

Агрессия, её причины и последствия

Сегодня учителя и родители нуждаются в самых разнообразных психологических знаниях, чтобы быть компетентными, в частности, встрече с детской агрессией. Наблюдая за детьми и подростками, проявляющими агрессивное поведение, психологи выявили несколько наиболее часто встречаемых типов детской агрессии.

Агрессия при гиперактивности.

Проявляется в виде приставаний к другим детям, бессмысленных драк, неадекватных реакций, вспыльчивости, возбудимости, вторжения на чужую территорию, порчи имущества и т.д. Связано такое поведение, как правило, с трудностями адаптации ребёнка к среде, которая предъявляет к нему слишком высокие для его уровня зрелости требования. Ребёнок не может структурировать свою деятельность, видеть в ней смысл, ставить цели. Для него мир — это хаос и он беспорядочно откликается на «что попало».

В этом случае необходимо сотрудничество учителя, психолога, родителей, а также психоневролога.

Агрессия лидерства.

Этот тип агрессии характеризуется эгоцентричным стремлением ребёнка к лидерству и власти (и несогласием с ролью «второго плана»), соперничеством, попытками подавить соперника (включая порой учителей и родителей), нарушением дисциплины. Иногда — это реакция ребёнка на авторитарный стиль, процветающий в семье. Властное поведение может быть также компенсацией нереализованной потребности в любви и признании.

Воспитательные воздействия взрослых при подобной агрессии должны быть направлены в первую очередь на развитие эмпатии (т.е. способности к сопереживанию).

Агрессия демонстративности.

Ребёнок постоянно делает попытки привлечь к себе внимание, причём любой ценой, включая агрессивные выходки. Вызывающее поведение явно рассчитано на зрителя.

Он может принимать роль клоуна, «супермена», умника и пр. Когда родители не замечают ребёнка, он привлекает их внимание какой-нибудь выходкой, и если это происходит часто, такое поведение закрепляется. Агрессия демонстративности зачастую является следствием того, что в детстве ребёнок ощущал дефицит любви и внимания.

Взрослым в этом случае следует поощрять положительное поведение ребёнка, а вызывающее по возможности игнорировать.

Агрессия мести.

Проявляется во враждебности, мстительности, подозрительности, недоверии. Это — способ восстановления справедливости, желание защитить себя от «врагов». Такое поведение может быть следствием того, что ребёнок растёт в неблагополучной семье, где чувствует себя отверженным. Дети, склонные к агрессии мести, как правило, не верят в доброту, но при этом нуждаются в ней. Поэтому взрослый может попытаться найти «ключик» к такому ребёнку, проявляя к нему внимание и заботу без всяких условий.

Агрессия страха.

Например, боясь насекомых, человек раздавит паука, даже если тот совершенно безвреден.

Обычно у этих детей повышенная агрессивность сочетается с трусливостью, поэтому коррекция поведения невозможна без работы со страхами. В этом случае тоже необходима помощь психолога. Взрослые помогают ребёнку отрефлексировать страхи «как нормальное явление» и затем составить «арсенал» возможных реагирований на них.

Агрессия тревоги.

Дети, как правило, не осознают, в чём источник их тревоги, они ощущают, что их «что-то гнетёт», «что-то плохо», что-то «не так». Например, в переизбытке, излишнем употреблении сладостей, жевательных резинок и т.п., а также в пустой трате времени у телевизора, компьютера. Иногда агрессия направляется вовне в виде раздражения, ворчания, сплетен, передаче слухов, «страшной» информации, недовольстве «всеми и вся».

Усилия взрослых должны быть направлены на то, чтобы избавить ребёнка от состояния тревожности. Этому способствуют доверительные беседы на темы, касающиеся его отношений с одноклассниками, его успеваемости, его отношения к себе и т. д.

Агрессия вины.

Чувство вины всегда вызывает душевное страдание, и человек, желая избавиться от него, либо старается искупить вину поступком, либо направляет агрессию на источник страданий (если нет сил, возможностей, желания что-то изменить). Если это мать или отец и ребёнок не может себе позволить агрессию по отношению к родителям, он направляет её на младшего брата, на кошку или на другую, как правило, беззащитную жертву.

Наказание принимает форму самобичевания, самообвинения или само разрушающего поведения.

Такого рода агрессию можно предупредить, если взрослые будут помнить о своей ответственности при использовании обвинений в качестве воспитательных мер.

Агрессия низкой самооценки.

Часто проявляется в виде повышенной обидчивости, вспыльчивости, ранимости. Агрессия низкой самооценки часто формируется в атмосфере излишней критичности, придинок, насмешек, издёвок по отношению к ребёнку. Такие дети нуждаются в чутком и тактичном к себе отношении. Помочь ребёнку осознать свои сильные стороны, поверить в себя, в силу своего духа, а также увидеть других могут взрослые — учителя и родители.

Рекомендации родителям по профилактике агрессивного поведения детей

1. Особое место следует уделять формированию круга интересов детей, учитывая особенности его характера и способностей. Привлечение к положительно формирующим личность занятиям: чтению, музыке, спорту и т.д. (младший школьный возраст)
2. Развитие ребенка осуществляется в деятельности. Необходимо создать возможность реализовать и утвердить себя на уровне взрослых (средний школьный возраст). Это различные виды социально признаваемой деятельности — трудовая, спортивная, художественная, организаторская и т.д.
3. Избегайте применения силы в ответ на агрессивное поведение детей.
4. Важно признать необходимость поиска путей решения. «Я вижу, это действительно важно для тебя. Когда ты успокоишься, мы вместе все обсудим. Я тебе помогу».
5. Старайтесь отмечать положительные и интересные стороны ребенка, не концентрируйте свое внимание только на отрицательных моментах.
6. Прислушивайтесь к чувствам детей, поощряя их откровенность. Но потом не используйте эту информацию для наказания или для упреков. Важно, чтобы и сам взрослый умел описать и выразить свое эмоциональное состояние.
7. Для детей важно, что их чувства уважают и они естественны: злиться может любой человек.
8. Агрессия — это процесс, который сопровождается выбросом большого количества энергии. Ваша задача — направить эту энергию в другое русло. Это может быть какая-либо работа или возможность порвать бумагу, сломать палку, побаловаться подушками.

Как помочь агрессивному ребёнку?

Формирование способности к эмпатии, доверию сочувствию, сопереживанию

Агрессивные дети, как правило, имеют низкий уровень эмпатии.

Эмпатия — это способность чувствовать состояние другого человека, умение вставать на его позицию.

Агрессивных же детей чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо.

Научившись сопереживать окружающим людям, агрессивный ребенок сможет избавиться от подозрительности и мнительности которые доставляют так много неприятностей и самому “агрессору и тем, кто находится с ним рядом.

Как следствие — научиться брать на себя ответственность за совершенные им действия, а не сваливать вину на других.

«Шпаргалка для взрослых, или Правила работы с агрессивными детьми»

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения.
3. Быть последовательным в наказаниях ребенка, наказывать за конкретные поступки.
4. Наказания не должны унижать ребенка.
5. Обучать приемлемым способам выражения гнева.
6. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.
7. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.
8. Развивать способность к эмпатии.

Выводы.

Таким образом, агрессивное поведение несовершеннолетних не является «стихийным бедствием», оно управляемо. Для этого важно знать его причины и найти адекватные меры воспитания личности, обучающие общению и решению проблем.