**Агрессивность у детей**

Агрессивностью принято называть целенаправленное нанесение физического или психического ущерба другому человеку.
Те или иные проявления агрессии замечаются практически у всех детей, например, в возрасте трех - пяти лет. Но у некоторых агрессивность может закрепиться как устойчивая черта поведения и как качество личности. Так что еще в дошкольный период надо правильно относиться к поведению агрессивного ребенка. **Какого ребенка можно назвать агрессивным?**

Чтобы ответить на этот вопрос, надо знать:

- на кого он нападает (на более младшего, слабого - могут быть и другие варианты);
- как часто он это делает. В одном из исследований подсчитали, что агрессивные дошкольники в течение часа делают несколько выпадов против своих сверстников, а более мирные собратья - не более одного
выпада за то же время;
- нападает он первым или нет, в каких обстоятельствах это делает и провоцирует ли его кто-то в этотмомент.

Надо заметить, что четких критериев, какое поведение считать агрессивным, пожалуй, нет. Родители мальчиков, например, часто оправдывают такое поведение, которое для девочек считается неприемлемым. И все же практически в каждом детском коллективе выделяются постоянные агрессоры и те, у кого такие вспышки бывают гораздо реже.

**Какие черты свойственны агрессивным детям?**

- Они часто перекладывают на других свою вину за вспыхнувший инцидент ("он мешал мне играть", "не хотел давать мне игрушку" и т.д.).
- В окружающих они видят постоянную угрозу нападения или обиды.
-Чаще испытывают негативные эмоции.
- Они фиксированы на себе, других людей воспринимают как обстоятельства, мешающие их жизни, не стремятся понимать чувства других.

**Почему они так себя ведут?**

Мы уже говорили, что вспышки агрессии можно наблюдать у всех маленьких детей. Объясняется это тем, что у малышей еще недостаточно средств, чтобы выразить свои негативные ощущения, внутренний дискомфорт. Например, они ведут себя импульсивно, когда хотят привлечь внимание или получить какой-то предмет. Получив то, что хотели, прекращают свои агрессивные действия. Постепенно большинство детей понимает, какими способами можно получить желаемое, и выбирает обычно неагрессивное поведение. А кто-то предпочитает добиваться своего прежними действиями.

Есть и другие мотивы нападения: защита себя от явной и скрытой угрозы, месть обидчику, желание подчеркнуть и утвердить свое превосходство. Но больше всего, конечно, взрослых возмущает стремление некоторых детей унизить другого ребенка, радуясь при этом его страданиям.

Например, отобрать игрушку и швырнуть ее далеко в воду. Или намеренно столкнуть другого с лестницы и громко хохотать, наблюдая, как тот с трудомвстает на ноги. Вот здесь агрессия - это уже самоцель, жестокое и враждебное поведение. Такие дети обычно выбирают из окружения одну-две жертвы, слабее себя физически. Чувство вины и раскаяния за свой поступок у них отсутствует.

**Откуда берутся маленькие агрессоры?**

Когда речь идет о происхождении каких-то черт характера, высказывают обычно две точки зрения. Согласно одной, черты личности наследуются от родителей и более отдаленных предков. Согласно другой, ребенок подражает тому, что видит вокруг себя, и затем эти образцы поведения закрепляются как устойчивые качества личности. Правдоподобными кажутся оба объяснения. С генами могут передаваться какие-то особенности нервной системы, а значит, типы реагирования на обстоятельства жизни. И все же очень многое зависит от условий воспитания - и в семье, и в среде сверстников.

**Что можно сделать?**

1. Помогите ребенку осваивать конструктивные способы преодоления препятствий, разрешения проблем; покажите, что есть более эффективные и безопасные для всех способы, чем физическое нападение; объясните, что агрессия дает только временный успех.
2. Не заражайте ребенка собственными агрессивными реакциями на какие-то события.
3. Помогите ему лучше узнать себя и других людей. Не исключено, что ребенок ведет себя агрессивно, потому что не видит другого способа самоутвердиться или воспринимает мир как враждебный. Не унижайте и не оскорбляйте ребенка; обеспечьте ему чувство защищенности.

Вспомните причины собственных агрессивных поступков в детском возрасте. Например, из-за чего происходили ваши стычки с братом, или сестрой, или собственными родителями, или одноклассниками. Возможно, вы начнете лучше понимать своего ребенка и сможете помочь ему.

**Как вести себя взрослому, если он стал свидетелем агрессивной стычки?**

- Вмешиваться ли еще до прямых физических действий со стороны нападающего? Разумеется, надо доверять возможностям детей самим решать спорные вопросы. Но если вы видите угрозу перехода к физическому нападению, все-таки нужно вмешаться. Отвлечь агрессора (предложить другое занятие или предмет, на который можно излить свой гнев). Если отвлечь уже невозможно, установить на его пути физическое препятствие: отвести угрожающую руку ребенка или удержать его за плечи с резким "Нельзя!". Если взрослый находится поодаль - остановить окликом.

- Объяснения, почему "нельзя", не должны быть долгими, иначе они неэффективны. Такой ребенок вряд ли будет понимать вашу аргументацию, а, скорее всего, просто не услышит вас.

- Что делать, если агрессивное нападение уже совершилось? Даже если не удалось остановить ребенка, дать ему понять, что такое поведение неприемлемо. Больше уделить внимания обиженному, нападавшему - негативное, причем краткое внимание. При этом помнить, что в "мирное время" и он должен получать ваше достаточное позитивное внимание. Принуждать к извинениям в этот момент не стоит - настоящей вины и раскаяния маленький агрессор все равно не чувствует

- Должен ли взрослый обещать агрессору те же неприятности, которые тот причинил своей жертве? ("Ударил малыша палкой по голове - сейчас от меня получишь!") Побуждать ли к ответным действиям обиженных детей? Если да, то ситуация легко может выйти из-под контроля - взрослый сам показывает, что физические действия - допустимый способ разрешения конфликта.

- Стоит заранее обдумать варианты своих действии в подобных ситуациях, в острые моменты на это просто нет времени. Какие это могут быть варианты? Во-первых, отослать агрессора в специальный угол - место, где нападавший может поостыть, во-вторых, лишить игрушки или какой-то привилегии - не взять с собой в зоопарк, например. Тяжесть лишения должна соответствовать степени проступка, а само лишение следовать сразу же за произошедшим. Иначе ребенок вместо вины будет чувствовать себя несправедливо ущемленным, а это вовсе не удержит его от дальнейших агрессивных действии.

**Агрессивный ребенок нуждается, прежде всего, не в усмирении любой ценой, а в понимании его проблем и в помощи взрослого.**
**Беззащитность перед агрессией.**

Среди детей есть и агрессоры, и тихони. Тихони чаще - девочки, но нередко и мальчики. Незлобивые, кроткие, они уступают свои игрушки и вещи другим, никогда не дадут сдачи обидчику. Не стараются привлечь к себе внимание, не пытаются требовать даже законно своего, легко смиряются с потерями, несправедливыми решениями, не пытаются себя отстоять. Активным контактам они предпочитают позицию наблюдателя, коллективным играм - индивидуальное общение.

Родители и окружающие считают таких детей неприспособленными к жизни. Их возможности часто недооценивают, занижают. Многие родители считают, что главное в жизни - продемонстрировать свои возможности перед другими, отстоять и защитить себя. А именно этого тихие дети и не умеют.

Не все тихони такие от природы. "Тихие" качества некоторых из них сформировали родители чрезмерными требованиями соблюдать нормы поведения, постоянными напоминаниями о том, как должна себя вести приличная девочка или воспитанный мальчик.

Поведением этих детей управляют слова "прилично" и "неприлично". Неприлично выходить из себя, говорить грубые слова, драться, опускаться до уровня обидчика, повышать голос на родителей. Прилично быть скромным, стеснительным, почтительным к старшим, держать свое мнение при себе. Нередко добытая таким образом "приличность" оборачивается серьезными проблемами и для родителей. Но главным образом для самого ребенка - от непредсказуемых вспышек агрессии до тяжелых эмоциональных расстройств.

**Неагрессивный ребенок: как ему помочь?**

Ирония и юмор - защита неагрессивных детей. Но есть и другие тихони, они чувствуют себя в этой роли комфортно, поскольку она соответствует их психологической природе. Их кротость, уступчивость поначалу устраивает родителей, поскольку избавляет от многих хлопот. Но по мере того как ребенок вырастает и включается в социальную жизнь (прежде всего школьную), у родителей появляется беспокойство. Дочь (сын) не может дать отпор другим детям, постоять за себя, не в состоянии обеспечить выживаемость в борьбе за существование, которая ведется в каждом школьном классе, коридоре, дворе.

Родителям кажется, что они помогут ребенку, если научат его злиться, толкаться, выкрикивать обидные слова, драться. Они настойчиво учат его, что не следует загонять внутрь свою обиду, скрывать недовольство - лучше об этом заявить открыто. Пускай в решительной и даже агрессивной манере - надо, чтобы другие поняли, что он не собирается сидеть сложа руки и ждать, когда его обидят еще раз.

Родители были бы очень рады, увидев у ребенка признаки сильного гнева. Но чаще всего этого не происходит. Дети не хотят меняться; у них есть много причин, чтобы отстаивать свой способ включения в реальность. (И их упорство как раз демонстрирует, что не так они и безвольны, что вполне могут защищать себя, когда это для них важно.)

Тихие дети, как правило, более слабы энергетически. И, отказываясь от протестов в виде активных выступлений, отпоров, демонстраций, они, прежде всего, экономят свою энергию. У такого ребенка часто очень хорошо развита способность к самонаблюдению, самоанализу. Он хорошо объясняет собственные действия, поступки других людей, их причины. Именно так он и выясняет отношения с окружающими. Тихие дети предпочитают проводить внутреннюю работу по защите себя.

Они часто самодостаточны и гораздо меньше, чем их сверстники, зависят и страдают от мнения и оценки окружающих. Нельзя сказать, что они не высказывают своего отношения, не протестуют. Их защита - ирония и юмор. Она не так заметна со стороны, но для них она так же реальна, как для другого ребенка - крепкие кулаки, железные нервы, напористость.

И все же родителям не стоит вовсе отказываться от желания научить тихого ребенка активно выражать свой протест, гнев, защищать себя (если это не противоречит желанию ребенка). Можно предложить ему разнообразные решения возможных конфликтных ситуаций, продемонстрировать их и разыграть вместе с ним. Ребенок сам выберет подходящие ему способы защиты.

**Что делать, если твоего ребенка обижают другие дети**Твой малыш стал объектом травли сверстников? Ситуацию можно исправить, ведь ты - рядом с ним!
Ребенок часто приходит из школы или детского сада в подавленном настроении, слезах и даже ссадинах: сверстники избрали его мишенью для острот и злых шуток. Первое твое побуждение - грудью встать на защиту своего малыша. Но не сделаешь ли ты ему только хуже?

**За что его унижают?**

****Конечно, ни один ребенок не заслуживает пренебрежительного отношения к себе - любое дитя уникально и обладает своими достоинствами. Но маленькому человечку далеко не всегда легко проявить в коллективе свои сильные стороны, ведь сверстники гораздо охотнее обнаруживают его слабости.
Какие? Это могут быть плохая физическая подготовка, неопрятный или не модный вид, низкая успеваемость, излишняя полнота и так далее.
Возможно, ребенок часто болеет, пропуская школу или детский сад, поэтому никак не станет своим в классе или группе. У некоторых детей сложный характер: они слишком пассивны, неуверенны в себе или чувствительны и ранимы. Так или иначе, у маленьких "изгоев" копится обида на сверстников, чувство одиночества, зависть к другим детям. Несчастный ребенок замыкается в себе, начинает обманывать, хвастать, ябедничать или втихомолку мстить обидчикам.

**Нужна ваша поддержка.**

Иногда в отношения детей лучше не вмешиваться, но это - не тот случай. Сначала разберись в причинах непопулярности ребенка и попытайся их устранить. Может, он выглядит не слишком современно? Займись его гардеробом и внешностью. Слишком слаб физически? Заинтересуй его каким-нибудь видом спорта. Плохо учится? Побудь репетитором сама или привлеки специалиста. Недооценивает себя? Помоги обрести уверенность в своих силах и способностях. Подчеркивай его достоинства при каждом удобном случае. Не скупись на похвалу, восхищайся своим чадом и не забывай, что ребенок смотрит на себя твоими же собственными глазами.

**Азбука общения.**

Следующий этап - обучение малыша полезным навыкам взаимоотношений с другими людьми: большей активности, дружелюбию, умению постоять за себя, а когда нужно - сдержаться и уступить. И помни: чем увереннее чувствует себя ребенок, тем легче даются ему эти навыки. Нелишним будет попросить классного руководителя или воспитательницу поддержать сына или дочь, быть может, задействовать в каком-то важном деле, что повысит его престиж в глазах остальных. Но нельзя исключать и того, что в детском коллективе на самом деле сложилась слишком нездоровая обстановка, и тогда лучше будет перевести ребенка в другую школу или детский сад.

**Ты - "продюсер" его талантов.**

Все дети мечтают быть самыми лучшими - но как продемонстрировать окружающим собственные достоинства? Из боязни быть отвергнутым далеко не каждый ребенок способен открыто претендовать на лучшую роль в игре или другой коллективной деятельности. Устрой сыну или дочери такую возможность! Организуй какое-нибудь общее мероприятие для него и его друзей: детский праздник, загородную вылазку. "Своя" территория, "свой" взрослый, возможность получить выгодную роль и справиться с ней - вот что нужно ребенку, чтобы почувствовать себя в безопасности и раскрыть свои таланты.

**Грубость**

Вспышки грубости у ребенка можно наблюдать и в довольно раннем возрасте, и у младшего школьника. А уж от грубости подростка не застрахован практически ни один взрослый. Можно понять растерянность и обеспокоенность мамы, если трехлетний малыш в ответ на отказ купить игрушку кричит на весь магазин "Дура!".

Грубят дети и друг другу - в игре и в обычных повседневных ситуациях. Увещевания и наказания в таких случаях стойкого эффекта не дают. Чтобы справиться с этой проблемой, нужно, прежде всего, понять, что стоит за такой формой общения.

**Почему ребенок грубит?**

Детские психологи объясняют это так. Не понимая значения слова, ребенок хорошо чувствует его эмоциональную нагрузку. Слова, выражающие гнев, досаду, недовольство, раздражение, угрозу и т.п., имеют очень сильную эмоциональную окраску. Потому-то маленькие дети и выделяют такие слова из общего потока услышанной от других речи. Потом и сами начинают активно ими пользоваться. Часто они просто не знают других способов выражения накопившихся чувств. А это необходимо человеку в любом возрасте.

Понятно: если обидные слова в адрес взрослых выкрикивает ребенок-дошкольник, их не нужно воспринимать как оскорбления. Но уж коли это происходит, необходимо научить его адекватным способам выражения отрицательных эмоций. Ведь наверняка вы сами уже давно выработали какие-то речевые штампы, которые помогают вам передать другому свои негативные чувства. Быть воспитанным - это не значит избегать острых разговоров или покорно выслушивать чужие оскорбления. Научите, как реагировать на чужую грубость или агрессию. Если ребенка дразнят сверстники, помогает владение специальными отговорками.

Иногда грубость в общении со взрослыми и сверстниками - это проявление собственного бессилия. Будучи
зависимым от взрослых во всем, ребенок испытывает напряжение, которое с возрастом усиливается. Он чувствует, что не может обойтись без родителей, но хочет освободиться от их влияния. Своеобразное проявление таких чувств - любовь младших школьников и подростков к черному юмору. Жестокие стишки помогают, как считают психологи, выпустить пар. Не надо бояться, что их чтение будет закреплять в ребенке агрессивность. Лучше посмейтесь вместе с ним, а при случае можете и процитировать подходящие строчки. Например, когда почувствуете, что у ребенка вот-вот сорвется грубое слово.

Понятно, что родителям больно наблюдать грубость собственного сына или дочери. Тем более если они сами не позволяют себе такого с близкими и с другими людьми. Но ведь ребенок бывает в саду, в школе, на улице, в транспорте, смотрит телевизор... Многие люди привыкли выражать свои потребности и оценки в грубой форме. И все же стоит попытаться привить ребенку свое отношение к такому поведению. Пока ребенок мал, ему трудно объяснить, чем одни слова и выражения хуже других. Дошкольникам свойственно действовать больше по подражанию. Причем ориентируются они на значимых для себя людей, то есть в первую очередь на родителей.

Причиной грубого поведения иногда бывает какой-то постоянный источник напряжения. Например, ребенок постоянно груб с братом или сестрой. Возможно, это проявление детской ревности. Или так он протестует против недостатка внимания к нему. Грубит одному из родителей и вежлив с другим? Или позволяет себе обижать бабушку, а в разговоре с родителями держится в рамках вежливости? В таком случае попробуйте разобраться и устранить причину грубости.

**Как разрешать конфликты**

Трудно представить, чтобы наши отношения с ребенком развивались без разногласий и ссор. Согласно известному замечанию, "если в твоей жизни нет конфликтов, пощупай, есть ли у тебя пульс".

Не могут интересы и желания родителей и детей всегда и во всем совпадать. И все же так хотелось бы, чтобы отрицательных эмоций при этом было поменьше. Чтобы можно было выйти из конфликтной ситуации, не потеряв чувства самоуважения и не проживая ее потом про себя или вслух еще неделю-другую. **Неконструктивное разрешение конфликтов**

Два известных неконструктивных способа разрешения конфликтов известный психолог Ю. Б. Гиппенрейтер объединяет под названием "Выигрывает только один".

Первый из них можно назвать **"Выигрывает только родитель".**

Мотив взрослых, которые предпочитают этот способ, простой: если дать ребенку делать, что он хочет, он только так и будет поступать, не считаясь с интересами других людей. Взрослый подавляет ребенка своим преимуществом в силе. И тем самым дает ему пример как раз такого поведения, какое он не хочет видеть у сына или дочери.

Иногда взрослые-победители избирают другую тактику: добиваются своего уговорами - ласковыми, но настойчивыми. Вывод ребенка: "Родители все равно настоят на своем, мои желания никого не интересуют". В результате он постоянно ощущает себя побежденным. И чувство это отражается в его поведении: оно может быть или агрессивным, или пассивным. Постепенно накапливаются обиды, развивается отчужденность.

Второй неконструктивный способ - **"Выигрывает только ребенок".**

Родители выбирают этот способ по мотивам "все лучшее детям", "лишь бы не плакал", "мир любой ценой" и т. д. В этом случае в семье удается поддерживать атмосферу спокойствия и уступчивости. Но вряд ли ребенок встретится с такой же готовностью со стороны других взрослых и детей. К тому же, по мере того как ребенок растет, растут и его потребности. А у родителей накапливается недовольство своей вечной ролью покорных исполнителей его желаний.

**Можно ли сделать так, чтобы не было проигравших?**

Да, есть и конструктивный способ разрешения конфликтов. В нем выигрывают оба участника - и взрослый и ребенок. Алгоритм решения включает в себя несколько шагов:

1. прояснение конфликтной ситуации;
2. сбор предложений;
3. оценка предложений и выбор наиболее приемлемого;
4. детализация решения;
5. выполнение решения, проверка.

**Первый шаг**- прояснение ситуации.

Взрослый активно слушает ребенка, стараясь понять его чувства, мотивы, затруднения. При этом важно начинать именно с выслушивания ребенка. Если он убедится, что его слышат, тогда сможет выслушать и вас, а потом перейти к совместному поиску решения.

Замечено: когда взрослый начинает слушать и понимать чувства ребенка, накал эмоций значительно снижается. И тогда становится возможным принять позицию "противника" как заслуживающую внимания.

Выслушав ребенка, нужно сообщить ему и о своих чувствах и желаниях. Но сделать это в форме "я-выска-зывания" вместо "ты-высказывания". Например: "Я устаю на работе и хотела бы, чтобы мне не приходилось гулять вечером с твоей собакой" (вместо "Ты всегда перекладываешь свои обязанности на других").

**Второй шаг** - сбор предложений.

Начинается он с вопросов: "Как нам поступить в этой ситуации?", "Что можно сделать?"

Важно, чтобы ребенок сам предлагал варианты решений. Взрослый высказывает свои соображения. При этом собираются все предложения. Даже если они на первый взгляд не слишком приемлемые.

**Третий шаг** - оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.

Это очень важный этап. Доброжелательно обсуждаются и учитываются все мнения, без раздражения и обид. И постепенно у детей вырабатывается навык разрешения конфликтов мирным путем. Когда в обсуждении участвует несколько сторон, наиболее приемлемым считается предложение, которое устраивает всех участников.

Как быть, если такое решение не находится? Обычно при таком способе решения проблем в участниках пробуждается творческий подход и готовность идти навстречу друг другу. Но ведь ребенок может предложить просто неприемлемое решение. Тогда нужно исходить из реальной оценки ситуации. Если предложение ребенка опасно для жизни и здоровья, необходимо остановить его. Иногда же мы настаиваем на своем только из принципа, а реальной угрозы при этом нет.

**Шаг четвертый** - детализация принятого решения.

Необходимо уточнить, как оно будет выполняться. Например, решено: сын сам будет заботиться о кормлении своей собаки. Что для этого понадобится? Возможно, придется выделять ему регулярно какую-то сумму для покупки корма, витаминных добавок и т. д. Или научить элементарным навыкам готовки (показать, как сварить, смешать и т. д. ). Договориться о том, что собачью посуду он также будет мыть сам. Прикрепить на видном месте напоминание о часах кормления и т. д.

**Пятый шаг** - выполнение, проверка.

Не исключено, что на первых порах не все пойдет гладко. Через какое-то время стоит спросить у ребенка не нужна ли какая-то помощь?

**Как быть, если конфликтуют братья и сестры?**

В большинстве случаев стоит предоставить детям возможность самим разобраться в происходящем. Пошлите им примерно такое "я-сообщение": "Мне не нравится, когда в нашем доме кричат друг на друга". Или: "Мне кажется, мои дети способны сами разобраться в своем споре".

Возможно, страсти зашли слишком далеко. Тогда взрослому придется взять на себя роль посредника в разрешении конфликта. Можно в таком случае использовать тот же алгоритм и те же приемы, что и в конфликте "взрослый - ребенок".