

## Агрессия в поведении детей. Как помочь маленькому агрессору.

Агрессия в поведении детей - частое явление, и страдают от нее не только окружающие, но и сами дети. Под агрессией понимается деструктивное поведение, которое противоречит нормам и правилам социума. Агрессия может приносить физический и моральный ущерб окружающим. Агрессия у детей, как и у взрослых, может носить различные формы и проявляться по-разному. По форме агрессия в поведении ребенка может быть :

### ❖ **физическая:**

- ✓ прямая, когда дети причиняют физическую боль другим, чаще всего через удары, толчки, укусы;
- ✓ косвенная, в данном случае дети выражают свою агрессию через порчу чужих вещей, поделок, игрушек;

### ❖ **вербальная:**

- ✓ прямая, проявляющаяся в оскорблениях, насмешках, угрозах в отношении других;
- ✓ косвенная, в данном случае дети не наносят прямого вреда, они могут бегать к воспитателям, родителям и предъявлять им жалобы на сверстников с расчетом, что тех накажут.



## На кого и на что может быть направлена агрессия ребенка?

Агрессивное поведение в детском возрасте — частое явление. Агрессия ребёнка может быть направлена:

- ✓ на животных;
- ✓ на близких людей;
- ✓ на окружающих людей вне семьи;
- ✓ на себя (выдёргивание волос, кусание ногтей, отказ от еды);
- ✓ на внешние объекты (разрушение предметов, порча имущества);
- ✓ на символические объекты ( компьютерные игры агрессивного содержания).

## Признаки, говорящие родителям, что ребенок склонен к агрессии.

К таким признакам можно отнести следующие проявления в поведении ребенка:

- ✓ часто сердится;
- ✓ не умеет проигрывать;
- ✓ мстителен и завистлив;
- ✓ отказывается делать что-либо;
- ✓ винит остальных в своих ошибках;
- ✓ ругается и спорит с окружающими;
- ✓ постоянно теряет контроль над собой;
- ✓ постоянно пытается раздражать других детей и взрослых.



## Агрессия как модель поведения. Где и чему учатся дети?

Дети черпают знания о моделях поведения из разных источников:

- ❖ Из **семьи**, при этом в семье может не только демонстрироваться агрессивное поведение, но и обеспечиваться его закрепление.
- ❖ Из **социальной среды, группы сверстников**. В данном случае дети, часто видя преимущества агрессивного поведения («я самый сильный, мне все можно, помолчи, слабак, и подобное») и начинают вести себя схожим образом.
- ❖ Из **символической среды**, включающей различные фильмы, передачи связанные с агрессией и насилием по телевизору, различные компьютерные игры.



## Типы агрессии в поведении детей. В чем разница?

Родителям стоит понимать, что за тип агрессии проявляет ребенок, с какой целью, и чем мотивированно поведение ребенка.

Ребенок может проявлять **целевую агрессию**, представляющую собой заранее спланированный акт. Его цель — нанесение вреда, ущерба выбранному объекту. Такие дети часто остаются одни, сверстники их игнорируют и боятся. А взрослые, сталкиваясь с подобным поведением своего ребенка и желая побыстрее утихомирить агрессора, выполняют все его требования, Тем самым способствуя фиксации агрессивного поведения.

Второй тип - это **инструментальная агрессия**, которая является средством достижения желаемого результата. Ребенок, использующий инструментальную агрессию, доброжелателен, у него есть друзья, он может быть ласковым, приятным в общении. Данный тип агрессии дети проявляют, когда сталкиваются со стрессовыми ситуациями, с обстоятельствами, которые их дезориентируют (если другой ребенок отнял игрушку или мама не купила конфету в магазине). В таких ситуациях поведение ребенка кардинально меняется.



## Причины агрессивного поведения детей

Важно знать и понимать причины подобного поведения ребенка. Игнорируя причины, вряд ли можно справиться с проявлениями самой агрессии у ребенка. Можно выделить следующие причины, провоцирующие агрессивное поведение:

§ Строгие наказания ребенка за проявление агрессии в семье; в этом случае ребенок скрывает свои чувства в кругу семьи, но дает им волю, когда нет родителей;

§ Частые наказания и конфликтные отношения в семье выступают как модель поведения, закрепляясь в поведении ребенка;

§ Если родители во всем потакают ребенку, в таких случаях ребенок может проявлять агрессию, если не получает от родителей желаемого;

§ Агрессия может быть и как способ самозащиты, если ребенок не чувствует себя в безопасности, то он может начать проявлять черты агрессии;

§ Если ребенок обделен вниманием, и его чувства никого не волнуют, то он так же начинает относиться к окружающим — перестает беспокоиться и об их чувствах;

§ Новые обстоятельства жизни — развод родителей, появление в семье новорожденного и прочее;

§ Ребенок много времени проводит перед телевизором, компьютером за агрессивными и жестокими передачами, играми;

§ Нарушение режима питания. если ребенок употребляет много сладкого и легко усваиваемых углеводов, то в организме повышается уровень глюкозы, запускаются различные физиологические процессы, и ребенок становится возбудимым, нервным;

§ Детские страхи. Часто родители не подозревают, что ребенок сильно чего-то боится. Некоторые знают о страхах ребенка, но не придают им значения, однако, именно подавленные страхи часто заканчиваются истериками;

§ Частые запреты, авторитарные родители склонны подавлять своего ребенка, он без конца слышит от них **«нельзя...нет...надо»**. А после подавленные



эмоции выплескивает на окружающих и на все что, попадет под руку;

§ Агрессия, как способ ребенка доказать свою независимость, самостоятельность. Особенно в трехлетнем возрасте, когда появляется «Я САМ». Так же в возрасте 6-7 лет, когда дошкольник может пытаться отстаивать свою территорию, границу своей личности от навязчивого внимания взрослых, старших детей.

§ Агрессия в поведении может быть и стремлением привлечь к себе внимание.

§ Мсть за обиду.

### Возрастные и половые особенности детей при проявлении агрессии .

В 3 года агрессия для ребенка — это протест против власти взрослых. Не стоит забывать, что данный возраст для детей является кризисным и имеет свои особенности.

В 4–5 лет ребенок уже может контролировать свои эмоции, он уже способен отличить, что можно делать, а чего нельзя.

В возрасте 5–6 лет агрессия у ребенка выступает как специфическая форма взаимоотношений с окружающими.

Стоит помнить, что физиологически дети очень эмоциональны и до 7 лет многие малыши подвержены колебаниям эмоций, которые взрослые часто называют капризами. Настроение ребенка может меняться под влиянием усталости или плохого самочувствия. Когда проявления раздражения или негативных эмоций ребенком считаются недопустимыми и всячески подавляются под влиянием принятого в семье стиля воспитания, родители ребенка могут столкнуться с немотивированными, в их понимании, вспышками гнева. В этом случае ребенок переносит свою агрессию не на «обидчика», а на все, что под руку подвернется, либо на более слабых, тех, кто не может дать отпор.



Так же в период адаптации к режиму в детском саду у детей отмечается драками, плевками, открытым проявлением агрессии. Но бывает и пассивное проявление в виде упрямства, отказа от еды и игр, обкусывания ногтей.

Стоит запомнить, что если у ребёнка закрепилось агрессивное поведение, то после 13 лет скорректировать его будет очень сложно. **Не стоит терять время.**

Так же вполне естественно, что мальчики чаще проявляют агрессию, чем девочки. Не малую роль оказывают и стереотипы, что мужчина должен быть сильным и умеющим за себя постоять, что надо сразу дать сдачу, мальчик должен уметь постоять за себя. Таким образом мальчики весьма часто, вынуждены проявлять агрессивность, чтобы не оказаться «белыми воронами» среди сверстников.



Не стоит забывать и про физиологию, ведь в большинстве случаев высокий уровень агрессии ребенка выражает его темперамент – активным детям по своей природе сложнее управлять эмоциями, чем более спокойным, и они в большей степени полагаются на действия для выражения своих чувств.

### Чем могут помочь родители маленькому агрессору

§ Для начала необходимо выяснить причину агрессивного поведения ребенка.

§ Старайтесь чаще говорить ребенку о том, что вы его любите и готовы всегда помочь, выслушать его.

§ Обсуждайте с ребенком все его эмоции и чувства. Постарайтесь объяснить, что испытывать злость - это нормально, но надо уметь себя контролировать и не причинять вред другим.





§ Расскажите ребенку, как можно выразить свой гнев, не причиняя вред другим. Когда ребенок зол, постарайтесь его отвлечь и перенаправить агрессию в другое, никому не приносящее вреда, русло.

§ Займитесь арт-терапией — предложите ребенку нарисовать то, что его беспокоит, а потом предложите порвать его рисунок.

§ Предложите ребенку сказкотерапию — читая ребенку психологические сказки, вы сможете ему справиться с агрессией. Помогая сказочным героям, решая их проблемы, ребенок подсознательно будет справляться и со своими проблемами;



§ Займите ребенка интересными, расслабляющими увлечениями (например, лепка из пластилина, работы с кинетическим песком);

§ Чаще привлекайте его к своим делам, пусть он почувствует свою значимость.

§ Наблюдайте за своим ребенком, постарайтесь выявить пусковые моменты, которые провоцируют проявление агрессии в поведении ребенка. И если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением.

§ Помните, что, устанавливая жесткий запрет на агрессивное поведение, вы можете получить желаемый результат только в своем присутствии, без вас ребенок будет давать волю своим чувствам и поведению.

§ Обучайте ребенка конструктивным способам управления гневом (через активную деятельность, сознательное признание своей обиды и озвучивание своих эмоций партнеру, воздержание от агрессивных высказываний и поступков, прощение, определение причин гнева и работу с ними, поиск компромиссов и т.д.).



§ Будьте сами примером для ребенка, не проявляйте агрессию в отношении других и не вымещайте ее на том, что вас окружает.

§ Показывайте ребенку неприемлемость агрессивного поведения не только к людям, но и к неживым предметам. Осуждение такого поведения, демонстрация его невыгодности ребенку действуют довольно эффективно.

§ Избегайте возникновения и проявления у себя встречных негативных эмоций и агрессивного поведения в тот момент, когда ребенок проявляет его сам. Демонстрируя свою агрессию, ребёнок проявляет негативные эмоции: раздражение, гнев, возмущение, страх, беспомощность. При общении с агрессивно настроенным ребёнком аналогичные эмоции могут возникнуть и у взрослого. Однако взрослый, должен уметь сдерживаться. Контролируйте себя, демонстрируя положительный пример **Старайтесь**: не повышать голос, не кричать, не устрашать; не демонстрировать свою власть: "Будет так, как я скажу"; не принимать агрессивные позы и жесты (сжатые челюсти, пальцы в кулаки); не использовать физическую силу.

§ Старайтесь помочь ребенку понять его чувства, отработать и проговорить их : "Я понимаю, что тебе обидно....Ты злишься потому, что устал". Дайте понять ребенку, что вы беспокоитесь о нем и хотите искренне ему помочь. Так же не забывайте и про раскрытие собственных чувств по отношению к нежелательному поведению.



§ Акцентируйте внимание на поступках (поведении), а не на личности ребёнка. В момент агрессии опишите поведение ребёнка при помощи следующих словесных вариантов: "Ты ведёшь себя агрессивно...Ты злишься?... Ты хочешь меня обидеть?... Ты демонстрируешь мне силу?...Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне...Ты нарушаешь правила поведения...»

§ Уделяйте внимание режиму дня, отдыху, активным играм на свежем воздухе.

### Подводя итоги

В дошкольном возрасте агрессия в поведении свойственна для большинства детей. В этот период еще не поздно помочь ребенку избежать фиксирования агрессивности в устойчивую черту характера. Если упустить время, то в дальнейшем развитии ребенка возникнут проблемы, которые помешают полноценному становлению его личности.

Будьте примером для ребенка, помогите ему разобраться и справиться с негативными эмоциями. Разбирайте конфликтные ситуации, поведение ребенка и проговаривайте, что могли чувствовать другие участники событий. Дайте понять ребенку, что от его агрессивного поведения страдают не только окружающие, но и сам ребенок в первую очередь.

Помогая ребенку справиться с агрессией, комбинируйте и сочетайте различные методы: беседу, с проработкой эмоций ребенка и не только его, рисование, лепку, чтение психологических сказок, обязательно соблюдайте режим дня, питания и давайте ребенку возможность физической разрядки. Если ребенку требуется уединиться, дайте ему и такую возможность

