

## Детская агрессивность

Если ребенок проявляет агрессивные реакции, это еще не значит, что он совершает отрицательный поступок.

Оказывается, агрессия-это форма поведения, направленная на самооборону. Она служит для адаптации к окружающей среде, удовлетворения желаний и достижения цели. То есть это то, что свойственно нам от рождения, то, что нельзя уничтожить, можно только приглушить.

**Агрессия: за и против** (по мнению Генриха Перенса)

### 1. За.

Агрессия-самозащитное поведение, настойчивое, не враждебное, направленное на достижение цели и тренировки.

Ребенок в этом случае ведет себя агрессивно, чтобы самоутвердиться, взять верх в какой-нибудь ситуации, а также усовершенствовать свой опыт. Такое поведение служит для защиты потребностей, собственности, прав и тесно связано с удовлетворением собственных желаний, достижением цели, равно как и способностью к адаптации.

Ребенок хочет что-то сделать, но у него получается. Это Нормально, что в этой ситуации она может рассердиться. Не надо в этот момент ругать ребенка. Лучше дать ребенку возможность "посердиться". Например, избить боксерскую грушу или подушку, порвать газету. А потом научить, что можно рассердиться и сказать себе: «я все равно сделаю это!». Тогда обязательно все получится. И тогда не надо будет сердиться.

Этот тип агрессии является важным средством развития познания и способности полагаться на себя. Он побуждает к необходимой конкуренции, которая в своей основе не является враждебной и деструктивной.

Безусловно, проявления этого типа агрессии естественны к здоровой адаптации к среде.

### 2.Против.

Агрессия враждебна, то есть злобное, неприятное поведение, причиняющее боль окружению.

Ненависть, ярость, задиристость, желание отомстить также могут быть формой самозащиты, однако порождают много личных проблем и заставляют страдать окружение.

Враждебность могут вызвать и активизировать сильные неприятные переживания. Кроме того, враждебная агрессивность может быть вызвана откровенным желанием причинить кому-то боль и получить от этого особое удовольствие.

Невыносимые стресс и боль меняют агрессивность, которая никому не вредит, на противоположную, вызванную желанием устранить источник боли или стресса. То есть возникает тип агрессии, который приобретает черты внутреннего желания причинить вред или уничтожить что-то в своем окружении, что становится источником крайнего недовольства.

Поскольку агрессивность неоднородна-в разных ситуациях нужно действовать по-разному. В одних случаях нужно поддержать ребенка, а в других – защитить от агрессивности. Иначе говоря, важно понимать,

действия ребенка самозащитны или враждебны и не переносит ли он свою ярость с виновного на безвинного.

Наша задача-научиться разбираться в психологических особенностях детского поведения и помочь детям адаптироваться к окружающему миру:

- Поддерживать здоровую настойчивость, старания для достижения цели;
- Концентрировать энергию ребенка, для того чтобы получить желаемый результат;
- Помогать ребенку освободиться от ненужной агрессии к другим, к себе, к обществу.

### **Помните!**

Речь идет не о том, чтобы выбить враждебность палкой. Физические наказания, ограничения, притеснения никогда не помогут справиться ребенку со своими агрессивными чувствами. Скорее наоборот, наказание способствует поддержанию агрессивного поведения и накоплению негативных чувств.

Когда дети действуют агрессивно или причиняют боль друг другу, мы можем предположить, что раньше они сами страдали и их эмоциональное «я» поражено. Уязвление нашего самоуважения, чувство любви к себе является главным источником подобных поступков. Ребенок, проявляющий враждебное поведение, испытывает гнев, пренебрежение, неуверенность в себе и обиду. Она либо не способна, либо не может, либо боится выразить то что чувствует.

Ребенок становится агрессивным не одновременно. Сначала она выражает свои потребности в смягченной форме. Но взрослые обычно не обращают на это внимания, пока не появятся слишком серьезные проблемы в поведении.

**Что у наших детей может вызвать агрессивные чувства и действия наших детей** (по мнению известного психолога Ю. Б. Гиппенрейтера)

#### **1. Приказы, команды**

"Сейчас же перестань", " Забери!", "Вынеси ведро!", "Быстро в постель!", "Чтобы я больше этого не слышал!", "Замолчи!»

В этих категорических выражениях ребенок чувствует неуважение к себе. Такие слова вызывают чувство оставленности. Особенно когда у ребенка проблемы, и он пытается поделиться ими со своими родителями. В ответ дети обыкновенно сопротивляются,» ворчат", обижаются, проявляют упрямство.

#### **2. Предупреждения, предупреждения, угрозы**

"Если ты не перестанешь плакать, я уйду», «смотри, чтобы не стало хуже», "еще раз это повторится, я возьму кулич» « " не придешь вовремя, держись...»

Угрозы и предупреждения плохи тем, что при постоянном повторении дети к ним привыкают и перестают на них реагировать. Тогда некоторые родители от слов переходят к делу и быстро проходят путь от слабых наказаний к более сильным, а порой и к жестким: капризного малыша оставляют самого на улице, дверь закрывают на ключ и последний шаг – начинают применять физические наказания.

#### **3. Мораль, наставления, проповеди**

"Ты обязан вести себя так, как положено», «каждый человек должен работать», «ты должен уважать взрослых».

Конечно, дети из подобных фраз не узнают ничего нового. Ничего не изменится от того, что они будут слушать это «все». Они чувствуют давление внешнего авторитета, иногда вину, а чаще всего все вместе.

Дело в том, что моральные основы и нравственное поведение воспитывают не столько слова, сколько атмосфера в семье через подражание поведению взрослых, особенно родителей.

#### **4. Постоянные советы, попытки все решить за ребенка**

"А ты возьми и скажи...», « по-моему, надо...», «я бы на твоём месте...».

Дети не склонны прислушиваться к нашим советам. А иногда они откровенно восстают:» без тебя знаю «,» тебе легко говорить», «ты так считаешь, а я по-другому".

Каждому ребенку свойственно право быть независимым, принимать самостоятельные решения. Каждый раз когда мы что-то советуем ребенку, мы как бы даем ему понять, что он еще мал и неопытен, а мы умнее его, заранее все знаем.

Такая поверхностная позиция раздражает детей, а главное, не оставляет у них желания рассказать подробнее о своей проблеме.

Неизвестно, захочет ли ребенок еще раз рассказать вам о чем-то важном.

Как часто дети сами приходят к тому, что мы им перед этим им советовали! Но важно, чтобы они сами приняли решение – это их путь к самостоятельности.

#### **5. Доказательства, нотации, лекции**

"Следует бы знать, что перед едой надо мыть руки", " все из-за тебя!", "Зря я на тебя полагаюсь», «всегда ты...».

Это вызывает у детей либо активную защиту, либо подавленность, разочарованность в себе и своих отношениях с родителями. В таком случае у ребенка формируется низкая самооценка: он начинает думать, что и впрямь плохая, безвольная, ненадежная. А низкая самооценка порождает новые проблемы.

Постарайтесь обращать внимание не только на негативные, но и положительные стороны вашего ребенка. Не бойтесь, что похвальные слова в ее адрес испортят ребенка. Подумайте, а хорошо ли самим нам жилось в условиях постоянной бомбежки критикой со стороны самого близкого человека? Не ждали бы мы от нее добрых слов, не скучали бы по ним?

#### **6. Обзывание, высмеивание**

"Плакса-вакса», «не будь лапшой", " Ну, просто болван!", "Какой же ты лентяйка!»

Все это лучший способ оттолкнуть ребенка и помочь ему разочароваться в себе. Конечно, дети в таких случаях обижаются и защищаются: «а сама какая?", "Ну и буду таким!».

#### **7. Выпытывание, расследование, догадывание**

"Нет, ты все-таки скажи", " что же все-таки случилось? Я все равно узнаю", " почему ты снова получил двойку?", "Ну почему ты молчишь?"

и действительно кто из нас любит, когда его выводят на чистую воду? За этим может наступить защитная реакция, желание избежать контакта.

Воздержаться в разговоре от вопросов очень трудно и все же лучше изменить вопросительные предложения и утвердительные. Иногда разница между вопросом и утвердительной фразой может показаться почти незаметной. А для переживающего ребенка эта разница велика: вопрос воспринимается как холодное любопытство, утвердительная фраза – как понимание и поддержка.

## **8. Сочувствие на словах, уговоры**

Конечно, ребенок нуждается в сочувствии, однако есть риск что слова «Я тебя понимаю», «я тебе сочувствую» прозвучат слишком формально. Иногда вместо этого лучше промолчать, прижав ее к себе. А во фразах вроде "успокойся», «не обращай внимания», "перемелется, мука будет " она может услышать равнодушие к ее заботам, отвержение или умаление ее страданий.

## **9. Игнорирование «отстань «,» не к тебе», «всегда ты со своими жалобами».**

### **Как мы можем помочь ребенку?**

Поведение-это еще не проблема. Это только ключ к проблеме.

Если ребенок ведет себя агрессивно, это означает, что вспыхнул красный свет и так же, как на переходе улицы, вам следует встать и подумать: что такое переживает ребенок, что заставляет его действовать агрессивно?

Постарайтесь понять своего ребенка и его чувства. Это не значит, что вы должны оправдывать ее поступки. Ведь, когда мы понимаем поведение нашего ребенка, мы способны действовать умнее, следовательно, имеем больше шансов на то, что выбранная нами стратегия работает.

### ***Родителям следует помнить:***

1. Лучший способ избежать агрессивности подростка – проявлять к нему больше внимания и ласки, в которых он так нуждается.
2. Родители должны следить за своим поведением в семье.
3. Лучший способ воспитания-единство действий и собственный пример.
4. Нельзя использовать физических наказаний.
5. Помогайте подростку находить друзей. Поощряйте развитие положительных аспектов агрессивности, а именно: предприимчивости, активности, инициативности.
6. Препятствуйте негативным проявлениям агрессивности, в частности враждебности, скованности.
7. Объясните последствия агрессивного поведения.
8. Учитывайте в воспитании и обучении личностные черты подростка.
9. Давайте подростку удовлетворить потребность в самовыражении и самоутверждении.
10. Ограничьте просмотр видеофильмов сценами насилия. Это касается и компьютерных игр.
11. Поощряйте подростка к учебе, к участию в культурных мероприятиях, спортивных секциях.