего школьника от 6 до 10 лет

Агрессивное поведение

Агрессия (от лат. *aggressio* — нападение) — мотивированное деструктивное поведение, противоречащее *нормам* (правилам) сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.)¹.

Чаще всего выделяют следующие виды агрессии:

- физическая агрессия — проявляется в определенных физических действиях, направленных против человека, либо причинении вреда предметам (ребенок дерется, кусается, ломает, бросает предметы и т. д.);
- вербальная агрессия — выражается в словесной форме (ребенок кричит, угрожает, оскорбляет других);
- косвенная — непрямая агрессия (ребенок сплетничает, насмехается, провоцирует сверстников и т.д.)².

Родителям

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

Под агрессивным поведением чаще всего понимают мотивированное внешнее действие, нарушающее нормы и правила сосуществования, причинения вреда, боли и страданий людей. Однако, имея дело с агрессивным поведением, необходимо учитывать другие аспекты проявления агрессии. Эмоциональная составляющая агрессивного состояния — это чувства, а

¹ Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. М.: АСТ, Прайм-Еврознак. 2009. 816 с.

² Тухужева Л.А., Бекулова И.З. Агрессивность в младшем школьном возрасте // Вопросы науки и образования. 2021. № 2(127). С. 32–34.

главное — гнев. Но агрессия не всегда сопровождается гневом и не всякий гнев ведет к агрессии. Важно научить детей осознавать свои чувства и регулировать их, чтобы они не приводили к агрессивному поведению.

Рекомендации родителям по преодолению агрессивного поведения у детей:

1. Нужно понимать, что ваше поведение внутри семьи напрямую влияет на эмоциональное состояние ребенка, он копирует поведение родителей, с которых и берет пример.

2. Следите за тем, что ребенок просматривает по телевизору, какие фильмы и мультфильмы он смотрит, так как частый просмотр агрессивных триллеров и фильмов ужасов оказывает негативное влияние на его психику. В то же время хорошие и качественные фильмы и мультфильмы, которые учат адекватному реагированию на агрессию, не нужно исключать.

3. Очень важно проводить время с ребенком, ни на что не отвлекаясь. Выделяйте в день хотя бы минут 15–20 на разговоры, игры, совместные повседневные дела, но не забывайте в течение недели проводить время с ребенком полноценно, когда можно вместе куда-то сходить, что-то посмотреть. Ребенок в такие моменты чувствует себя значимым и любимым для вас.

4. Если ребенок в чем-то ошибся, сделал неправильно, то не торопитесь ругать и критиковать его. Иначе у него будут откладываться негативные воспоминания. Обсудите то, как в следующий раз сделать лучше.

5. Ни в коем случае при ребенке не обсуждайте с другими людьми и его сверстниками агрессивность и другие его проблемы. В противном случае ребенок не будет чувствовать себя защищенным, перестанет вам открываться и доверять.

6. Каждый раз объясняйте ребенку, что другому, когда его бьют, кусают, обзывают, становится очень больно и неприятно. Покажите своими действиями, что дружелюбное отношение приятно любому человеку.

7. Если вы видите, что на вашего ребенка кто-то нападает, лезет с дракой, то пресекайте такие действия со стороны другого, в том числе и аналогичные действия вашего ребенка. В таких случаях можно говорить: «Перестань драться, ругаться! Другому больно то, что ты делаешь!». Безусловно, стоит выяснить причину, по которой происходит конфликт, ведь может получиться так, что была справедливая защита себя или своей собственности. Тем не менее помогите решить конфликт без применения грубой силы.

8. Учитесь вместе с ребенком выражать свою агрессию через различные упражнения, игры, занятия. Например:

- попробуйте нарисовать, на что похожа эта агрессия, а затем разорвите и выбросите рисунок;
- пусть ребенок выскажется вам, что он чувствует, думает, что ему не нравится сейчас;
- можно использовать «стаканчик» для крика, подушки для битья, резиновые игрушки;
- выжимайте полотенце, даже если оно сухое;
- топайте ногами, прыгайте и т.д.

Данные приемы и способы позволяют научиться направлять свой гнев не на людей или животных, а на неодушевленные предметы.

9. Не применяйте грубую силу к ребенку, иначе он будет учиться тому, что с другими людьми можно тоже грубо обращаться.

10. Старайтесь сами контролировать свое поведение, когда ребенок вас злит, ругает, обзывает, бьет. Если вы будете выходить из себя, то ребенок в следующий раз снова будет вести себя агрессивно, так как он запомнит, что только такими действиями можно привлечь ваше внимание.

11. Когда вы сами находитесь в раздраженном состоянии, злы на ребенка, то сначала сами безопасным способом выразите свою агрессию с помощью различных техник дыхания, прослушивания спокойной музыки,

звуков природы. Когда уже успокоитесь, то можно поговорить с ребенком, чтобы это был конструктивный диалог в спокойном тоне.

12. Важно понимать, что за проявлением агрессии ребенка часто скрываются чувства боли, разочарования, обиды, потерянности, поэтому так важно научиться понимать его.

Полезные ресурсы:

1. *Чепмен Г.* Укрощение гнева. Как подчинить себе его темную силу. М.: Эксмо, 2019. 288 с.

2. *Мак-Кей М., Роджерс П., Мак-Кей Ю.* Укрощение гнева. СПб.: Питер-пресс, 1997. 344 с.

3. Занятия для детей и подростков по профилактике агрессивного поведения // Официальный сайт ГБУ ВО «Центр психолого-педагогической поддержки и развития детей» г. Воронежа. URL: <https://stoppav.ru/images/docs/SHPR/biblioteka/Zanjatija-po-profilaktike-agressivnogo-povedenija.pdf>.

4. Рекомендации родителям по предупреждению агрессивного поведения младших школьников // Официальный сайт МАОУ СОШ № 71 г. Краснодара. URL: <https://school71.centerstart.ru/node/299>.