**Если ребенок дерется. Детская агрессия. Причины детской агрессии**

**Если ребенок дерется**

Агрессивное поведение в обществе считается неприемлемым. Если вдуматься, в природе именно агрессивность помогает многим животным выжить в условиях естественного отбора. В человеческих отношениях агрессивность имеет свои положительные и отрицательные, здоровые и болезненные стороны. Бороться с трудностями, покорять природу, мериться силами — все это социально одобряемая и поощряемая форма агрессии, без которой был бы невозможен прогресс. Так что агрессивность — свойство древнее. Люди, многого добившиеся в жизни, как правило, не лишены агрессивности, которую можно назвать конструктивной. Она побуждает активно добиваться своих целей, дает энергию и уверенность в себе. Такие люди могут сделать для общества много хорошего. Мы же поговорим об агрессивности разрушительной, деструктивной, портящей жизнь и самому ребенку, и его близким.

**Агрессивное поведение**

Агрессивное поведение — это наиболее распространенный способ реагирования на срыв какой-то деятельности, на непреодолимые трудности, ограничения или запреты. В обществе такое поведение называют неадекватным, его цель — устранение препятствия.
Агрессия может быть направлена на того, кто мешает достижению цели, на окружающие предметы, на тех, кто не виноват, но просто «подвернулся под руку» или на самого себя. Предприимчивость, активность, напористость, самооборона, упорство в своих желаниях и стремлениях имеют то же происхождение, что и непослушание, жестокость, упрямство. Постоянная необходимость бороться, преодолевать препятствия может развить дух инициативы или же породить замкнутость и враждебность, может сделать ребенка упорным либо безвольным. Для того чтобы поощрять развитие положительных сторон агрессивности и препятствовать появлению отрицательных, необходимо понять природу и происхождение агрессивного поведения.

**Мальчики агрессивнее?**

Большинство психологов склоняется к мысли, что на высокую степень агрессивности мальчиков оказывает влияние культурно-воспитательная традиция. Модели поведения, предлагаемые мальчикам, значительно отличаются от моделей поведения, предоставленных на выбор девочкам. Агрессия входит в мужской стереотип поведения, она чаще ожидается и поощряется. Различия в поведении мальчиков и девочек появляются уже на втором году жизни. Мальчик с раннего возраста должен уметь давать отпор, его учат и поощряют самостоятельно разбираться с обидчиками. Девочку порицают за излишнюю активность, напористость, желание командовать.

Одно и то же поведение на детской площадке может порадовать родителей девочки и расстроить родителей мальчика, и наоборот. Например, малыш безропотно отдает свою игрушку более агрессивному сверстнику. «Молодец! Умеет уступить, нежадная!» — с гордостью скажут родители девочки. «Ну и тяпа же наш сын! Даже не может постоять за себя!» — расстроятся родители мальчика. Достаточно, например, сравнить выбор игрушек для мальчиков и девочек. Некоторые игрушки мальчиков направлены на разрушение, например оружие, а девочек на созидание (наборы для шитья, вышивание, кухонная утварь). Куклы и мягкие игрушки ориентируют девочек на мир чувств и переживаний, а бесчувственная техника или конструкторы побуждают мальчиков, даже играя, добиваться какой-либо цели.
Девочки, играя в дочки-матери, в больницу, школу или магазин, репетируют различные социальные роли, причем опять же созидательные. Игры мальчиков в школьном возрасте — это главным образом боевые, состязательные игры.
Девочек максимально приобщают к творческим занятиям (танцы, музыка, рисование), мальчиков чаще отдают в спортивные секции, предпочитая различные виды борьбы и мотивируя это тем, что мальчику необходимо уметь постоять за себя.

**С возрастом проходит?**

Наиболее сильные проявления агрессии характерны для детей младшего школьного возраста. Дети, безусловно, более ранимы, их легко обидеть или обмануть, поэтому в большинстве случаев детская агрессивность — это реакция борьбы, так ребенок протестует против запретов и ограничений, налагаемых взрослыми.
Если своевременно учить детей направлять свои агрессивные чувства в определенное русло и в то же время побуждать их к такому позитивному социальному поведению, как помощь или участие, можно избежать многих проблем в старшем возрасте.

**ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕТСКОЙ АГРЕССИИ**

Существует несколько видов детской агрессии. Ребенок может проявлять физическую агрессию, то есть нападать на окружающих или ломать вещи, и вербальную — оскорблять окружающих, ругаться. Также его агрессия может быть направлена на самого себя, он причиняет себе боль, находя в этом какое-то утешение. Рассмотрим причины и особенности каждого из этих типов детской агрессивности.

**Ребенок бьет окружающих**

Каждый ребенок в своей жизни хоть раз толкнул или стукнул другого. Следует иметь в виду, что желание драться — это далеко не всегда признак плохого воспитания. Источники такого поведения могут быть разными. Если ребенок постоянно ссорится с другими детьми, следует обратиться за консультацией к детскому психологу. Необходимо также проследить, не слишком ли часто родители сами прибегают к телесным наказаниям. Если их нельзя избежать — пусть они будут самой крайней мерой. Надо стараться как можно чаще объяснять ребенку правила поведения на словах. Драки между старшим и младшим ребенком в семье — это привычное и почти неизбежное явление, особенно при небольшой разнице в возрасте. Чем меньше родители будут реагировать на ссору или драку своих детей, тем лучше, за исключением тех случаев, когда дети могут пораниться. Часто в отсутствие взрослых дети забывают про свои ссоры и дружно играют. Но в результате вмешательства родителей любая ссора приобретает значение важного события. Например, обиженный ребенок специально провоцирует брата или сестру на рукоприкладство, чтобы его наказали. Родителям лучше всего сделать вид, будто они ничего не слышат и не видят, или под каким-нибудь предлогом развести детей как можно дальше друг от друга. А разбираться, что случилось, следует только после того, как дети совсем успокоятся.

Если ребенок считает, что агрессия является единственным способом добиться своего, или бьет слабых и беззащитных, чтобы самоутвердиться, то необходимо обратиться за помощью к специалисту.

Если никак не реагировать на такие поступки, то ребенок может принять попустительство за молчаливое одобрение. Но и силой принуждать малыша к повиновению не стоит, иначе можно вызвать у него стремление еще больше ломать.

**Ребенок ругается**

Под вербальной агрессией понимают словесные угрозы и оскорбления другого человека. Не случайно за сквернословие в общественных местах во всех законодательствах мира предусмотрено административное наказание в виде штрафов. Эти так называемые бранные или неприличные слова рано или поздно появляются и в лексиконе ребенка. Источником этих слов в словаре ребенка могут стать сами родители, другие дети, соседи и, конечно, телегерои. Почему дети так охотно и точно повторяют нехорошие выражения?

* Во-первых, их привлекает та эмоциональность, с которой эти слова произносят окружающие. Ругающийся человек обычно «излучает» безграничную самоуверенность, его жесты очень выразительны, вокруг него возникают определенное волнение и напряжение.
* Во-вторых, узнав, что говорить такие слова можно только взрослым, ребенок, стремящийся во всем походить на старших, непременно начнет употреблять запрещенные выражения в своей речи.
* В-третьих, видя, что такие слова шокируют взрослых, дети начинают их использовать, чтобы позлить, подразнить родных. Для них бранные слова становятся еще одним оружием мести.

Бесполезно ругать детей за использование неприличных слов или запрещать им их произносить. Это сделает ругательства еще более привлекательными в глазах ребенка, он будет их употреблять, но постарается, чтобы вы это не слышали. Тогда о достижениях своего ребенка в этой области вы будете узнавать от учителей.

Следует объяснить ребенку, что таким образом он оскорбляет всех присутствующих, что употреблять такие слова неприлично. Естественно, во избежание раннего появления ругательств в лексиконе ребенка взрослым необходимо следить за собственной речью.
**Ребенок причиняет себе боль**

Мальчик-второклассник в минуты отчаяния царапал себя, а пятиклассник начинал стучаться головой об стенку, когда ссорился с одноклассниками. Оба не могли объяснить, почему так поступают, говорили, что их в этот момент переполняли отрицательные эмоции, что им было необходимо сделать что-то подобное, чтоб успокоиться.

По наблюдениям специалистов, некоторые дети, сталкиваясь с трудностями, направляют свою агрессию на самих себя. Создается впечатление, что ребенок хочет причинить себе боль или даже уничтожить себя. Иногда родители с ужасом наблюдают, как их малыш бьется головой о стенку кроватки. Более старшие дети способны в буквальном смысле рвать на себе волосы, а в подростковом возрасте у таких детей могут быть суицидальные попытки. Оно вызвано неуверенностью в себе, порождается недостатком родительской любви, тепла и 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. В любом случае лучше как можно раньше обратиться за консультацией к клиническому психологу или психиатру.

**Личностные особенности**

Маленькие агрессоры всегда испытывают трудности в общении с родными и сверстниками. Они изначально отличаются от других детей большей вспыльчивостью, непокорностью, непредсказуемостью, дерзостью, мстительностью. Им свойственны самоуверенность, недостаток внимания к чувствам окружающих. Они в меньшей степени реагируют на похвалу и поощрение. Агрессивный ребенок не умеет отстаивать свои интересы, в споре не способен найти адекватные аргументы, поэтому кричит, спорную вещь отнимает, ругается, требует, хитрит, плачет. Он не умеет проигрывать, а если это случается, злится, обижается, отказывается от игры, при этом неудачи надолго выбивают его из колеи.

Эмоциональная неудовлетворенность часто заставляет таких детей искать удовлетворения в причинении боли окружающим — они мучают животных, издеваются над другими детьми, оскорбляют их словесно и действием, ябедничают. И тем самым обретают внутреннее равновесие.

Ребенок, испытывающий подавленность, напряженность, стресс, неуверенность в себе, тоже может быть агрессивен. Агрессия в данном случае становится средством защиты от чувства тревоги. Ребенок ожидает от всех подвоха и бросается защищать себя, как только почувствует, что кто-то ему угрожает. Он атакует, не дожидаясь нападения, при этом бьется отчаянно, изо всех сил. Такой ребенок попадает в ловушку собственной мнительности. Интерпретируя действия других детей как враждебные, он своими агрессивными реакциями вызывает агрессию со стороны окружающих.
Агрессивные дети, каковы бы ни были причины такого их поведения, попадают в замкнутый круг. Им не хватает любви и понимания со стороны близких, но своим поведением они отталкивают окружающих, вызывая их неприязнь, которая, в свою очередь, усиливает детскую агрессивность. Именно недружественное, враждебное отношение окружающих, а не внутренние трудности провоцируют ребенка, возбуждая в нем чувства страха и гнева.

**Наказание и агрессия**

С одной стороны, данные исследований указывают на то, что если ребенку удалось добиться чего-то с помощью агрессии, то он будет прибегать к ее помощи еще и еще. Но применение наказания для отучения от агрессии также приводит к усилению детской агрессивности.

Если детей наказывают за агрессивные действия, то скорее всего в дальнейшем они не будут вести себя подобным образом, по крайней мере в присутствии того, кто может их за это наказать. К примеру, ребенок может стать менее агрессивным дома, зато более агрессивным в школе или выражать свою агрессию другими способами — не драться, а выдумывать про других детей обидные истории или давать им клички. Кроме того, наказания могут стать причиной повышения у ребенка общего уровня агрессивности. Родители, прибегающие к физическому наказанию для усмирения детской агрессии, подают ребенку яркий пример эффективности агрессивного поведения. Однако совсем отказываться от наказаний не стоит. Нельзя бить ребенка, кричать, обзывать его обидными словами, но можно использовать приемы так называемой поведенческой терапии.

Справедливое и уместное применение системы поощрений и наказаний помогает добиться в воспитании неплохих результатов. Можно, например, запретить ребенку смотреть мультфильм или играть на компьютере, отменить чтение книжки или покупку мороженого. Если же ребенку удалось успешно справиться с каким-то трудным для него делом, его обязательно нужно похвалить, отметить это достижение.

Родителям не стоит «загонять ребенка в угол» постоянными упреками и напоминаниями о том, что он провинился. Совершив проступок, ребенок должен получить возможность загладить свою вину и заслужить прощение. Кроме того, надо как можно чаще хвалить ребенка за хорошие поступки, заостряя внимание именно на них. Никогда не говорите ребенку, что вы его больше не любите. Что бы ни случилось, ребенок должен быть уверен в любви своих родителей. Иначе в приступе отчаяния он решит, что раз его все равно не любят, то и вести себя можно, как угодно.

Многие специалисты советуют: если хотите лучше узнать ребенка, понаблюдайте за его игрой. В игре ребенок воспроизводит те отношения, в которых он живет, в игре раскрываются страхи и мечты ребенка.
Многие дети охотно принимают на себя роли явно отрицательных персонажей, даже предпочитают их положительным. С одной стороны, это связано с тем, что многие отрицательные герои мультфильмов (особенно западных) более успешны, могущественны и поэтому более привлекательны для ребенка. Они очень активны, с ними происходит много интересного, они всегда находятся в гуще событий. Даже профессиональные актеры признают, что злодеев играть интереснее. С другой стороны, для многих детей роль отрицательного персонажа в игре — это возможность попробовать побыть плохим, непослушным, злым, агрессивным и тем самым избежать подобного поведения в жизни. Но если ребенок всегда предпочитает роли злодеев, а его поведение в игре почти ничем не отличается от поведения в реальной жизни, это не может не насторожить. Скорее всего у ребенка очень низкая самооценка, он отчаялся доказать, что он хороший. Принимая на себя отрицательную роль, он сообщает окружающим: вы говорите, что я плохой, я и буду плохим, вам назло! Такой ребенок, несомненно, нуждается в помощи специалиста.

**КАК ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ**

Столкновение с детской агрессивностью всегда вызывает растерянность у взрослых. Но некоторые проявления жестокости, упрямства и непослушания не всегда свидетельствуют о наличии у ребенка каких-либо психических отклонений, часто он просто не знает, как себя правильно вести, и ему достаточно просто немного помочь, оказать поддержку. Психологи говорят, что с агрессивными или демонстративными детьми работать легче, чем с замкнутыми или заторможенными, так как они быстро дают понять, что с ними происходит.

**Профилактика агрессивного поведения**

Для профилактики детской агрессивности очень важно культивировать в семье атмосферу теплоты, заботы и поддержки. Чувство защищенности и уверенность в родительской любви способствуют более успешному развитию ребенка. Необходимо быть последовательными в своих действиях по отношению к детям. Наибольшую агрессию проявляют те дети, которые никогда не знают, какую реакцию родителей вызовет их поведение на этот раз. Например, за один и тот же поступок ребенок в зависимости от настроения отца мог получить либо подзатыльник, либо поощрение.

Требования, предъявляемые детям, должны быть разумны, а на их выполнении надо настаивать, ясно давая детям понять, чего от них ждут. Следует избегать неоправданного применения силы и угроз для контроля поведения детей. Злоупотребление такими мерами воздействия на детей формирует у них аналогичное поведение и может стать причиной появления в их характере таких неприятных черт, как злость, жестокость и упрямство.
Важно помочь ребенку научиться владеть собой, развивать у него чувство контроля. Дети должны знать о возможных последствиях своих поступков и о том, как их действия могут быть восприняты окружающими. К тому же у них всегда должна быть возможность обсудить спорные вопросы с родителями и объяснить им причины своих поступков - это способствует развитию чувства ответственности за свое поведение.
Ребенок имеет право выражать свои отрицательные эмоции, но делать это не с помощью визга или тумаков, а словами. Надо сразу дать понять ребенку, что агрессивное поведение никогда не принесет выгоды. Научите ребенка говорить о своих переживаниях, называть вещи своими именами: «я разозлился», «я обиделся», «я расстроился». Когда вы рассержены, старайтесь сдерживать гнев, но выскажите свои чувства громко и сердито: «Я поражен и обижен». Ни в коем случае не обзывайте ребенка глупым, тупым и т.д. — он будет так же вести себя с другими детьми. Чем больше будет агрессии с вашей стороны, тем больше враждебности зародится в душе ребенка. Не имея возможности ответить своим непосредственным обидчикам — родителям, ребенок отыграется на других.

**Как помочь ребенку стать менее агрессивным**

Самое главное — научить ребенка разряжаться — избавляться от накопившегося раздражения, дать ему возможность использовать переполняющую его энергию «в мирных целях».
Однажды учителя и родители стали жаловаться на необычный всплеск агрессивности целого первого класса. Обычно воспитанные и миролюбивые дети, приходя в школу, начинали кричать друг на друга и толкаться, мальчики дрались между собой и с девочками, не проходило и дня, чтобы кому-нибудь не разбили нос. В агрессивном классе были созданы игровые уголки, детям купили кегли и мячики, конструкторы, наборы для рисования - каждому было чем заняться. Агрессивность в классе постепенно сошла на нет — ребятам стало некогда да и незачем выяснять отношения.
Замечательный чешский психолог Зденек Матейчик сказал: «Если у мальчика нет возможности пинать мячик, он будет пинать других детей». Детям необходимо предоставлять как можно больше возможностей разряжать накопившуюся энергию.

Очень активным и склонным к агрессии детям следует создать условия, позволяющие им удовлетворить потребность в движении, а также заняться интересующим их делом. Например, можно предложить им занятия в спортивных секциях, участие в соревнованиях или в постановке спектаклей, организовывать для них разные игры, длительные прогулки или походы. Задача взрослых в том, чтобы научить детей правильно направлять, проявлять свои чувства.

* Пусть ребенок останется один в комнате и выскажет все, что накопилось, в адрес того, кто его разозлил.
* Предложите ему, когда сложно сдержаться, бить ногами и руками специальную подушку, рвать газету, комкать бумагу, пинать консервную банку или мяч, бегать вокруг дома, писать все слова, которые хочется высказать в гневе.
* Дайте ребенку совет: в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, несколько раз глубоко вдохнуть или сосчитать до десяти.
* Это помогает успокоиться. Также можно послушать музыку, громко попеть или покричать под нее.
* Можно попросить ребенка нарисовать чувство гнева. Тогда агрессия найдет выход в творчестве.

Родители могут научиться управлять поведением своих агрессивных детей, для этого следует:

* обратить особое внимание на игры ребенка. В играх дети осуществляют свои мечты, фантазии и страхи;
* обсуждать с ребенком, на кого он хочет быть похож, какие качества характера его привлекают, а какие отталкивают;
* следить за тем, какой пример вы подаете ребенку. Если ребенок судит других людей, награждает их «ярлыками», возможно, он повторяет ваши слова;
* быть готовым внимательно выслушать ребенка, если он хочет рассказать вам свой сон. Во сне дети часто видят то, чего им не хватает в жизни. Особое внимание обращайте на повторяющиеся сюжеты сновидений;
* поощрять ребенка говорить о том, что его волнует, что он переживает; научить ребенка прямо говорить о своих чувствах, о том, что ему нравится, а что нет.

Современным родителям очень сложно выдержать соперничество со средствами массовой информации (особенно с телевидением), оказывая воздействие на социальное развитие своих детей. В телепередачах, которые являются для ребенка мощным источником информации, физическое насилие показывают в среднем пять-шесть раз в час. Агрессия телевизионных и компьютерных героев часто награждается, а положительные персонажи бывают так же агрессивны, как преступники. Психологи считают, что телевизионное насилие особенно увеличивает вероятность агрессивных реакций у тех, кто и так склонен к агрессии.
Не надо пытаться полностью оградить ребенка от отрицательных переживаний. В повседневной жизни избежать гнева, обид или столкновения с жестокостью невозможно. Важно научить детей противостоять агрессорам, не уподобляясь им. Ребенок должен уметь сказать «нет», не поддаваться на провокации окружающих, с юмором относиться к неудачам и знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться с ними самостоятельно. Однако если родители любят смотреть фильмы ужасов и боевики - ребенок тоже их полюбит. А если бить собаку на глазах у ребенка, нечего удивляться, что через некоторое время он начнет мучить животных, а потом и людей. Дети максималисты, и, получив урок цинизма в детстве, повзрослев, они не станут задумываться о том, что чувствует их жертва.

Только личным примером, развивая у ребенка сочувствие, сопереживание, стремление помогать тем, кто слабее, противостоять волне агрессии, захлестывающей детей с экранов телевизоров, мониторов компьютеров и страниц популярных газет и журналов.