

«Причины агрессии детей дошкольного возраста»

"Как справиться с агрессией ребенка"

Отклонения в поведении детей – одна из главных психолого-педагогических проблем. Сочетание неблагоприятных биологических, психологических, семейных, социальных и других факторов отрицательно влияет на образ жизни современных детей. Это приводит и к нарушению эмоциональных отношений с окружающим миром, нарушению поведения детей. Выделяют различные виды нарушения поведения. Среди них – агрессивное поведение.

Агрессия – проявление агрессивности в деструктивных действиях, целью которых является нанесение вреда тому или иному лицу.

Агрессивность – свойство личности, заключающееся в готовности и предпочтении использования насильственных средств для реализации своих целей.

Агрессивное поведение обычно понимается как мотивированные внешние действия, нарушающие правила и нормы сосуществования, наносящие вред, причиняющие страдания и боль людям. Но при работе с агрессивным поведением необходимо помнить и об эмоциональном компоненте агрессивного состояния. Это чувства, и прежде всего **гнев**. Но агрессия не всегда сопровождается гневом, к агрессии приводит не всякий гнев

Детей необходимо учить умению преодолевать импульсивность, владеть навыками саморегуляции.

Но важно помнить и о том, что в определённых пределах агрессия необходима человеку. Выраженная в приемлемой форме агрессивность играет важную роль в способности адаптироваться к обстановке, добиваться успеха, т.к. агрессивность часто служит способом самозащиты, отстаивания своих прав, удовлетворения желаний и достижения цели.

В детской психологии **агрессия** - это поведение ребенка, которое **причиняет физический**, психологический или предметный вред другому человеку, объекту или окружающей среде, даже если попытка **причинения** вреда завершилась неудачей.

Выражение **агрессии** может происходить различными способами, включая словесное оскорбление, порчу личного имущества и физический контакт.

Агрессивная реакция представляет собой выражение гнева, а также негодования в словесной форме или в форме физического воздействия. При подкреплении **агрессии у детей ошибками воспитания**, она переходит в **агрессивность как черту характера**. Проявления негативных реакций зачастую настораживают взрослых, и они задаются **вопросом**: «*как убрать агрессию ребенка?*».

Основные причины агрессии:

- соматические заболевания, нарушение работы головного мозга;
- проблемы в отношении внутри **семьи**: ссоры, конфликты между отцом и матерью, выражающиеся в равнодушии, отсутствии совместных интересов;
- непосредственно **агрессивное** поведение родителей не только дома, но и в социуме;
- равнодушие родителей к делам, интересам ребенка, его статусу, успешности;
- сильная эмоциональная привязанность к одному из родителей, при этом второй родитель выступает объектом **агрессии**;
- отсутствие единства в воспитании, а также его непоследовательность;
- неспособность ребенка контролировать свои поступки, низкая самооценка;
- недостаточное развитие интеллекта;
- высокая степень возбудимости;
- отсутствие способности строить отношения в социуме;
- жестокие компьютерные игры, насилие с экранов телевидения.

Причины агрессивности кроется и в физических наказаниях со стороны родителей, а также когда детям уделяют мало внимания, и они стараются отвоевать его с помощью **агрессивных реакций**.

Признаки агрессии у детей:

- обзывание сверстников;

- отбирание игрушек;
- желание ударить другого сверстника;
- мстительность;
- отказ соблюдать правила;
- непризнание своих ошибок;
- вспышки гнева на действия окружающих;
- драчливость;
- замахивание на близких;
- плевки;
- щипание;
- употребление бранных слов.

Агрессия у детей может быть открытой и скрытой.

Открытая агрессия - это агрессия, которая направлена на определённый объект.

Аутоагрессия - этот вид агрессии, который ребёнок использует против самого себя. Проявляется в выдирании волос, ресниц, бровей, обгрызании ногтей, частой травматизации.

Косвенная (непрямая) агрессия - с помощью этого вида агрессии ребёнок может сплетничать, использовать злобные шутки, провоцировать.

Так же современные психологи различают 2 типа **агрессии у ребенка**:

- Импульсивную - аффективную, совершаемую в стадии аффекта. **Агрессия** характеризуется сильными эмоциями, неудержимым гневом, истеричным состоянием. Эта форма поведения не планируется, она возникает и происходит в запале.

- Инструментальная - хищная. **Агрессия** характеризуется различными манипуляторами, которые нацелены на достижение более важной цели. Инструментальная **агрессия** часто бывает запланированной акцией и существует как средство достижения цели. **Причина** неудобство другому человеку, например, сломав игрушку, ребенок движется к цели - покупке новой, более интересной игрушки для себя.

Было замечено, что дети с более низким уровнем развития больше склонны к незапланированной, импульсивной **агрессии**. Дети, демонстрирующие хищную **агрессию** - **умеют управлять**, планировать и целенаправленно достигать поставленной цели используя **агрессию**.

В психологии существует различие между уровнями **агрессии** у мальчишек и девочек. Мальчики практически всегда более **агрессивны**, чем девочки. Большие дети более **агрессивны**, чем маленькие. Активные и навязчивые дети - более **агрессивны**, чем пассивные или очень спокойные.

У детей всех возрастных групп **агрессивное** поведение является мощным способом донести свои желания окружающим, а также приём выразить свои симпатии и антипатии.

Причины проявления агрессии у детей в разном возрасте

- **Младенческий возраст.** Младенцы бывают **агрессивными**, когда очень голодны, находятся в крайне неудобном положении, испытывают страх, недомогание или боль. Родители могут заявить, что **агрессию** младенца могут оценить по громкости и тону голоса. Но это мнение ошибочно. Плач младенца - это оборона, это способ общения, передача чувств и потребностей. Его нельзя называть проявлением **агрессии**.

- **Ранний возраст.** Крохи от 2 до 4 лет проявляют вспышки **агрессии истериками, причинением** боли своим сверстникам, взрослым, повреждением игрушек и мебели. Чаще всего **агрессия в этом возрасте** бывает по отношению к взрослым, как способ достижения какой-либо цели. Речевая **агрессия** позволяет увеличивать словарный запас ребенка.

- **Дошкольный возраст.** Дети от 4 до 6 лет могут проявлять враждебность к своим братьям и сёстрам, а также сверстникам. Из-за социального взаимодействия

у **детей** появляются мнимые и реально существующие обиды. Они заставляют ребенка постоять за себя и вызывают атакующий гнев - **агрессию**.

Дети **дошкольного возраста** склонны иметь кратковременные периоды **агрессивного поведения**, так как недопонимают того, что они **причиняют вред**, устали или испытывают стресс. Если поведение продолжается несколько недель, родители должны **проконсультироваться** с лечащим врачом и психологом и искоренить проблему.

Откуда агрессия у ребенка?

Агрессия у ребенка почти всегда появляется по внешним **причинам**: отсутствие желаемого, семейное неблагополучие, лишение чего – либо, экспериментирование своего поведения на взрослых.

Агрессия у детей 2 лет проявляется в укусах взрослого или сверстника. Эти укусы являются способом познания всего окружающего мира. Двухлетки прибегают к укусам при невозможности быстро добиться своей цели.

Укус – это попытка утверждения своих прав, а также выражение своих переживаний, неудач. Некоторые дети кусают при любой угрозе для самозащиты. Отдельные малыши кусают для того, чтобы продемонстрировать свою силу. Именно так делают малыши, стремящиеся к власти над другими. Иногда укусы вызваны и неврологическими **причинами**.

Когда вы осознаете, чем было вызвано негативное поведение малыша, вам сразу станет понятно, как научить его справляться с собой в критической ситуации. Важно помнить, что малыши всему учатся на примерах окружающих взрослых.

Агрессия мамы очень сильно отражается на ребенке. Малыш очень быстро усваивает такое поведение мамы, а жестокое поведение может послужить предпосылкой к неврозам. Важно усвоить, что поведение малыша – это полное зеркальное отражение того, что он видит в семье.

Агрессия у детей 3 лет.

Агрессия у детей 3 лет возникает из-за игрушек. Дети кусаются, плюются, толкаются, бросают различные предметы, бьют других, устраивают истерики.

Родительская попытка снять напряжение силой, приводит к неудаче, и в следующий раз малыш будет действовать еще более **агрессивно**. В этом случае взрослым необходимо просто переключить внимание ребенка на другое занятие или убрать провоцирующий фактор.

Агрессия у детей 4 лет.

Агрессия у детей 4 лет обычно несколько снижается, дети начинают вербально выражать свои желания, однако эгоцентризм не позволяет принимать чужую точку зрения. Для ребенка идет восприятие так: или все плохое, или все хорошее. Детям не свойственно планировать, обдумывать, они нуждаются в четких руководствах, инструкциях: что и как именно нужно делать. Дети 4 лет не понимают после просмотра телевизора, где реальность, а где фантазия, они не могут правильно понять желания других, присоединившихся к ним в игре сверстников. Их восприятие такое: на мою территорию вторглись! Поэтому им сложно объяснить, что другие дети миролюбивы.

Агрессия у детей 5 лет.

Агрессия у детей 5 лет проявляется через физическую **агрессивность у мальчиков**, а у девочек чаще через вербальные нападения (прозвища, молчание, игнорирование, обзывания и пр., однако могут прибегать к **агрессивной** форме защиты своих интересов.

Агрессия у детей 6 лет.

Агрессия у ребенка 6 – 7 лет проявляется во всех вышеперечисленных проявлениях, а также стрессовом напряжении, мести. **Причиной** служит асоциальная среда, недостаток любви, заброшенность ребенка, но несмотря на это дети начинают уже проявлять самоконтроль, чтобы не выражать свою обиду, страх, неудовольствие и это происходит через **агрессивное поведение**.

Коррекция агрессивности у детей.

Бывает, что немотивированные приступы **агрессивности** спровоцированы атмосферой. *Родители могут научить ребёнка быть терпимым и управлять своими эмоциями. Однако, если родители будут открыто выражать при ребёнке свой гнев, проявлять грубую напористость и раздражительность, ребенок будет брать пример с родителей и не будет отвечать за своё поведение. Ответственное родительство не терпит любых форм проявления насилия и предотвращает его любыми возможными способами.*

Стимуляторы агрессии у ребенка

Психологи утверждают, что, когда дети теряют диалог со сверстниками, они чувствуют напряжение, напуганность и изолированность. Это тот случай, когда может непреднамеренно проявляться **агрессия к сверстникам**, даже незнакомым. Родители должны проявить внимание к поведению ребёнку и вовремя пресекать любые попытки **агрессивного поведения**. *Когда дети преодолевают чувство изоляции они становятся дружелюбными и не проявляют агрессии.*

Агрессия может быть побочным продуктом плохого воспитания. Если ребенок не получает необходимого внимания от родителей, учителей и сверстников, а также подвергается насилию, он становится неуправляемым и **агрессивным**. Если родители игнорируют поведение или неосознанно считают его нормальным, это может дополнительно стимулировать **агрессию**.

Иногда дети **агрессивны** к сверстникам из-за страха или подозрительности. Это расстройство встречается в случае присутствия шизофрении, паранойи или других психотических состояний.

Агрессия так же может быть побочным продуктом неспособности справиться с эмоциями, особенно разочарованием. Расстройство встречается у аутичных и умственно отсталых детей. Такие дети если в чем-то разочаровываются, не могут исправить с эмоциями, эффективно рассказать о сложившейся ситуации, следовательно, проявляют **агрессию**.

Дети с синдромом СДВГ или другими деструктивными расстройствами могут на фоне непонимания и импульсивности так же проявлять **агрессивное поведение**, особенно тогда, когда нарушены социальные принципы.

Что делать если ребенок проявляет агрессию?

Зачастую **агрессивное** поведение ребенка – это реакция на отсутствие внимания, и таким образом ребенок стремится заинтересовать окружающих личной персоной. Ребенок быстро извлекает урок, что плохим поведением он быстро получает долгожданное внимание. Поэтому взрослые должны это учитывать и по максимуму общаться с ним, поддерживая позитивное общение.

Как реагировать на агрессию ребенка?

К **агрессивному** поведению относиться спокойно нельзя. Если имеет место тенденция к повторению **агрессии**, то взрослым следует разобраться, что провоцирует подобные вспышки гнева. Очень важно проанализировать, при каких обстоятельствах проявляются признаки **агрессии**, обязательно поставить себя на место ребенка, подумать, чего ему не хватает.

Психологи утверждают: чтобы устранить **агрессивное** поведение необходимо определить главную **причину** и базовые факторы - стимуляторы **агрессии**.

Затем научить родителей эффективным способам управлять поведением ребёнка, без малейшего намека на **агрессию** или наказания. Важно иметь позитивный контакт с ребёнком, поощрять хорошее поведение, а не сосредотачиваться только на сложных моментах воспитания.

В семье должны быть созданы и соблюдаться особые правила поведения, которые подходят для **возраста ребёнка**, разумны и осмысленны близким окружением. Родители должны научиться быть логичными в поведении и принятии решений. Сохранять умение владеть эмоциями в любых, даже самых неожиданных ситуациях.

Исследования показали, что физические наказания не решают, а усугубляют проблему **агрессивного поведения**. Если родители применяют наказания в семье, дети:

- не умеют контролировать свое поведение;
- испытывают чувство страха и боязнь послушаться родителей, но при этом чаще хулиганят;
- имеют повышенный риск получения психических расстройств со здоровьем во взрослом **возрасте**;
- становятся предрасположенными к насилию, издевательствам над будущей супругой, собственными детьми;
- теряют качество отношений с родителями.

Взрослые должны учить **детей** осваивать социальные и эмоциональные навыки управления поведением. Если ребенок любит борьбу и очень активен, родители могут предложить ему заняться восточными единоборствами, дзюдо, любыми видами борьбы. Спорт научит маленького непоседу правильным приемам борьбы, безопасным способам самообороны.

В **дошкольном возрасте** детей следует учить находить мирные способы предотвращения **агрессии**. Помогать им правильно выражать свои эмоции, разбираться в базовых потребностях других людей, понимать и чувствовать ситуацию и присутствующее окружение.

На что же следует обратить внимание родителей в поведении ребёнка:

- ✚ ребёнок 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;
- ✚ ребёнок часто ругается с ровесниками и взрослыми, целенаправленно вступает с ними в споры и выясняет отношения;
- ✚ ломает игрушки, рушит строения, выполненные другими; любит портить вещи других и при этом получает явное удовольствие;
- ✚ 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.

Для детей, особенно дошкольного возраста, свойственно непослушание. Если на это есть серьёзная причина (несправедливое наказание, обида), то злость ребёнка и его агрессия вполне оправдана, и в таких случаях считается абсолютно нормальной реакцией ребёнка.

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

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:

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

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 ребёнок не уверен в себе, то в он не уверен и в окружающих. Низкая самооценка «рисует» в воображении опасность, которая может исходить от ровесников, родителей, педагогов. В подобных случаях ребёнок, не дожидаясь, когда его обидят, начинает вести себя агрессивно сам, предупреждая таким образом придуманную атаку «из вне».

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 считает 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, детский коллектив 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 — советы психолога

Родителю нужно знать некоторые истины, которые помогут ему в борьбе с агрессией ребёнка:

❖ 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.

❖ **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.

Способы коррекции агрессивного поведения

Всех родителей, столкнувшихся с агрессивным поведением ребёнка интересует вопрос: «Как правильно подойти к коррекции такого поведения?»

Следует отметить: для того чтобы был виден устойчивый результат работы, необходимо, чтобы коррекция носила не эпизодический характер, а постоянный и комплексный.

К наиболее популярным способам коррекции агрессивного поведения, особенно в дошкольном возрасте, можно отнести арттерапию во всём её многообразии:

- изотерапия (можно использовать различные способы рисования: кляксотерапия, рисование пальчиками, ладонями, стопами);
- песочная терапия;
- глинолечение;
- куклотерапия (можно приобрести или сшить самим куклы для кукольного или пальчикового театра, изготовить бумажные фигурки для настольного театра);
- сказкотерапия (сочинение сказок самим ребёнком и для ребёнка. Важно предлагать для ребёнка роль с позитивной силовой характеристикой, к примеру: рыцари, богатыри и др);
- танцевальная терапия и др.

Следует обратить внимание на подвижные игры, способствующие снятию напряжения и нейтрализации агрессии; игры на развитие коммуникации ребёнка и позитивной модели поведения, игры на развитие эмпатии и релаксационной направленности.

Для выхода накопившейся агрессии ребёнку можно предложить:

- комкать и рвать бумагу;
- подраться с подушкой или боксёрской грушей;
- использовать «мешочек / стаканчик для криков»;
- использовать надувные дубинки, водяной пистолет, батут;
- пинать ногой консервную банку;
- втирать пластилин в картон.
- предложить нарисовать свою злость, **агрессию или ее причину**, а затем порвать рисунок;
- битье подушки;
- счет до 10;
- переключение внимания на другое занятие;
- в период **агрессивных** реакций взрослым следует использовать минимум слов и тем самым не провоцировать далее негативную реакцию ребенка;
- исключить запугивание и шантаж;
- стать личным образцом спокойствия и примером для подражания;
- занятие спортом поможет трансформировать **агрессию у детей**;
- специальная гимнастика, направленная на релаксацию для снятия напряжения;
- соблюдение витаминизированной диеты.

Ошибки родителей

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

- низкая степень сплочённости семьи;
- неадекватный стиль семейного воспитания (гипоопека, гиперопека);
- разные стили воспитания у родителей;
- демонстрация модели агрессивного поведения (родителей к детям, отца к матери и др.);
- поощрение агрессивных тенденций в поведении детей;
- равнодушное отношение к социальной успешности ребёнка;
- применение физических наказаний;
- угрозы, «вербальное насилие»;
- введение каких-либо ограничений;
- полное отсутствие поощрения;
- дефицит внимания на воспитание и внутрисемейное общение;
- чрезмерный контроль / отсутствие контроля;
- отсутствие эмоционального контакта;
- недооценка роли личного примера родителей;
- «жизнь ради детей»;
- неконтролируемое использование гаджетов.

Рекомендации родителям агрессивного ребенка

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

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

Воспитание ребенка должно включать единство требований взрослых и личный пример. Только в этом случае будет наблюдаться правильное и гармоничное развитие. Личным примером взрослые могут выработать поведенческие навыки у ребенка. Поступки и действия взрослых, прежде всего, должны соответствовать требованиям, предъявляемым к ребенку. В семье, где ребенок видит проявление агрессивных выпадов в отношении других членов семьи, идет восприятие ее как нормы.