

Детская агрессия – это способ реагирования ребенка на невозможность сделать то, что хочется, именно так, как хочется. Агрессия отличается от исследовательского порыва ребенка, жажды достичь (ребенок в этот момент не испытывает злости, не раздражен – он нацелен на желаемый объект и движется к цели). Агрессия может быть способом самоутверждения, способом добиться желаемого. Проявления агрессии зависят от возбудимости и уравновешенности нервных процессов и иногда ребенок просто не может реагировать по-другому.

Агрессия может быть явная, открытая, заметная другим, направленная на окружающих, (ребенком овладевает гнев, ярость, он плохо контролирует свои действия), но может быть и неявная, замаскированная ("изводит нытьем", отказывается от чего-либо, угрожает, наушничает).

Если противник уступает в силе, то агрессия может проявляться как физическое нападение, но если противник сильнее, то чаще агрессия является не прямой, косвенной.

Это может быть:

- защитная агрессия (отказ от общения, частые болезни, апатия, капризы);
- косвенная агрессия (вымещение гнева на доступных объектах: предметах, животных, других людях);
- пассивная агрессия (реализация агрессивных действий в мечтах, фантазиях; молчаливый протест, отказ что-либо делать, саботаж);
- аутоагрессия, агрессия, направленная на самого себя (обвинение себя в происходящем, нанесение себе физических повреждений).

Одна из самых ранних форм проявления агрессивности – негативизм, упрямство.

Причины агрессивного поведения ребенка

Частая причина агрессивного поведения ребенка это ограничения, наказания, запреты. Ребенок в силу возрастных особенностей сталкивается с ограничениями ежедневно. Наказание усиливает введенное ограничение и может стать основной причиной агрессивного поведения. При этом, как чрезмерное наказание, так и полная безнаказанность приводят к тому, что ребенок становится более агрессивным.

Взрослые оказывают достаточно сильное влияние на агрессивность детей. Состояние и настроение родителей считывается детьми, и если родители сами находятся в состоянии неудовлетворенности, часто агрессивны, то это приводит к повышению агрессивности у детей. Когда кто-то из членов семьи повышает голос, ругается, приказывает, обзывает или способен ударить, то ребенок может начать подражать реакции взрослых.

Если ребенок пребывает в постоянном агрессивном фоне, часто наблюдает агрессию на экранах TV и компьютера: новости, фильмы со сценами насилия, то детская агрессия может проявляться чаще и сильнее.

Неуверенность в методах воспитания, предъявление противоречивых требований к детям (требования через запреты, большое количество условий, от которых зависит,

можно или нельзя, которые ребенку трудно запомнить), обесценивание авторитета других взрослых родителями также приводят к повышению детской агрессивности.

Чем чаще ребенок, действуя агрессивно, убеждается в эффективности своего способа добиться желаемого (кулаками, истериками, обзываниями), тем вероятнее вспышки агрессии. Важно, чтобы в окружении ребенка наряду с агрессивными проявлениями он наблюдал и неагрессивные способы добиться желаемого (договориться, попросить). Тогда у него будет и другой репертуар реакций, в котором будут представлены и более конструктивные способы поведения.

Часто агрессию вызывает гнев. Взрослым кажется, что, запретив ребенку злиться, мы можем предотвратить его агрессивное поведение. Однако злость от запретов не исчезает, а накапливается внутри и рано или поздно находит выход.

Проявления и причины агрессии зависят от возраста ребенка. До двух лет он еще не осознает, что поступает плохо, так как еще не усвоил приемлемые правила поведения, не научился договариваться и использует силовой способ получить желаемое (отобрать, толкнуть, стукнуть, плюнуть, укусить). Маленький ребенок испытывает трудности в управлении агрессивным состоянием, так как реакция возбуждения в коре головного мозга преобладает над реакцией торможения. Ребенок не может взять под контроль свое агрессивное состояние, так как не умеет управлять своим поведением, даже если понимает, что нарушает социальные нормы и правила.

Уже на четвертом – пятом году жизни он начинает понимать, что агрессия это плохо и учится решать конфликты неагрессивным способом. Ребенок обучается оценивать ситуацию по возможным последствиям (заметят ли взрослые, будет ли наказание) и находят обходной путь (если нельзя стукнуть, укусить, щипнуть, то можно обозвать, подначивать, сплетничать, настраивать одного против другого).

В возрасте до одного года агрессивные выходки не являются сильной злостью, это проявление недовольства. В этом возрасте агрессивное взаимодействие с миром необходимо для нормального развития ребенка, чтобы почувствовать свою физическую силу, стать более уверенным в своих возможностях.

Важно помогать ребенку исследовать мир и его самого, больше рассказывать о том, какие чувства бывают и как они выражаются, нужно познакомиться со своей агрессией, признать и научиться правильно проявлять ее. Следовательно, нужно не запрещать злиться или игнорировать чувства ребенка, а научить его правильно выражать свои чувства.

В возрасте двух-трех лет сопротивление и негативизм – это проверка границ взрослых ("что будет, если я себя так поведу"). Ребенку важно ощущать незыблемость этого мира и основательность устоев семьи. Поэтому родителям необходимо проявлять твердость в отношении правил, установленных в доме. Неизменность правил и их предсказуемость придает ребенку уверенность в собственной безопасности. Другая важная потребность этого возраста – ощутить свою самостоятельность и гордость от того, что он справился сам.

Агрессия - это энергия достижения, которая нужна, чтобы получить желаемое. Поэтому во взаимоотношениях со сверстниками первая реакция ребенка – это отобрать. Необходимо, чтобы к моменту, когда ребенок идет в детский сад он приобрел опыт общения с разными детьми, обучить его элементарным реакциям на действия агрессора (закричать или позвать на помощь).

В возрасте шести – семи лет также важно создать благоприятные условия для взрослой самостоятельности ребенка, поддержать желание делать какие-то взрослые дела (это важно для подкрепления уверенности в себе). Подумайте, что вы готовы ему позволить: какие дела поручить, куда ходить одному, учиться на тех ситуациях, в безопасности которых вы уверены.

Причины негативизма в этом возрасте: ребенок начинает сомневаться в содержании правил. Теперь он готов принять правило, только если понимает его необходимость. Формируя мнение о себе относительно других, ребенок начинает понимать свои особенности. Ребенок будет проверять содержание правил не только у своих родителей, он будет обсуждать их со своими друзьями. Постоянное сравнение себя с другими – это удар по самооценке, поэтому задача родителей создавать условия для проявления сильных сторон ребенка, хвалить его за хорошие дела, обращать внимание на его отличия от других в лучшую сторону.

Пиковые всплески агрессии приходятся на кризисные периоды. Кризис – это обучение чему-то новому, поэтому выход из кризиса происходит тогда, когда новая способность или умение уже полностью освоены. В каждом возрастном периоде родителям необходимо выработать новый стиль взаимодействия с подросшим ребенком. Если выход из кризиса затягивается, а пиковые проявления агрессивности не прекращаются, то часто необходима помощь специалиста.

В публикации использовались материалы книги А. Корниенко "Детская агрессия: Простые способы коррекции нежелательного поведения ребенка".

Материал подготовлен психологом отделения помощи женщинам Голубиной Г. А.