

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

МАДОУ «Детский сад №275»

Информация для родителей по развитию социальной и  
эмоциональной сферы детей дошкольного возраста на тему:

**«Причины агрессии детей дошкольного возраста. Пути преодоления»**



Подготовила: педагог-психолог Литуева Е.В.

Барнаул, 2025



**Агрессивность** - это определенное свойство личности, выраженное в предпочтении использования насильственных методов для достижения своих целей.

**Детская агрессивность** выражается в поведении, которое противоречит нормам поведения в обществе и может приводить к нанесению физического и морального ущерба.

Агрессия - это эмоция, а эмоции мы испытываем вне зависимости от наших желаний и желаний окружающих. Эмоции гнева, запретить нельзя. Важно дать ребёнку «отреагировать» свой гнев. Любое негативное поведение ребенка (капризы, слезы, драки и т. д.), говорят не о том, что ребенок что-то хочет сделать назло взрослым, а о том, что в его жизни что-то не так.

### **Основные причины агрессии у дошкольников**

#### **1. Физиологические факторы**

- Утомляемость, недостаточный отдых и физическая активность могут привести к повышенной нервозности и вспыльчивости.
- Голод, чувство дискомфорта или боль способны вызывать раздражение и негативное отношение к окружающим.
- Нервные расстройства и заболевания нервной системы могут провоцировать вспышки гнева и раздражения.
- Соматические заболевания и заболевания головного мозга.
- Недостаток двигательной активности и физической нагрузки. Можно обратить внимание, что агрессивность возрастает в те дни, когда у ребенка не было возможности погулять.

#### **2. Семейные условия**

- Конфликты между членами семьи создают стрессовую обстановку, негативно влияющую на психику ребенка.
- Недостаточное внимание со стороны взрослых заставляет ребенка привлекать внимание любыми способами, включая негативные формы поведения.
- Пример агрессивного поведения родителей служит моделью для подражания ребенку.
- Стиль семейного воспитания: гипо- и гиперопека. Если ребенок не чувствует никакого интереса к себе со стороны взрослых либо ребенку уделяется чрезмерное внимание, он становится избалованным и привыкает к тому, что его капризам всегда потакают.

- Предъявляйте к ребенку единые требования. Мама и папа должны быть одинаково строгими: если один запретил, то второй не разрешает.

### ***3. Социальные факторы***

- Средства массовой информации, телевидение и компьютерные игры нередко содержат сцены насилия, способные формировать склонность к агрессии.
- Отсутствие возможности свободно выражать чувства и потребности приводит к накоплению внутреннего недовольства и впоследствии проявляется в агрессивных действиях.

### ***4. Особенности темперамента и характера***

- Некоторые дети отличаются повышенной импульсивностью и эмоциональностью, что затрудняет контроль над своими эмоциями.
- Эмоциональная нестабильность и повышенная чувствительность вызывают реакции раздражения и конфликтности.

### ***5. Проблемы социальной адаптации***

- Трудности в установлении контакта с ровесниками и взрослым окружением становятся причиной замкнутости и неудовлетворенности отношениями.
- Ограниченный опыт общения и неспособность находить общий язык порождают обидчивость и стремление защитить себя посредством агрессии.
- Неумение играть. Агрессивными бывают дети, страдающие от неудовлетворенности своими отношениями со сверстниками.

### ***Признаки агрессивного поведения у дошкольника***

***Важно своевременно заметить признаки развития агрессивного поведения:***

- ✓ Частые драки и физические нападения на сверстников и окружающих.
- ✓ Склонность к разрушению предметов, игрушек, рисунков и поделок.
- ✓ Обиды и гневливость по незначительным поводам.
- ✓ Нежелание подчиняться требованиям взрослого окружения.
- ✓ Повышенная тревожность и страх перед новыми ситуациями.

### ***Формы, в которых может проявиться агрессивное поведение.***

- ✓ Агрессивные действия (ударить, укусить и т. д.).
- ✓ Словесная агрессия (обидеть, обозвать, высмеять и т. д.).
- ✓ Агрессивные мысли, намерения: на себе и на других.

## **Как справиться с детской агрессией?**

Существует ряд эффективных способов, позволяющих преодолеть детскую агрессию и способствовать развитию положительных качеств:

### ***1. Психологическая поддержка и понимание ребенка***

- ❖ Родители должны проявлять искреннюю заботу и участие в проблемах ребенка, создавая доверительные отношения.
- ❖ Объясните ребенку последствия его поступков и помогайте осознать связь между действиями и реакцией окружающих.
- ❖ Обучите ребенка распознаванию своего эмоционального состояния и эмоционального состояния окружающих людей.
- ❖ Прививайте любовь к животным, например, объясните, что кошка и собака друг человека, и ни при каких обстоятельствах их нельзя обижать. Уделяйте больше времени своим детям, общайтесь, интересуйтесь его увлечениями, играйте вместе в коллективе других детей.

### ***2. Воспитание положительного примера***

- ❖ Взрослые сами должны демонстрировать уважение к другим людям, доброжелательность и умение контролировать свои эмоции. Как бы вы не были рассержены сами, старайтесь не кричать на ребёнка, не шлёпать его и не ругать за непослушание. Такие меры не заставят ребёнка изменить своему поведение, зато вы наглядно покажете, что физическая и вербальная агрессия допустимы, если человек злится.
- ❖ Награждайте за хорошее поведение. Чаще хвалите его за хорошие поступки. Скажите, что вы им гордитесь, причём объясните за что именно.
- ❖ Укрепляйте у ребёнка ответственность. Если в порыве своей агрессии ребёнок что-то разбил или раскидал, он должен помочь привести всё в порядок. Не обозначайте это как наказание, это будет последствие за агрессивное поведение. Учите ребёнка осознавать, что за свои проступки нужно извиняться.
- ❖ Чтение книг и обсуждение ситуаций, иллюстрирующих разные варианты решения конфликтов, помогают развивать эмпатию и сочувствие.

### ***3. Создание благоприятной среды***

- ❖ Домашняя обстановка должна обеспечивать комфорт и безопасность, исключая стрессовые ситуации.
- ❖ Организация интересных занятий и досуга помогает детям высвобождать излишнюю энергию и снимает напряжение.

#### *4. Игровая терапия и коррекционные мероприятия*

- ❖ Занятия творчеством (рисование, лепка, музыка) способствуют снятию стресса и улучшают настроение.
- ❖ Участие в коллективных играх развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

#### *5. Медицинские консультации и помощь специалиста*

- ❖ При наличии серьезных проблем рекомендуется обратиться к детскому психологу или неврологу, который сможет провести диагностику и предложить индивидуальное лечение.

Одно из самых главных правил, которое должны соблюдать все родители - установление четкого «табу» на агрессивное поведение.

**В каждой семье должно быть четыре обязательных «нельзя».**

- 1. Нельзя причинять вред другому.**
- 2. Нельзя причинять вред самому себе.**
- 3. Нельзя причинять вред животным.**
- 4. Нельзя специально портить вещи.**

Проявление агрессии — это в большинстве случаев нормальное поведение для дошкольника. Так ребенок защищается, просит о помощи или обращает на себя внимание. **Самое главное для родителей** в это время — действовать последовательно, не поддаваться эмоциям и не проявлять агрессию в ответ. Четкие правила в семье, умение выслушать и выяснить причину негатива помогут сократить вспышки гнева и научат справляться с агрессией.

