

Агресивна поведінка дітей - це крик про допомогу!

Із проявами агресії, насильства, жорстокого поводження ми зустрічаємось удома, у школі, на вулиці. На жаль, вони стали частиною нашого повсякденного життя. Все частіше й частіше ми відчуваємо себе безпорадними, почувши із засобів масової інформації про прояви різного роду жорстокості.

Під **агресією** мається на увазі будь-яка навмисна дія у фізичній або словесній формі, спрямована на спричинення шкоди, втрати та болю іншим людям або собі самому. Насильство, у свою чергу, - це агресія, спрямована на інших людей.

У дітей, як і в дорослих, розрізняють вербальну й невербальну агресію.

Формами вербальної (словесної) агресії є: обзивання, настирні скарги, зухвалість по відношенню до дорослих або однолітків, висміювання, колючі зауваження з метою викликати в іншій людини неприємні емоції.

Формами невербальної агресії є: фізична й нефізична. Агресія фізична - це безпосереднє спричинення болю іншим людям, що більше притаманна хлопчикам, має два варіанти. Перший - це псування оточуючих предметів, а другий - це спричинення болю за допомогою фізичного нападу (різного роду удари, штовхання, підніжки, щипання, кусання, дряпання, викручування рук, паплюження, удари різними предметами тощо).

Напад не завжди спрямовується на джерело агресивної реакції. Дитина може зірватися на своєму однолітку, іграшках, порвати малюнки, таким чином переносячи свою агресію з того, хто її викликав, на іншого, причому, як правило, того, хто несе в собі меншу загрозу для дитини або викликає менший інтерес.

Агресія з перенесенням, як другий тип фізичної агресії, виникає тоді, коли на основі попереднього досвіду дитина здатна припустити, що за свої агресивні дії по відношенню до дорослого її покарають. Агресивна поведінка в такому разі буде спрямована на людей більш слабких – молодших братів і сестер або товаришів.

Агресія нефізична виникає, як правило, у дітей дошкільного віку, рідко - дітей молодшого шкільного віку. Це передражнювання, пики та гримаси, демонстрація язика, різного роду жести з метою подразнити іншу людину.

Зупинимось на характерологічних особливостях агресивних дітей.

Характерологічні особливості агресивних дітей:

1. Сприймають велике коло ситуацій як загрозливі, ворожі їм.
2. Надчутливі до негативного ставлення до себе.
3. Заздалегідь налаштовані на негативне сприйняття себе з боку оточення.
4. Не оцінюють власну агресію як агресивну поведінку.
5. Завжди звинувачують оточення у власній деструктивній поведінці.
6. У випадку намірів агресії (напад, псування майна й т.п.) відсутнє почуття провини, або провини виявлена дуже слабо.
7. Не беруть на себе відповідальність за свої вчинки.

8. Мають обмежений набір реакцій на проблемну ситуацію.
9. У відносинах виявляють низький рівень емпатії.
10. Слабко розвинений контроль над своїми емоціями.
11. Слабко усвідомлюють свої емоції, крім гніву.
12. Бояться непередбачуваності в поведінці батьків.
13. Мають неврологічні вади: нестійка увага, слабка пам'ять, нестійке запам'ятовування.
14. Не вміють прогнозувати наслідки своїх дій (емоційно застрягають на проблемній ситуації).
15. Позитивно ставляться до агресії, тому що через агресію одержують почуття власної значимості й сили.

Причини виникнення агресивної поведінки:

У даний час агресивна поведінка в дітей і підлітків зустрічається все частіше й частіше. Така тенденція має досить багато причин. Шукати їх слід у вихованні, спілкуванні з іншими людьми та наростаючих вимогах, що пред'являються до дітей і молодих людей, також варто враховувати і природжені схильності до насильства.

Причини агресії:

- Перша причина агресивності і та, яку в першу чергу необхідно виключити – це те чи інше **захворювання центральної нервової системи**. У цьому випадку необхідно звернутися до дитячого психіатра, психоневролога. Вилікувавши основне захворювання, агресивність пропаде, як симптом.
- Захворювання виключили. Підемо далі. Агресивна поведінка виникає як **реакція внаслідок таких почуттів, як злість, гнів, роздратування; її провокує відчуття психічного чи фізичного дискомфорту, стрес, фрустрація**. Крім того агресія може виступати в якості засобу досягнення якоїсь значущої мети, в тому числі **підвищення власного статусу за рахунок самоствердження**.
- Якщо ж ці нормальні людські почуття постійно пригнічувати, забороняти, то з часом вони накопичаться і вибухнуть з подвійною силою. Таким чином наступною причиною агресивної поведінки дитини є **накопичені почуття гніву, злості, образи, які не мали виходу, придушувалися в силу тих чи інших обставин**.
- Ще однією причиною агресивної поведінки може бути те, що агресія виникає як засіб психологічного захисту. Адже не дарма кажуть: “Кращий захист – це напад”. Отже, **агресією дитина захищається**. “Але від чого?” – виникне запитання. Найчастіше діти захищаються **від дискомфорту, який вони відчують в сім'ї; від неприйняття їх батьками**. Таким чином, їх агресивність є лише проявом (симптомом) **набагато більш серйозного порушення – відсутності базової довіри до світу**. У цьому випадку дитина своєю

агресивністю **кличе на допомогу**, намагається звернути увагу на ті почуття, з якими сама впоратися не в зможі. Дитина відчуває, що агресія – це єдиний спосіб проявити свою силу і вижити. Агресію дитини провокує його оточення, яке не приймає дитину такою, якою вона є, не любить її безумовно, з яким дитині емоційно дискомфортно.

- Наступна причина – це **порушення сімейного виховання. Непослідовність** (наприклад, мама дозволяє, тато забороняє), **вседозволеність** або навпаки **надмірна кількість заборон, занадто сильна організованість** ... Якщо, наприклад, не звертати увагу на агресивну поведінку дитини (що роблять багато батьків, думаючи, що переросте), то незабаром дитина вирішить, що це абсолютно нормальна поведінка і буде продовжувати видавати агресивні реакції. Якщо ж все забороняти і занадто багато вимагати від дитини, її почнуть преповнювати негативні почуття, які незабаром спровокують агресію.
- Також агресія може бути **результатом накопиченої енергії**. Всі ми знаємо, що у дітей “батарея” розряджається дуже повільно. Здорова дитина постійно рухається, всім цікавиться, вона не може довго сидіти на місці. Якщо ж їй забороняти бігати, стрибати, змушувати сидіти тихо на лавочці, щоб не спітніти і не захворіти, або не впасти і не зламати ноги, вся енергія, яка нікуди не дінеться просто так, знайде вихід через інші ворота – агресивність.
- Можливо, дитина **проявляє агресію тому, що не вміє по-іншому, не знає як іншим способом отримати бажане, не знає як правильно спілкуватися з іншими дітьми**. Дитина не вміє спілкуватися, не знає як по-іншому вчинити. Перше, що спадає їй на думку – це вдарити кривдника. І дитина це робить. З цією поведінкою дуже легко впоратися. Просто покажіть як правильно вчинити, поясніть. Скажіть, що все можна вирішити словами, дати зрозуміти дитині, що іншому боляче, образливо і неприємно, попросіть уявити, якщо б її так само вдарили.
- Ще одна причина агресивної поведінки дитини: **якщо вдома дитина бачить сварки і бійки між батьками, якщо фізичне покарання, удари по руках, по попі, по щоках в сім’ї вважаються нормою, дитина також вважає, що вдарити дівчинку лопаткою по руці – це єдиний спосіб пояснити їй, що не можна чіпати замок, тільки що побудований**. Маленька людина, яка прийшла у цей світ, ще не знає всього, вона вбирає, як губка, всі моделі поведінки значимих дорослих. З цього можна з упевненістю в 99% сказати, що агресивна дитина бита вдома. Якщо не паском по попі, то по руках.
- Ще одна причина, яку виділяють психологи – це **порушення дослідницької активності дитини**. Маленька дитина вдарить маму по щоці і дивиться, а що буде далі. Штовхне іншу дитину і спостерігає з інтересом за розвитком подій. Такі “дослідження” часто властиві дітям

з порушеннями розвитку емоційної сфери, оскільки вони не можуть оцінити емоційні наслідки своїх дій.

Таким чином, познайомившись з можливими причинами агресивної поведінки дитини, ми бачимо, що саме ми, батьки, несемо відповідальність за прояви агресії в небажаних формах нашими дітьми. І тільки ми, батьки, ті люди, які є самими значимими дорослими для дитини, можемо що-небудь змінити.

Сьогодні більшість дослідників агресивної поведінки доходять висновку, що така поведінка так само вивчається, як і багато інших видів поведінки людини, та, відповідно, завжди можна знайти причину агресії. Як правило, в її основі лежать ***незадоволені потреби дитини, такі як відсутність похвали, відчуття причетності до групи, відчуття своєї цінності та значущості.***

Виникненню агресивної поведінки сприяють: пережитий досвід якої-небудь форми насильства - фізичного, психологічного, сексуального тощо; відчуття безпорадності, приниження, злості або відчаю, небезпеки, самотності, що наростає; схильність до девіації, залежності, протиправної поведінки. Основна риса агресивних дітей – це надмірна запальність, що важко стримується. В такі моменти в дитини виникають проблеми з контролем своєї реакції на негативні стимули, які її викликали.

Агресивність дітей і підлітків може проявлятися у різних формах: це фізична агресивність; словесна агресивність, сварки, прокляття; надмірний критицизм; агресивність, що виражається криком; тупання ногами; ляскання дверима; псування чужої власності; надмірна дратівливість, що проявляється запальністю й так далі.

Одним із чинників, що сприяють виникненню агресивної поведінки, є марне витрачання часу. На жаль, перегляд телевізора сьогодні та ігри з використанням гаджетів – найпоширеніший спосіб заповнення вільного часу в дітей і підлітків, але саме ***телебачення та гаджети мають серйозний вплив на формування агресивної поведінки.***

Діти відтворюють агресивну поведінку, побачену у фільмах чи іграх, засвоюють її та застосовують у інших ситуаціях. Їм дуже складно відділити реальність від вигадки, тому деякі сцени й образи переносяться дітьми в їх власне життя, вони ототожнюють себе з іншою людиною, персонажем фільму чи гри. Важливо розуміти, що телевізійні сцени насильства і агресивні ігри на гаджетах є подвійною причиною жорстокої поведінки дітей і підлітків: вони

сприяють бажанню наслідувати побачену раніше модель поведінки, а також підвищують рівень тривожності, який є причиною агресивних реакцій.

Варто зазначити відмінності агресивних ігор від конструктивних та розвиваючих ігор. По-перше, ці ігри внутрішньо не розвивають. Діти, які беруть участь в них, досліджують насильство, наслідують модель жорстокого поводження. По-друге, очевидно зростаюче збудження хлопців від таких агресивних ігор. Тобто в даних іграх насильство здійснюється просто заради насильства, ігри не містять додаткових сенсів. При цьому первісна ігрова агресія тягне за собою ще більшу агресію і, зрештою, переростає в реальні насильницькі дії по відношенню до партнера.

Викликає тривогу дія на психіку дитини агресивних комп'ютерних ігор, оскільки більшість із них наповнена агресією, насильством і руйнуваннями. Найбільш небезпечними прийнято вважати ті ігри, в яких гравець повинен боротися з різного роду страшними істотами, вести віртуальні військові дії й таке інше.

Сцени насильства, що показуються по телебаченню та програються в комп'ютерних іграх чи іграх з використанням гаджетів, викликають такі негативні зміни в особистості дитини:

- сприяють формуванню агресивної поведінки та підвищують рівень агресії по відношенню до однолітків;
- провокують агресивні фантазії;
- притупляють нормальну емоційну реакцію на агресію та ведуть до переконання, що агресія є поширеним і соціально припустимим явищем;
- руйнують сприйняття справжньої ролі насильства в суспільстві та сприяють формуванню відчуття загрози з боку зовнішнього світу;
- заохочують дітей придумувати нові форми агресивної поведінки, які не були показані на екрані.

Для дитини під впливом телебачення та агресивних ігор в свідомості формується певна картина світу й інколи спотворений образ людини.

Численні дослідження показали, що систематичний перегляд сцен насильства на екрані має величезний негативний вплив на подальшу поведінку молодих людей.

Сім'я. Особливості сімей агресивних дітей.

Прослідити причини виникнення агресії можна також і в сучасній сім'ї. Атмосфера, що панує в домі, має величезний вплив на розвиток дитини. Якщо атмосфера вдома наповнена дружелюбністю, взаємною любов'ю та злагодою, дитина одержує правильний зразок поведінки, а порушення в сім'ї міжособистісних відносин може призвести до формування небажаної

поведінки. Дитина, яка зростає в домі, де відбуваються сварки і скандали, через деякий час і сама починає проявляти агресивну поведінку.

Небезпечною для правильного розвитку особистості дитини є також розбіжність думок батьків та інших членів сім'ї (бабусь і дідусів) у відношенні до певної моделі виховання. Відсутність єдиного цілісного підходу ускладнює формування характеру в дитини та впливає на підвищення збудливості й агресивності.

На агресію впливають і суворі форми покарання за неправильну поведінку. На жаль, частіше за все суворе виховання зовсім не зменшує кількість агресивних вчинків, а, навпаки, збільшує їх інтенсивність. Часто агресивні батьки підбурюють і підсилюють агресію своїх дітей, заохочуючи їх у певних ситуаціях проявляти войовничу, непримиренну позицію по відношенню до оточуючих.

Коли батьки відштовхують своїх дітей, це теж є важливою причиною бунтарської поведінки дітей. Відсутність ніжності, любові, позитивних прикладів породжує в них стан ворожості, а іноді й агресії. Виховання, що характеризується жорстокістю, відсутністю милосердя, неприйняттям дитини як особи та високим рівнем контролю над її поведінкою, значною мірою сприяє формуванню агресії.

Особливу роль також відіграє стиль виховання, якому притаманні ігнорування, нехтування, коли батьки майже зовсім не цікавляться дитиною, її досягненнями у школі, захопленнями, компанією, планами або амбіціями, не проявляють до неї любові, але при цьому дають максимум свободи.

Зупинимось докладніше на особливостях сімей агресивних дітей:

1. У родинях агресивних дітей зруйновані емоційні прихильності між батьками й дітьми, особливо між батьками й синами. Батьки переживають швидше ворожі почуття; не розділяють цінності й інтереси один одного.
2. Батьки часто демонструють моделі агресивної поведінки, а також заохочують у поведінці своїх дітей агресивні тенденції.
3. Матері агресивних дітей не вимогливі до своїх дітей, частина байдужа до їхньої соціальної успішності. Діти не мають чітких обов'язків вдома.
4. У батьків агресивних дітей моделі виховання й особистісної поведінки часто суперечать один одному, і до дитини ставлять взаємовиключні вимоги. Як правило, дуже різкий батько і мати, яка потурає дитині. У результаті в дитини формується модель зухвалої опозиційної поведінки, що переноситься на навколишній світ.
5. Основні виховні засоби, до яких вдаються батьки агресивних дітей:
 - фізичні покарання;
 - позбавлення привілеїв;
 - введення обмежень і відсутність заохочень;
 - часті ізоляції дітей;
 - свідоме позбавлення любові й турботи у випадку провини.

Причому самі батьки ніколи не відчують провини у використанні покарання.

6. Батьки агресивних дітей не намагаються встановити причини деструктивної поведінки своїх дітей, залишаючись байдужими до їхнього емоційного світу.

На формування агресивних форм поведінки дітей сильний вплив справляють умови сімейного виховання. Більшість дітей з асоціальним типом поведінки — це діти з родин з нестійким типом виховання, із властивим даним родинам байдужістю до емоційного світу дітей і їхніх інтересів, суперечливістю вимог, жорстокістю покарань, а іноді повною відсутністю заборон і обмежень з боку батьків (позиція потурання).

Відомо, що негативна поведінка дітей підсилюється внаслідок несприятливих відносин з оточуючими. Конфронтація, що не припиняється, тривалі конфлікти й взаємна емоційна ворожість викликають вербальну агресію учнів на педагогів і фізичну агресію на своїх однолітків.

Сформулюємо основні фактори виховання й стилю спілкування, на які діти реагують найбільш гостро і які сприяють формуванню найбільш стійкої агресивної поведінки дітей. У випадку, якщо дитина уникає вияву відкритої відповідної агресії зі своєї сторони, то ці самі фактори поведінки й стилю спілкування з боку дорослого сприяють формуванню в дитини емоційної нестабільності, невпевненості в собі.

Фактори виховання й стилю спілкування дорослих, що провокують дітей на відповідну агресивну поведінку й сприятливе формування негативних емоційних станів дітей:

- суперечливість вимог до дитини з боку батьків, в результаті чого в дитини формується опозиційне ставлення до зовнішнього оточення;
- власні часті негативні емоційні стани дорослих і відсутність навичок контролю й саморегуляції з їхнього боку;
- використання покарання дітей як способу відрахування й розрядки дорослим негативних емоцій (гніву, роздратування, злості, досади);
- негативний стиль спілкування з дитиною:
 - використання наказів, обвинувачень і погроз;
 - постійне використання «Ти»-повідомлень («Ти неправильно зробив...», «Як ти смієш так зі мною розмовляти?»);
 - вербальна образа дітей;
 - ігнорування почуттів дитини, її бажань та інтересів.

Цей стиль спілкування спрямовує дитину на боротьбу й мстивий стиль поведінки.

Школа.

Часто місцем виникнення агресивних реакцій є школа. Дитина, потрапляючи у шкільне середовище, піддається дії певних норм, що регулюють поведінку учнів. Вона повинна привести себе у відповідність із поставленими перед нею новими вимогами та завданнями, встановити

контакти не тільки з однолітками, а й з учителями та іншими працівниками школи.

У класі можуть виникати ситуації, що мають негативний вплив на формування навичок правильної взаємодії в колективі. Наприклад, до наростання конфлікту, неприязні, ворожості, а згодом і появи агресивної поведінки можуть призвести неодноразові скарги дітей на одного з однокласників, що виказуються вчителю. У цілому, наявність класів із великою кількістю учнів сама по собі сприяє виникненню агресії, тому що в такому разі легше залишитися непоміченим і уникнути відповідальності за неправильну поведінку.

Іншою причиною агресії є неуспішність. Учень, який одержує погані оцінки, якого постійно лають і критикують, починає демонструвати небажану поведінку, що посилюється все більше. Використовуючи різні захисні механізми, він стає агресивним по відношенню до тих дітей, яких хвалять, тому у формуванні правильних відносин між учнями й дорослими дуже важлива роль учителя. Завданням виховання ж не є пригнічення всіляких проявів агресії дитини, а спрямування дітей з антисоціального у просоціальне русло і замість примітивних поведінкових форм допомогти їм виробити такі форми прояву негативних емоцій, які приймаються та допускаються суспільством.

Напрямки корекційної роботи з агресивними дітьми:

1. Консультаційна робота з батьками й педагогами на зняття провокуючих факторів агресивної поведінки в дітей.
2. Навчання дитини конструктивних поведінкових реакцій у проблемній ситуації. Зняття деструктивних елементів у поведінці.
3. Навчання дитини технік і способів керування власним гнівом. Розвиток контролю над деструктивними емоціями.
4. Зниження рівня особистісної тривожності.
5. Корекція агресивної поведінки дітей.
6. Формування усвідомлення особистісних емоцій і почуттів інших людей; розвиток емпатії.
7. Розвиток позитивної самооцінки.
8. Навчання дитини відреагуванню негативної ситуації загалом.

Психологічна корекція агресивної поведінки дітей повинна носити комплексний системний характер і враховувати основні характерологічні особливості агресивних дітей: відсутність контролю над своїми емоціями; обмежений набір поведінкових реакцій у проблемних для них ситуаціях, відсутність емпатії й високий рівень особистісної тривожності, а також неадекватна самооцінка. Для того щоб результат роботи з агресивною дитиною був стійким, необхідне пророблення кожної характерологічної особливості даної дитини.

Спілкування з агресивними дітьми— це особлива проблема, для розв'язання якої потрібні певні навички й уміння як з боку батьків, так і педагогів. Зупинимося на деяких прийомах ефективної, конструктивної взаємодії:

- говоріть з дитиною про свої почуття й переживання мовою внутрішнього «Я», мовою «Я -повідомлень (наприклад: дитина вчинила бійку у школі. Дорослий: («Я»-висловлення): «Коли ти вчинив бійку у школі, мені було вкрай неприємно. Я дуже засмутився і хвилююсь за твоє ставлення до однокласників».
- «активно слухайте» внутрішній світ дитини, світ її почуттів;
- не оцінюйте особистість дитини, а говоріть про небажані дії дитини;
- намагайтеся разом з дитиною знайти шляхи вирішення конфліктної (чи агресивної) ситуації (поведінки). Наприклад, скажіть своїй дитині: «На твою думку, що кожному з нас потрібно зробити (тобі, мені, вчителю), щоб ти виправляв свою поведінку?»;
- регулюйте спільно емоційний стан дитини.

Як вже говорилося раніше, роботу з батьками має сенс починати з встановлення єдиних правил і вимог (границь дозволеного), пропонованих дитині в родині. Оскільки саме в родині відбувається первинна соціалізація дитини, з'ясування правил взаємодії з іншими людьми: що можна, а що не можна; встановлення соціальних норм поведінки, як в родині, так і поза нею.

Досвід роботи з батьками агресивних дітей показує, що самотійно прийти до якоїсь згоди із приводу встановлення вимог своєї дитини вони не можуть. З боку психолога потрібна нелегка й кропітка робота в наданні допомоги батькам щодо вироблення чітких правил і вимог, а також обов'язків своєї дитини.

Для батьків важливо мати чітку, погоджену виховну позицію, тому що встановлення правил і виконання цих правил дітьми є зоною психологічного простору, де виникають конфлікти навіть у благополучних родинах. У родинах агресивних дітей це зона є зоною «відкритого фронту», зоною постійних конфліктів. Тому спільна робота психолога з батьками із встановлення погоджених вимог і обмежень є досить важливою.

При встановленні вимог і обмежень батькам необхідно дотримуватися певних правил.

ОСНОВНІ ПРАВИЛА ДЛЯ БАТЬКІВ в корекції агресивної поведінки:

1. «Встановлення меж дозволеності».
2. Чіткі рамки допустимої поведінки дитини повинні базуватися на фундаменті сердечної близькості.
3. Встановлені межі повинні відповідати віку й не повинні вступати в протиріччя з потребами дитини.
4. Встановлюйте межі, які дають можливість маленьких перемог.
5. Всі правила, вимоги, обмеження й заборони повинні бути погоджені між батьками й тими, хто бере участь у вихованні дитини.

6. «Наслідки (санкції) повинні впливати безпосередньо з поганої поведінки».

Дайте дитині зрозуміти, якої поведінки ви від неї очікуєте, і надайте їй можливість виправитися.

Знання правил, встановлених у доброзичливій формі з боку батьків, робить життя дитини більш усвідомленим, організованим, а також створює відчуття безпеки й внутрішнього комфорту.

Спостереження агресивних дітей і робота з ними привели нас до висновку, що повністю збігається з думкою австралійського психотерапевта В. Оклендер: «Я сприймаю дитину, людину, якою рухає почуття гніву, відкинутості, тривоги, незахищеності, образи.... У неї часто простежується низька самооцінка. Вона не здатна або не хоче, або боїться виразити те, що відчуває, іншим способом, тому що якщо вона це зробить, то може втратити силу, що лежить в основі агресивної поведінки. Вона відчуває, що це єдиний шлях, який сприяє виживанню».

Агресивна поведінка дітей - це своєрідний сигнал SOS, крик про допомогу, про увагу до свого внутрішнього світу, в якому накопичилося надто багато руйнівних емоцій, з якими дитина самотійно впоратися не може.