



### **Агрессивное поведение у ребёнка: что делать родителям**

Агрессивный ребёнок – не редкое явление в современном мире.

«Чем опасна агрессия?», «Как помочь ребёнку с агрессивным поведением?» – на эти и другие вопросы мы попробуем ответить.



*Портрет агрессивного ребёнка*

Агрессивный ребёнок становится большой проблемой для родителей, учителей. Такого «сложного» ребёнка очень трудно принять, и ещё сложнее понять, в чём причина такого поведения.

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.

Безразличие и жестокость со стороны родителей могут приводить к проблемам в детско-родительских отношениях, итогом которых становится уверенность ребёнка в том, что его не любят. Чтобы изменить сложившуюся ситуацию и «заслужить» любовь родителей, дети пытаются привлечь их внимание любым способом, в том числе и агрессивным поведением. Если ребёнок чувствует, что уязвим, если он не уверен в себе, если он не может влиться в коллектив и почувствовать себя там «своим», то и агрессия не заставит себя долго ждать.



Такие дети чаще всего не могут оценить свою агрессивность, они не замечают, что такая форма поведения приводит к каким-то негативным последствиям. Они тревожны, пугливы, им кажется, что весь мир настроен против них.

Очень важно, чтобы родители и педагоги понимали, чем отличается «агрессия» и «агрессивность»:

1. **Агрессия** – это «разовый» поступок ребёнка, который нарушает морально-этические нормы и может привести к причинению морального или физического вреда окружающим.
2. **Агрессивность** – это форма поведения, которая со временем становится «привычной».

### *Виды агрессии*

#### **Вербальная агрессия**

Этот вид агрессии проявляется в словесной форме: повышенный тон разговора, переходящий на крик, оскорбления и унижения, возможны даже угрозы.

#### **Физическая агрессия**

Данный вид агрессии проявляется в конкретном физическом воздействии по отношению к какому-либо лицу или причинении ущерба чужому имуществу: укусы, побои, повреждение различных вещей, техники и т.д.

#### **Прямая агрессия**



Вид агрессии, который направлен на определённый объект.

### **Косвенная (непрямая) агрессия**

С помощью этого вида агрессии ребёнок может сплетничать, использовать злобные шутки, провоцировать.

### **Аутоагрессия**

Этот вид агрессии, который ребёнок использует против самого себя. Проявляется в выдирании волос, ресниц, бровей, обгрызании ногтей, частой травматизации. Как понять, что ваш ребёнок агрессивно себя ведёт: симптомы и признаки, диагностика



### ***На что же следует обратить внимание родителей в поведении подростка:***

- подросток не может контролировать свои слова, действия, эмоции, поведение в целом. В редких случаях может пытаться взять под контроль своё поведение, но, ни чего из этого не выходит;
- часто ругается с ровесниками и взрослыми, целенаправленно вступает с ними в споры и выясняет отношения;
- не реагирует на просьбы, указания и нарушает установленные правила;
- намеренно совершает «плохие» поступки, чтобы вызвать негативную реакцию;
- помнит об обиде и обидчике, зачастую хочет отомстить обидчику;
- не может признавать свои ошибки, всегда пытается оправдаться или обвинить другого.

Родителям стоит принимать меры только в том случае, если они замечают у своего ребёнка как минимум несколько признаков из вышеперечисленных регулярно.

### ***Проявление агрессии у детей можно увидеть на разных возрастных этапах:***

#### **Младенчество**

Младенцы проявляют свою агрессию, когда голодны, испытывают боль, дискомфорт, находятся в неудобном положении.

#### **Раннее детство**

- к взрослому и связано это с достижением какой-либо цели;

- к новорождённому брату, сестре, так как обостряется чувство страха потерять материнскую любовь, чувство ревности;
- после кризиса трёх лет агрессия обычно «притухает».

### **Дошкольный возраст**



Появляется враждебность к сверстникам. Агрессия может проявляться как реакция на обиду.

### **Школьный возраст**

В этом возрасте агрессия проявляется чаще всего в вербальной форме для защиты своих интересов (оскорбления, ругательства) или для выхода из изоляции. Через агрессию школьник может выразить обиду и страх.

### **Подростковый возраст**

В подростковом периоде проявление агрессии носит показательный характер: «Я взрослый и могу себе это позволить!». Чаще всего агрессию проявляют лидеры и/или аутсайдеры, так как агрессия в этом периоде тесно связана с общением со сверстниками.

### **Причины детской агрессии**



### **Эмоциональная бездна**

Если у родителей и ребёнка не установлена или утрачена положительная эмоциональная связь, если родители решают свои проблемы между собой очень бурно и эмоционально, и крайний вариант – винят ребёнка в своих проблемах, то это может привести к появлению и закреплению агрессии в поведении детей.

*Здесь возможны два варианта развития событий, ведущие к агрессии:*

1. **Подражание.** Когда агрессия воспринимается как допустимый вариант поведения и усвоенный способ решения проблем.

2. **Утрата надежной привязанности** (когда нет контакта). Если контакт родителя и ребёнка утрачен или он не был установлен с самого начала, проявление агрессии в поведении ребёнка не заставит себя долго ждать.

### **Неуважение к личности ребёнка**

Если взрослый (особенно родители) позволяет себе оскорбления, унижения, некорректные высказывания в сторону маленького человека, то это приводит к развитию глубоких комплексов. Итогом такого общения может стать не только агрессия, но и вспышки сильнейшей ярости.

### **Низкая самооценка**

Одной из причин агрессивного поведения ребёнка может быть низкая самооценка.

Если у таких детей на фоне заниженной/низкой самооценки нет возможности получить эмоциональную поддержку от родителей, то есть вероятность, что ребёнок сделает выбор в пользу агрессивной формы поведения.

### **Гипер и гипоопека**

Полное отсутствие контроля, как и его чрезмерное проявление, несут в себе большую опасность влияния на формы поведения ребёнка и в частности на уровень проявления агрессивного поведения. Чрезмерность контроля со стороны родителей может порождать страх, тревогу, которые аккумулируясь в ребёнке, приведут к неизбежному протесту против существующих правил. Часто это происходит именно в форме агрессии.

### **Быть лучшим**

Желание быть лучшим среди сверстников часто подталкивает детей к проявлению агрессивной формы поведения.

Современные герои мультфильмов, художественных и документальных фильмов, компьютерных игр, вне зависимости от того – положительные они или отрицательные, несут в себе агрессию. Часто на экранах мы видим применение силового вмешательства в якобы «благих» целях. Взрослые понимают, что это – крайний вариант выхода их ситуации, ребёнок же считывает это послание призывом действовать подобным образом в любых ситуациях. Этот путь они считают самым удобным в достижении определённого статуса среди сверстников.

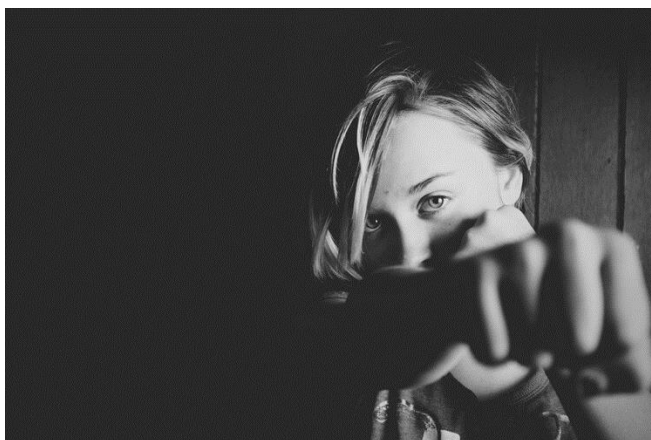
В таких случаях важно объяснить ребёнку, что есть разные пути достижения статуса лидера: например, через способности и увлечения.

### **«Такой, как все»**

В настоящее время ребёнок, попадая в тот или иной социум видит различные варианты поведения. Если в классе «поддерживается» агрессивное поведение, то ребёнку, дабы не выделяться и не быть аутсайдером проще надеть «маску агрессии», нежели бороться с подобными «нормами». Давление, которое оказывает на ребёнка класс, можно сравнить с феноменом толпы – противостоять такому давлению сложно даже взрослому человеку, не говоря уже о детях.

Не следует забывать и о таких причинах, как переутомление, запрет на физическую активность, чрезмерное употребление некоторых продуктов питания (шоколад, кофеин и др.), температура воздуха, уровень шума и т.д.

### Как бороться с детской агрессией



#### **Выход, а не подавление**

Всегда важно давать выход эмоциям, не «зажимая» их и не «подавляя».

Этому должны научиться сами родители, а уже потом научить этому своих детей. Если вы злитесь, то не бойтесь говорить об этом своему ребёнку. Это нормально. Таким образом, вы проговариваете проблему, и вам становится легче. Параллельно вы показываете ребёнку, что и он может так делать – говорить о том, что ему не нравится, что он зол или чем-то расстроен. Постепенно ребёнок освоит этот «манёвр» и поймёт, что гораздо легче говорить о проблеме, нежели пытаться привлечь внимание своим ужасным поведением.

#### **Правильный пример**

Важно, чтобы ваши слова ни расходились с вашими действиями. Отдавайте себе в этом отчёт. Не требуйте от ребёнка того, чего не можете выполнить сами.

Если вы хотите, чтобы ребёнок экологично выражал свои эмоции, обратите внимание на то, как делает это его окружение, и прежде всего, вы – родители.

Если у вас сложности с выражением своей агрессии и вы не можете «принимать» агрессивное поведение своего ребёнка, то возможно, стоит обратиться к психологу.

#### **Агрессия неминуема**

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.

#### **Ошибки родителей**

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

- низкая степень сплочённости семьи;
- разные стили воспитания у родителей;
- демонстрация модели агрессивного поведения (родителей к детям, отца к матери и др.);
- равнодушное отношение к социальной успешности ребёнка;
- применение физических наказаний;
- введение каких-либо ограничений;
- полное отсутствие поощрения;
- дефицит внимания на воспитание и внутрисемейное общение;
- чрезмерный контроль / отсутствие контроля;
- неконтролируемое использование гаджетов.

### *Рекомендации родителям агрессивного ребёнка*

1. Помогите ребёнку найти способ для «экологичного» выражения агрессии (это может быть спортивная секция, подвижные игры).
2. Разговаривайте с подростком, спрашивайте о том, что его беспокоит.
3. Повышайте самооценку: хвалите за его «сильные» стороны, подчёркивайте достоинства.
4. Снижайте уровень критики.
5. Постарайтесь исключить или минимизировать агрессию из окружающего мира (наказания, ТВ и компьютерные игры с агрессивными акцентами, грубые фразы в разговоре).
6. Старайтесь общаться из позиции «на равных».
7. Следите, чтобы ваши слова ни расходились с делом (к примеру: говорим о недопустимости применения нецензурных слов, а сами их применяем).

Следует помнить, что наказания и запрет на выражение негативных эмоций могут закрепить агрессивное поведение подростка, загнать проблемы вглубь. Ищите причину возникновения такого поведения.

Большинство родителей на разных возрастных этапах, рано или поздно сталкиваются с агрессивным поведением. И главное, что они должны помнить в такие моменты – решать эту проблему можно и нужно только через любовь, ласку и уважение к своему ребёнку.