

443069, г. Самара, ул. Волгина, 126  
Тел: (846) 268-88-83, (846) 268-04-91.  
E-mail: [detsad318@mail.ru](mailto:detsad318@mail.ru)

# **Детская агрессия. Причины детской агрессии**

Материал подготовила

Боженова Е.А., педагог-психолог

высшей квалификационной категории

**Самара, 2020**

## **Если ребенок дерется**

Агрессивное поведение в обществе считается неприемлемым. Однако в разных культурах степень ограничения агрессии сильно различается. Например, племена американских индейцев команчи и апачи воспитывали своих детей воинственными, а гопи и зуни, наоборот, ценили миролюбие. 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, 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?**

Наиболее сильные проявления агрессии характерны для детей. Агрессивность обнаруживается очень рано — в отчаянном плаче грудного

младенца нетрудно услышать злость и возмущение. Причина проста - малышу в чем-то отказывают, и это его раздражает. 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.

Появляясь в младенчестве, агрессивность обычно растет на протяжении раннего дошкольного периода, прежде чем пойти на убыль. Спад агрессии связывают с возрастающей способностью детей разрешать конфликты неагрессивными способами (словами, а не кулаками), а также с появлением опыта взаимодействия в игровых ситуациях. К тому же к 6—7 годам дети становятся менее эгоцентричными и начинают лучше понимать чувства и поступки других. Тем не менее, согласно наблюдениям психологов, люди, у которых в зрелом возрасте появились отклонения, неприемлемые с социальной точки зрения, в детстве проявляли агрессивность по отношению к окружающим, не признавали авторитетов, враждебно относились к любым формам организации.

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. Вот несколько типичных примеров проявления детской драчливости.

1. Четырехлетняя Наташа ездила отдыхать к бабушке, а когда она вернулась домой, ее было не узнать. Девочка стала бить всех детей во дворе, с которыми до этого у нее были прекрасные отношения. Ее воспитанная тихая мама была шокирована поведением дочери. Наташа у бабушки общалась с агрессивными детьми и научилась их способам достижения цели, которые стала применять и в своем дворе.

Рукоприкладство на детской площадке надо пресекать сразу, терпеливо объясняя ребенку, почему не следует толкаться или вырывать из рук игрушки. Следует с самых первых «выходов в свет» учить ребенка социально приемлемым способам разрешения конфликтных ситуаций. Если ребенок постоянно ссорится с другими детьми, следует обратиться за консультацией к детскому психологу.

2. Пете полтора года, он подвижный и любопытный, родители иногда шлепают сына, если он не слушается. Однажды мама запретила ему играть с пультом от телевизора - Петя закричал и ударил маму по руке. Петя решил, что это самый надежный способ добиться своего, ведь и родители шлепают его, когда он делает что-то не так.

Родителям следует строго сказать ребенку, что так делать нельзя, маме больно. Необходимо также проследить, не слишком ли часто они 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.

3. Кате семь лет, а ее брату Коле - пять, они постоянно ссорятся, дерутся, родители уже устали разбираться, кто прав, кто виноват.

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.

### **Ребенок портит вещи**

Самый «разрушительный» период у малышек начинается после года и продолжается примерно до двух лет. В этом возрасте ребенок обычно действует незлонамеренно — он творит, конструируя новую реальность, меняя своими действиями привычное положение вещей. Но бывает, что уже годовалый ребенок стремится что-то сломать, когда сердится или обижен. Например, он гневно бросает игрушку на пол в досаде, что не может научиться с ней обращаться. Или, устав от бесконечных запретов взрослых, рвет на части свою тряпочную зверушку, срывая на ней свою злость на родителей.

Еще одна причина, вызывающая желание ломать, портить, уничтожать, кроется в зависти и стремлении самоутвердиться. Например, Толя завидует Диме, потому что тот умеет строить красивые замки из песка, и, чувствуя себя неспособным создать что-то подобное, злится не на Диму, а на замки, успокаивая себя тем, что рушит их.

Родителям не следует сразу же заменять сломанные ребенком вещи новыми, лучше оставить повсюду обломки, чтобы малыш видел последствия своего поведения. Маленьким детям следует иногда давать игрушки, которые

они смогут разбирать и собирать, чтобы удовлетворить свое любопытство. Если ребенок часто ломает игрушки в приступе раздражения или из озорства, родители должны как можно мягче дать ему понять, что недовольны и сердятся.

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.

Если ребенок, например, что-то сломает в чужом доме, нужно извиниться перед хозяевами при малыше и объяснить ему, почему все не одобряют его поступок.

Важно помочь ребенку адаптироваться к окружающей обстановке, почувствовать себя любимым, и тогда его желание ломать и разрушать пройдет само собой. Следует всегда помнить, что даже самые уравновешенные люди, когда были детьми, не всегда являли собой образец аккуратности и сдержанности.

### **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. Произносить ругательства ребенок может, едва научившись говорить, правда, не понимая, что они означают. 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 воспитателей или учителей.

Часто ребенок не понимает, что произносит нехорошие, обидные слова. 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.

Если ребенок спрашивает о значении того или иного бранного слова, не следует уходить от ответа. Скажите, например, что так говорят люди несдержанные и невоспитанные, когда хотят обидеть или разозлить человека. Конечно, если услышал он это слово не от вас. В противном случае, если ребенок поймал вас на слове, имеет смысл извиниться перед ним, сказать, что, к сожалению, вам не удалось сдержаться, вы поступили плохо. Дайте ему понять, что искренне раскаиваетесь, и впредь постарайтесь держать себя в руках.

В известной сказке Н. Лагина «Старик Хоттабыч» Волька в сердцах обозвал Хоттабыча балдой, а на его вопрос, что это значит, объяснил: «Балда — это что-то вроде мудреца». И был очень смущен, когда Хоттабыч публично обратился к нему со словами: «О превосходнейший в мире балда!» Иногда родители ведут себя так же, как Волька, придумывая «культурные» объяснения ругательств.

Конечно, не стоит говорить ребенку настоящее значение каждого ругательства, но, с другой стороны, ни в коем случае не следует скрывать от него, что это неприличные, бранные слова. Иначе он будет употреблять их в своей речи и однажды может поставить вас в неловкое положение.

### **Ребенок причиняет себе боль**

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 кровати. Более старшие дети способны в буквальном смысле рвать на себе волосы, а в подростковом возрасте у таких детей могут быть суицидальные попытки. Подобное поведение психиатры называют самоагрессией, или аутоагрессией. 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.

### **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, топтать 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.

### **Особые случаи**

Восьмилетний Даня ведет себя плохо всегда и везде. По словам мамы, с ним было очень трудно с самого раннего детства.

Специалисты называют такие проявления патологией характера, или психопатией. Психопатия часто бывает наследственной, то есть обнаруживается у детей, имеющих родственника с таким же несносным характером.

Грубостью и жестокостью своих поступков нередко шокируют окружающих больные эпилепсией. Существует патология характера, которую психиатры называют эпилептоидной. У этих людей никогда не бывает припадков, но черты их характера напоминают черты больных эпилепсией. Эпилептоиды с детства очень педантичны, чрезмерно любят порядок, властны и весьма агрессивны со слабыми, угодливы с сильными. В таких случаях психиатр при необходимости может назначить лекарства, нормализующие настроение, успокоительные средства.

К повышенной возбудимости, а следовательно, и агрессивности ребенка могут привести осложнения беременности и родов у матери (например, тяжелый токсикоз или обвитие ребенка пуповиной). Увеличивает



риск возникновения поведенческих нарушений, в том числе повышенной агрессивности, черепно-мозговая травма, перенесенная ребенком в любом возрасте. Иногда эти нарушения оказываются незначительными и сами проходят. Но бывает, что травма имеет длительные последствия. Например, у ребенка может быть постоянно повышено внутричерепное давление, он все время возбужден, вследствие чего становится неуправляемым, раздражительным.

Для профилактики подобных отклонений также необходимо обратиться за консультацией к психоневрологу. Он назначит лекарства, восстанавливающие функции нервной системы и нормализующие внутричерепное давление, или успокоительные средства, помогающие снизить возбудимость нервной системы. Но одной медицинской помощи в таких случаях мало, нужны серьезные воспитательные усилия со стороны родителей.

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.

### **Стили родительского воспитания и детская агрессивность**

Отечественные и зарубежные психологи, изучая особенности воспитания в разных семьях, пришли к выводу, что формирование личностных качеств детей напрямую зависит от стиля общения и взаимодействия в их семье. Рассмотрим некоторые примеры стилей родительского воспитания и проанализируем их влияние на развитие личности ребенка.

- Авторитарный стиль воспитания. Общения между детьми и родителями как такового не происходит, его заменяют жесткие требования и правила. Родители чаще всего отдают приказания и ждут, что они будут в точности выполнены, обсуждения не допускается. Дети в таких семьях, как правило, непритязательны, замкнуты, боязливы, угрюмы и раздражительны. Девочки обычно остаются пассивными и зависимыми на протяжении подросткового и юношеского возраста. Мальчики могут стать неуправляемыми и

агрессивными и чрезвычайно бурно реагировать на запрещающее и карающее окружение, в котором их растили.

- Либеральный стиль воспитания. Родители почти совсем не регламентируют поведение ребенка, открыты для общения с детьми. Детям предоставлена полная свобода при незначительном руководстве со стороны родителей. Отсутствие каких-либо ограничений приводит к непослушанию и агрессивности, дети часто ведут себя на людях неадекватно, склонны потакать своим слабостям, импульсивны. При благоприятном стечении обстоятельств дети в таких семьях становятся активными, решительными и творческими личностями. Если же попустительство сопровождается открытой неприязнью со стороны родителей, ребенка ничто не удерживает от того, чтобы дать волю своим самым разрушительным импульсам.
- Отвергающий стиль воспитания. Своим поведением родители демонстрируют явное или скрытое неприятие ребенка. Например, в тех случаях, когда рождение ребенка было изначально нежелательным или если хотели девочку, а родился мальчик. Ребенок изначально не соответствует ожиданиям родителей. Бывает, что малыш на первый взгляд желанен, к нему внимательно относятся, о нем заботятся, но у него нет душевного контакта с родителями. Как правило, в таких семьях дети становятся либо агрессивными, либо забытыми, замкнутыми, робкими, обидчивыми. Неприятие порождает в ребенке чувство протеста. В характере формируются черты неустойчивости, негативизма, особенно в отношении взрослых.
- Индифферентный стиль воспитания. Родители не устанавливают для детей никаких ограничений, безразличны к ним, закрыты для общения. Часто они так погружены в собственные проблемы, что у них просто не остается времени и сил на воспитание детей. Если безразличие родителей сочетается с враждебностью (как у отвергающих родителей), ребенок может проявить склонность к асоциальному поведению.
- Гиперсоциальный стиль воспитания. Родители стремятся педантично выполнять все рекомендации по «идеальному» воспитанию ребенка. Дети в подобных семьях чрезмерно дисциплинированы и исполнительны. Они вынуждены постоянно подавлять свои эмоции и сдерживать желания. Результатом такого воспитания становится бурный протест, агрессивное поведение ребенка, иногда и аутоагрессия.
- Эгоцентрический стиль воспитания. Ребенку, часто единственному, долгожданному, навязывается представление о себе как о сверхценном человеке. Он становится кумиром и «смыслом жизни» родителей. При этом интересы окружающих нередко игнорируются, приносятся в жертву ребенку. В результате он не умеет понимать и принимать во внимание интересы других, не переносит никаких ограничений, агрессивно воспринимает любые преграды. Такой ребенок расторможен, неустойчив, капризен.
- Авторитетный стиль воспитания наиболее эффективный и благоприятный для развития гармоничной личности ребенка. Родители признают и поощряют растущую автономию своих детей. Открыты для общения и обсуждения с детьми установленных правил поведения, допускают

изменения своих требований в разумных пределах. Дети в таких семьях превосходно адаптированы, уверены в себе, у них развиты самоконтроль и социальные навыки, они хорошо учатся в школе и обладают высокой самооценкой.

### **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. Однако они могут направить свои агрессивные чувства и действия по другим каналам.

Педагог Ли Страссберг и его коллеги в 1994 году изучали связь между шлепками, которыми родители награждали своих маленьких детей за разные провинности, и степенью агрессивного поведения, которое эти дети демонстрировали в отношениях со сверстниками, когда стали ходить в детский сад. Дети, подвергавшиеся физическим мерам воздействия со стороны родителей, вели себя более агрессивно по сравнению с теми детьми, которых не наказывали физически. При этом чем строже было наказание, тем агрессивнее было поведение детей по отношению к сверстникам.

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.

### **Чувство вины**

В процессе развития и воспитания у ребенка складывается определенное представление о добре и зле и чувство ответственности - все это принято называть совестью. Именно совесть останавливает человека, когда он порывается действовать под влиянием сильных чувств. Однако, если ребенок проигнорирует «советы» своей совести, у него возникает чувство вины, которое заставляет помнить о совершенных ошибках и стремиться не повторять их в будущем. Но слишком сильное чувство вины может, наоборот, спровоцировать асоциальное поведение ребенка. В таком случае это чувство, как и страх наказания, только усиливает агрессивность ребенка.

Часто дети открыто проявляют непослушание родителям, а потом долго переживают свой поступок, чувствуя себя виноватыми. Собственная агрессия вызывает у них боязнь утратить любовь и заботу родителей. Эта боязнь, в свою очередь, тоже может развивать агрессивность, и возникает порочный

крут — ребенок подавлен не только родительским отношением, но также собственными чувствами вины и страха. В таком случае агрессия ребенка направляется на другие объекты. Получается, что от агрессивности больше всего страдает сам ребенок. Он ссорится с родителями, теряет друзей, использует лишь минимальную часть своих интеллектуальных возможностей и живет в постоянном раздражении из-за мучительного гнета злобы и чувства вины. 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. Чаще всего достаточно просто объяснить малышу, почему окружающие не одобряют то или иное его действие, сделав это кратко и спокойно. 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 и вообще «отдадите вон той тете». 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.

### **Ребенок в гневе**

Часто ребенка воспринимают как агрессивного, если он попросту выражает свой гнев. Это чувство обычно является результатом незащищенности, тревоги или обиды.

Американский психотерапевт Кларк Мустакас проводил лечение тяжело больного семилетнего Джимми. Добрый и кроткий в жизни, Джимми выказывал сильные приступы агрессии во время сеансов психотерапии: ломал и разбрасывал игрушки, кидался глиной и песком, со зверским лицом набрасывался на специального клоуна, бил его до полного изнеможения. Мустакас пишет, что, выражая таким образом свой испуг и гнев, мальчику «удалось прийти к чувству гармонии и восстановить внутренний мир, начинавший рушиться на глазах, когда снова и снова вспыхивала страшная болезнь, когда усиливались страх и боль». Джимми не смог полностью избавиться от боли и страха, но они перестали накапливаться. Не только тяжелая болезнь, но и менее значимые события в жизни ребенка могут вызывать у него реакцию гнева. Специалист по семейному и детскому консультированию Вайолет Оклендер писала: «В минуты сильного гнева мне становится легче, если я двигаюсь, топаю ногами, кусаю ногти или усиленно жую резинку. Я знаю также, что, сдерживая невыраженные чувства, я не могу как следует сконцентрироваться на чем-либо другом». Так происходит с каждым человеком, и дети не исключение. Поэтому психологи склоняются к мысли, что для полноценного развития родители должны позволять ребенку время от времени «выпускать пар».

Сильное влияние на способ выражения гнева оказывает отношение к нему окружающих. В обществе преобладает установка: «Хорошо никогда не злиться!» Дети очень рано понимают необходимость научиться подавлять свои эмоции, испытывая вину за собственный гнев. Кроме того, наблюдая

проявления гнева по телевизору (преступления, войны, драки), ребенок начинает бояться этого чувства. Гнев становится чудовищем, которого надо избегать, подавлять. Асоциальное поведение, в том числе агрессия, рождается из подавленного чувства гнева. Легче «сбросить» отрицательную эмоциональную энергию через использование протеста, бунта, сарказма, круша все вокруг, оскорбляя окружающих.

Бывает, что подавленные отрицательные эмоции проявляются в виде тика, недержания мочи и кала, заикания. Избавиться от этих невротических реакций бывает очень и очень сложно.

Сталкиваясь с детским гневом, родители ведут себя по-разному. Одни из них помогают детям осмыслить свои эмоции и конструктивно их выражать, другие игнорируют гнев или уныние своих детей, третьи осуждают детей за подобные чувства, четвертые согласны с тем, что дети имеют право злиться и выходить из себя, и никак не реагируют на проявления гнева. Исследования показали, что дети, которым родители помогали справиться с отрицательными эмоциями, обгоняют своих сверстников в интеллектуальном и физическом развитии.

Дети, испытывающие частые приступы гнева и не умеющие найти этому чувству правильный выход, становясь взрослыми, испытывают множество неудобств из-за своей гневливости. Им бывает трудно сохранить работу, а их браки часто распадаются.

Психологи говорят, что научиться управлять отрицательными эмоциями не значит никогда их не испытывать. Детям необходимо смириться с гневом как с неотъемлемой частью себя. А родители должны помочь им научиться перенаправлять свои эмоциональные реакции. В таком случае гнев станет движущей силой, способом преодоления препятствий или средством, позволяющим постоять за себя и других.

### **Идентификация с агрессором**

Ко мне на консультацию привели пятилетнего мальчика. Я обратила внимание на игрушку в его руках, так называемый трансформер:

- Миша, а кто это у тебя?

- Это Мистер Смерть из «Человека-Паука».

Он протягивает мне игрушку, и я вижу, что это довольно страшный монстр: весь черный, горбатый, с черепом вместо головы...

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. Уже у четырехлетних детей в играх появляются отрицательные герои. 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.

Мама пятилетнего Миши и трехлетнего Пети пожаловалась, что ее старший сын все время играет в какие-то катастрофы. Решила поиграть с детьми в магазин. Младший сын спокойно раскладывал товар, а старший предложил, чтобы магазин захватили террористы. Агрессивность Миши в игре маму очень пугала.

Однако нет ничего удивительного, что сюжет с захватом заложников стал привычным явлением в детских играх. Ведь в последнее время такие террористические акты постоянно обсуждаются в СМИ и в разговорах взрослых. Слушая все это, ребенок начинает испытывать страх, что с ним может случиться нечто подобное. Эта тревога находит отражение в играх. Ребенок как бы старается сделать эту ситуацию привычной, а значит, нестрашной. Кроме того, спасая в игре маму и брата от террористов, мальчик не только учится преодолевать страх, но и пытается доказать собственную значимость.

Отечественные психологи И.М. Никольская и Р.М. Гарановская отмечают, что «имитация поведения отрицательных персонажей, отношение к которым вызывает тревогу и беспокойство, нередко позволяет ребенку превратить эту тревогу в приятное чувство безопасности».

Васе восемь лет. Получая возможность поиграть в кабинете психолога, он всегда выбирает роль злого папы, пинает провинившегося сына — плюшевого медведя, кричит на него, ставит в угол. Вася играет роль собственного отца, которого боится. В игре он выражает весь свой страх, злобу и обиду на него.

Всегда лучше, чтобы подавленная агрессия изливалась на игрушку, чем на собаку или младшую сестру.

Проводя занятия с подростками, я часто предлагаю им переделать какую-либо известную сказку на новый, современный лад. В этих осовремененных сказках Серый волк превращается в маньяка или бандита, дракон — в бомбардировщик. Подростки боятся не Бабу Ягу или Лешего, а террористов и грабителей. От этого страха не спрячешься под одеяло. Реальные злодеи намного страшнее сказочных, потому что встреча с ними в жизни вполне вероятна и очень опасна. Одна из форм борьбы с этими страхами — имитация. Именно поэтому дети начинают копировать бандитов, делают соответствующие татуировки и прически, носят одежду, как у них, говорят на блатном наречии, ругаются и ведут себя вызывающе и агрессивно.

Присваивая атрибуты агрессора или имитируя его поведение, ребенок преобразуется из того, кому угрожают, в того, кто угрожает. Чем незащищеннее чувствует себя ребенок, тем сильнее его стремление походить на пугающий его объект. По этой же причине дети так любят надевать маски и костюмы различных монстров, вампиров и ведьм.

## **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».

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. На переменах учителя организовывали для них игры-соревнования, 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. 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.