

Агрессия у детей. Причины и последствия.

«Человек обладает способностью любить, и если он не может найти применения своей способности любить, он способен ненавидеть, проявляя агрессию и жестокость. Этим средством он руководствуется как бегством от собственной душевной боли...»

Эрих Фромм

Обратимся к определению понятия «агрессия». Слово «агрессия» произошло от латинского «agressio», что означает «нападение», «приступ». **Агрессия** – это способ выражения гнева, протеста. В основе лежат боль, унижение, обида, страх, которые возникают от неудовлетворения человеческой потребности в любви и нужности другому человеку.

Агрессивное поведение у детей - это своеобразный сигнал SOS, крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми ребёнок справиться не в силах. 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. 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..

Столкновение же с детской агрессивностью всегда вызывает у родителей недоумение, растерянность. Обычно первое, что делают родители – наказывают ребёнка. Если проявление агрессии становится постоянным, они могут обратиться к психоневрологу. Но проявления жестокости и непослушания не всегда свидетельствует о наличии у детей каких – либо психических отклонений. Часто ребёнок, сталкиваясь с неразрешимой для него проблемой, просто не знает, как себя правильно вести. Чтобы помочь ему, необходимо, прежде всего, выяснить возможные причины его агрессивности. Давайте рассмотрим их подробно.

Взаимоотношения со сверстниками.

Период развития ребёнка в 10 – 11 лет противоречив. У детей возникает чувство взрослости. В организме происходят изменения, расширяются права и обязанности в семье. Возникают противоречия в отношениях со старшими. Родители и учителя взывают к чувству взрослости ребёнка, когда напоминают ему о его обязанностях. Но, зачастую, не могут преодолеть в себе стремление ограничить его самостоятельность. И, наоборот, сам младший подросток, требуя отношения к себе, как ко взрослому, не всегда умеет правильно распорядиться своими правами. Общение со сверстниками для него становится большей ценностью, чем общение с родителями, учителями. Но потребность самоутвердиться, найти своё место в коллективе не всегда удовлетворяется в той мере, как хотелось бы ребёнку. Агрессивность некоторых детей проявляется в том, что они иногда понимают поведение окружающих как враждебное. Например, дружеское подтрунивание над внешним видом, поступком, ошибкой в выполнении задания, они могут воспринимать как насмешку, оскорбление. Отсюда возникает желание дать «отпор» обидчику.

Отношения в семье.

Агрессивное поведение родителей в отношениях между собой и своими детьми: оскорбления, крики, хамство, унижение друг друга – всё это приводит к тому, что такое общение становится нормой жизни для ребёнка.

Противоположные требования родителей.

Противоречивое поведение в отношении к ребёнку, когда мама и папа предъявляют к нему противоречивые требования, также может спровоцировать проявление агрессивности. Например, отец считает, что ребёнок должен переделать домашнее задание, а мать жалеет его, не проявляет настойчивости. И всё это происходит на глазах у сына или дочери. Такие споры между родителями, особенно, если они повторяются регулярно, также могут привести к проявлению агрессии.

Непоследовательность родителей.

Непоследовательность родителей в формировании нравственных ценностей, когда сегодня им удобны одни нормы в поведении детей, а завтра другие. Ребёнок видит нечестность, непорядочность, несправедливость, болезненно переживает такие ситуации. Это приводит к озлоблению, агрессивности по отношению к взрослым.

Особенности биологического развития ребёнка.

Некоторые черты его характера также могут обуславливать агрессивность. Дети с гипервозбудимостью, раздражительные, склонные к эмоциональным вспышкам нуждаются в помощи специалиста.

Как мы выяснили, детская агрессия может быть следствием разного рода причин: нарушения внимания, проблем общения, неудач в учёбе. Поэтому в каждом конкретном случае важно понять, когда агрессия ребёнка возникает в результате конфликтной ситуации, а когда это – следствие проблем личностного развития.

Ребёнок агрессивен в своих высказываниях. Чаще всего в этом виноваты сами взрослые. Кто – то из членов семьи пусть редко, но «выпускает пар» таким способом. У детей закрепляется вывод: если что – то не получается, если тебя не понимают, если нет другого выхода для снятия напряжения, можно поступать таким образом. Так называемые бранные или неприличные слова рано или поздно появляются в лексиконе каждого ребёнка. Почему же в таком случае эти «нехорошие» выражения закрепляются в их речи? Что детей в них привлекает? Прежде всего эмоциональность, с которой эти слова произносят окружающие. Для подростков ругающийся человек – это взрослый, бесстрашный, никого и ничего не признающий.

Наиболее часто встречается всё же агрессия, направленная **на окружающих людей.** Физическая агрессия по отношению к окружающим у ребёнка бывает по нескольким причинам:

- желание самоутвердиться;
- защита (а лучшая защита нападение);
- от безысходности;
- от несдержанности.

Этот вариант – показатель неумения вести себя, отсутствия навыков культуры поведения, избалованности, эгоизма. Чтобы быть успешным в обществе, человек должен научиться договариваться, уступать, сдерживать свои эмоции, выражать их более приемлемым способом. Это нужно развивать с раннего детства, опираясь на реальные ситуации. Чем больше уделяется этому внимания в жизни ребёнка, тем

легче будет подростку реализовать себя в будущем. Ведь умение находить компромисс, уважать мнение других людей – неотъемлемая составляющая любой профессиональной деятельности.

Что же делать, если ребёнок даже по ничтожному поводу лезет в драку? Ругать, наказывать его?

Но ведь мы сами часто даём выход отрицательным эмоциям. Другое дело, что большинство из нас умеет сдерживать гнев или выражает свои чувства в более приемлемых формах. Так вот задача родителей и заключается в том, чтобы научить ребёнка не столько сдерживать, скрывать свои эмоции, сколько в том, чтобы научить их управлять ими.

Какие же рекомендации можно дать родителям?

- Взрослым необходимо быть последовательными в своих действиях по отношению к детям. Наибольшую агрессию проявляют дети, которые никогда не знали, какую реакцию родителей вызовет их поведение в этот раз. Например, за один и тот же поступок ребёнок, в зависимости от настроения отца, мог получить либо наказание, либо равнодушную реакцию.
- Следует избегать неоправданного применения силы и угроз. Злоупотребление такими мерами воздействия на детей формирует у них аналогичное поведение и может стать причиной проявления в их характере таких неприятных черт, как злоба, жестокость и упрямство.
- Важно помочь ребёнку научиться владеть собой, развивать у него самоконтроль. Дети должны знать о возможных последствиях своих поступков. Самое главное – научить ребёнка разряжаться, избавляться от накопившегося раздражения, дать ему возможность использовать переполняющую его энергию «в мирных целях». Ребёнку следует предложить социально применимые методы для выражения подавленного гнева. Например:
 1. Остаться одному в комнате и высказать всё, что накопилось, в адрес того, кто его разозлил.
 2. Когда сложно сдержаться, можно бить руками специальную подушку, рвать газету, комкать бумагу, бегать вокруг дома, написать все слова, которые хочется высказать в гневе.
 3. Успокоиться помогают глубокие вдохи или счёт до десяти, перед тем, как что – то сказать или сделать. Также можно послушать музыку, громко попеть или покричать под неё

Некоторые дети, сталкиваясь с трудностями, направляют агрессию на самих себя. Ребёнок может причинять себе боль, унижать, оскорблять себя. С такими проявлениями агрессии необходимо как можно раньше обратиться к детскому психиатру и невропатологу. Подобное поведение психиатры называют самоагрессией, или аутоагрессией. Оно вызвано неуверенностью в себе, поражается недостатком родительской любви, тепла, понимания со стороны окружающих, но может быть и признаком психического заболевания. Иногда такое поведение может носить демонстративный характер: «Мол, вот как мне плохо» или «Вот как я мало себя ценю».

Как же можно предупредить детскую агрессивность?

Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия

Не давайте своему ребенку несбыточных обещаний

Не ставьте своему ребенку каких бы то ни было условий

Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребенка

Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяете делать себе

Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребенку в угоду чему – либо

Не бойтесь поделиться с ребенком своими чувствами и слабостями

Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависимость от его учебных успехов