

Детская агрессивность

В настоящее время повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем. Особенно важным изучение агрессивности является в дошкольном возрасте, когда эта черта находится на стадии своего становления и когда ещё можно предпринимать своевременные меры. Известно, что у определённой категории детей агрессия как устойчивая форма поведения не только сохраняется, но и развивается, трансформируется в устойчивое качество личности.

Ребёнок не рождается агрессивным. Причин для возникновения агрессии может быть множество! Это и чувство страха, недоверие к окружающему миру, на формирование которого влияет, в первую очередь, душевное состояние матери в период беременности и после родов. Представим простой пример: ребёнок появляется на свет в тот момент, когда его мать переживает личную драму, находится в тревоге за свое, а, следовательно, и его будущее, испытывает отчаяние и тоску.

Малыш, для которого еще нет разделения на «я» и «не-я», наполняется теми же чувствами, и его первый опыт взаимодействия с окружающим говорит ему о том, что здесь не так уж безопасно, здесь много боли и непредсказуемости, любой может нанести вред. В будущем это перерастает в недоверие ко всем и ко всему, для него теперь любое проявление извне может означать нападение.

Чаще всего, малыш «зеркалит» общение со значимыми старшими или поведение одного из них в семье.

Также, на формирование отношения к миру, оказывает влияние проявление родителями безусловной любви к своему ребенку, либо отсутствие таковой. Если родители проявляли искреннюю любовь к своему малышу в любой ситуации, если ребенок понимал, что, не смотря ни на что, его любят, то у него возникало чувство доверия к окружающим.

Если же ребенок убеждается в том, что его не любят, или даже ненавидят, то он решает, что хуже уже и быть не может и поэтому становится способным на все, он может ожесточиться, может начать мстить. На этом построены многие триллеры о маньяках-убийцах, где, копаясь в его прошлом, обнаруживают забитого, презираемого, униженного ребенка.

- Агрессия может быть вызвана стремлением привлечь к себе внимание сверстников, внутренней неудовлетворённостью ребёнка его статусом в группе сверстников, особенно если ему присуще стремление к лидерству. И если сверстники по той или иной причине не признают ребёнка, а ещё хуже – отвергают его, то агрессивность, простимулированная обидой, ущемлённым самолюбием, будет направляться на обидчика, на того или тех, кого ребёнок считает причиной своего бедственного положения.

Усугубляться такая ситуация может приклеиванием ярлыка «плохой, драчун, грубиян» и т.д. со стороны взрослого.

- Стиль воспитания в семье (гипер - и гипоопека);
- Отстаивание своей личности, территории, обретение независимости и самостоятельности.
- Нарушения эмоционально-волевой сферы, проявляющаяся в неумении ребенка управлять своим поведением, недостаточном усвоении им общественных норм поведения, общения.
- Неблагополучная семейная обстановка:
 - отчуждение, постоянные ссоры, стрессы;
 - нет единства требований к ребенку;
 - ребенку предъявляются слишком суровые или слабые требования;
 - физические (особенно жестокие) наказания;
 - асоциальное поведение родителей;
- Плохие жилищно-бытовые условия, материальные затруднения; социально-культурный статус семьи;
- Трудности обучения.
- Психологический климат в дошкольном учреждении.

Семьи агрессивных детей имеют свои особенности, присущие только им:

1. В семьях агрессивных детей разрушены эмоциональные привязанности между родителями и детьми, особенно между отцами и сыновьями.
2. Отцы часто сами демонстрируют модели агрессивного поведения, а также поощряют в поведении своих детей агрессивные тенденции.
3. Матери агрессивных детей не требовательны к своим детям, часть равнодушны по отношению к их социальной успешности. Дети не имеют чётких представлений что можно, а что нельзя.

У родителей агрессивных детей модели воспитания и собственного поведения часто противоречат друг другу, и ребенку предъявляются взаимоисключающие требования. Как правило, очень жёсткий отец и попустительская мать. В результате у ребенка формируется модель вызывающего, оппозиционного поведения, которая переносится на окружающий мир.

Агрессивное поведение детей – это своеобразный сигнал «сос», крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми самостоятельно ребенок справиться не в силах.

Эмоциональный мир агрессивных детей недостаточно богат, в палитре их чувств преобладают мрачные тона. Количество реакций, даже на стандартные ситуации, очень ограничено. Чаще всего это защитные реакции. К тому же дети не могут посмотреть на себя со стороны и адекватно оценить свое поведение.

Как воспитатель может помочь агрессивному ребенку:

- Воспитатель, видя, что дети «распетушились» и уже готовы вступить в «бой», может мгновенно отреагировать и организовать, к примеру, спортивные соревнования по бегу, прыжкам, метанию мячей. Причем обидчики могут быть включены в одну команду или находиться в командах-соперницах. Это зависит от ситуации и от глубины конфликта. По завершении соревнований лучше всего провести групповое обсуждение, во время которого каждый ребенок сможет выразить чувства, сопутствующие ему при выполнении задания.

Конечно, проведение соревнований и эстафет не всегда целесообразно. В таком случае можно воспользоваться подручными средствами, которыми необходимо оборудовать каждую группу детского сада. Легкие мячики, которые ребенок может швырять в мишень; мягкие подушки, которые разгневанный ребенок может пинать, колотить, резиновые молотки, которыми можно со всей силы бить по стене и по полу; газеты, которые можно комкать и швырять, не боясь что-либо разбить и разрушить, — все эти предметы могут способствовать снижению эмоционального и мышечного напряжения, если мы научим детей пользоваться ими в экстремальных ситуациях.

Ну а в группе детского сада желательно иметь примерно такой арсенал игрушек: надувные куклы, резиновые молотки, игрушечное оружие.

- Использование в игре воды для снятия напряжения и снижения агрессии. Вот несколько примеров игр с водой, которые придумали сами дети.
 1. Одним каучуковым шариком сбивать другие шарики, плавающие на воде.
 2. Сдувать из дудочки кораблик.
 3. Сначала топить, а затем наблюдать, как «выпрыгивает» из воды легкая пластмассовая фигурка.
 4. Струей воды сбивать легкие игрушки, находящиеся в воде (для этого можно использовать бутылочки из-под шампуня, наполненные водой).
- Если это возможно, сдерживать агрессивные порывы ребёнка непосредственно перед их проявлением, остановить занесённую для удара руку, окрикнуть ребёнка.
- Показать ребёнку неприемлемость агрессивного поведения, физической или вербальной агрессии по отношению к неживым предметам, а тем более к людям. Осуждение такого поведения, демонстрация его невыгодности ребёнку в отдельных случаях действуют довольно эффективно.
- Установить четкий запрет на агрессивное поведение, систематически напоминать о нём.
- Использование на занятиях пальчиковой гимнастики, которая способствует развитию контроля над собственными импульсивными действиями.

Позитивные стратегии применяемые при незначительной, неопасной агрессии

- полное игнорирование реакций ребенка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- выражение понимания чувств ребенка ("Конечно, тебе обидно...");

- переключение внимания, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста, протереть доску, у тебя это лучше получается");
- позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты устал").

Приёмы, помогающие снизить агрессию

- констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");
- констатирующий вопрос ("ты злишься?");
- раскрытие мотивов агрессивного поведения ("Ты хочешь меня обидеть?", "Ты хочешь продемонстрировать силу?");
- обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению ("Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит");
- апелляция к правилам ("Мы же с тобой договаривались!").

Давая обратную связь агрессивному поведению ребенка, взрослый человек должен проявить, по меньшей мере, три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость.

Ошибки, способствующие усилению напряжения ситуации.

Агрессия порождает агрессию!

Основная задача воспитателя (либо любого другого взрослого), сталкивающегося с детской агрессией - уменьшить напряжение ситуации.

Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

- повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
- демонстрация власти ("Учитель здесь пока еще я", "Будет так, как я скажу");
- крик, негодование;
- агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор "сквозь зубы";
- сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт посторонних людей;
- непреклонное настаивание на своей правоте;
- нотации, проповеди, "чтение морали",
- наказания или угрозы наказания;
- обобщения типа: "Ты, как всегда...", "Ты никогда не...";
- сравнение ребенка с другими детьми - не в его пользу;
- команды, жесткие требования, давление;
- оправдания, подкуп, награды.

Некоторые из этих реакций могут остановить ребенка на короткое время, но возможный отрицательный эффект от такого поведения взрослого приносит куда больше вреда, чем само агрессивное поведение.

Как воспитатель может помочь ребёнку сохранить положительную репутацию

Для ребёнка самое страшное - публичное осуждение и негативная оценка и чтобы этого избежать он будет использовать механизмы защитного поведения. Плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребёнком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично минимизировать вину ребёнка ("Ты неважно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить ребёнку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребёнку компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении (то есть на том, чтобы ребёнок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

Демонстрируйте ребёнку модели неагрессивного поведения

Важное условие воспитания "контролируемой агрессии" у ребёнка - демонстрация моделей неагрессивного поведения. При проявлениях агрессии обе стороны теряют самообладание, возникает дилемма - бороться за свою власть или разрешить ситуацию мирным способом. Воспитателю (взрослому) нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребёнка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Поведение воспитателя (взрослого), позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- нерефлексивное слушание (нерефлексивное слушание - это слушание без анализа (рефлексии), дающее возможность собеседнику высказаться. Оно состоит в умении внимательно молчать, так как собеседнику хочется, чтобы его услышали, и меньше всего его и интересуют наши замечания. Всё, что нужно делать - поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился.
 - пауза, дающая возможность ребёнку успокоиться;
 - внушение спокойствия невербальными средствами;
 - прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
 - использование юмора;
 - признание чувств ребёнка.
- Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!».
 - Если агрессивный ребенок стал свидетелем того, как обидели Лену, то взрослый предлагает ему: «Давай пожалеем Лену!»

Дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие - искренность взрослого, соответствие его невербальных реакций словам.

С какими бы причинами агрессии мы не столкнулись, мы твёрдо должны понимать, корни такого поведения либо в особенностях нервной системы,

либо в особенностях семейного воспитания. И в том и в другом случае ребёнок здесь не причём! Считается, что с любым запросом относительно ребёнка до 5-6 лет, терапия нужна не ребёнку, а родителям!

Железные правила:

Психолог – это всегда адвокат ребёнка, он всегда на стороне ребёнка и работает во имя ребёнка.

Мы не ставим диагнозы, не вешаем ярлыков и не обсуждаем проблемы ребёнка в его присутствии!!! Ни при каких обстоятельствах!!! Только уважение к малышу, помощь ему, вера в его потенциал и работа с родителями.