

Агрессивное поведение у детей: причины, устранение



Опыт работы с детьми позволяет утверждать, что почти всегда проявляемая детьми агрессивность – отстаивание своих прав. Это почти всегда крик о помощи и боли, как и в то время, когда ребёнок был младенцем, он взывал о помощи своим криком, потому

как иначе не умел. Мы расскажем об агрессивных проявлениях в поведении детей. Постараемся разобраться, почему дети становятся агрессивными и как им помочь.

Для удобства разделим причины агрессивности на три большие группы: семейные, внутренние и ситуативные причины.

Семейные причины агрессивного поведения детей

1. Неприятие ребёнка

Признанным фактом является повышенная агрессивность нежеланных детей. Не все родители бывают готовы к материнству и отцовству. И вовсе необязательно говорить ребёнку, что его не ждали (не планировали). Ребёнок чувствует это на эмоциональном уровне.

Что является самым необходимым для выживания человека? Любовь. Родительские любовь и ласка говорят маленькому человеку, что он нужен, что мир прекрасен и безопасен, что он всегда сможет рассчитывать на поддержку и помощь. Никогда не поздно сказать своему ребёнку, глядя в глаза и нежно прикоснувшись к нему, как вы его любите.

2. Напряжённый эмоциональный климат в семье

Если мир в семье нарушен, родители постоянно в ссорах, взаимных обвинениях, нет мира и в душе ребёнка. Неуравновешенность будет проявляться и в его поведении.

Выход один – научиться договариваться друг с другом и по поводу воспитания детей.

3. Неуважение к личности ребёнка

Высказывания в адрес ребёнка: «У тебя не руки, а крюки»; «У всех дети, как дети, а у меня...»; «И в кого ты такой уродился?» и т.п. – являются оскорбительными, унижающими личность ребёнка. «Да, я все понимаю теоретически, - говорит мама шестилетнего мальчика, - но как только мой сын делает что-то не то, выхожу из себя. Такое поведение из репертуара моего отца. Никогда не думала, что буду такой же!»

Безусловно, все мы родом из детства, и методы воспитания наших родителей часто используем и мы по отношению к своим детям, даже если в детстве нам это не нравилось. В подобной ситуации важно вывести эти «неприемлемые» методы на уровень сознания и сказать себе: «Стоп! Я - не мой папа!». И если вы будете настойчивы, сможете научиться управлять собой.

4. Имитация поведения родителей и близких

Представьте, что после трудного дня вы приходите домой, начинаете готовить ужин; просыпается солонка с солью. Через некоторое время наливаете чай, а крышка от сахарницы падает в чашку. Весь стол залит чаем. Вскоре вы обнаруживаете, что флакон ваших любимых духов – полупустой. Как вы реагируете? Примерно понятно. Ребёнок подражает тому, что видит вокруг себя. Он учится у нас реагировать на стресс, на неудачи, неловкость...

Выход только один: учиться самим управлять собой, вовремя выражать негативные эмоции и делать это цивилизованным способом, чтобы научить этому своих детей.

5. Чрезмерный контроль

Часто родители из благих побуждений окружают ребёнка чрезмерной опекой: предугадывают каждый шаг ребёнка, предоставляют по любому вопросу готовое решение, тем самым лишая ребёнка возможности выбора. И не задумываются, что в результате может вырасти совершенно безвольный человек, - в лучшем случае, а в худшем – ребёнок будет бунтовать.

Выход один: предоставлять ребёнку возможность выбора. Никто не хочет учиться на чужим ошибках – все хотят учиться на своих.

6. Недостаток внимания дети компенсируют, делая запрещённые вещи – пусть отругают, зато уж точно заметят. Вообще-то ребёнку нужно не так много внимания. Хотя бы полчаса в день мама или папа должны быть в полном его распоряжении, не отвлекаясь на домашние дела, просмотр телевидения, разговоры по телефону и т.п. В семьях, где вводится это правило, агрессивное поведение ребёнка быстро исчезает.

7. Запрет на физическую активность

«Не стучи, не бегай, не прыгай! Что скажут соседи?» А что делать с накопившейся за день энергией? Даже самые послушные дети в моменты продолжительного сдерживания могут стать неуправляемыми. Поэтому необходимо организовать ребёнку ежедневную разрядку энергии, где он сможет попрыгать, побегать, накричаться от души.

Личные причины агрессивности ребёнка

1. Особенности темперамента

Природной склонностью к агрессии обладают холерики, так как их нервная система крайне неуравновешенна. Они вспыльчивы, раздражительны, их легко вывести из себя. Изменить темперамент нельзя, это как строение нашего тела. А вот научиться использовать сильные стороны нужно и полезно.

Не торопите флегматика, наберитесь терпения, и он выполнит всё в лучшем виде. Не на все обиды меланхолика стоит реагировать. Лучше найдите возможность переключить его внимание. А сангвиника необходимо регулярно обеспечивать интересным делом. Холерика не стоит уговаривать, он лучше реагирует на спокойное, тактичное требование. Кропотливо учите его доводить дело до конца.

2. Возрастные кризисы

В детстве на каждом этапе мы осваиваем новые высоты. У детей в дошкольном возрасте наиболее остро протекает кризис трёх лет; в более спокойной форме – кризис семи лет. Родители должны помнить, что кризис не будет длиться вечно. Но он будет осложнён, если взрослые не примут во внимание позитивных изменений в развитии личности ребёнка: стремление к самостоятельности, расширение прав и обязанностей, желание быть признанным.

3. Неуверенность в себе

Если ребёнок чувствует и слышит, что будет любим лишь при определённых условиях, у него вырабатывается неуверенность в своих силах и способностях, отсутствует ощущение безопасности. Ребёнок начинает видеть опасность на каждом шагу и реагировать на неё агрессивно.

Кроме того, на рубеже семи лет у детей формируется самооценка. Ребёнок размышляет о себе, сравнивает себя с другими, делает выводы. Нередко не в свою пользу. Дети не винят в своих проблемах других. Они считают себя недостаточно красивыми, умными, нарядными и т.п. Поэтому у них возникают трудности в установлении контактов с другими детьми и взрослыми. Каждый ребёнок по-своему пытается эти трудности преодолеть, защищается, стремится привлечь чьё-то внимание или силой решает конфликты. И остро нуждается в помощи. Чем неувереннее чувствует себя ребёнок, тем чаще, ежеминутно, выражайте свою любовь к нему ласковым словом, жестом, прикосновением.

4. Чувство вины и стыд

Когда ребёнок начинает овладевать «правилами общежития», то есть учится кушать, пить, ходить на горшок, убирать игрушки и т.п., родители

обучают его нередко при помощи угроз, обвинений, насмешек. «Любить тебя не буду!» Люди, воспитанные на чувстве вины, становятся зависимы от мнения других людей, а когда гнёт вины и стыда становится невыносим, проявляют агрессию, часто необоснованно.

Важно научить ребёнка освобождаться от чувства вины. Это можно сделать: с помощью извинения или искупления вины (наказания). Важно, чтобы наказание не ущемляло достоинства ребёнка. Помните основной принцип: «Наказан – значит прощён»!

Ситуативные причины агрессивности ребёнка

1. Ситуация новизны

У ребёнка, «вышедшего в свет», то есть получившего новую ситуацию общения, могут возникнуть агрессивные нотки в поведении – как реакция на стресс. А все новое, незнакомое является стрессом, и не только для ребёнка. Ситуаций новизны (поступление в детский сад или школу, переезд на новое место жительства, поездка в отпуск и т.п.) избежать невозможно, и при этом важно готовить детей к предстоящим событиям – рассказывать ребёнку о переменах заранее, предложить любимую игрушку, рассказать сказку, где главный герой попадает в новую неизведанную ситуацию и успешно с ней справляется.

2. Текущая стрессовая ситуация – ссора с другом, отсутствие друзей, потеря любимой игрушки, изменения в семейной ситуации, смерть близкого человека и т.п.

Не отмахивайтесь от детских «пустяковых» проблем. Для наших детей это настоящие трагедии. Ваше сочувствие необходимо малышу как скорая психологическая помощь. А в более серьёзных ситуациях поможет сказка.

3. Переутомление

Всем родителям знакома ситуация, когда ребёнок начинает капризничать, плохо себя вести после прогулки, похода в театр, в гости, – речь идёт о физическом или эмоциональном переутомлении. Проявляемая агрессия – следствие, она связана с ситуацией, вместе с ней и уйдёт.

Однако есть и более индивидуальные примеры: «У Инночки сегодня праздник – день рождения. Ей исполняется 6 лет. Она так давно его ждала. Сегодня исполнятся все её мечты. Но встала она сегодня «не с той ноги». Всем недовольна, кричит на маму, грубит бабушке. К приходу гостей девочка становится неуправляемой. Бросается на пол в истерике, кричит на всех. Праздник испорчен».

Как выражаются психологи, у Инночки тремор цели: когда чего-то очень хочется, ждёшь настолько, что ни о чём другом думать не можешь. Нервная система не выдерживает перевозбуждения.

4. Влияние окружающей среды

Исследования говорят о том, что у детей, живущих неподалёку от железных дорог, крупных автотрасс, уровень агрессивности часто является повышенным из-за влияния повышенного шумового фона. Обратите внимание и на уровень громкости телевизора, магнитофона, радио в вашем доме. У детей чувствительность к шуму значительно выше, чем у взрослых. Температура воздуха, духота, замкнутое пространство – факторы повышающие раздражительность.

Чрезмерное употребление некоторых продуктов, например, шоколада, чипсов, лимонада также приводит к повышенной возбудимости. Не добавляйте нагрузок вашим детям. Факторы окружающей среды гораздо проще устранить по сравнению с эмоционально-психологическими. В устранении последних, эффективным средством является сказка.

По материалам книги Е.В. Чех «Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку» – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009