



Проявление агрессии у детей. Что делать?

Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, "гроза" дворов, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть.

Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты. Маленький ребенок, находясь в группе сверстников (в детском саду, во дворе и т. п.), старается стать в этой среде популярным или авторитетным. Этим он удовлетворяет свое желание быть признанным и защищенным, пользоваться вниманием. Коммуникативные навыки в этом возрасте обычно недостаточно развиты, процессы возбуждения превалируют над торможением, а моральные нормы еще не сформированы, поэтому маленький человек часто старается занять лидерские позиции с помощью агрессивных методов. Особенно легко и быстро агрессия возникает у детей, имеющих органические поражения головного мозга, социально запущенных, отвергаемых родителями, умственно отсталых. К повышенной агрессивности располагают и некоторые родительские приемы воспитания, например, когда отец наставляет ребенка: «Хочешь, чтобы тебя уважали и боялись, - бей всех подряд». В дошкольном возрасте инициаторами агрессии чаще становятся отдельные дети (обычно из вышперечисленной группы).

У агрессии нет плюса и минуса, оценка начинает появляться только тогда, когда агрессия проявляется намеренно, с целью причинения ущерба другому человеку.

Самая опасная – скрытая агрессия, когда человек проявляет её исподтишка, такая агрессия неконтролируема. Самая простая – открытая агрессия, она контролируема. Поэтому самый безопасный ребёнок – тот, который выражает агрессию, его можно проконтролировать, с ним можно работать. Если известно, откуда возникает агрессия, то её можно проконтролировать, перевести на другое проявление, не агрессию. На начальном этапе важно перевести скрытую агрессию в открытую, не накапливать её в себе. Поэтому ребёнок с открытой агрессией – это нормальный, здоровый ребёнок, только его нужно научить не проявлять эту агрессию, а контролировать её, уметь выразить в спокойной ситуации, социально-приемлемым способом.

Условно агрессия у детей делится на 2 формы — внешнюю и внутреннюю. Особенности внешней агрессии в том, что она направлена на окружающих. Это могут быть родители, воспитатели, другие дети, животные и даже игрушки. Ребенок выражает свое отношение несколькими способами:

- устно;
- жестами;
- физически.

Капризы, угрозы, обидные слова — это все проявления внешней агрессии. Даже если малыш просто дразнит взрослых либо сверстников, родителям нужно обратить на это внимание.

К агрессивным жестам относятся такие действия, как:

- махание кулаками;
- замах рукой (попытка ударить);
- кривляния;
- топот ногами;
- передразнивание.

Если ничего не предпринять, в скором времени малыш перейдет к физическому проявлению агрессии. Он начнет драться, толкать, щипать, кусать и царапать окружающих.

У агрессивных детей старшего дошкольного возраста отсутствуют такие навыки, как сострадание и понимание. Они не воспринимают чувства других, не могут посочувствовать и помочь. Вместо этого появляется злорадство над неудачами сверстников.

Стоит отметить, что у агрессивных детей старшего дошкольного возраста, как правило, хорошо развит интеллект и логическое мышление. Они лучше других справляются с учебными и игровыми заданиями.

Внутренняя агрессия проявляется в желании причинить вред самому себе. Такие дети бьют себя, вырывают волосы, кусают ногти либо губы. Внутренняя агрессия у детей дошкольного возраста приводит к замкнутости и скрытности. Они необщительны, не участвуют в играх, не хотят заниматься. Иногда они становятся жертвой агрессивного поведения детей в своем окружении. Если родители замечают признаки агрессивного поведения (внешнего или внутреннего), необходимо найти причину. Только так можно исправить ситуацию. Не нужно надеяться, что все наладится само собой.

Агрессивные дети используют любую возможность, чтобы толкать, бить, ломать, щипать. Их поведение часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, они всегда готовы разозлить маму, воспитателя, сверстников. Они не успокоятся до тех пор, пока взрослые не "взорвутся", а дети не вступят в драку. Например, такой ребёнок будет сознательнее одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит её крик или не получит шлепок. После этого он готов заплакать и, только получив утешение и ласку от мамы, успокоится. Не правда ли, очень странный способ получения внимания? Но

это для данного ребёнка единственный механизм "выхода" психоэмоционального напряжения, скопившейся внутренней тревожности.

В нашей жизни, к сожалению, происходит много событий, которые сами по себе могут ожесточить, озлобить, довести до отчаяния и вызвать негативные переживания. Дети чётко улавливают настроения окружающих. Поэтому родителям не стоит при ребёнке допускать обсуждение неприятностей, смотреть передачи про катастрофы и фильмы про убийство и безысходность, оценивать отрицательно поступки других, укорять и угрожать расправой обидчикам. Подобные проявления своего недовольства и обиды являются не лучшим примером для подражания и бумерангом могут вернуться в семью в "исполнении" ребёнка. Взрослые не должны удивляться, почему их ребёнок слово в слово повторяет их ругательные выражения, находится в позиции постоянного сопротивления и неприятия окружающих его людей и событий.

Если вы стали замечать, что ваш ребёнок наэлектризован злостью, обзывается, дерётся, обижает и жестоко относится к животным, то первое, что вы должны сделать, это задать себе вопросы:

1. Когда это началось?
2. Как ребёнок проявляет агрессию?
3. В какие моменты ребёнок проявляет агрессию?
4. Что явилось причиной агрессивности?
5. Что изменилось в поведении ребёнка с того времени?
6. Что на самом деле хочет ребёнок?
7. Чем вы реально можете ему помочь?

Безусловно в каждом человеке от природы есть агрессия. Это своеобразный защитный механизм, реакция на раздражение. Когда возникает опасная ситуация – например, кто-то отобрал игрушку или дал лопаткой по голове, ребенок защищается от нападения. Но иногда агрессивным становится фоновое поведение – ребенок нападает сам, акцентируется на плохих героях в сказках, говорит обидные слова. Это не значит, что он вдруг стал плохим. Это значит, что есть раздражитель, который постоянно приводит его агрессию в активную фазу.

Тем не менее причины появления агрессии у детей могут быть самые разными.

- Наследственно-характерологические признаки, то есть предрасположенность к агрессивному поведению; психопатоподобное, аффективно-возбудимое поведение родителей или родственников; наличие выраженной тревожности, и гиперактивности у ребенка и др.

- Резидуально-органические признаки, то есть минимальная мозговая дисфункция; травмы головного мозга и т.п.
- Социально-бытовые признаки: неблагоприятные условия воспитания в семье, неадекватно-жесткий родительский контроль; враждебное или оскорбительное отношение к ребенку; конфликт между супругами и агрессивность.
- Новизна, увеличивающая тревогу или привыкание, снижающее ответственность за агрессивное поведение в новой ситуации.
- Нарастание утомления и пресыщения у ребенка и др.

На становление агрессивного поведения большое влияние оказывает характер наказаний, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего чада. В таких ситуациях могут быть использованы два полярных метода воздействия: либо снисходительность, либо строгость. Как это ни парадоксально, агрессивные дети часто встречаются и у слишком мягких родителей, и у чрезмерно строгих.

Родители, резко подавляющие агрессивность у своих детей, вопреки своим ожиданиям, не устраняют это качество, а напротив, возвращают его, развивая в своём сыне или дочери чрезмерную агрессивность, которая будет проявляться даже в зрелые годы. Ведь всем известно, что зло порождает только зло, а агрессия – агрессию.

Если же родители вообще не обращают внимания на агрессивные реакции своего ребёнка, то он очень скоро начинает считать, что такое поведение дозволено, и одиночные вспышки гнева незаметно перерастают в привычку действовать агрессивно.

Только родители, которые умеют находить разумный компромисс, «золотую середину», могут научить своих детей справляться с агрессией.

Чтобы направить агрессию ребенка в нужное русло и дать ей выплеснуться, можно играть в определенные игры, где это негативное поведение может быть управляемым.

Игра «Пыль»

Предложите ребенку выбить пыль из подушки. Пусть он колотит ее, кричит.

Игра «Борьба на подушках»

Включите веселую музыку, возьмите в руки подушки и слегка подеритесь ими. Но родители четко должны установить правила – не бить руками, не кричать обидные слова. Если правила нарушаются, игра останавливается.

Игра «Снежки»

Предложите ребенку комкать листы бумаги и бросать ими друг в друга.

Игра «Салют»

Ребенок рвет бумагу и с силой бросает ее вверх. Потом все вместе убирают мусор с пола.

Игра «Мячик, катись!»

Теннисный мячик кладется на ровную поверхность. Ребенку предлагают сдуть его, чтобы он прокатился по заданной траектории.

Игра «Ураган»

Сядьте напротив малыша и предложите ему вас сдуть. Пусть он наберет в легкие побольше воздуха и как следует дует на вас – мама при этом делает вид, что сопротивляется потокам воздуха. Игры с участием дыхательных элементов считаются самыми эффективными.

Агрессивные дети иногда проявляют агрессию лишь потому, что не знают других способов выражения своих чувств. Задача взрослого – научить их выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами. С этой целью можно с детьми обсудить наиболее часто встречающиеся конфликтные ситуации. Например, как поступить, если ребенку нужна игрушка, в которую кто-то уже играет. Такие беседы помогут ребенку расширить поведенческий репертуар – набор способов реагирования на определенные события. Иногда дети поступают так или иначе не потому, что им это нравится, а из-за того, что не знают, как можно сделать по-другому.

Одним из приемов работы с агрессивными детьми может стать ролевая игра. Например, можно разыграть ситуацию, где вдруг поссорились два котенка, потому что один из них хотел играть с новой машиной, с которой уже играл его товарищ. Пока они ссорились, мама позвала пить чай с тортом, и поэтому оба не успели поиграть с машиной. Можно попросить ребенка помирить Котят. По окончании игры обсудить, насколько удачным был предложенный способ примирения и разрешения конфликта.

Если ребенок капризничает, злится, кричит, бросается с кулаками, не стоит его ругать и наказывать! Так он реагирует на недостаток внимания, на глубокую внутреннюю проблему. Маленький ребенок еще не способен к самоанализу, он не в состоянии понять, что его беспокоит. Он может только реагировать. Важно показать, что Вы на его стороне - обнимите его, прижмите к себе. Постепенно он успокоится, придет в себя. Со временем ему будет требоваться все меньше времени, чтобы утомиться. Кроме того, такие объятия выполняют несколько важных функций: для ребенка это означает, что вы способны выдержать его агрессию, а, следовательно, его агрессия может быть сдержана и он не разрушит то, что любит; ребенок постепенно усваивает сдерживающую способность и может сделать ее внутренней и таким образом контролировать свою агрессию сам. Позже, когда он успокоится, вы можете поговорить с ним о его чувствах. Но, ни в коем случае не стоит читать нравоучения при таком разговоре, просто дайте понять, что готовы его выслушать, когда ему плохо.

Уважайте личность в вашем ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства. Предоставляйте ребенку достаточную свободу и независимость, за которую ребенок будет сам нести ответственность. В тоже время покажите ему, что в случае необходимости, если он сам попросит, готовы дать совет или оказать помощь. У ребенка

должна быть своя территория, своя какая-то сторона жизнь, вход на которую взрослым позволен только с его согласия. Даже трехлетнему ребенку необходимо личное пространство.

Как известно, любую проблему лучше предотвратить, чем решать. Родители должны следить не только за тем, что ест и во что одет ребенок, но и чем он занимается.

Стоит обратить внимание на то, что он смотрит по телевизору. Любые недоброжелательные фильмы и мультфильмы нужно исключить, даже если они очень нравятся малышу. Лучше отдать предпочтение обучающим программам. Подойдут истории, в которых главные герои помогают окружающим.

Нужно следить, во что играет малыш один или со своими друзьями, а также за тем, как ведут себя другие дети. Плохое поведение очень заразно, особенности детской психики позволяют подстраиваться под любую ситуацию. Если ребенок дружит с агрессивно настроенными сверстниками, то, скорее всего, начнет их копировать.

В семье должны быть доброжелательные отношения между родителями и детьми. Кроме того, очень важно не выделять никого, если в семье несколько детей. Ревность — о очень плохое чувство, способное заставить даже самого доброго малыша обижать своих сестер и братьев.

Как можно чаще повторяйте ребенку, что вы его любите. Он должен слышать это каждый день. Если малыш знает, что любим, детский мир будет стабильным, и не будет причин для агрессии. Обнимать и целовать ребенка также нужно ежедневно, а лучше несколько раз в день.

Родители должны понимать, что поведение детей зависит только от них. Чтобы ребенок был добрым, он должен чувствовать заботу и любовь. Сложно проявлять то, чего не испытал на себе.

