

Какого-либо устойчивого определения агрессии ученые не выработали. Но любая мама и любой папа, наблюдая за поведением своих и чужих детей, вполне способны определить, когда ребенок проявляет агрессию. Другое дело, что не каждый из нас может при этом реагировать на ее проявления адекватно. В обычном понимании агрессия -это реакция на срыв какой-то деятельности, планов, на ограничения, запреты или неожиданные трудности. В любом случае, цель такого поведения - устранение перечисленных препятствий. И наиболее частой причиной беспокойства родителей за поведение своих чад и обращения к специалистам является как раз детская агрессия.

Кстати, наиболее сильные проявления агрессии свойственны именно детям, причем младшего возраста. Обнаруживается она очень рано: уже в громком плаче грудного младенца любая внимательная мать уловит злые, возмущенные нотки. Малышу в чем-то отказали и это его сильно раздражает. Дети ранимы и беззащитны, их легко обидеть или обмануть и в большинстве случаев детская агрессия – всего лишь протест против поведения взрослых, отстаивание своих границ и прав. Детская агрессивность обычно нарастает на протяжении всего дошкольного возраста и только к семи годам (в норме) идет на спад. Психологи связывают это с тем, что к этому возрасту ребенок уже научается разрешать конфликты другими способами, у него уже появляется опыт «выпускания паров» в игровых ситуациях, они становятся менее эгоцентричными и лучше понимают чувства и поступки других людей.

Если агрессивность вашего ребенка, как привычная реакция на препятствия и запреты не уменьшается, а только набирает силу, то есть повод для беспокойства. Очень многое в период детской агрессии (до 6 - 7 лет) зависит от реакции на нее родителей. И тут нашим малышам нужна скорее помощь и понимание, чем строгость и наказания за неприемлемое с точки зрения морали поведение.

Если вдуматься, то агрессивные дети невольно попадают в замкнутый круг. Как показали многочисленные исследования, причина такого их поведения - всегда недостаток внимания и понимания со стороны взрослых. Но своим поведением маленькие агрессоры только еще больше отталкивают от себя окружающих, а их неприязнь лишь усиливает протестное поведение ребенка. Ведь именно враждебное неодобрение окружающих, а вовсе не внутренние трудности в большинстве случаев провоцирует ребенка, возбуждая в нем чувство гнева и страха. На самом деле то поведение, которое мы называем асоциальным, является отчаянной попыткой маленького человека восстановить социальные связи. Ведь, как правило, до вспышки явной агрессии ребенок выражает свою потребность в более мягкой форме, но мы, взрослые не видим, не слышим и не понимаем этого.

Надо ли наказывать за агрессивное поведение?

С одной стороны, данные исследований показывают (и наш житейский опыт говорит о том же), что если ребенку один раз удалось добиться агрессией того, что он хотел, взрослые уступили ему, то он и впредь будет прибегать к такому способу добиваться своего. Но и наказание за агрессию приводит к такому же результату - к ее усилению. После наказания ребенок, возможно, и перестанет, например, драться во дворе или портить вещи в доме (по крайней мере в присутствии того, кто может за это наказать), но эта загнанная внутрь агрессия обязательно проявится как-нибудь еще: не дома, так в детском саду, не в виде драки, а в виде обидных прозвищ в адрес сверстников. Агрессия, наконец, может направиться на самого себя (так называемая аутоагрессия) в виде желания сделать себе больно, придумывания про себя всяких неловких историй и пр., и пр. *То есть, наказания за агрессию не снижают, а наоборот, повышают ее уровень. Ведь если вдуматься, наказание - самый яркий пример, который только могут подать взрослые этой самой агрессивности, пример того, что она вполне годится в качестве меры воздействия.*

Американские психологи в 1994 году провели эксперимент, в котором

пытались установить связь между шлепками, которыми родители награждали маленьких агрессоров и степенью проявления их агрессивности. Результат эксперимента был вполне прогнозируемым: дети, которых наказывали, вели себя гораздо агрессивнее со сверстниками в детском саду, чем те, которые не знали физического наказания.

Все вышесказанное вовсе не означает, что вы не должны реагировать на приступы агрессии ребенка. Тут вполне подходит так называемая «поведенческая терапия», правило «стимул -реакция». Пусть ребенок знает, что вам не нравится его поведение и вы оставляете за собой право лишить его, например, просмотра мультиков или похода в кафе или прогулки с друзьями. Но только это не должно звучать в директивной форме, объясните малышу, что любое его действие влечет за собой последствия, пусть он знает об этом. Но при этом не забывайте отмечать похвалой или поощрением любое достижение ребенка: помог другу, сразу послушался бабушку, сделал что-то хорошее и так далее. И еще одно важное правило, которое должны знать родители ребенка, склонного к агрессии: ему необходимо разряжаться, необходимо научить его избавляться от накопившегося раздражения, дать ему использовать переполняющую его энергию в «мирных целях». Замечательный чешский психолог Зденек Матейчик сказал: «Если у мальчика нет возможности пинать мячик, он будет пинать других детей». Необходимо, чтобы у вашего ребенка было как можно больше возможностей разряжать накопившуюся негативную энергию. Активным, склонным к агрессии детям создайте условия, позволяющие им удовлетворять потребность в движении. Это могут быть и групповые спортивные секции, и спортивный уголок дома, да и просто разрешение в определенном месте (в спортивном уголке, например) делать то, что хочется, лазить, прыгать, бросать мяч и пр. Как правило, агрессивные дети не умеют выражать свои чувства, они их подавляют, загоняют внутрь, не проговаривают, не пытаются понять. Результат - неизбежные срывы дома, на близких, в привычной обстановке, где ребенок

привык расслабляться. Это не приносит ребенку облегчения, он чувствует себя виноватым, особенно если его за это наказали, отсюда еще большие срывы в дальнейшем, причем, следующий срыв будет еще более бурным и продолжительным.

Предложите ребенку остаться одному в комнате и высказать все, что накопилось в адрес того, кто его разозлил. Дайте ему понять, что вы не имеете намерения подслушать под дверь и наказывать его потом за произнесенные слова. Если очень много накопилось, разрешите ребенку побить подушку или диван, порвать газету, написать на бумаге все слова, которые хочется выкрикнуть, а затем порвать написанное. Можно еще посоветовать сыну или дочери в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, несколько раз глубоко вздохнуть или сосчитать до десяти. А можно еще предложить нарисовать свой гнев, тогда он большей своей частью останется на бумаге. Способов много. Главное, не считать, что с вашим ребенком происходит что-то нехорошее, за что надо ругать и наказывать.

Помните: маленьким агрессорам нужно ваше понимание, совет, готовность помочь, а не гнев и наказания!

Если ребенок агрессивен...

1. Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть.
2. Ликвидируйте все агрессивные формы поведения среди близких, помня, что ребенок всегда подражает тому, за чем привык наблюдать.
3. Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте не свои желания, а его возможности.
4. Гасите конфликт еще в зародыше, направляя интерес ребенка в другое русло.
5. Учите ребенка правильному общению со сверстниками и взрослыми.
6. Расширяйте кругозор ребенка.
7. Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость в выполняемом.
8. Игнорируйте легкие проявления агрессивности ребенка, не фиксируйте на ней внимания окружающих.
9. установите строгий запрет на агрессивные действия ребенка. Попробуйте понять причины протеста и сопротивления ребенка и исключите их. - Включите агрессивные действия в контекст игры и придайте им новый социально-приемлемый и эмоционально-наполненный смысл.

Бороться с агрессивностью нужно:

1. Терпением. Это самая большая добродетель, какая только может быть у родителей.
2. Объяснением. Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратким.
3. Отвлечением, Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем-то, что он пытается делать.
4. Неторопливостью. Не спешите наказывать ребенка - подождите, пока поступок повторится.
5. Наградами. Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение, вместо того чтобы считать его обычным, то одно это побудит в нем желание еще раз услышать вашу похвалу.