

Прояв агресивної поведінки дитини: захисна реакція або крик про допомогу?



У дитини з проявами агресивної поведінки спостерігається підвищена тривожність, страх перед соціальними контактами, невміння знаходити вихід із важких ситуацій (тому що переважають захисні механізми організму перед іншими механізмами, які регулюють поведінку). Негативний мікроклімат у сім'ї також може бути одним з чинників, який обумовлює виникнення демонстративної непокори, агресивності та руйнівних дій (по-відношенню до оточуючих і по-відношенню до себе також)

Агресія – це поведінка, тобто це форма реагування на певні обставини, але це не почуття і не стан. До агресії спонукають такі почуття, як гнів і злість, тобто агресія – це вираз цих почуттів.

Діти виражають злість і гнів на оточуючих лише через невміння справлятися з цими емоціями самостійно.

Агресія виникає як засіб психологічного захисту. Адже не дарма кажуть: “Кращий захист – це напад”. Отже, агресією дитина захищається. “Але від чого, або кого?” – виникає 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 свої почуття. Чи розуміє дитина, що з нею відбувається? Чи страждає вона? Чи справиться вона зі своїм станом сама? Кому дитина довіриться у складній ситуації? Тільки близькій людині, другу. Якщо ви не змогли подружитися з дитиною, зрозуміти її біль та причини її поведінки, то вся корекційна робота буде марною.

Рекомендації щодо роботи з дітьми, що проявляють агресивну поведінку

1. Кращий спосіб уникнути надмірної агресивності - проявляти більше уваги, любові та ласки, яких дитина потребує.

Таких дітей необхідно оточити увагою і турботою, тому що будь-яке необережне зауваження, нетактовне звернення можуть викликати непередбачені наслідки.

2. Безумовно, з агресивною дитиною важко спілкуватися по-доброму, оскільки її дії викликають гнів у відповідь та роздратування, бажання покарати .

Проаналізуйте в цьому випадку свої почуття , визнайте в собі роздратування та намагайтеся позбавитися від цього почуття, висловивши його обережними, доброзичливими словами. Скажіть, що ви гніваєтеся, але не на неї, а на те, що вона вчинила. Це дуже важливий момент: можна критикувати вчинок, але не особистість в цілому.

3. Не можна використати фізичні покарання. Це може тільки закріпити агресивну поведінку. Краще викликати у дитини необхідні переживання, звертаючись до її справжніх почуттів. Це дасть дитині приклад правильної поведінки в конфліктній ситуації, та, крім того, викличе у неї почутті довіри до вас, почуття впевненості.

4. Підтримуйте у дитини розвиток позитивних аспектів агресивності - завзятості, активності, ініціативності, а також попереджайте формування її негативних якостей - ворожості, замкнутості.

6. Намагайтеся роз'яснити дитині наслідки її поведінки для неї самої і для оточення.

7. Враховуйте при вихованні і навчанні дитини її особисті особливості. Адже до агресивної дитини потрібен особливий підхід. Її нервова система дещо відрізняється від нервової системи інших дітей. Вони більше запальні, більше ворожі. І для уникнення цієї поведінки, потрібне особливе ставлення.

8. Давайте дитині можливість задовольняти потреби в самовираженні та самоствердженні. Недолік цього і є найчастішою причиною виникнення агресивної поведінки. Щоб ця потреба задовольнялася, покладіть на дитину яку-небудь відповідальність. Це дозволить їй повірити у свої сили, переконає її, що бути особистістю можливо і без застосування агресивної поведінки.

9. Намагайтеся направити енергію дитини в правильне русло, наприклад, заняття спортом.

Не можна карати та лаяти:

- під час хвороби або неповного одужання. Психіка дитини в цей час особливо уразлива, реакції непередбачені;

- під час їжі, гри, після сна і перед ним;
- відразу після фізичної або душевної травми (падіння, бійки, нещасного випадку);
- коли дитина вже несправляється із страхом, неувагою, лінню, роздратуванням;
- у випадках, коли у дитини щось не виходить;
- коли внутрішні мотиви вчинків вам незрозумілі;
- Коли ви самі втомилися, засмучені або схвильовані.

Ще одна помилка: дорослі карають дитину і стверджують, що він ледар, боягуз, негідник. І дитина вірить. Слова для нього означають лише те, що вони означають насправді. Будь - яке твердження вони сприймають буквально, ніякого переносного значення.

Пам'ятайте! Кращий спосіб понизити агресивну поведінку дитини - проявляти любов до неї. Лише одне ласкаве слово може зняти озлобленість і дратівливість. Дуже важливо, щоб дитина почувала себе улюбленою, потрібною і її приймали такою, якою вона є. Намагайтеся знайти і зрозуміти причину протесту і агресії, створити для дитини такі умови, щоб вона навчилася розпізнавати свої емоції і виражати їх у прийнятій формі. Легше попередити або обмежити прояв агресивної поведінки, ніж стабілізувати емоційний фон, коли дитина вже знаходиться у так званому стані афекту

Вправа: «Не уникайте негативних емоцій!»

В кожному із нас знаходиться **особлива каструлька**, в яку потрапляють різні невисловлені почуття. Багато з них чомусь вважаються «поганими». Нас хтось образив, ми не відповіли на образу і не поділилися цим почуттям ні з ким, і ось все це опиняється в нашій каструльці і розтікається там зеленою калюжею; нас хтось дуже сильно розлютив, а ми не змогли себе захистити, і ось наша злість потрапляє туди ж, нас щось дратує, а ми навіть не можемо зрозуміти що. І ніби не помічаємо цього роздратування, а воно стікається все туди ж.

Що ж буде, коли каструлька наповниться?

Вибухне від останньої краплі!

І на бідного носія цієї краплі обрушиться все, що накопичувалось іноді роками і до нього не має ніякого відношення. Знайомо? Але **найстрашніший варіант**

наглухо закритої каструльки, яка навіть не дозволяє собі вибухнути, а починає роз'їдати сама себе.

Пора братися за **очищення каструльки!**

А далі використовуйте різні вправи для вираження злості (кидати в стінку який-небудь м'ячик, бити кулаками подушку, кричати в чашку і т.п.)

