

Дитяча агресивність

Якщо дитина демонструє агресивні реакції, це ще не означає, що вона робить негативний вчинок.

Виявляється, агресія – це форма поведінки, спрямованої на самозахист. Вона служить для адаптації до навколишнього середовища, задоволення бажань і досягнення мети. Тобто це те, що властиве нам від народження, те, що не можна знищити, можна тільки приглушити.

Агресія: за і проти (на думку Генріха Перенса)

1. **За.**

Агресія – самозахисна поведінка, настійлива, не ворожа, спрямована на досягнення мети та тренування.

Дитина в цьому випадку поводиться агресивно, щоб самоствердитися, взяти гору в якій-небудь ситуації, а також удосконалити свій досвід. Така поведінка служить для захисту потреб, власності, прав та тісно пов'язана із задоволенням власних бажань, досягнення мети, так само як і здатністю до адаптації.

Дитина хоче щось зробити, але в неї виходить. Нормально, що в цій ситуації вона може розсердитися. Не треба в цей момент сварити дитину. Краще дати дитині можливість «посердитися». Наприклад, побити боксерську грушу або подушку, порвати газету. А потім навчити, що можна розсердитися і сказати собі: «Я все одно зроблю це!». Тоді обов'язково все вийде. І тоді не треба буде сердитися.

Цей тип агресії є важливим засобом розвитку пізнання й здатності покладатися на себе. Він спонукає до необхідної конкуренції, яка в своїй основі не є ворожою й деструктивною.

Безумовно, прояви цього типу агресії природні до здорового адаптування до середовища.

2. **Проти.**

Агресія ворожа, тобто злостива, неприємна поведінка, що завдає болю оточенню.

Ненависть, лють, задерикуватість, бажання помститися також можуть бути формою самозахисту, однак породжують багато особистих проблем і змушують страждати оточення.

Ворожість можуть викликати і активізувати сильні неприємні переживання. Крім того, ворожа агресивність може бути викликана відвертим бажанням завдати комусь болю та отримати від цього особливе задоволення.

Нестерпні стрес і біль змінюють агресивність, яка нікому не шкодить, на протилежну, викликану бажанням усунути джерело болю або стресу. Тобто виникає тип

агресії, який набуває рис внутрішнього бажання заподіяти шкоду або знищити щось у своєму оточенні, що стає джерелом надзвичайного невдоволення.

Оскільки агресивність неоднорідна – в різних ситуаціях потрібно діяти по-різному. В одних випадках потрібно підтримати дитину, а в інших – захистити від агресивності. Інакше кажучи важливо розуміти, чи дії дитини самозахисні чи ворожі і чи не переносить вона свою лють з винного на безвинного.

Наше завдання – навчитися розбиратися в психологічних особливостях дитячої поведінки та допомогти дітям адаптуватися до навколишнього світу:

- Підтримувати здорову наполегливість, старання для досягнення мети;
- Концентрувати енергію дитини, для того щоб отримати бажаний результат;
- Допомогати дитині звільнитися від непотрібної агресії до інших, до себе, до суспільства.

Пам'ятайте!

Мова йде не про те, щоб вибити ворожість палицею. Фізичні покарання, обмеження, утиски ніколи не допоможуть впоратися дитині зі своїми агресивними почуттями. Швидше навпаки, покарання сприяє підтриманню агресивної поведінки й накопиченню негативних почуттів.

Коли діти діють агресивно або роблять боляче одне одному, ми можемо припускати, що раніше вони самі страждали і їхнє емоційне «я» уражене. Ураження нашої самоповаги, почуття любові до себе є головним джерелом подібних вчинків. Дитина, яка демонструє ворожу поведінку, відчуває гнів, нехтування, незахищеність тривогу та образу. Вона або не здатна, або не може, або боїться висловити те що відчуває.

Дитина стає агресивною не водночас. Спочатку вона висловлює свої потреби в пом'якшеній формі. Але дорослі зазвичай не звертають на це уваги, доки не з'являться надто серйозні проблеми в поведінці

Що у наших дітей може викликати агресивні почуття і дії

(на думку відомого психолога Ю. Б.Гіппенрейтер)

1. Накази, команди

«Зараз же перестань», «Забери!», «Винеси відро!», «Швидко в ліжку!», «Щоб я більше цього не чув!», «Замовкни!»

У цих категоричних висловах дитина відчуває неповагу до себе. Такі слова викликають почуття залишеності. Особливо коли дитина має проблеми і намагається поділитися ними з батьками. У відповідь діти звичайно опираються, «бурчать», ображаються, виявляють упертість.

2. Попередження, застереження, погрози

«Якщо ти не перестанеш плакати, я піду», «Дивися, щоб не стало гірше», «Ще раз це повториться, я візьму пасок», «Не прийдеш вчасно, тримайся...»

Погрози та попередження погані тим, що за постійного повторення діти до них звикають і перестають на них реагувати. Тоді деякі батьки від слів переходять до діла і швидко проходять шлях від слабких покарань до більш сильних, а часом і до жорстких: вередливого малюка залишають самого на вулиці, двері зачиняють на ключ і останній крок – починають застосовувати фізичні покарання.

3. Мораль, повчання, проповіді

«Ти зобов'язаний поводитися так, як належить», «Кожна людина повинна працювати», «Ти повинен поважати дорослих».

Звичайно, діти з подібних фраз не дізнаються нічого нового. Нічого не зміниться від того, що вони слухатимуть це «всоте». Вони відчують тиск зовнішнього авторитету, інколи провини, а найчастіше все разом.

Річ у тому, що моральні основи й моральну поведінку виховують не стільки слова, стільки атмосфера в сім'ї через наслідування поведінки дорослих, особливо батьків.

4. Постійні поради, намагання все вирішити за дитину

«А ти візьми і скажи...», «По-моєму треба...», «Я б на твоєму місці...».

Діти не схильні дослухатися до наших порад. А інколи вони відверто повстають: «Без тебе знаю», «Тобі легко казати», «Ти так вважаєш, а я по-іншому».

Кожній дитині властиве право бути незалежною, приймати самостійні рішення. Щоразу коли ми щось радимо дитині, ми ніби даємо їй зрозуміти, що вона ще мала й недосвідчена, а ми розумніші за неї, наперед все знаємо.

Така зверхня позиція дратує дітей, а головне, не залишає в них бажання розповісти докладніше про свою проблему.

Невідомо, чи захоче дитина ще раз розповісти вам про щось важливе.

Як часто діти самі приходять до того, що ми їм перед цим їм радили! Але важливо, щоб вони самі прийняли рішення – це їхній шлях до самостійності.

Докази, нотації, лекції

«Слід би знати, що перед їжею треба мити руки», «Усе через тебе!», «Даремно я на тебе покладалася», «Завжди ти...».

Це викликає в дітей або активний захист, або пригніченість, розчарованість у собі та своїх стосунках із батьками. В такому разі в дитини формується низька самооцінка: вона

починає думати, що й справді погана, безвільна, ненадійна. А низька самооцінка породжує нові проблеми.

Спробуйте звертати увагу не тільки на негативні, а й позитивні сторони вашої дитини. Не бійтеся, що похвальні слова на її адресу зіпсують дитину. Подумайте, а чи добре самим нам жилося в умовах постійного бомбування критикою з боку найближчої людини? Чи не чекали б ми від неї добрих слів, не сумували б за ними?

5. Обзивання, висміювання

«Плакса-вакса», «Не будь лапшою», «Ну, просто бовдур!», «Який же ти ледащо!»

Усе це найкращий спосіб відштовхнути дитину й допомогти їй розчаруватися в собі. Звичайно, діти в таких випадках ображаються й захищаються: «А сама яка?», «Ну й буду таким!».

7. Випитування, розслідування, здогадування

«Ні, ти все-таки скажи», «Що ж усе-таки трапилось? Я все одно дізнаюся», «Чому ти знову отримав двійку?», «Ну чому ти мовчиш?»

і справді хто з нас любить коли його виводять на чисту воду? За цим може наступити захисна реакція, бажання уникнути контакту.

Утриматися в розмові від запитань дуже важко і все ж краще змінити питальні речення та стверджувальні. Часом різниця між питанням та стверджувальною фразою може здаватися майже не помітною. А для дитини, що переживає, ця різниця велика: запитання сприймається як холодна цікавість, стверджувальна фраза – як розуміння й підтримка.

8. Співчуття на словах, умовляння

Звичайно, дитина потребує співчуття, однак є ризик що слова «я тебе розумію», «я тобі співчуваю» прозвучать надто формально. Іноді замість цього краще промовчати, притиснувши її до себе. А у фразах на зразок «заспокойся», «не звертай уваги», «перемелеться, мука буде» вона може почути байдужість до її турбот, відкидання або применшення її страждань.

9. Ігнорування: «Відчепися», «Не до тебе», «Завжди ти зі своїми скаргами».

Як ми можемо допомогти дитині

Поведінка – це ще не проблема. Це тільки ключ до проблеми.

Якщо дитина поводиться агресивно, це означає, що спалахнуло червоне світло й так само, як на переході вулиці, вам слід стати й подумати: що таке переживає дитина, що змушує її діяти агресивно?

Спробуйте зрозуміти свою дитині та її почуття. Це не означає, що ви маєте виправдовувати її вчинки. Адже, коли ми розуміємо поведінку нашої дитини, ми здатні діяти розумніше, отже, маємо більше шансів на те, що обрана нами стратегія спрацює.

Батькам слід пам'ятати:

1. Найкращий спосіб уникати агресивності підлітка – виявляти до нього більше уваги і ласки, яких він так потребує.

2. Батьки мають стежити за своєю поведінкою у сім'ї.

3. Найкращий спосіб виховання – єдність дій та власний приклад.

4. Не можна використовувати фізичних покарань.

5. Допомогайте підлітку знаходити друзів. Заохочуйте розвиток позитивних аспектів агресивності, а саме: підприємливості, активності, ініціативності.

6. Перешкоджайте негативним проявам агресивності, зокрема ворожості, скутості.

7. Пояснюйте наслідки агресивної поведінки.

8. Враховуйте у вихованні і навчанні особистісні риси підлітка.

9. Давайте підлітку задовольнити потребу у самовираженні і самоствердженні.

10. Обмежуйте перегляд відеофільмів зі сценами насильства. Це стосується і комп'ютерних ігор.

11. Заохочуйте підлітка до навчання, до участі у культурних заходах, спортивних секціях.