Детская агрессивность: Понимаем, реагируем, помогаем

Агрессивный ребёнок – не редкое явление в современном мире.

К сожалению, для многих родителей это большая беда, с которой они сталкиваются дома при воспитании своего ребёнка, а также в детском коллективе, когда их любимый малыш находится на одной территории с ребёнком, проявляющим агрессию. Не заметить ребёнка с агрессивным поведением довольно сложно. Часто это драчливый и грубый ребёнок, который может напасть и ударить сверстника или родителей, ломающий игрушки, кричащий или целенаправленно употребляющий грубые выражения. Агрессивный ребёнок становится большой проблемой для родителей, воспитателей, учителей. Такого ребёнка очень трудно принять, и ещё сложнее понять, в чём причина такого поведения. Безразличие и жестокость со стороны родителей могут приводить к проблемам в детско-родительских отношениях, итогом которых становится уверенность ребёнка в том, что его не любят. Чтобы изменить сложившуюся ситуацию и заслужить любовь родителей, дети пытаются привлечь их внимание любым способом, в том числе и агрессивным поведением. Если ребёнок чувствует, что уязвим, если он не уверен в себе, если он не может влиться в детский коллектив и почувствовать себя там своим, то и агрессия со стороны такого ребёнка не заставит себя долго ждать. Среди видов агрессии можно выделить следующие:

Вербальная агрессия.

Этот вид агрессии проявляется в словесной форме: повышенный тон разговора, переходящий на крик, оскорбления и унижения, возможны даже угрозы.

Физическая агрессия

Данный вид агрессии проявляется в конкретном физическом воздействии по отношении к какому-либо лицу или причинении ущерба чужому имуществу: укусы, побои, повреждение различных вещей, техники и т.д.

Прямая агрессия

Вид агрессии, который направлен на определённый объект.

Косвенная (непрямая) агрессия

С помощью этого вида агрессии ребёнок может сплетничать, использовать злобные шутки, провоцировать.

Аутоагрессия

Этот вид агрессии, который ребёнок использует против самого себя. Проявляется различными видами самотравматизаций.

Когда и на что обращаем внимание:

- Ребёнок не может контролировать свои слова, действия, эмоции, поведение в целом. В редких случаях может пытаться взять под контроль своё поведение, но, ничего из этого не выходит.

- Ребёнок часто ругается с ровесниками и взрослыми, целенаправленно вступает с ними в споры и выясняет отношения.
- Ломает игрушки, рушит строения, выполненные другими; любит портить вещи других и при этом получает явное удовольствие
- Не реагирует на просьбы, указания и нарушает установленные правила
- Намеренно совершает «плохие» поступки, чтобы вызвать негативную реакцию
- Помнит об обиде и обидчике, зачастую хочет отомстить обидчику
- Не может признавать свои ошибки, всегда пытается оправдаться или обвинить другого.

Для детей, особенно дошкольного возраста, свойственно непослушание. Если на это есть серьёзная причина (несправедливое наказание, обида), то злость ребёнка и его агрессия вполне оправдана, и в таких случаях считается абсолютно нормальной реакцией ребёнка. Родителям стоит принимать меры только в том случае, если они замечают у своего ребёнка как минимум несколько признаков из вышеперечисленных признаков, повторяющихся регулярно (от шести месяцев).

Причины детской агрессии

- Заболевание центральной нервной системы
- Агрессивность как средство психологической защиты
- Агрессивность как следствие нарушений семейного воспитания
- Безразличие или враждебность со стороны родителей
- Разрушение эмоциональных связей в семье
- Неуважение к личности ребенка
- Чрезмерный контроль над ребенком или полное отсутствие его
- Избыток или недостаток внимания со стороны родителей
- Запрет ребенку на физическую активность
- Нарушение исследовательской активности ребенка
- За агрессивность принимают что-то другое

Если взрослый (особенно родители) позволяет себе оскорбления, унижения, некорректные высказывания в сторону маленького человека, то это приводит к развитию глубоких комплексов. Итогом такого общения может стать не только агрессия, но и вспышки сильнейшей ярости. Одной из причин агрессивного поведения ребенка может быть его низкая самооценка.

Если ребёнок не уверен в себе, он не уверен и в окружающих. Низкая самооценка рисует в воображении опасность, которая может исходить от ровесников, родителей, педагогов. В подобных случаях ребёнок, не дожидаясь, когда его обидят, начинает вести себя агрессивно сам, предвосхищая придуманную атаку из вне.

Если у таких детей на фоне заниженной/низкой самооценки нет возможности получить эмоциональную поддержку от родителей, то есть вероятность, что ребёнок сделает выбор в пользу агрессивной формы поведения.

Всегда важно давать выход эмоциям, не «зажимая» их и не «подавляя». Этому должны научиться сами родители, а уже потом научить этому своих детей. Если вы злитесь, то не

бойтесь говорить об этом своему ребёнку. Это нормально. Таким образом, вы проговариваете проблему, и вам становится легче. Параллельно вы показываете ребёнку, что и он может так делать – говорить о том, что ему не нравится, что он зол или чем-то расстроен. Постепенно ребёнок освоит этот «манёвр» и поймёт, что гораздо легче говорить о проблеме, нежели пытаться привлечь внимание своим ужасным поведением.

Правильный пример

Важно, чтобы ваши слова ни расходились с вашими действиями. Не требуете от ребёнка того, чего не можете выполнить сами. Если вы хотите, что бы ребёнок экологично выражал свои эмоции, обратите внимание на то, как делает это его окружение, и прежде всего, вы – родители. Если у вас сложности с выражением своей агрессии, вы не можете принимать агрессивное поведение своего ребёнка, то возможно, стоит обратиться к психологу.

Агрессия неминуема

Если «приступ» агрессии уже начался, ребёнок кричит, пытается ударить, то лучший вариант – крепкие объятия. Когда он успокоится, вы можете сказать, что готовы выслушать его всегда, когда ему плохо. Беседовать с ребёнком в такие моменты лучше без посторонних и без эмоционально окрашенных слов и выражений. Сталкиваясь с агрессивным поведением ребёнка возникает вопрос: «Как можно помочь?»

Важно: чтобы был виден устойчивый результат работы, необходимо, чтобы коррекция носила не эпизодический характер, а постоянный и комплексный.

Что предлагают психологи

- Рисуем красками, ладошками, пальчиками
- Играем в песочные игры
- Вырезаем, лепим
- Читаем и сочиняем сказки вместе с ребенком и для ребенка. Предлагаем ребенку роль с позитивной силовой характеристикой (рыцарь, богатырь, защитник слабых)
- Играем в подвижные игры, развивающие позитивную модель поведения и коммуникации, эмпатию и сочувствие

Важно:

- Любые эмоции важны. Главное – как мы их выражаем (степень, уместность, контроль)
- Учим ребенка «экологии выражения агрессивности»: можно сказать, если что-то не нравится, можно дать движению возможность справиться с эмоциональным состоянием, можно объяснить свои ощущения, что беспокоит
- Снижаем уровень критики со стороны родителей, повышаем самооценку ребенка подчеркивая его сильные стороны и достоинства
- Минимизируем воздействие на психику ребенка окружающей реальности – компьютерные игры и телепередачи с агрессивными акцентами, грубость коммуникации в обыденной жизни людей, в окружении ребенка
- Демонстрируем уважительные межличностные отношения и прививаем их ребенку
- Следим за собственным поведением и словами, чтобы требования к ребенку не расходились с тем, что допускаем сами