Консультация для родителей

ЕСЛИ РЕБЕНОК ДЕРЕТСЯ

.

**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, так называемая аутоагрессия. Можно говорить о намеренной или случайной агрессии, инструментальной (для достижения некоторой цели) или враждебной (чтобы причинить кому-то боль).

И все-таки агрессивное поведение не всегда причиняет вред другому человеку или предмету-. 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?**

Время от времени ученые начинают спорить: является ли мужская агрессивность биологически предопределенным качеством. Проведенные исследования показывают, что действительно мужчины чаще ведут себя более агрессивно, чем женщины, соответственно мальчики агрессивнее девочек. Но доказательств генетической предрасположенности мужчин к агрессивному поведению ни медикам, ни биологам обнаружить пока не удается.

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.

Социологи отмечают, что в среднем женщины всех возрастов проявляют больший интерес к переживаниям, эмоциям окружающих, чем мужчины. Хотя представители обоих полов одинаково разбираются в чувствах других людей, женщины более склонны к сопереживанию, так как эта роль предписана им нашей культурой. 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. Хотя в конце концов все спортивные соревнования, встречи, матчи не что иное, как цивилизованная, подчиненная определенным правилам и порядку, сублимированная форма агрессивного поведения. В некоторых видах спорта это более очевидно (например, в боксе), в некоторых едва обозначено (фигурное катание). Но в любом случае смысл спортивных состязаний в том, чтобы победить соперника и выиграть. А стремление быть первым одинаково развито у мужчин и женщин.

**С возрастом проходит?**

**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**

**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.

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.**

**МАЛЕНЬКИЕ АГРЕССОРЫ - КТО ОНИ?**

Некоторые дети часто отбирают у других малышей игрушки, толкаются, дерутся, они очень подвижные и шумные. Никакие призывы «вести себя хорошо» не помогают. А если родители пытаются утихомирить такого разбушевавшегося ребенка силой, он начинает истошно вопить, топать ногами, брыкаться, даже кусаться. Это, так сказать, внешний, всем очевидный портрет маленького агрессора. Но что же заставляет его так себя вести, что творится в его душе? Поняв это, мы сможем помочь ему и свести агрессивное поведение к минимуму.

**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. Эти дети бывают очень обидчивы, бурную реакцию протеста у них может спровоцировать любое замечание или шутливое прозвище. Они нередко наделены лидерскими чертами и бунтуют против стремления взрослых всецело подчинить их своей воле.

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.

Серьезное отставание в учебе может быть как следствием, так и причиной агрессивности ребенка. Исследователи отмечают, что большинство школьных хулиганов плохо читают, у них низкий уровень грамотности. Сам факт неудач в школьном обучении вводит некоторых детей в состояние разочарования и обиды, которое может перерасти в протест, агрессивное поведение.

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. То поведение, которое воспринимается как асоциальное, является отчаянной попыткой восстановить социальные связи. До проявления явной агрессии ребенок выражает свои потребности в более мягкой форме, но взрослые не обращают на это внимания.

Вполне естественны проявления агрессии у ребенка, который каждый день становится свидетелем ссор между родителями, заканчивающихся взаимными оскорблениями или дракой. Кроме того, причиной агрессивного поведения ребенка могут стать чрезвычайно суровая или слишком слабая дисциплина, непоследовательность родителей в своих требованиях и поступках, безразличное отношение к детям, принятое в семье отрицание авторитетов.

.

**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. Чем более уверенным в себе он станет, тем реже будет испытывать гнев, зависть, тем меньше в нем останется эгоизма.

Родителям следует сосредоточить усилия на формировании желательного поведения, а не на искоренении нежелательного, подавая детям пример просоциального поведения (заботы о других, помощи, сочувствия и т. д.).

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 кошке или побьет младшего.**

Иногда ребенку нужно просто понимание, и одно лишь ласковое слово способно снять его озлобление. В других случаях только принятия и сочувствия ребенку бывает недостаточно. Профессор Готман описывает ситуацию, когда отец, чтобы успокоить и утешить заплаканную дочку, покачал ее и усадил посмотреть мультфильмы, но «не спросил девочку, что ее печалит и что она может предпринять здесь и сейчас, чтобы почувствовать себя лучше». А девочка поссорилась со своим братом и была сильно обижена и разозлена на него. В этом случае отцу надо было сказать дочери: «Ты не можешь ударить своего брата, но ты можешь поговорить со мной, когда тебя что-то беспокоит».

**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».

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. Бывает, что очень вспыльчивый ребенок старается сдерживаться на людях (например, в школе), но дома он срывается: устраивает истерики, скандалит, грубит родным, дерется с братьями и сестрами. Такое проявление агрессии не приносит ему желаемого облегчения. Он недоволен случившимся и чувствует себя виноватым. Из-за этого напряжение увеличивается еще больше, и следующий срыв бывает более бурным и продолжительным.

Таким детям необходимо предложить социально приемлемые методы для выражения подавленного гнева.

• 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. Согласно исследованиям американских социологов, в массовой культуре США проявление агрессии и жестокости часто оценивается высоко и преподносится как средство достижения целей. 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. В нашей стране ситуация с пропагандой агрессивного поведения не сильно отличается от американской. 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.**