подготовила педагог-психолог Колтышева Елена Анатольевна

**Агрессивное поведение у детей дошкольного возраста**

Консультация для родителей и педагогов

Многие века ребенка рассматривали как взрослого, только небольшого, слабого и не имеющего прав, детям даже шили те же вещи, что и взрослым, только меньшего размера. О специфике детской психики заговорили после романов Диккенса - сначала в плоскости литературы, причем дети представлялись сущими ангелами: кроткими, добрыми, несчастными. А используя научный подход психологию детского возраста стали серьезно изучать в основном после работ [З. Фрейда](https://www.psychologos.ru/articles/view/zigmund_freyd), доказавшего влияние событий, происшедших в детстве, на всю дальнейшую судьбу человека.

Довольно быстро стало понятно, что дети являются ангелами не больше, чем взрослые, и агрессивность им присуща в полной мере

Агрессивность - устойчивая черта личности, обеспечивающая поведение, направленное на нанесение физического или психического вреда другому человеку или группе. Агрессивное поведение является одной из форм реагирования на неблагоприятные жизненные ситуации и как способ защиты, сохранения своей индивидуальности, достоинства, ценностей.[[Психологический глоссарий: Психическое здоровье и защитные механизмы личности](https://vocabulary.ru/slovari/psihologicheskii-glossarii-psihicheskoe-zdorove-i-zaschitnye-mehanizmy-lichnosti.html)]

Слово «[агрессия](https://www.psychologos.ru/articles/view/agressiya_i_agressivnost)» далеко не всегда употребляется нами в истинном его значении. Мы говорим: агрессор - тот, кто нападает, агрессивный, - значит злой, сердитый. На самом деле агрессия - это не эмоция, не мотив и не установка. Агрессия - это модель поведения. И закладывается она еще в раннем детстве.

Агрессия, как одна из форм нарушения поведения, у детей дошкольного возраста может проявляться как угодно — от раздражительности до жесткости. Эти «кроткие ангелы» могут жаловаться, оскорблять и угрожать, ломать чужие и свои игрушки и портить одежду, а еще драться, кусаться и плеваться! Конечно, такое поведение выходит за рамки нормы и ему нужна коррекция. Манера так держаться не может возникать из ниоткуда, она имеет под собой какую-либо основу. Поэтому для начала необходимо выяснить причины возникновения агрессии у детей столь юного (дошкольного) возраста.

Выделяют несколько причин детской агрессивности:

**«Семейные» причины детской агрессивности:**

*Неприятие детей родителями -* Это одна из базовых причин агрессивности, и кстати, не только детской. Статистика подтверждает такой факт: нередко приступы агрессивности проявляются у нежеланных детей.

*Безразличие или враждебность со стороны родителей -* Очень тяжело бывает детям, родители которых безразличны, а то и враждебны по отношению к ним.

*Разрушение эмоциональных связей в семье* К повышенной агрессивности ребенка может привести разрушение положительных эмоциональных связей как между родителями и ребенком, так и между самими родителями.Когда супруги сосуществуют в постоянных ссорах, жизнь становится для ребенка настоящим испытанием. В конце концов, ребенок либо живет в постоянном напряжении, страдая от нестабильности в доме и конфликта между двумя самыми близкими ему людьми, либо черствеет душой и приобретает опыт использования ситуации в своих целях, дабы извлечь из нее как можно больше выгоды для себя. Нередко такие дети вырастают прекрасными манипуляторами, полагающими, что весь мир им должен. Соответственно, любая ситуация, в которой они сами должны что-то сделать для мира или чем-то пожертвовать, воспринимается ими в штыки, вызывает резкие проявления агрессивного поведения.

*Неуважение к личности ребенка* Агрессивные реакции могут быть вызваны некорректной и нетактичной критикой, оскорбительными и унизительными замечаниями, - в общем, всем тем, что способно пробудить не только гнев, но и откровенную ярость у взрослого, не говоря уже о ребенке. Неуважение к личности ребенка и пренебрежение, высказанное публично, порождает в нем глубокие и серьезные комплексы, вызывает неуверенность в себе и в своих силах.

*Чрезмерный контроль или полное отсутствие его* Чрезмерный контроль над поведением ребенка (гиперопека) и его собственный чрезмерный контроль над собой не менее вреден, чем полное отсутствие такового (гипоопека). Подавляемый гнев, в какой-то момент обязательно вырвется наружу. Такая агрессия - это завуалированный протест против существующего положения вещей, неприятие ребенком ситуации подчинения, выражение несогласия с запретами. Ребенок пытается защитить себя, отстоять свое «Я», и формой защиты он выбирает нападение. Он смотрит на мир настороженно, не доверяет ему и защищается даже тогда, когда никто даже и не думает на него нападать.

​​​​​​​*Избыток или недостаток внимания со стороны родителей.* Когда в семье ребенку уделяется чрезмерное внимание, он становится избалованным и привыкает к тому, что его капризам всегда потакают. Стремление родителей угодить малышу и предугадать каждое его желание оборачивается против них. Если родители не исполняют очередной каприз такого дитяти, они получают в ответ вспышку агрессии. Диаметральная природа возникновения агрессии - у детей вечно занятых родителей. Их агрессия - это способ привлечь к себе любые, пусть даже негативные проявления родительского внимания, в котором дети так нуждаются. Они действуют по принципу: «лучше пусть отчитает, чем не заметит».

*Запрет на физическую активность.* Часто вспышки агрессивного поведения ребенка напрямую спровоцированы установками или запретами взрослых. Если поведение активного, живого ребенка жестко контролировать, а попытки поиграть в шумные подвижные игры пресекать. Если не давать возможности ребенку открыто проявлять свои эмоции, как положительные, так и отрицательные, то возможности физически разрядиться у него не будет. Но разрядка, рано или поздно все равно наступит в виде агрессии. Эта агрессия будет обусловлена накопившимся переизбытком энергии, которая, как известно, не имеет свойства исчезать бесследно.

*Отказ в праве на личную свободу.* Как только ребенок начинает осознавать свое «Я», он начинает делить мир на «своих» и «чужих», соответственно, и окружающие предметы очень четко разделяются им на свои и чужие. Начиная с этого момента, ему требуется свое место под солнцем и уверенность в неприкосновенности всего того, что принадлежит лично ему. Многие родители совершенно ошибочно полагают, что у ребенка не может быть от них секретов,забывая о том, что им самим такое вмешательство вряд ли понравилось бы. Не стоит удивляться, что ребенок может отстаивать свою «свободу» всеми доступными способами, в том числе и агрессивным поведением.

**«Личные» причины детской агрессивности.**

*Подсознательное ожидание опасности.* Часто к психологам с просьбами о помощи обращаются родители малышей с чрезмерными проявлениями совершенно немотивированной агрессивности.

В личных беседах с родителями этих детей выясняются некоторые общие для всех случаев факты. Чаще всего мать ребенка во время беременности не чувствовала достаточной защищенности, чрезвычайно тревожилась и беспокоилась за себя и за своего будущего ребенка. Все эти ощущения передавались ребенку, и он родился, не имея базовой уверенности в безопасности мира. Потому он все время подсознательно ждет нападения, видит во всем потенциальную опасность и старается защититься от нее, как может и как умеет. Такой ребенок способен ответить агрессией на неожиданное прикосновение, даже самое ласковое и исходящее от родного ему человека.

**Ситуативные причины детской агрессивности**

*Плохое самочувствие, переутомление.* Очень часто агрессивная реакция бывает обусловлена текущей ситуацией, или ее предысторией. Чаще всего дети ведут себя агрессивно в те дни, когда они не выспались, плохо себя чувствуют или обиделись на что-то или кого-то.

Особо чувствительные и впечатлительные дети могут выдавать агрессивные реакции как следствие общего, а также нервного или эмоционального переутомления.

*Влияние шума, вибрации, тесноты, температуры воздуха.* Если ребенок проявляет повышенную агрессивность, возможно он попал под действие таких факторов, как уровень шума, вибрация, теснота и высокая температура воздуха.

Теснота – также является одним из могучих провокаторов нашей агрессивности.

**Тип темперамента и особенности характера как возможные причины детской агрессивности**

Предрасполагать к агрессивному поведению может и определенный тип темперамента ребенка. Каждому человеку присущ от рождения один из четырех типов темперамента. Темперамент определяет силу и скорость наших реакций на события жизни, степень эмоциональности и нервной возбудимости личности. Переделать темперамент невозможно, зато можно научиться использовать не только его сильные, положительные, но и слабые, отрицательные, стороны.

К**ак правильно вести себя с агрессивным ребенком**

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем не только для врачей, педагогов и психологов, но и для общества в целом. Актуальность темы несомненна, поскольку число детей с таким поведением стремительно растет. Это вызвано целого ряда неблагоприятных факторов.

- кризисом семейного воспитания;

- ухудшением социальных условий жизни детей;

- недостаточным вниманием педагогов к нервно-психическому состоянию детей;

- увеличением доли патологических родов, оставляющих последствия в виде повреждений головного мозга ребенка.

Помощь дошкольникам, агрессивность которых находится только в стадии становления, является особенно важной. Это позволяет предпринять своевременные корригирующие меры.

Следующие правила экстренного вмешательства позволят в конфликтной ситуации обеспечить позитивное разрешение конфликтов.

**1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии**

В тех случаях, когда агрессия детей и подростков не опасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:

* полное игнорирование реакций ребенка/подростка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
* выражение понимания чувств ребенка («Конечно, тебе обидно...»);
* переключение внимания, предложение какого-либо задания («Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня»);
* позитивное обозначение поведения («Ты злишься потому, что ты устал»).

Так как агрессия естественна для людей, то адекватная и неопасная агрессивная реакция часто не требует вмешательства со стороны. Дети нередко используют агрессию просто для привлечения к ним внимания. Если ребенок/подросток проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.

**2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности**

Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест, и уводят от решения проблемы.

Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло «здесь и сейчас», не припоминая прошлых поступков. Иначе у ребенка возникнет чувство обиды, и он будет не в состоянии критично оценить свое поведение. Вместо распространенного, но неэффективного «чтения морали», лучше показать ему негативные последствия его поведения, убедительно продемонстрировав, что агрессия больше всего вредит ему самому. Очень важно также указать на возможные конструктивные способы поведения в конфликтной ситуации.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком [обратной связи](https://www.psychologos.ru/articles/view/obratnaya_svyaz). Для этого используются следующие приемы:

* констатация факта («ты ведешь себя агрессивно»);
* констатирующий вопрос («ты злишься?»);
* раскрытие мотивов агрессивного поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь продемонстрировать силу?»);
* обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению («Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит»);
* апелляция к правилам («Мы же с тобой договаривались!»).

Давая обратную связь агрессивному поведению ребенка/подростка, взрослый человек должен проявить, по меньшей мере, три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость. Последняя касается только конкретного проступка, ребенок/подросток должен понять, что родители любят его, но против того, как он себя ведет.

**3. Контроль над собственными негативными эмоциями**

Родителям и специалистам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми. Когда ребенок или подросток демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции - раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослым нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний, понять характер, силу и длительность возобладавших над ними чувств.

Когда взрослый человек [управляет своими отрицательными эмоциями](https://www.psychologos.ru/articles/view/mozhno_li_upravlyat_svoimi_emociyami_vop_zn_), то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

**4. Снижение напряжения ситуации**

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией - уменьшить напряжение ситуации. Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

* повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
* демонстрация власти («Учитель здесь пока еще я», «Будет так, как я скажу»);
* крик, негодование;
* агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор «сквозь зубы»;
* сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
* негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
* использование физической силы;
* втягивание в конфликт посторонних людей;
* непреклонное настаивание на своей правоте;
* нотации, проповеди, «чтение морали»,
* наказания или угрозы наказания;
* обобщения типа: «Вы все одинаковые», «Ты, как всегда...», «Ты никогда не...»;
* сравнение ребенка с другими детьми - не в его пользу;
* команды, жесткие требования, давление;
* оправдания, подкуп, награды.

Некоторые из этих реакций могут остановить ребенка на короткое время, но возможный отрицательный эффект от такого поведения взрослого приносит куда больше вреда, чем само агрессивное поведение.

**5. Обсуждение проступка**

*Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоятся.*В то же время, обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, и только затем обсуждать в группе или семье (и то не всегда). Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но, прежде всего, для самого маленького агрессора.

**6. Сохранение положительной репутации ребенка**

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. *И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком/подростком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.*

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

* публично минимизировать вину подростка («Ты не важно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть»), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
* не требовать полного подчинения, позволить подростку/ребенку выполнить ваше требование по-своему;
* предложить ребенку/подростку компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении (то есть на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

**7. Демонстрация модели неагрессивного поведения**

*Важное условие воспитания «контролируемой агрессии» у ребенка - демонстрация моделей неагрессивного поведения.*При проявлениях агрессии обе стороны теряют самообладание, возникает дилемма - бороться за свою власть или разрешить ситуацию мирным способом. *Взрослым нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.*

Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

* нерефлексивное слушание (**нерефлексивное слушание** - это слушание без анализа (рефлексии), дающее возможность собеседнику высказаться. Оно состоит в умении внимательно молчать. Здесь важны оба слова. Молчать - так как собеседнику хочется, чтобы его услышали, и меньше всего интересуют наши замечания; внимательно - иначе человек обидится и общение прервется или превратится в конфликт.

Все, что нужно делать:

* поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился.);
* пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
* внушение спокойствия невербальными средствами;
* прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
* использование юмора;
* признание чувств ребенка.

Дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие - искренность взрослого, соответствие его невербальных реакций словам.

**Типы агрессии у детей и способы построения отношений**

1. Гиперактивно-агрессивный ребенок.
2. Агрессивно-обидчивый и истощаемый ребенок.
3. Агрессивный ребенок с оппозиционно-вызывающим поведением.
4. Агрессивно-боязливый ребенок.
5. Агрессивно-бесчувственный ребенок.

**1. Гиперактивно-агрессивный ребенок**

Двигательно расторможенным детям труднее быть дисциплинированными и послушными. Такие дети, воспитываясь в семье по типу «кумира» или в атмосфере вседозволенности, попадая в коллектив сверстников, могут становиться агрессивными. Необходимо грамотно выстраивать систему ограничений, используя в том числе и игровые ситуации с правилами. Стимулируйте умение у детей признавать собственные ошибки. Учите их не сваливать свою вину на других. Развивайте чувство эмпатии, сочувствия к другим, сверстникам, взрослому и живому миру.

**2. Агрессивно-обидчивый и истощаемый ребенок**

Обидчивость ребенка может быть связана не только с недостатками в воспитании или трудностями обучения, но и с болезнью роста, особенностями созревания нервной системы и организма. Повышенная чувствительность, раздражительность, ранимость могут провоцировать агрессивное поведение. Помогите ребенку разрядить психическое напряжение, повозитесь вместе с ним в шумной игре, поколотите что-нибудь. И стремитесь избегать ситуаций перенапряжения, если ребенок почти всегда агрессивен.

**3. Агрессивный ребенок с оппозиционно-вызывающим поведением**

Если ребенок часто грубит, но не всем, а только родителям, знакомым ему людям, то, наверное, в ваших взаимоотношениях что-то не так: вы редко занимаетесь и общаетесь с ребенком; вы уже не образец для подражания, как раньше; ребенку скучно, нечем заняться, и он переносит на вас собственное настроение и проблемы, перекладывает ответственность за свое поведение. Попытайтесь решать проблемы вместе, в сотрудничестве с ребенком, но не за него.

**4. Агрессивно-боязливый ребенок**

Враждебность, подозрительность могут быть средством защиты ребенка от мнимой угрозы, «нападения». Работайте со страхами, моделируйте, т.е. создавайте опасную ситуацию и вместе с ребенком преодолевайте ее, при этом ситуация должна быть на грани приятного с неприятным с преобладанием приятного.

1. **Агрессивно-бесчувственный ребенок**

Есть дети, у которых способность к эмоциональному отклику, сопереживанию, сочувствию к другим нарушена. Причины могут быть в неблагоприятных условиях семейного воспитания, нарушениях интеллектуального развития ребенка, а также в чертах эмоциональной холодности, черствости, уплощенности, повышенной аффективной (эмоциональной) возбудимости, которые передаются от родителей или близких ребенка. Такой ребенок часто раздражается или, наоборот, равнодушен, толкается, дерется, говорит обидные слова, грубо обращается с животными, и при этом ему трудно понять, что другому, т.е. обиженному, плохо или больно. Старайтесь стимулировать гуманные чувства у такого ребенка: жалейте, гладьте кошек и собак, ухаживайте за животными; обращайте внимание ребенка на грустное, подавленное состояние другого человека и стимулируйте желание помочь. Если это не помогает, приучайте ребенка нести ответственность, - «отрабатывать» за свое агрессивное поведение («А теперь иди извинись», - «погладь по голове», - «пожми руку», - «предложи игрушку обиженному тобой ребенку» и т.п.).

Источник: Г.Э.Бреслав «Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности»;

А.А. Романов «Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей»