

УЧЕБНИКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Анна КОРНИЕНКО

Детская агрессия

Простые способы коррекции
нежелательного поведения ребенка



рама
РАСЧЕТЫ

Учебники для родителей

Анна Корниенко

**Детская агрессия.
Простые способы
коррекции нежелательного
поведения ребенка**

«Рама Паблишинг»

2012

Корниенко А. А.

Детская агрессия. Простые способы коррекции нежелательного поведения ребенка / А. А. Корниенко — «Рама Пабблишинг», 2012 — (Учебники для родителей)

Время от времени любой ребенок ведет себя агрессивно или страдает от действий агрессора. Поведение своего или чужого ребенка вызывает шок, раздражение, злость, негодование у родителей, пострадавших детей, педагогов, других взрослых. Как правило, попытки побороть детскую агрессию приводят к новым вспышкам агрессивности в поведении ребенка. Как быть? Практический психолог Анна Корниенко предлагает систему знаний о детской агрессии, которая поможет найти выход практически из любой ситуации, в которой имеет место агрессивное поведение ребенка. Издание адресовано всем родителям и заинтересованным специалистам.

Содержание

От автора	6
Часть I	7
Что такое детская агрессия	7
Какой бывает детская агрессия	11
Как мы, взрослые, влияем на агрессивность детей	14
Часть II	16
Соотнесите возраст ребенка и его действия (норма или патология)	16
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Анна Корниенко
Детская агрессия. Простые
способы коррекции
нежелательного поведения ребенка

© ООО «Рама Паблшинг», 2012

* * *

От автора

Вы столкнулись с агрессивным поведением ребенка...

За свою жизнь вы наверняка не раз сталкивались с детской агрессией. Агрессию мог проявлять кто-либо в вашем собственном детстве, вести себя агрессивно могли вы сами, наверняка кто-то в вашем школьном окружении оказывался пострадавшим от действий драчунов или доставал других детей, обижая их морально или причиняя физическую боль. Сейчас, уже будучи взрослым человеком, вы снова столкнулись с агрессией, и теперь это уже агрессия вашего ребенка или его обидчика. Вы уже попробовали что-то предпринять. Но, возможно, ваши действия ни к чему не привели. Или стало только хуже. И вы очень хотите понять, что вам делать дальше.

В слово «агрессия» каждый вкладывает свое представление о том, что это такое, как с ней надо обходиться и не проще ли от нее просто избавиться. Мамы и папы, которые стараются воспитывать детей без наказаний, пребывают в растерянности: «Что же делать, если он такой агрессивный?» Родители, применяющие наказания в своей семье, регулярно обнаруживают, что ребенка приходится наказывать все строже и строже, чтобы удержать его в рамках дозволенного. И те и другие готовы что-то изменить в своем поведении, но не знают, что менять и как. Возможно, именно поэтому один из основных вопросов, с которым обращаются ко мне родители, звучит так: «Я много всего прочитал, знаю, что надо делать, но не представляю, как я могу это применить в своей семье».

Эта книга поможет вам лучше понимать себя и своего ребенка. Вы сравните то, что уже знаете, с новой информацией. Вы сможете последовательно применять описанные в книге подходы – до тех пор, пока какой-то не окажется для вас наиболее подходящим. Вы узнаете, как направить энергию агрессии в позитивное русло и как повысить самооценку ребенка, которого обижают более агрессивные сверстники. Наконец, если вы сами проявляете агрессию или постоянно подавляете ее, сможете понять, что вам стоит предпринять. Тем самым вы делаете шаг в сторону изменений к лучшему в вашей жизни и в жизни вашего ребенка.

Читайте книгу, хвалите себя и ребенка за результаты. Удачи вам в дальнейших достижениях! Надеюсь, данная книга окажется для вас полезной и интересной.

Ваша Анна Корниенко

Часть I

Что надо знать родителям об агрессивном поведении детей

Что такое детская агрессия

К тому моменту, когда у нас появляются дети, мы уже знаем, что же это такое, детская агрессия, на своем собственном опыте. За свою жизнь мы не раз видели, слышали, читали и наблюдали, как кто-то из наших ровесников или детей старше (младше) ведет себя агрессивно. Бывало, что и нам доставалось от действий агрессоров. А может, мы сами были из ряда «активистов». Как бы там ни было, с появлением ребенка мы надеемся, что нашу семью эта тема не коснется. Но рано или поздно наступает момент, когда кто-то из детей – возможно, даже наш собственный ребенок – вдруг проявляет агрессию. Чаще всего это случается неожиданно. Мы злимся, наказываем, принимаем меры – одним словом, мы не можем оставить такое поведение без внимания и пытаемся решить ситуацию. Однако часто от наших действий ситуация не улучшается, мы как будто создаем условия для новых вспышек детской агрессии.

Прежде чем понять, что делать с агрессивным поведением ребенка, попробуем разобраться с тем, что это такое – детская агрессия.

Предлагаю начать с определения, в котором я постаралась отразить самые существенные моменты:

Детская агрессия – это способ реагирования ребенка на невозможность сделать то, что хочется, именно так, как хочется. Источником детской агрессии могут быть ограничения, индивидуальные особенности, подражание реакции взрослых или эмоции.

Довольно часто за агрессию родители принимают исследовательский порыв ребенка, его жажду достичь чего-то, сметая все на своем пути. Отличие такого «достижительного» поведения от агрессивного в том, что ребенок не испытывает в этот момент злости, не раздражен – он нацелен на желаемый объект и настойчиво движется к цели.

Из определения детской агрессии следует, что агрессия у ребенка возникает тогда, когда какая-то его потребность не удовлетворяется. А происходит это по одной из четырех причин:

- 1) если его действия ограничили (к примеру, наказали или ввели систему запретов);
- 2) если он не может реагировать по-другому в силу своего темперамента;
- 3) если вокруг него все реагируют именно так;
- 4) если ребенок сильно разозлен (рассержен, в гневе).

Рассмотрим каждый источник агрессивного поведения отдельно.

Ограничение

Всякий раз, когда человек встречает препятствие на пути к цели, у него возникает состояние подавленности и разочарования, а затем развивается агрессивное побуждение устранить это препятствие, нанести ему вред. Такое состояние, связанное с ограничением (из-за наказания или запрета), с невозможностью что-то сделать, ученые назвали фрустрацией.

Маленький ребенок в силу возрастных особенностей сталкивается с ограничениями ежедневно. Это может быть обычное «нельзя» или любое другое ограничение, которое начинается с «не»: «не трогай», «не лезь», «не мешай» и т. д. Наказание усиливает введенное ограничение,

ребенок получает двойную дозу фрустрации: в виде ограничения и в виде наказания. Вопреки своему назначению – исправить в лучшую сторону поведение ребенка – наказание может стать основной причиной появления агрессивности. Особенно важно обращать внимание на меру наказания. Так, ученые заметили, что и чрезмерное наказание, и полная безнаказанность приводят к тому, что ребенок становится более агрессивным.

Запрещать и ограничивать ребенка значительно проще, чем искать способы достижения желанной цели. Наиболее часто ограничиваются потребности в познании (к примеру, когда ребенок проявляет интерес к потенциально опасным предметам – розетки дома, камушки и стекла на улице), во внимании и любви родителей (когда ребенок просит взрослых побыть с ним, уделить ему время, но взрослые заняты своими делами и не хотят с ним играть или общаться), в движении (ребенок хочет куда-нибудь залезть или добежать), в развлечениях (когда он хочет смотреть мультфильм, а его зовут спать) или сладостях сверх меры, в продолжении интересной деятельности (когда он играет во что-то интересное, или гуляет, или с энтузиазмом выгребает содержимое кухонных ящиков).

Ограничения – одна из важных причин агрессии, но далеко не единственная. Бывает, что ребенок «таким» родился.

Индивидуальные особенности, темперамент

Наш российский ученый, физиолог И. П. Павлов обратил внимание на то, что реакция агрессивности является врожденной, но проявляется по-разному в зависимости от типа нервной системы. Типы нервной системы по основным характеристикам соответствуют четырем классическим типам темперамента: сильный, уравновешенный, подвижный тип – сангвиник; сильный, уравновешенный, инертный тип – флегматик; сильный, неуравновешенный тип с преобладанием возбуждения – холерик; слабый тип – меланхолик.

Тип нервной системы ребенка относительно слабо подвержен изменениям в будущем, каким бы ни было воздействие его окружения и воспитания. Холерики возбуждаются легко и быстро, их реакция бывает слишком эмоциональной, в ответ на чью-то выходку могут отреагировать мгновенно – накричать, стукнуть, толкнуть и т. д. Флегматики долго терпят, но если их достать – мало не покажется. Сангвиники без надобности не будут проявлять агрессию, но при необходимости могут за себя постоять. А вот впечатлительные и ранимые меланхолики постараются сделать все возможное, чтобы на них не обращали внимание, даже если их кто-то уже обидел.

Но иногда причиной агрессии бывает вовсе не темперамент (пусть даже и холерический), а пример окружающих взрослых.

Подражание реакции взрослых

Ряд ученых считают агрессию выученной реакцией, которая может быть приобретена путем наблюдения ребенка за поведением мамы, папы или других родственников или подражания авторитетному лицу (дядя, няня, другой ребенок, киногерой и др.). Если кто-то из членов семьи повышает голос (орет), ругается, приказывает, обзывает или способен ударить другого взрослого или детей, то ребенок решает: именно так и надо поступать в жизни. Чем чаще ребенок, действуя агрессивно, убеждается в эффективности своего способа добиться желаемого (кулаками, истерикой или обзыванием), тем вероятнее новые вспышки агрессии.

Бывает и так, что хотя кто-то в окружении малыша и проявляет агрессивное поведение, но наряду с этим он наблюдает и неагрессивные способы добиться желаемого (договориться, попросить). В этом случае у ребенка будет другой репертуар реакций, в котором помимо агрессивных будут представлены более конструктивные способы поведения. Как правило, агрес-

сию чаще проявляют те дети, которые в семье научились реагировать на враждебные ситуации агрессивным способом, наблюдая за поведением взрослых.

Агрессивное поведение окружающих ребенка взрослых можно отнести к внешним источникам воздействия. Но бывает, что такой источник неприятного, негативного возбуждения находится внутри самого ребенка, и справиться с эмоциями ему никак не удастся. А значит, не остается ничего другого, как выплеснуть свои эмоции наружу.

Эмоции: гнев, злость или раздражение

Чаще всего агрессию вызывает такая эмоция, как гнев. Довольно часто гнев понимается как агрессия. Хотя на самом деле гнев необязательно приводит к агрессивному поведению, направленному на того, кто явился источником гнева. Можно разозлиться и сбросить агрессивное напряжение через физическую активность, пинание предметов или крики в пустоту.

В основе гнева, как и любой другой эмоции, лежит субъективное переживание, на которое организм обычно реагирует особым образом: повышается либо дрожит голос, сжимаются кулаки, краснеет лицо. В голове одна за другой проносятся мысли, и их характер отражается на лице (вспомним выражения «мрачнее тучи», «разъярен как бык», «глаза сверкают гневом»). Нагнетаясь, эмоциональная реакция переносится на окружающее в целом, вызывая неприятие всего, что происходит или находится в пределах досягаемости. И кульминацией гнева будут такие действия, которые в прошлом не раз сопровождали данную эмоцию.

Например, малыш злится, что мама занимается маленькой сестричкой и не обращает на него внимания. Он подходит к маме и кусает ее за ногу. Или он хотел быть ведущим в игре, но его никак не выберут – ребенок раздражен и толкает везунчиков.

Порой нам кажется, что, запретив ребенку злиться, мы можем предотвратить его агрессивное поведение. Однако злость от запретов не исчезает, она накапливается внутри и рано или поздно находит выход: либо выплескивается на окружающих, либо подтачивает своего владельца. Об этом мы еще много будем говорить на протяжении всей книги.

Итак, вы узнали о четырех источниках агрессии: это ограничение, темперамент, выученная реакция и эмоции. Именно эти источники будут подробно рассмотрены в этой книге. «А зачем это нужно?» – спросите вы. Постараюсь пояснить на примере.

Денису 3,5 года. Он со своей мамой идет в магазин. Выходной, народу в магазине много, список покупок у мамы достаточно большой. Поход в магазин заканчивается истерикой Дениса, который катается по полу, стучит ногами и горько плачет.

Как маме Дениса может помочь информация об источниках агрессии? Если мама знает об *ограничении* как причине агрессивного поведения, то она понимает, чем вызвано поведение Дениса. Ведь поскольку она строго запрещала Денису в магазине подходить к полкам с товарами, трогать что-либо и задавать вопросы (все это она делала, чтобы побыстрее закончить дела в магазине и отправиться с Денисом гулять), Денис не справился с таким количеством ограничений – маленькие дети не умеют ждать и терпеть – и отреагировал на это резким агрессивным поведением. Если позволить Денису осуществить желаемое: потрогать товары или поговорить с мамой обо всем, что происходит вокруг – то и агрессивное поведение уйдет. Правда, времени такой поход по магазинам займет гораздо больше.

Кроме этого, если мама помнит о том, что Денис холерик, то она понимает, что «заведенного» ребенка остановить ей будет трудно –

ведь возбуждение нервной системы у ребенка-холерика преобладает над торможением. Поэтому ситуацию стоит разрядить заранее – прекратить уже начавшуюся истерику будет очень сложно.

Мама также может вспомнить о том, что буквально вчера они с подругой и ее детьми ходили вместе гулять. И дочка подруги, Наташа, демонстрировала фееричную истерику, чтобы уговорить маму купить ей мороженого. Результатом такой истерики стала покупка желаемого ребенком. Денис с большим интересом наблюдал за происходящим и, похоже, сейчас в магазине пытается опробовать такой способ на своей маме. Поскольку подобная истерика с Денисом происходит впервые, маме достаточно не поддаваться на нее и не закрепить успешность такого поведения. Только в этом случае она может быть уверена в том, что истерика у сына больше не повторится. Если, конечно, они не будут часто гулять с подругой и ее детьми.

Ну и, в конце концов, мама может понять, что Денис рассержен на нее, поскольку она была занята покупками и совсем не уделяла ему внимание в последние полчаса. Мама может позволить ему выразить свою эмоцию – пусть и такой сильной истерикой. Посочувствовать ему, с пониманием отнестись к его злости и сказать о том, что вот именно сейчас они уже завершили все дела и могут спокойно пойти и покачаться на любимых качелях Дениса.

Главное, что мама может практически применить знание об источниках агрессии. Не раздражаться в ответ на поведение Дениса, а быстро сориентироваться в ситуации, устранить источник агрессии и успокоить ребенка.

Прежде чем перейти к части II, в которой подробно рассказывается о том, что делать в случае детской агрессии, предлагаю познакомиться с информацией о том, какой бывает детская агрессия и отличается ли агрессивное поведение современных детей от того, что было раньше.

Какой бывает детская агрессия

Наверное, нет такого человека, который хотя бы раз в жизни не испытал на себе агрессивные действия со стороны другого. Самые первые агрессивные выпады мы познаем в детстве. Дети толкаются, обзываются, отбирают игрушки – у каждого найдется с десяток, а то и больше ярких и неприятных воспоминаний.

Существует любопытное наблюдение: меньше запоминаются те агрессивные действия, которые мы сами предпринимали в отношении других людей. К примеру, братья и сестры, дравшиеся и ссорившиеся в детстве, помнят больше ситуаций, где они оказались обиженными, чем те ситуации, где агрессорами выступали они сами. Если же за агрессивные проступки родители их наказывали, то запоминалось именно наказание, а не сам проступок, который ему предшествовал.

Попробуем разобраться, какой бывает детская агрессия. Знание видов агрессии будет первым шагом к пониманию такого поведения ребенка.

Агрессия как способ самоутверждения

Одна из самых ранних форм проявления агрессивности у детей – это негативизм. Для детей негативизм оказывается эффективным средством сопротивления, самоутверждения и достижения цели. Знаменитое «Нет!» малыша, едва научившегося ходить, способно с ума свести любого родителя. Это «Нет!» подкрепляется капризами и упорством ребенка, что в совокупности зачастую приводит к получению сначала неожиданных, а затем и ожидаемых выгод. Капризы раздражают и выматывают родителей, отбирают много времени, приводят к потере контроля и встречным эмоциональным выплескам (крики, ругань), а то и к проявлениям физической агрессии (шлепки, агрессивные прикосновения). И зачастую в этой схватке детской и взрослой агрессии побеждает именно ребенок, которому дают или покупают желаемое, уступают, потворствуют.

Агрессия как способ добиться желаемого

К другим ранним формам проявления агрессии психологи относят такие агрессивные действия, которые являются средством, с помощью которого ребенок пытается добиться своей цели. Так, в три-четыре года у детей можно заметить такие агрессивные проявления, как нытье, фырканье, упрямство; в четыре и пять – угрозы, наущничество, крики, визг, драки.

Редко какому взрослому удастся спокойно реагировать на агрессивные выходки ребенка. Возникает ощущение, которое можно охарактеризовать словом «закипаю». И действительно, гнев в отношении ребенка бывает настолько велик, что требуется «остыть», прежде чем предпринять какие-либо гуманные санкции в отношении агрессивного ребенка.

Ситуативная агрессия

В каждой ситуации ребенок действует тем способом, который оказывается для него самым приемлемым:

- прямая агрессия, или нападение, выбирается ребенком, если противник – например, младший брат или сублильный, более слабый ровесник – уступает в силе;

- защитная агрессия: к ней ребенок прибегает, если противник сильнее – к примеру, это родитель или воспитатель. В этом случае он может отказываться от общения, болеть, быть апатичным, капризным;
- косвенная агрессия тоже возникает из-за неравенства в силах, при этом ребенок вымещает свой гнев на доступных объектах: предметах, животных, других людях;
- пассивная агрессия выражается в реализации агрессивных действий в мечтах, фантазиях – либо в виде молчаливого протеста, отказа что-либо делать (лень), саботажа;
- аутоагрессия – агрессия, направленная на самого себя, при этом ребенок обвиняет себя в происходящем, а в более старшем возрасте может наносить себе физические повреждения.

Явная и неявная агрессия

По эмоциональному накалу агрессию можно условно разделить:

- на открытую враждебную. Тот случай, когда агрессия заметна всем окружающим: ребенком овладевает гнев, ярость, он плохо контролирует свои действия. Стремясь избавиться от эмоционального напряжения, он направляет агрессию на окружающих. Возможно, так поступал и ваш ребенок, когда в гневе набрасывался на вас с кулаками, кусал, хватал за волосы и т. д. Аффективная агрессия свойственна и младенцам, которые испытывают гневные чувства, например, если к ним долго не подходят взрослые;
- на неявную, замаскированную. В этом случае поведение ребенка направлено на смягчение агрессивных выплесков. И тем не менее его действия расцениваются как не поощряемые в обществе способы добиться желаемого. Это ситуации, когда ребенок изводит взрослых нытьем («мама, купи...»), отказывается от чего-либо («не хочу, не буду»), угрожает («сейчас как дам!»), наушничает («а Саша руки не помыл»).

Неосознаваемая и сознательная агрессия

Ребенок начинает понимать, что ведет себя агрессивно, то есть «неправильно», когда у него активно развивается самосознание и он уже может отличить «можно» от «нельзя», «хорошо» от «плохо», когда он уже научился решать конфликт неагрессивным способом. До этого момента он не осознает, что поступает плохо, так как не усвоил приемлемые правила поведения. Для данного периода (лет до двух) характерны агрессивные проявления детей из разряда «конфликты в песочнице»: ребенок еще не научился договариваться, поэтому использует силовой способ получить желаемое – отобрать, стукнуть, толкнуть. Дома малыши сбрасывают со стола посуду, плюются, кусаются и т. д.

Как только элементарные понятия о том, что можно, а что нельзя, что хорошо, а что плохо, усвоены (это происходит на четвертом-пятом году жизни), ребенок понимает, что физическая агрессия – это плохо. Он обучается оценивать ситуацию по возможным последствиям – заметят ли взрослые, будет ли наказание за такое поведение. И находит обходной путь: если нельзя толкнуть, стукнуть, укусить, щипнуть, то можно обозвать, а еще безопаснее – подначивать, сплетничать, настраивать одного против другого. Начиная лет с пяти такой способ выражения агрессии нередко проявляется среди дошкольников, а затем и школьников.

Управляемая и неуправляемая агрессия

Далеко не каждый ребенок может управлять своим агрессивным состоянием. Чем младше ребенок, тем хуже ему удастся справиться с агрессивным поведением. Тут речь идет, конечно, о неуправляемой агрессии. Она объясняется тем, что реакция возбуждения в коре головного мозга преобладает над реакцией торможения.

Однако бывает, что ребенок в силу возраста (после пяти-шести лет) вроде бы уже может справиться со своей агрессией, но не делает этого. Например, кидает камнем в окно, или отбивает игрушку, или тычет в спину ручкой впередисидящему и т. д. Он понимает, что нарушает социальные нормы и правила. Но он не умеет управлять своим поведением, и из-за этого не может взять под контроль свое агрессивное состояние.

Неуправляемая агрессия бывает и в случае, когда ребенок совершает агрессивный выпад не намеренно, а в ответ на чью-либо выходку. К примеру, кто-то случайно наступил на ногу или налетел с разбегу, а ребенок от боли толкает или ударяет неумышленного обидчика. При этом последствия бывают весьма драматичные. Чем старше становится ребенок и чем выше у него развита способность контролировать свои действия, тем менее агрессивной будет его ответная реакция.

Итак, теперь у вас есть представление, какой бывает детская агрессия. И возможно, вам удалось соотнести поведение вашего ребенка с одним из видов. Далее мы выясним, почему ребенок действует именно так. Но прежде, чем мы рассмотрим причины агрессивных действий ребенка, несколько слов о том, как мы, взрослые, влияем на агрессивность детей.

Как мы, взрослые, влияем на агрессивность детей

Наши привычки

Ежедневно мы открываем новостные страницы в компьютерах или включаем телевизор. Новости не бывают без информации о военных действиях, терактах (которые случаются не только далеко от нас, но и совсем рядом), столкновениях и противодействиях. Многие фильмы содержат сцены насилия. Рекламные ролики включают самые шокирующие кадры кино. Мы, взрослые, привыкаем к этому фону, но восприятие детей значительно ярче, увиденное и услышанное переживается и ищет выход, в том числе в виде агрессивных проявлений. В идеале родителям стоит оградить ребенка от такого знания, особенно дошкольника. Но далеко не каждый родитель готов отказаться от своих привычек.

Наши негативные мысли и поведение

Наше состояние и настроение дети легко считывают. И далеко не всегда мы излучаем позитивные мысли: стояние в пробках, толчея в метро, необходимость зарабатывать деньги на нелюбимой работе, бытовые неурядицы – это то, что родители приносят с собой домой, к детям. Да, были времена, когда все было гораздо хуже, но тогда так было у всех и являлось нормой. Сейчас в том же телевизоре, кино, журналах мы видим другую жизнь – приятную и комфортную во всех отношениях. И мы хотим жить счастливо: так, как они! Невозможность достичь желаемого может являться одним из самых сильных факторов, вызывающих агрессию у нас и, как следствие, у наших детей. Может, поэтому формула «счастливые родители – счастливые дети» в наше время становится все более актуальной.

Наша неуверенность

В последние десятилетия большой груз ответственности свалился на матерей – именно от них общество ждет «правильного» воспитания детей. Одно дело, когда ты не знаешь, что можешь своим поведением нанести психологическую травму своему ребенку, – так было у наших мам и бабушек. И совсем другое дело, когда ты понимаешь, что можешь ему навредить – а это страшно, этого хочется избежать. Каким способом сделать так, как «правильно», – не очень понятно: литература и психологические рекомендации иногда советуют прямо противоположные вещи. Впрочем, многие мамы до сих пор не особенно стремятся что-либо читать или узнавать о детях.

Все это в совокупности ведет к потере материнской уверенности, интуиции, своего индивидуального способа взаимодействия с ребенком. Мы начинаем искать «правильные» способы поведения, «правильные» рекомендации. Забываем о том, что все эти знания веками и поколениями копились в нас, стоит просто заглянуть внутрь себя.

А еще иногда нам бывает мучительно стыдно за то, что мы не такие идеальные, как соседка напротив. И мы чувствуем вину перед своими детьми за свою непутевость. А поскольку способам справляться со стыдом и виной нас в школе не учили, то весь этот клубок переживаний вываливается на наших детей, на нашу семью.

Кроме того, так уж сложилось, что влиять на других людей общество хорошо умеет через запреты: не убий, не ходи туда и т. д. И этот способ более привычен для взаимодействия в семье. Мы, взрослые, легко формулируем свои требования к ребенку, используя частицу

«не». Гораздо сложнее говорить о том, что же можно ребенку делать. Ведь разрешение зависит от многих факторов: от того, какое настроение у нас, как мы себя физически чувствуем, от того, кто находится вокруг нас.

Вот, например, хождение по лужам: вроде можно, но в специальной одежде, без нее нельзя, а если мы торопимся, то тоже нельзя, а если рядом бабушка, то тем более нельзя, иначе лекция о возможности заболеть обеспечена на весь оставшийся день. Ребенку очень сложно запомнить и уложить в своей голове все эти нюансы. Он воспринимает их как путаницу и соответственно путано реагирует. А мы? А мы сердимся – ну что ему, трудно, что ли? Ведь все понятно, и так легко запомнить! На самом деле ребенку трудно, он нуждается в упрощении нашего представления о мире для его детского понимания.

Обесценивание авторитета других взрослых

Когда ребенок начинает взаимодействовать с другими взрослыми – няней, воспитательницей в детском саду или учителем в школе, то для того, чтобы прислушиваться к ним и уважительно воспринимать, он должен считать их авторитетами для себя. А с авторитетами в нашем обществе в последнее время сложно. У взрослых сплошной беспорядок в голове: как няня может быть авторитетом, если мы ей зарплату платим и можем командовать ей и говорить, как себя вести? А в саду и школе? Пусть делают то, что мы им говорим, иначе нажалуемся в вышестоящие инстанции. Или вообще в Интернете все ваше заведение раскритикуем.

Мы хорошо знаем, что можем себе позволить. И как же мы удивляемся, когда наш ребенок говорит няне: «Да ты здесь никто!» – или воспитательнице: «Вот мои родители вам устроят!» Вот и получается, что у других взрослых нет никакой возможности влиять на наших детей, а ведь мы ждем этого от них. Мы, взрослые, пытаемся разобраться друг с другом. А рядом с нами находятся дети, спокойно наблюдающие за нами, снимающие нас на мобильный телефон и выкладывающие записи в Интернет.

Наша неуверенность, плохое настроение, попустительское наблюдение детьми агрессии через экран ТВ или компьютера, обесценивание авторитета других взрослых – все это может привести к тому, что детская агрессия будет проявляться чаще и сильнее.

Часть II

Ваш ребенок ведет себя агрессивно: что делать

Соотнесите возраст ребенка и его действия (норма или патология)

Если вы часто сталкиваетесь с тем, что ваш ребенок кричит на вас, дерется с другими детьми или отнимает у них игрушки, капризничает и пытается истерикой добиваться желаемого, не слушает вас и нарушает запреты, то эта часть именно для вас. Будем двигаться постепенно: от того, что происходит с ребенком в каждом возрасте, что нормально, а что – нет, к тому, как вам себя вести, какое поведение родителей может исправить ситуацию, а какое – только ее ухудшит.

Агрессия у детей в возрасте одного года

Первые проявления агрессии родители начинают замечать около года. Ребенок может кусаться, замахиваться на взрослого, иногда ударить, может противиться просьбам и не выполнять запреты. Что с ним происходит?

Ребенок впервые замечает, что он и мама – это два разных человека, что мама не принадлежит ему полностью. Это неожиданная для ребенка новость, трудная для понимания.

Все, что происходит в этом возрасте, – это «проба пера». Ребенок еще ничему не научился от других членов семьи, он пока только пытается внутри себя разобраться – что он чувствует и что он хочет. Разобраться на уровне физиологических ощущений, прислушиваясь к своим телесным реакциям. Агрессивные выходки чаще всего не являются сильной злостью – скорее, это проявления недовольства, хотя выражаться они могут слишком эмоционально. В любом случае не стоит приписывать маленьким детям взрослые реакции – по сути, они ими не являются.

Взрослые редко принимают во внимание тот факт, что в этом возрасте агрессивное взаимодействие с миром – необходимость для нормального развития ребенка. Малышу надо познакомиться со своей агрессией – почувствовать ее и признать, что она существует, а также научиться проявлять ее так, чтобы можно было комфортно взаимодействовать с окружающими. Эту задачу невозможно выполнить, будучи для всех милым и приятным. Так, чтобы ощутить свою физическую силу, нужно хотя бы раз сломать твердую ветку, тогда ты будешь знать, что ты это можешь. Вот ребенок и пробует – что он может, а что нет. И внимательно следит за реакцией окружающих.

Ребенок в этом возрасте зависит от мнения мамы по поводу его чувств – ведь ему надо на что-то опираться, разбираясь со своими ощущениями. Если мама принимает любые его проявления (не ругается, не говорит, что он плохой, а пытается вместе с ребенком изучать его), то ребенок получает возможность уверенно прислушиваться к себе и учиться саморегуляции.

Маленькая Маша очень любит играть в игрушки своего старшего брата. Но он не всегда разрешает ей это делать. Маша очень злится на него и расстраивается. Мама помогает Маше справиться со своим разочарованием, проговаривая ее чувства и предлагая способ отвлечения: «Маша, ты, наверное, сердись на брата из-за того, что он не дает тебе игрушки. Расстраиваешься, что не можешь в них поиграть. Он обязательно даст тебе их в следующий раз.

А сейчас мы можем вместе с тобой поиграть в твои игрушки, в то, что тебе нравится больше всего».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.