

**Агрессивное поведение** — одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели.

Проблема агрессии и агрессивности в теоретическом плане изучена достаточно глубоко и многогранно. Психологу-практику, необходимо знать три главных момента:

- 1) что такое агрессия/агрессивность;
- 2) каковы возможные причины ее появления;
- 3) как ее корректировать.

Прежде всего отмечается, что психологически грамотным является разведение понятий «агрессия» и «агрессивность».

**Агрессия** – это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт.

**Агрессивность** – это свойство личности, выражающееся, по мнению А. А. Реан<sup>1</sup>, в готовности к агрессии.

Выделяют множество факторов, влияющих на ее появление:

1. стиль воспитания в семье (гипер- и гипоопека);
2. повсеместная демонстрация сцен насилия;
3. нестабильная социально-экономическая обстановка;
4. индивидуальные особенности человека (сниженная произвольность, низкий уровень активного торможения и т. д.);
5. социально-культурный статус семьи и т.п.

Можно с большой уверенностью предполагать, что решающее значение в становлении агрессивного поведения ребенка играет семейная среда и воспитание. Характер эмоциональных отношений, одобряемые формы поведения, широта границ дозволенного, типичные реакции на те или иные поступки и действия – вот те параметры, которые психолог должен выяснить в процессе работы с агрессивным ребенком. Если его родители ведут себя агрессивно (вербально, физически), применяют физические наказания или не препятствуют проявлениям агрессии у ребенка, то наверняка у него эти проявления будут повсеместными и станут постоянной чертой ребенка характера.

Агрессивность может быть физически и психически обусловленной:

1. агрессивные реакции характерны для детей младенческого и раннего возраста (у младенцев как реакция на физический дискомфорт, у детей раннего возраста из-за несформированности функций самоконтроля и произвольности, из-за незнания нравственных правил и норм);
2. агрессивность нельзя воспринимать однозначно отрицательно, так как она играет еще и защитную функцию: функцию самосохранения как физического, так и эмоционального.

Часто неожиданные агрессивные реакции могут появляться в период возрастного кризиса. Если это поведение нетипично для ребенка и взрослых,

тогда оно означает, что у него возникли определенные трудности и он нуждается в помощи окружающих.

Одной из причин появления агрессивных реакций может быть внутренняя неудовлетворенность ребенка его статусом в группе сверстников, особенно если ему присуще стремление к лидерству. Для детей статус определяется целым рядом факторов:

- внешняя привлекательность, аккуратность, высокий уровень развития гигиенических навыков, опрятность;
- обладание красивыми и популярными игрушками, готовность ими делиться;
- организаторские способности;
- широта кругозора;
- позитивная оценка взрослого и т. д.

И если сверстники по той или иной причине не признают ребенка, а еще хуже — отвергают его, то агрессивность, простимулированная обидой, ущемленным самолюбием, будет направляться на обидчика, на того или тех, кого ребенок считает причиной своего бедственного положения. Усугубляться такая ситуация может приклеиванием ярлыка «плохой, драчун, грубиян» и т. п. со стороны взрослого.

Еще одной причиной появления агрессивности у дошкольника может быть ощущение тревоги и страха нападения. Стимулируется она тем, что ребенок, скорее всего, неоднократно подвергался физическим наказаниям, унижениям, оскорблениям. В этом случае, в первую очередь, необходимо поговорить с родителями, объяснить им возможные причины и следствия такого поведения. В крайнем случае, заботясь о благополучии ребенка, можно совместно с администрацией ДОУ обратиться в органы охраны прав ребенка с жалобой на действия родителей.

Иногда агрессивность является способом привлечения внимания окружающих, причина ее — неудовлетворенная потребность в общении и любви.

Агрессивность может выступать и формой протеста против ограничения каких-нибудь естественных желаний и потребностей ребенка, например потребности в движении, в активной деятельности. Педагоги, которые не хотят учитывать естественную потребность ребенка в движении, не знают, что дети-дошкольники не могут длительно заниматься одним делом, что активность в них заложена физиологически. Стараются искусственно и совершенно противоестественно погасить активность детей, заставить их сидеть и стоять против их воли. Такие действия взрослого подобны скручиванию пружины; чем сильнее на нее давить, тем больше скорость ее возврата в прежнее состояние. Они часто вызывают если не прямую, то косвенную агрессию: порчу и разрывание книг, поломку игрушек, т. е. ребенок по-своему «отыгрывается» на безобидных предметах за недалекость и неграмотность взрослого.

Таким образом, первым шагом психолога в работе с агрессивным ребенком должно стать выяснение возможных причин его поведения. Необходимо попытаться собрать как можно более полную информацию о поведении ребенка в группе ДОУ, дома, в общественных местах.

Коррекционная работа с ребенком должна вестись параллельно с работой со взрослыми, его окружающими, родителями и педагогами. В зависимости от

выявленных причин в работе со взрослыми необходимо делать несколько акцентов:

1. изменение негативной установки по отношению к ребенку на позитивную;
2. изменение стиля взаимодействия с детьми;
3. расширение поведенческого репертуара родителей и педагогов через развитие их коммуникативных умений.

Независимо! от причины агрессивного поведения ребенка существует общая стратегия окружающих по отношению к нему.

1. Если это возможно, сдерживать агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановить занесенную для удара руку, окрикнуть ребенка.
2. Показать ребенку неприемлемость агрессивного поведения, физической или вербальной агрессии по отношению к неживым предметам, а тем более людям. Осуждение такого поведения, демонстрация его невыгодности ребенку в отдельных случаях действуют довольно эффективно.
3. Установить четкий запрет на агрессивное поведение, систематически напоминать о нем.
4. Предоставить детям альтернативные способы взаимодействия на основе развития у них эмпатии, сопереживания.
5. Обучать консультативным способам выражения гнева как естественной присущей человеку эмоции.

Задачами психокоррекционной работы с агрессивными детьми могут быть:

1. развитие умения понимать состояние другого человека;
2. развитие умения выражать свои эмоции в социально приемлемой форме;
3. обучение ауторелаксации;
4. обучение способам снятия напряжения;
5. развитие навыков общения;
6. формирование позитивного самовосприятия на основе личностных достижений.

Детям важно давать выход своей агрессивности. Можно им предложить:

1. подраться с подушкой;
2. использовать физические силовые упражнения;
3. рвать бумагу;
4. нарисовать того, кого хочется побить, и что-нибудь сделать с этим рисунком;
5. использовать «мешочек для криков»;
6. поколотить стол надувным молотком и т. д.

Овчарова Р.В. предлагает использовать в целях коррекции агрессивного поведения детей:

1. занятия психогимнастикой;
2. этюды и игры на развитие навыка регуляции поведения в коллективе;
3. этюды и игры релаксационной направленности;
4. игры и упражнения на развитие осознания детьми отрицательных черт характера;
5. игры и упражнения на развитие позитивной модели поведения.

В работе с детьми дошкольного возраста, а особенно с агрессивными детьми показывает высокую эффективность использование элементов изотерапии. Детям нравится играть с водой, с глиной. С ними необходимо использовать различные способы рисования: пальцами, ладошками, ступнями.

С целью корректирования агрессии можно ставить с детьми спектакли, в которых проблемным агрессивным детям необходимо давать роли с позитивной силовой характеристикой (богатыри, рыцари и т. д.). Лютова Е., Моница Г. предлагают использовать в работе подвижные игры, способствующие нейтрализации агрессии, снятию накопившегося напряжения, обучению эффективным способам общения и т. д.

Развитию контроля над собственными импульсивными действиями способствуют занятия пальчиковой гимнастикой. Их могут проводить и родители, и педагоги.

Взрослым, окружающим агрессивного ребенка, важно помнить, что их страх перед его выпадами способствует повышению агрессивности. Этому же способствует и навешивание ярлыков: «Ах, раз я такой плохой, я вам покажу!» Часто взрослые обращают внимание на негативные действия детей и воспринимают как само собой разумеющееся хорошее поведение. Для детей важно создавать «ситуации успеха», развивающие у них позитивную самооценку, уверенность в своих силах.

После некоторого периода индивидуальной работы агрессивных детей необходимо включать в коллективную для того, чтобы ребенок (под контролем специалиста) получил позитивную обратную связь, смог научиться бесконфликтно взаимодействовать с окружающими.

Мы предлагаем использовать не только подвижные игры, способствующие нейтрализации агрессии, снятию накопившегося напряжения; а также игровую арт-терапию.

### **Занятие «Рисуем агрессию...»**

#### Общие замечания. Приоритетные цели

Основная цель предлагаемого занятия – работа с агрессивными эмоциями, которые нередко лежат в основе безнравственных поступков и отклонений в поведении. Задача – способствовать осознанию мотивов поведения.

Методика подходит для индивидуальных занятий и работы в группе до 12 человек.

Арт-терапевтическое пространство включает круг из стульев и персональные рабочие места (стол и стул) для индивидуального творчества. Необходимо свободное пространство для работы в малых группах, а также стилизованная сцена.

Материалы: соус, сангина, художественный уголь, восковые мелки, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой

группы), клей, мягкий ластик, кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски. (Могут понадобиться спички и емкость, в которой можно безопасно сжигать рисунки, лоскутки ткани разных цветов и размеров, а также старые журналы для элементов коллажа.)

### Основные процедуры, этапы:

#### 1. Настрой («разогрев»)

- *Займите места на стульях, расставленных по кругу. Закройте глаза и представьте цвет, соответствующий вашему настроению.*

Затем каждому участнику предлагается описать свои ощущения, ответить на вопросы:

- *Какой вы представили цвет? Какая это краска? Какой звук? Покажите этот цвет движением. Каково ваше настроение, на ощупь? Какой оно температуры?*

Точное осознание своего настроения имеет значение и понимании человеком стереотипов и особенностей поведения в различных ситуациях.

- *Настроение можно нарисовать. Используя любые изобразительные средства, создайте образ вашего настроения.*

Если для занятия отведено достаточно времени и у психолога имеется потребность в получении дополнительных диагностических сведений о каждом участнике арт-терапии, можно использовать следующий вариант этапа настроя.

#### Инструкции

- *Займите места за столами. Приготовьте бумагу, карандаши, краски и другие материалы, необходимые для рисования.*
- *Закройте глаза и постарайтесь вспомнить ситуацию, в которой вы испытывали самую сильную злость. Попробуйте полностью сконцентрироваться на этом чувстве. Если это удалось, откройте глаза и молча приступайте к рисованию. У вас есть возможность изобразить три своих желания.*

Результаты этой работы являются своеобразным графическим индикатором степени агрессивности ребенка.

#### 2. Актуализация эмоции агрессия

- *"У каждого человека – и взрослого, и ребенка – иногда бывает плохое настроение. Оно может проявляться во враждебности, повышенной агрессивности, злости. Пожалуйста, закройте глаза и постарайтесь почувствовать, мысленно пережить это состояние.*
- *Нарисуйте символический образ агрессии на листе бумаги. Работу можно никому не показывать.*

Как известно, в процессе рисования происходит актуализация агрессивных чувств и вместе с тем осознание условного характера их изображения.

- *Поступите с рисунком так, как вам хочется. При желании исправьте, дорисуйте изображение или уничтожьте работу любым способом (сочтите, сожгите и т. п.). Так вы приобретаете власть над своими чувствами.*

После того, как участники расправились со своими материализованными образами гнева, враждебности, ярости, им предлагается следующая инструкция.

- *Нарисуйте на листе бумаги агрессию в виде маски, используя сангину, соус или художественный уголь. Для этого сначала «запачкайте» белый лист бумаги, сделайте черный или коричневый фон. Используйте размашистые, энергичные движения.*

- Затем белым мелом или ластиком выделите контуры и детали изображения.
- Оторвите пальцами лишнюю бумагу – фон так, чтобы получилась маска. Сделайте, по желанию, дырочки для глаз, рта. (Ножницами пользоваться нельзя.)

Итак, на данном этапе участники развивают умения анализировать свои агрессивные чувства, сознательно вызывать их и, следовательно, в определенной мере контролировать.

### 3. Драматическая импровизация

Коллективная работа в малых группах по 3-4 человека.

- Объединитесь в группы по 3-4 человека. Возьмите большие листы ватмана. Рассмотрите рисунки масок, обсудите изображенные эмоции, образы. Придумайте название и содержание сюжета, в котором нарисованные вами маски были бы главными действующими лицами. Расположите их на листе ватмана и дорисуйте «картину». Можете использовать любые изобразительные средства и материалы.
- Подготовьте небольшой спектакль в соответствии с придуманной историей. Важно, чтобы у автора каждой маски была собственная роль.

После того, как работа в группах завершена, и спектакли отрепетированы, участники показывают их друг другу.

«Спонтанный» театр помогает перевести травмирующие переживания в комическую форму. Эмоциональное переключение приводит к катарсису, освобождению от неприятных эмоций.

Возможна также и своеобразная игра с агрессией (в масках). Участники, особенно младшего школьного возраста, с удовольствием «входят в роль враждебных человечков», кричат, кривляются, пугают друг друга. Положительная сторона данной формы театрализации – это сильная эмоциональная разрядка. Вместе с тем возникает проблема контроля над ситуацией. Поэтому важно заранее предупредить группу о необходимости внимательного и бережного отношения друг к другу.

### 4. Рефлексивный анализ

Участникам занятия предлагается занять стулья, расставленные по кругу, на некоторое время закрыть глаза и подумать над вопросом:

- Как можно помочь себе, если вдруг начинаешь злиться ?

Далее участники обмениваются впечатлениями.

### Комментарии, иллюстрации, рекомендации

Переживания горя, гнева, боли, страха, радости и экстаза, согласно Н. Роджерс, являются тем туннелем, по которому необходимо пройти, чтобы попасть на другую сторону – к самоосознанию, пониманию и целостности.

Данное занятие, как и предыдущее, построено на основе арт-терапевтической техники масок. Выбор ехидных методов объясняется тем, что именно страхи лежат в основе агрессивного поведения.

Замечу также, что упражнения, провоцирующие детей на открытую демонстрацию агрессивных эмоций, приемлемы лишь в тех группах, в которых сложились устойчивые доброжелательные и доверительные межличностные отношения.

Приступать к работе с агрессивными детьми лучше с простых заданий. Например, в произвольно выбранном стиле с помощью любых изобразительных

средств предлагается изобразить свои имена (задание «Нарисуй свое имя»). Участники не испытывают при этом никакого напряжения и могут проявить себя творчески уже в самом начале занятия. К тому же, подобные упражнения снижают ситуативную тревожность и беспокойство агрессивных детей, настраивая их более дружелюбно.

Возможны и такие инструкции:

- *Нарисуй себя в минуты гнева (злости, ярости).*
- *Нарисуй портрет очень агрессивного (злого) человека.*
- *Нарисуй драчуна.*
- *Нарисуй, какие чувства ты испытываешь, когда твоему недругу больно и обидно.*
- *Нарисуй, какие чувства испытываешь, когда ты сам причинил своему недругу боль.*
- *Представь, что незнакомые тебе сверстники дерутся друг с другом. Нарисуй, что ты делаешь и где находишься в этой ситуации.*

По утверждению Э. Крамер, при всей абстрактности и символичности изобразительная деятельность позволяет выражать в социально приемлемой форме собственные инстинктивные импульсы, благодаря чему до некоторой степени освобождаться от них.

На этапе настроения эффективна также работа в парах, образованных по принципу наибольшего доверия друг к другу.

Участникам предлагается рассказать самые неприятные воспоминания из своей жизни, связанные с агрессивным поведением. Следует иметь в виду, что не все открыты и готовы к откровенности. Во многом успех зависит от сложившихся взаимоотношений в группе.

Важно, как работал каждый, какие при этом проявлял эмоции, как справился с изображением собственной агрессии? Если маска идентифицируется с агрессией, человек приобретает власть и чувство превосходства над этим состоянием.

Словом, агрессивность — феномен накопительный. Некоторые дети обращают агрессию на самих себя (бьют, кусают, царапают). Аутоагрессия обычно ярко проявляется и в изобразительном творчестве.

Считается, что аутоагрессия формирует в характере человека черты неудачника. И, если не научить ребенка приемлемым способам разрядки, он будет беззащитным перед собственной агрессивностью. На арт-терапевтических занятиях участники исследуют собственное и чужое агрессивное поведение, учатся контролировать эмоции, управлять собой и взаимодействовать с другими. Иными словами, в процессе рисования, сочинения историй и их вербализации, создаются особые условия, облегчающие освобождение от негативной психической энергии, направленной на разрушение и агрессию.