**Агрессивное поведение детей. Что делать родителям?**



Слово агрессия с латинского “aggressio” дословно переводится как нападение. Агрессия – деструктивное поведение, которое противоречит нормам и правилам существования людей в обществе, она может приносить физический и моральный ущерб окружающим людям.

**Какие могут быть проявления агрессии у детей?**

* Злость и возмущение, которые выражаются в отчаянном плаче младенца, причина, которых проста: не удовлетворены физиологические потребности ребенка. Агрессивная реакция в этом случае - это реакция борьбы за выживание.
* Вспышка ярости и физическое нападение на сверстника, конфликты из-за обладания игрушками у малыша 1,2-5 лет.
* Если родители в этом возрасте относятся нетерпимо к поведению ребенка, то в результате могут сформироваться символические формы агрессивности: нытье; непослушание, упрямство и др.
* Крик, плач, кусание, топанье ногами у ребенка 3-х лет могут быть связаны с ограничением его «исследовательского инстинкта», с конфликтом между ненасытной любознательностью и родительским «нельзя».
* Драчливость у мальчика, плач, визгу девочек дошкольного возраста. Мальчики в этом возрасте проявляют больше агрессивных тенденций, чем девочки, так как последние боятся их проявления из-за страха наказания, в то время как к агрессии мальчиков окружение относится более благосклонно и терпимо.

**Чем полезна агрессия?**

В агрессивности есть свои положительные, здоровые черты, которые необходимы для жизни – это настойчивость, упорство в достижении цели, стремление к победе, преодоление препятствий. Поэтому воспитательные мероприятия должны быть направлены не на полное исключение агрессивности из характера детей, а на ограничение и контроль ее разрушительных, асоциальных форм, и поощрение ее положительных проявлений, таких как целеустремленность, настойчивость, умение постоять за себя, сказать «нет» тому, что неприятно или вредно для ребенка

**В чем причины детской агрессивности?**

Агрессия может возникать в следующих случаях:

* как реакция на фрустрацию - это попытка преодолеть препятствие на пути к удовлетворению потребностей, достижению эмоционального равновесия;
* как крайняя мера, когда ребенок исчерпал все другие возможности для удовлетворения своих потребностей;
* как «выученное» поведение, когда ребенок поступает агрессивно, следуя образцу (чаще всего поведение родителей или значимых взрослых, литературных, кино- и телегероев).
* Также на проявление агрессивности влияют биологические факторы (особенности нервной системы, наследственность, биохимические факторы).

**Специального вмешательства требуют следующие типы агрессивности ребенка:**

1. Ребенок старше пяти лет получает удовольствие, мучая других детей и животных. Такой проявление встречается редко, но всегда требует специального лечения у психотерапевта и психолога.

2. Агрессивность гиперактивного ребенка. Такой ребенок беспокоен, агрессивен, все задевает его, за ним тянется «шлейф» разрушений и обид. Поведение его отличается импульсивностью, необдуманными поступками, нарушением запретов. Такой ребенок может быть в душе любящим, великодушным, милым, но биохимический дисбаланс коры головного мозга делает его поведение сверхактивным, а регулирование его – предметом забот врача.

3. Ребенок проявляет немотивированную, ничем не обусловленную агрессию, а воспитательные меры не помогают.

4. Агрессивное поведение детей с особенностями психофизического развития.

Агрессивное поведение в детском возрасте – достаточно обычное явление. Агрессия ребёнка может быть направлена:

* На окружающих людей вне семьи (на педагога, одноклассников);
* На близких людей;
* На животных;
* На себя (выдёргивание волос, кусание ногтей, отказ от еды);
* На внешние объекты (разрушение предметов, порча имущества);
* На символические и фантазийные объекты (рисунки, собирание оружия, компьютерные игры агрессивного содержания).

Причины, провоцирующие подобное поведение, вполне объяснимы, и знать их очень важно. Ведь игнорируя причины, вряд ли можно справиться с проявлениями агрессии у ребенка. Наиболее распространенными причинами агрессивного поведения являются следующие:

Если родители строго наказывают ребенка за проявление агрессии: в этом случае ребенок скрывает свои чувства в присутствии родителей, но в любой другой ситуации возможны вспышки гнева; зачастую на жалобы воспитателя или учителя о том, что ребенок ведет себя агрессивно, родители отвечают: “Да не может быть! Дома он так себя не ведет!” Оно и понятно, дома ребенок боится проявлять свои чувства, ведь за этим обязательно последует наказание;

Если чересчур уступчивые родители во всем потакают ребенку: в таких случаях ребенок не чувствует себя в безопасности и начинает проявлять черты агрессии. В данном случае на всё те же возмущения педагогов об агрессивном поведении ребенка родители говорят: “Ну а что мы можем сделать? Мы же не можем ему ни в чем отказать, мы же его так любим!” Вот этим и пользуется их чадо и проявляет агрессию в качестве самозащиты;

Если родители чрезмерно контролируют или безразлично относятся к ребенку: в этом случае у ребенка тоже формируются агрессивные черты характера.

В такой ситуации родители уверенны, что это пройдет, ведь они в детстве были такими же и вели себя так же, и ссылаются на наследственный фактор. А на самом деле все очень просто: ребенок не уверен в себе и в своих силах, чувствует себя ненужным, и в таком случае он также начинает вести себя агрессивно.

**Эмоциональная нестабильность.**

Источником агрессивности у детей 2–6 лет может быть их эмоциональная нестабильность. До 7 лет многие дети подвержены колебаниям эмоций, которые взрослые часто называют капризами. Настроение малыша 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 агрессивность не на “обидчика”, а на все, что под руку подвернется. Это могут быть предметы и игрушки, которые он станет швырять и ломать. Или растение, у которого он оторвет листья и цветы. Или маленький котенок, которого он безнаказанно (если никто не видел) пнёт. Можно также выместить обиду на более слабых: младшем братике, сестренке. Чем жестче установленные дома правила поведения, тем агрессивнее может быть поведение ребенка вне дома (или в стенах дома в отсутствие авторитетных для ребенка взрослых).

**Как понять, что ваш ребенок агрессивен?**

Вот несколько признаков агрессивного ребенка:

* Постоянно теряет контроль над собой;
* Ругается и спорит с окружающими;
* Постоянно пытается раздражать других детей и взрослых;
* Винит остальных в своих ошибках;
* Часто сердится;
* Отказывается делать что-либо;
* Он мстителен и завистлив.

**Что означает агрессия ребенка в разном возрасте.**

**3 года.** В этом возрасте агрессия для ребенка – это протест против власти взрослых. Если его наказывать, то он станет еще более агрессивным, но и не стоит быстро сдаваться и потакать его прихотям, так как он поймет, как добился желаемого результата, и такое поведение закрепится у него надолго. Не стоит забывать, что данный возраст для детей является кризисным и имеет свои особенности.

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

**5–6 лет.** В этом возрасте агрессия – это уже специфическая форма взаимоотношений ребенка с окружающими.

Вполне естественно, что мальчики чаще проявляют агрессию, чем девочки. Согласно сформировавшимся в нашем обществе стереотипам, мужчина должен быть сильным и умеющим за себя постоять, то есть “крутым”. Неагрессивные дети в школе и детском саду уже воспринимаются как редкость. Приходится родителям учить своих детей, чтобы давали сдачи, поскольку иначе они просто не смогут “вписаться” в “мужское общество”, в котором одной из основных ценностей является умение постоять за себя. Мальчики нередко вынуждены проявлять агрессивность, чтобы не оказаться “белыми воронами” и изгоями среди одноклассников или друзей во дворе.

Повышенная агрессивность может быть обусловлена также биологическими, половыми, психологическими и социальными причинами. Нередко агрессивные реакции детей бывают обусловлены установками, предрассудками и системой ценностей значимых для них взрослых. Например, дети из семей, в которых отношение к людям зависит от их положения на иерархической лестнице, способны сдержаться, когда их отчитывает учитель, но нахамят уборщице, гардеробщице или дворнику. Хорошо, когда в семье финансовое благополучие. Но если члены семьи измеряют все количеством денег, их дети начинают неуважительно относиться ко всем, кто зарабатывает мало. Это проявляется в вызывающем поведении в школе, в демонстративном пренебрежении по отношению к учителям.

Детям, особенно подросткам, свойственно делить всех людей на “своих” и “чужих”. К сожалению, это нередко приводит к откровенной агрессии против “чужаков”. Дети, как губка, пропитываются всем, что можно назвать “семейными установками”. Именно поэтому очень тревожит факт агрессивного поведения детей, вызванного расовыми предрассудками или расовой неприязнью.

В дошкольном возрасте те или иные формы агрессии характерны для большинства детей. В этот период еще не поздно избежать трансформации агрессивности в устойчивую черту характера. Если упустить благоприятный момент, в дальнейшем развитии ребенка возникнут проблемы, которые помешают полноценному становлению его личности, раскрытию индивидуального потенциала. Дети нуждаются в коррекции агрессивности, поскольку она искажает их представление о реальности, заставляя видеть в окружающем мире только враждебность и пренебрежение к себе.

**На формирование и закрепление агрессивного поведения детей могут влиять следующие факторы:**

* низкая степень сплочённости семьи;
* неадекватный стиль семейного воспитания (гипоопека, гиперопека);
* разные стили воспитания у родителей;
* демонстрация модели агрессивного поведения (родителей к детям, отца к матери и др.);
* поощрение агрессивных тенденций в поведении детей;
* равнодушное отношение к социальной успешности ребёнка;
* применение физических наказаний;
* угрозы, «вербальное насилие»;
* введение каких-либо ограничений;
* полное отсутствие поощрения;
* дефицит внимания на воспитание и внутрисемейное общение;
* чрезмерный контроль / отсутствие контроля;
* отсутствие эмоционального контакта;
* недооценка роли личного примера родителей;
* «жизнь ради детей»;
* неконтролируемое использование гаджетов.

**Как вести себя родителям с агрессивным ребенком.**

Для начала необходимо выяснить причину агрессивного поведения ребенка, затем попробуйте установить одинаковые правила и требования, как для малыша, так и для окружающих. Старайтесь чаще говорить ребенку о том, что вы его любите, примите вашего ребенка со всеми его недостатками. Обсуждайте с ребенком все его эмоции и чувства. Расскажите ему, что злиться это нормально. Расскажите, как можно выразить свой гнев, не причиняя вред другим. Когда ребенок разгневан, постарайтесь его отвлечь и перенаправить агрессию в другое, никому не приносящее вреда, русло.

**Методы снижения агрессии у детей.**

* Займитесь арт-терапией – предложите ребенку нарисовать, что его беспокоит, а потом предложите порвать его рисунок;
* Займитесь сказкотерапией – читая ребенку, специальные психологические сказки вы помогаете ему справиться с агрессией. Помогая сказочным героям, решая их проблемы, ребенок подсознательно будет справляться и со своими проблемами;
* Займите его интересными увлечениями (например, лепка из пластилина);
* Чаще привлекайте его к своим делам, пусть он почувствует свою значимость.
* Лучший способ избежать чрезмерной агрессивности в ребенке - проявлять к нему любовь.
* Родители должны постараться понять причины агрессивного поведения ребенка и устранить их.
* Давайте ребенку возможность выплескивать свою энергию - пусть он порезвится один или с приятелем; не давайте сверхреактивному ребенку сидеть без дела – пусть его энергия расходуется в «мирных» целях (спорт, научные кружки, «мастерилки» ит.п.).
* Исключите просмотр фильмов и телепередач со сценами насилия и жестокости.
* Помогите ребенку найти друзей, научите его общаться с ровесниками - в совместных занятиях дети быстрее усвоят нормы общепринятого поведения.
* Не прибегайте к физическим наказаниям!
* Показывайте ребенку личный пример эффективного доброжелательного поведения: не допускайте при нем вспышек гнева и ярости, оскорблений, разговоров о мести обидчикам и т.п.
* 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.

Для выхода накопившейся агрессии ребёнку можно предложить:

* комкать и рвать бумагу;
* подраться с подушкой или боксёрской грушей;
* использовать «мешочек / стаканчик для криков»;
* использовать надувные дубинки, водяной пистолет, батут;
* втирать пластилин в картон.

**«Лечение» агрессивности**

* Для коррекции агрессивного поведения детей годятся примерно те же способы, что и для предупреждения. Для ребенка такого типа одно лишь ласковое слово может снять его озлобление. Не считайте такого ребенка «испорченным». Если вы начинаете так думать, у вас может возникнуть чувство отчуждения, неприятия ребенка. Это обязательно почувствует и он, а ощущение одиночества среди самых близких может привести к тому, что ребенок станет еще более трудным.
* Если вам сложно справиться с агрессией ребенка, попробуйте обратиться за помощью к специалистам: врачам-психотерапевтам и психоневрологам, психологам, педагогам.

**Основные выводы**

От агрессивности больше всего страдает сам ребенок: он в ссоре с родителями, он теряет друзей, он живет в постоянном раздражении, и чаще всего в страхе. Все это делает ребенка несчастным. Забота и тепло для такого ребенка лучшее лекарство. Пусть он в каждый момент времени почувствует, что родители любят, ценят и принимают его. Пусть ребенок видит, что он нужен и важен для вас.

Агрессивное поведение детей – это «крик о помощи» и своеобразный метод привлечения внимания. Такой ребёнок «сигнализирует» о том, что он нуждается в любви и ласке, понимании и принятии. С помощью агрессии он даёт понять, что испытывает внутренний дискомфорт, что чувствует себя отверженным и забытым.

Источники информации:

<http://centrsopr.ru/>

<https://www.unicef.org/kazakhstan>

Методическое пособие «Учимся быть хорошими родителями для детей в возрасте от 3 до 7 лет». Министерство здравоохранения и социального развития Республики Казахстан. Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ) в Казахстане.

<https://findmykids.org/blog/ru/agressivnoe-povedenie-u-rebenka> Статья «Агрессивное поведение у ребёнка: что делать родителям» психолог Верухина Татьяна.