

ДЕТСКАЯ АГРЕССИЯ

Дети нередко демонстрируют агрессию и это заставляет родителей беспокоиться. Почему ребенок агрессивный? Что делать, если ребенок агрессивный? Как вести себя родителю с агрессивным ребенком? Пройдет ли детская агрессия? Попробуем разобраться, что стоит, а что не стоит делать родителям и в каких случаях целесообразно обратиться к специалисту (психологу).

Агрессия - мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам (правилам) сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т. п.) (Большой психологический словарь).

Агрессия - совершенно естественная реакция человека. При этом, важно понимать, что у агрессивного поведения ребенка есть причины. "На пустом месте" агрессия не возникает. Психологи гуманистического направления обращают внимание на то, что по природе человек не является разрушителем, то есть, в основе агрессивного поведения лежат какие-то неблагоприятные факторы. Это могут быть какие-то внутренние переживания (тревога, напряжение, стресс), негативные эмоции (гнев, страх, обида), с которыми ребенок справляется с помощью агрессии. Также это могут быть какие-то неблагоприятные факторы внешней среды (ссоры в семье, проблемы в учебе, конфликты с учителями или друзьями).

Получается, что агрессивное поведение - это симптом, следствие каких-то неблагоприятных факторов. Значит, проблема не столько в агрессивном поведении данного ребенка, сколько в том, что происходит с ним. Мы знаем, что не имеет смысла лечить симптом (в данном случае - агрессивное поведение), важно искать причину проблемы. В связи с этим, самое главное, что стоит усвоить родителям это то, что не имеет смысла подавлять агрессию. Это не решит проблемы. Ребенок обязательно найдет возможность выразить свою агрессию тогда, когда родители не видят и, возможно, в еще более деструктивной форме. Например, старший ребенок агрессивен по отношению к младшему, хотя родители строго-настрого запрещают ему проявлять агрессию по отношению к малышу. Если родители просто запрещают ребенку проявлять агрессию, не разбираясь в конфликтной ситуации и не разрешая ее, то он будет тайком щипать или толкать младшего, внешне демонстрируя миролюбие.

Попробуем назвать некоторые наиболее распространенные причины детской агрессии. Однако важно понимать, что невозможно в формате одной статьи рассмотреть все возможные причины агрессивного поведения ребенка. Каждый случай агрессивного поведения может быть вызван разными причинами. Понять причины агрессивного поведения у детей и найти пути решения проблемы можно на приеме у психолога. Эта же статья только экскурс для родителей.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ

1. ФРУСТРАЦИЯ

Фрустрация - это негативное эмоциональное состояние, которое возникает вследствие наличия у человека мотивации достижения какой-либо цели и невозможности ее достижения из-за возникших преград. Например, фрустрация может возникнуть у малыша, который хотел мороженое, но не получил его, т.к. мама решила не покупать ему лакомство. Или хотел покататься на каруселях, а аттракцион закрылся. А, может быть, попросил на улице у друга игрушку, а друг не дал.

Психологи Н. Миллер и Д. Доллард, авторы теории фрустрационной агрессии, обращали внимание на то, что агрессия является естественной, но не единственной реакцией на фрустрацию. Это значит, что ребенок, не получивший мороженое, может начать кричать и плакать, называть маму плохой (проявлять вербальную агрессию) или ударить того, кто не дал ему поиграть своей игрушкой (проявлять физическую агрессию).

Для ребенка раннего и младшего дошкольного возраста нормально реагировать агрессивно. Дело в том, что ребенок реагирует естественно, выражая свои эмоции и не думает о том, насколько социально приемлемо такое поведение, нарушает ли его поведение социальные нормы или нет, опасно для окружающих или не опасно. Это не значит, что взрослые должны разрешать ребенку агрессивно реагировать. Но опасно и просто запрещать агрессивные реакции. Например, если просто сказать: "Нельзя плакать" или "Нельзя драться", то взрослые лишь запрещают ту форму эмоциональной реакции, которая помогает ребенку справиться с негативными эмоциями. Но они не помогают ребенку справиться с эмоциями и не показывают социально приемлемых форм поведения. Если ребенок плачет от того, что мама не купила ему мороженое (игрушку) или ребенок не успел на аттракционы, то можно сказать: "Ты злишься (расстроен), потому что я не купила тебе мороженое (парк закрыт). Да, это неприятно. Но не всегда получается то, что хочется. Может быть, мы пойдем качаться на качелях?". Если ребенок ударил другого: "Ты рассердился, что Антон не дал тебе игрушку. Ты так зол, что хочешь ударить его сильно. Как ты думаешь, если ты будешь драться, это поможет тебе получить игрушку? А как будет лучше поступить? Предложить Антону поиграть вместе или дать ему какие-то твои игрушки?".

Подавление агрессивных стремлений не является способом решения проблемы. Важно учить ребенка перенаправлять агрессивные стремления в социально приемлемое русло. Например, нельзя бить людей, но если очень зол, то можно пинать мяч, лупить грушу или подушки, можно стучать пустыми пластиковыми бутылками и т.д.

Агрессия - самый простой и естественный способ реакции на фрустрацию. Этот способ ребенок открыл для себя и применяет сам. Но так как этот способ далеко не всегда является социально приемлемым, то именно родитель должен помочь ребенку найти другие способы реакции на фрустрацию, не прерывая агрессию, а направляя ее в социально приемлемое русло.

2. АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ВЗРОСЛЫХ

Эта проблема подробно описана педагогами еще в начале XX века. К.Д.Ушинский, А.С. Макаренко и другие педагоги обращали внимание на то, что родители нередко удивляются тому, что дети ругаются и дерутся, грубят старшим, а при этом, сами родители ведут себя точно так же. Казалось бы, прописные истины, однако и в современных семьях мы видим, что родители грубо разговаривают с ребенком, ругаются между собой, иногда используя нецензурную лексику, могут сгоряча разбить тарелку. То есть, родители демонстрируют разнообразные формы агрессивного поведения. Что в этом случае усваивает ребенок? Он понимает, что такая реакция - нормальна и допустима и, конечно, учится вести себя именно так.

Чего не замечает ребенок? Не замечает ребенок того, что родители ведут себя агрессивно не во всех местах и не со всеми людьми. Так, бабушка может отлупить веником кота, но не будет кричать, скажем, на папу. Папа ударит ребенка, а с

начальником будет вести себя иначе. Или мама дома ругается, а на улице она - сама любезность. В данном случае агрессия взрослых преимущественно направлена на более слабых, на тех, кто не может дать отпор. И сами взрослые порой не замечают того, что делают что-то неприемлемое. Ребенок еще не очень понимает социальной ситуации, поэтому говорит те слова, которые слышал от папы во дворе, бьет веником бабушку, так как видел, что бабушка била кошку и так далее. Ребенок видит формы реагирования взрослых и использует их как примеры поведения.

Обычно в таких случаях взрослые возмущены поведением ребенка, а свое поведение воспринимают как норму: "Одно дело на кота замахнуться, другое дело - на бабушку!", "Я ругаюсь, но я взрослый, а он - пятилетний мальчишка!". Но по большому счету поведение ребенка просто копирует поведение взрослого, только не очень учитываются статусы детей и взрослых, социальный контекст. В этом случае нельзя говорить о невоспитанности детей, нужно говорить о невоспитанности взрослых и начинать решать проблему, изменяя свое поведение.

3. НАУЧЕНИЕ АГРЕССИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ КАК ФОРМЕ РЕШЕНИЯ КОНФЛИКТА

Примерно до двух, иногда до трех лет, малыш еще не умеет защитить себя, не умеет дать сдачи, покладисто отдает свои игрушки. Бывает, что родителям такое поведение ребенка не нравится. Они видят, что другие дети более бойкие, напористые.

Родителям кажется, что ребенку важно научиться защищать себя, отстаивать свои интересы. И что в этом случае нередко делают родители? Они начинают учить ребенка агрессивным формам поведения. Вот ребенка толкнул другой малыш и папа говорит: "Не будь мямлей, походи и дай сдачи!". Нужно ли потом удивляться, что в дальнейшем ребенок не будет пытаться договориться, а сразу же будет решать свои проблемы с помощью силы? Такой исход вероятен.

Постоять за себя - это не только уметь драться. Это и умение обсудить проблему, умение договориться, умение решить вопрос конструктивно, без применения силы, взаимных оскорблений.

4. СИЛА КАК СПОСОБ ПОВЫШЕНИЯ СТАТУСА ИНДИВИДА В ГРУППЕ

Возможно, дочитав до этого места, вы уважаемые родители, все еще не узнали себя в приведенных выше описаниях. Прекрасно. Похоже, вы не совершаете самых распространенных ошибок, которые способствуют появлению агрессии у ребенка. Но ребенок растет не только в семье, он посещает детский сад или школу, он гуляет во дворе и ходит на разнообразные кружки. Говоря иными словами, он является членом детских коллективов, где существуют свои правила, нередко отличающиеся от правил семьи.

Атмосфера детского коллектива (группы в детском саду, класса в школе или спортивной команды) полностью зависит от педагога. Если неожиданно, попав в новый детский коллектив, ваш ребенок стал проявлять агрессию, стоит поближе познакомиться с педагогом, другими детьми, присмотреться к их форме взаимодействия. В некоторых спортивных командах доминирует стиль общения, который с виду может показаться весьма грубым и агрессивным. А именно, ребята при встрече толкают друг друга, бьют по плечу, могут называть друг друга кличками. Такое внешнее грубоватое поведение не всегда признак агрессии. Возможно, это ритуальное агрессивное поведение, которое может быть формой общения. Если в реальности в команде имеет место взаимовыручка, уважение друг к другу, то такая форма контакта - это не более, чем игра, где каждый участник принимает такие правила. Если ребенок переносит такую форму общения и на другие группы, начинает так общаться в школе или с вами, то важно обратить внимание, что не

езде такая форма общения принята и допустима. Если к команде так общаться нравится всем, то в школе это может стать причиной конфликта.

Но возможно и иное проявление агрессии в группе. Если, например, в классе лидером является самый сильный и сила является основным способом урегулирования конфликта, то стоит обратить внимание на эту проблему. В этом случае сила и агрессивное поведение - это способ повысить свой статус в группе. Тогда ребенок сознательно начинает ругаться, драться, грубить старшим. Что может сделать родитель в этом случае? Полностью изменить отношения в детской группе родителям вряд ли под силу. В этом случае лучше не решать проблему самостоятельно, а обратиться к учителю, социальному педагогу, школьному психологу. Бывает, что учитель не замечает диктата силы, бывает, что сам (осознанно или неосознанно) поощряет такую ситуацию. В любом случае, лучше обратиться к профессионалам.

5. СМИ КАК ИСТОЧНИК АГРЕССИИ

Не будем винить СМИ во всех проблемах, которые возникают у нас, в том числе в повышенной детской агрессивности. При этом, не стоит и недооценивать роль СМИ. Действительно, мультфильмы, фильмы, компьютерные игры могут стать источником научения, показать пример агрессивного поведения. Так, дети могут совершить какие-то действия, которые увидели на экране. Здесь важно обратить внимание на то, что воспроизведение разнообразных агрессивных действия у детей преимущественно связано с тем, что мышление ребенка еще не так развито, как мышление взрослого. То есть, ребенок может не до конца осознавать опасные следствия своих действий. Так, увидев, как в фильме герой раскидал гвозди на дороге, ребенок может сделать то же самое, не задумываясь о вреде, который он причинит другим людям. Для того, что СМИ не стали основным источником научения, важно обсуждать с детьми прочитанное и увиденное. Необходимо обсуждать разнообразные действия героев и следствия, в том числе косвенные, этих действий. Особенно это касается комедий, так как понимание юмора - это определенный уровень интеллекта, которого ребенок еще не достиг. Поэтому важно обращать внимание, что некоторые действия, которые герой совершает в фильме - это художественный вымысел и такие трюки нельзя воспроизводить в жизни.

Вряд ли имеет смысл полностью ограничивать ребенку доступ к СМИ. Современные дети смотрят мультфильмы и фильмы, пользуются Интернетом, играют в компьютерные игры. Однако важно обращать внимание на содержание того, что смотрит ребенок. Не стоит разрешать ребенку смотреть фильмы, которые не подходят ему по возрасту и демонстрируют слишком высокий уровень агрессивности. Итак, подведем итоги. Самое главное, что важно запомнить родителям и педагогам, это то, что агрессивное поведение - это симптом и самое главное - это не пытаться маскировать проблему, а пытаться найти причины. Может быть, одна из причин агрессивного поведения вашего ребенка описана выше и тогда вы можете исправлять ситуацию, а следствием будет изменение поведения вашего ребенка. Возможно, проблема глубже и тогда не используйте принцип "время лечит", не рассчитывайте на то, что агрессивное поведение пройдет само. Обратитесь к специалистам.

(с) Юлия Гусева, психолог, сайт - <http://www.psyhlp.ru/>