**Коррекция агрессивного поведения детей**

Агрессия, в каких бы формах она ни проявлялась, оказывается часто главным источником трудностей во взаимоотношениях между людьми. Само слово «агрессия» происходит от латинского «аггреди», что означает «нападать».

***Агрессия*** – *это физическое или вербальное (словесное) поведение, направленное на причинение вреда другим.*

В психолого-педагогической литературе описаны различные классификации типов агрессии – по направленности, форме проявления, длительности агрессивного действия, его соответствии социальным нормам:

По форме проявления:

* + Физическая - удары, плевки, укусы, замахивания, порча вещей другого человека.
  + Вербальная - оскорбления, обзывательства, клички, угрозы, приказы, обозначение пол фамилии. Паравербальные признаки агрессии: интонация, ирония, поза, взгляд исподлобья. Молчание - не отвечать на вопросы, игнорирование. Данный способ агрессии идёт, как правило, из семьи, если был такой способ наказания. Очень неконструктивный способ наказания, т.к. происходит провокация чувства страха «я ничто» - манипулятивное молчание. Другое дело, если избегание общения после какой-то ситуации, когда общаться просто тяжело.

По направленности:

* + - Внешняя - смыкается с физической и вербальной.
    - Внутренняя - аутоагрессия.

По отношению к объекту агрессии:

* + - Прямая.
    - Косвенная.

Известен еще один вид агрессивности — ***«инст­рументальная агрессия»***,которая преследует определенную цель: обеспечить, достать то, что необходимо или жела­тельно. Поэтому огромные сложности появляются у ро­дителей с избалованными детьми, каждое «хочу» которых должно быть выполнено любой ценой. Конечно, такие дети агрессивно настроены, если кто-то мешает им обладать предметом их желания.

На сегодняшний день существует множество теорий, объясняющих происхождение агрессивности:

* + - Эволюционный подход, включающий теорию влечения – агрессия как инстинкт (З.Фрейд). Агрессия является неизбежным проявлением эмоциональной жизни человека. Её избежать нельзя. Наиболее крайние проявления агрессии отмечаются во взаимоотношениях близких людей. Это связано с феноменом амбивалентности чувств (любовь и ненависть по отношению к близким людям. Психоаналитические исследования свидетельствуют об ог­ромном количестве гнева, пережинаемом младенцами, осо­бенно в ситуациях, когда их потребности недостаточно учи­тываются. Также хорошо известен тот факт, что маленькие дети, желая сохранить материнскую любовь, склонны про­являть жестокость по отношению к новорожденным брату или сестре.

По мнению К. Хорни, причина агрессивности содержится в современном обществе, которое вызывает конкуренцию между людьми, а, следовательно, враждебность. Она же рассматривает такие условия воспитания, как унижение достоинства и несправедливость наказания, что в свою очередь порождает агрессию как защитную реакцию ребёнка. Отмечается, что родители опираются на авторитаризм в воспитании своих детей, вследствие чего агрессия ребёнка подавляется страхом перед родителями и проявляется косвенно – в жестоком обращении с животными, в стремлении причинить боль слабому и т.д.;

* + - Фрустрационная теория (Дж. Доллард, Н. Миллер). Основные положения заключаются в следующем: фрустрация всегда приводит к агрессии в какой-либо форме; агрессия всегда результат фрустрации.
    - Теория социального научения (А. Бандура) и мотивационная. Общим во всех теориях является понимание агрессии как поведения, направленного на причинение вреда и ущерба живому и неживому объекту.

Типичные иллюзии по поводу агрессии:

- Агрессия однозначно отрицательна, поэтому её надо избегать, наказывать агрессивных людей (и в классическом определении агрессии это отражено).

- Агрессивность неуправляема.

В настоящее время в психологическая наука исходит из того, что:

1. Агрессия носит самозащитный характер в любом варианте и призвана адаптировать человека к условиям его жизни (человек чувствует препятствие к достижению цели ⇨агрессия).
2. Не существует случайной агрессии. Агрессивное проявление всегда имеет причину и происходит в ситуации взаимодействия. Есть поведенческие привычки и нет навыков конструктивного выражения агрессии.
3. Агрессия управляема.

Агрессия вызвана попытками контролировать ситуацию, воздействовать на неё в целях совершенствования либо себя, либо своего окружения.

Различают 2 формы агрессии:

* + - Конструктивная (здоровая) агрессия. Связана с защитой витальных интересов и представляет собой реакцию на угрозу этим интересам. Это настойчивое, невраждебное самозащитное поведение (упорство, настойчивость, соревновательность, упрямство). Здоровая агрессия вызывается врождёнными механизмами, служащими для адаптации к среде, удовлетворению желаний и достижению цели. Появляется с самого момента рождения (крик).
    - Деструктивная (враждебная) – злобное, причиняющее боль поведение относительно себя и других. Появляется не сразу после рождения, а активизируется в результате сильных неприятных переживаний (боль, дистресс). Существует индивидуальная предрасположенность: наличие опыта насилия (научение фактически); природная обусловленность – предрасположенность к эмоциональным переживаниям и раздражительности (быстрее возникает ситуация чрезмерного неудовольствия.

В настоящее время семья признаёт основным социальным источником формирования агрессивного поведения. Формы проявления агрессии в семье разнообразны. Это мо­гут быть прямое физическое насилие, хо­лодность, оскорбления, негативные оценки, подавление личности, эмоциональное непринятие ребенка. Члены се­мьи могут демонстрировать агрессивное поведение сами или подкреплять нежелательные действия ребенка, например, выражая гордость его победой в драке.

Сильным фактором, влияющим на проявление агрессии, является позиция взрослых по отношению к агрессивному поведению детей. Снисходительность (степень готовности родителей прощать проступки своих детей) и строгость наказания родителей за агрессивное поведение. На основании комбинации этих факторов Р.С. Сирс и соавторы выделили 4 стиля родительского реагирования и соответствующее им число агрессивных детей. При этом родителями наименее агрессивных детей оказались те, кто не был ни снисходительным, ни склонным к применению наказаний. Их позиция заключалась в осуждении агрессии и доведении этого до сведения ребёнка, но без строгих наказаний в случае проступка. Человек, неоднократно подвергавшийся наказаниям, сам становится более агрессивным. Даже если дети и не претво­ряют сразу увиденные образцы в действие, они их, как правило, усваивают. Установки и поведение, которые развились у ребенка в отношениях с родителями, впоследствии переносятся на дру­гих людей (одноклассников, учителей, супругов).

Родители, применяющие край­не суровые наказания, использующие чрезмерный контроль (гиперопека) или, напротив, не контролирующие занятия своих детей (гипоопека), чаще сталкиваются с агрессией и непослушанием своих детей.

При коррекции агрессии самым важным является научить ребёнка конструктивно выражать эмоцию гнева.

Существует 4 основных способа выражения гнева:

1. Прямо заявить о своих чувствах.
2. Выразить гнев в косвенной форме. Часто, не отреагировав гнев сразу, человек рано или поздно может почувствовать необходимость выплеснуть гнев из себя. Но не на того, кто вызвал это чувство, а на того, кто подвернётся под руку, кто слабее и не сможет дать отпор (перенос).
3. Сдержать свой гнев, загоняя его внутрь. Постепенно накапливающиеся отрицательные чувства будут способствовать возникновению стресса, возникает риск возникновения психосоматических расстройств. Часто в семьях детей вынуждают сдерживать свой гнев. Тогда он может перерасти в пассивно-агрессивные формы поведения. Ребёнок может начать действовать исподтишка, специально делать назло, например, подчёркнуто медленно выполнять указания родителей.
4. Задерживать негативную эмоцию до момента её наступления, не давая ей возможности развиться. Обучение приёмам саморегуляции.

Коррекционная работа с агрессивными детьми проводится в следующих направлениях:

1.Обучение способам выражения гнева в приемлемой форме: вербально, прямо, в вежливой форме или косвенно. Я-высказывания (Найти в лидерах). Чтобы гнев и обида не остались отреагированными, можно поделиться своими чувствами с друзьями или родителями. Для маленьких детей это, пожалуй, единственный способ отреагирования гнева, потому что они ещё не могут вербализовать свои мысли и тем более чувства (мишень, стаканчик для крика, коврик злости, стена обиды, боксёрская груша).

Рисуем эмоцию (вулкан), обсуждаем, как влияет агрессивность на жизнь человека. Беседа – как справляются с эмоцией. Предложить способы: рисунок от лица злого человека, коврик злости, мишень, безмолвный крик.

1. Обучение приёмам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях.

Агрессивным детям зачастую свойственны мышечные зажимы, особенно в области лица и кистей рук. Поэтому данной категории детей будут полезны любые релаксационные упражнения. Часто ресурсное место.

В качестве примера обретения самоконтроля можно использовать такой приём. В карман одежды можно положить нарисованный самим ребёнком дорожный знак «Стоп», и как только начинают одолевать негативные мысли и желания, он может достать из кармана картинку и мысленно или шёпотом произнести: «Стоп». Вместо знака «Стоп» можно использовать «Образ спокойствия», также нарисованный ребёнком.

1. Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях.

В процессе коррекционной работы можно говорить с ребёнком о том, что такое гнев и каковы его разрушительные действия.

Агрессивные дети иногда проявляют агрессию лишь потому, что не знают других способов выражения своих чувств. Задача взрослых – научить их выходить из конфликтных ситуаций приемлемым способом. С этой целью можно в группе обсудить с детьми наиболее часто встречающиеся ситуации. Каждый желающий ребёнок предлагает своё решение. Затем несколько из предложенных вариантов разыгрывается парами детей. По окончании дети обсуждают, насколько удачными был тот или иной способ примирения и разрешения конфликта. Не бояться того, что дети часто предлагают агрессивные способы выхода из создавшейся ситуации, например: накричать, припугнуть, ударить. В этом случае не критиковать и не давать отрицательную оценку предложению ребёнка. Пусть разыграют. В процессе обсуждения, как правило, дети вынуждены признать неэффективность такого способа.

Кроме того, родителям необходимо помнить, что личная агрессив­ность взрослых способствует возникновению и закрепле­нию у детей агрессивного поведения. На агрессию никогда нельзя отвечать агрессией, взрослый должен показать ребен­ку пример конструктивного разрешения возникшего конф­ликта. За агрессию нельзя строго наказывать — это закреп­ляет негативные формы поведения, но и потакать агрессивному поведению ребенка тоже не следует.

*Педагог-психолог Дувакина О.В.*