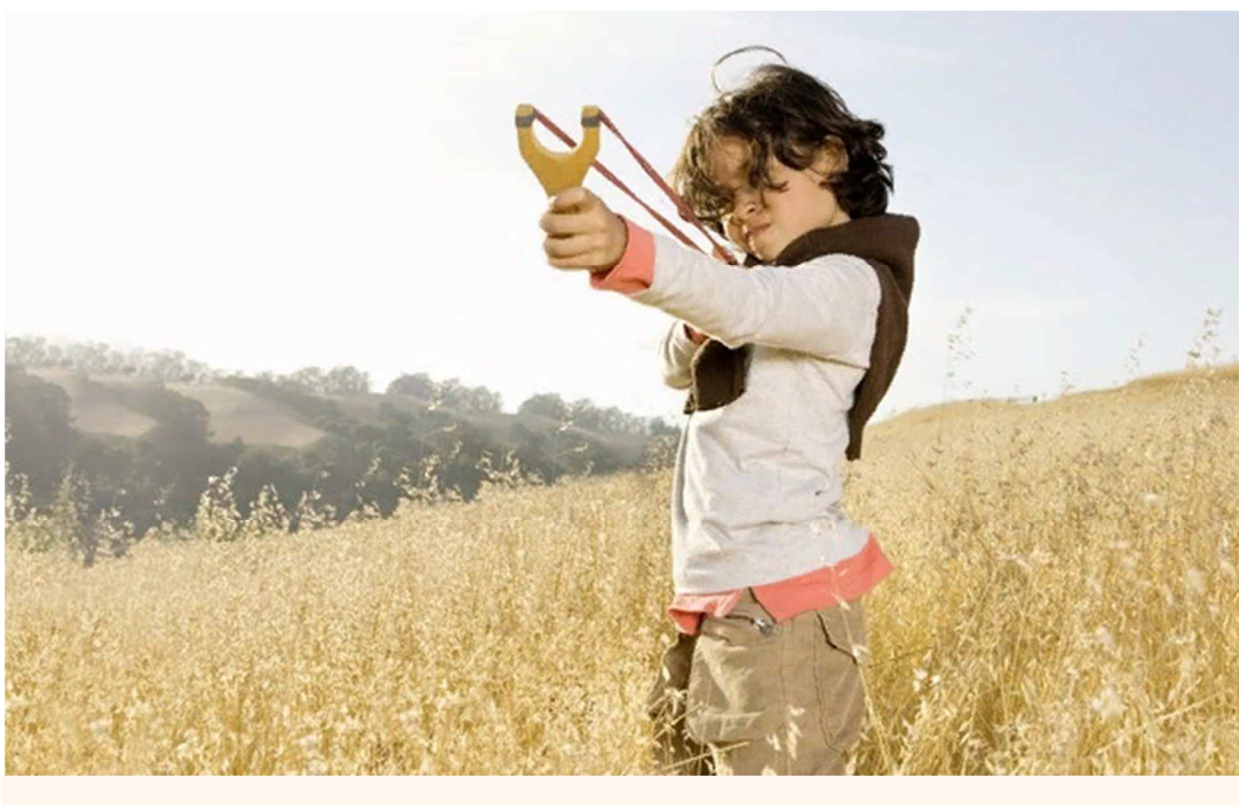


4 СПОСОБА ОБУЗДАТЬ АГРЕССИЮ РЕБЕНКА

Думали, ваш малыш самый милый на свете, а выяснилось, что он не прочь при случае нокаутировать любого обидчика из песочницы и грубо обозвать родную бабулю. Похоже, что-то с ним не так.



Разница есть

Существует несколько типов агрессии. Все зависит от внутреннего мотива, который ее порождает. Но это всегда комплекс, куда входят особое эмоциональное состояние, характерное поведение и личные переживания. Вести себя агрессивно ребенка, как и взрослого, побуждают внутренние страхи и субъективное понимание ситуации. Каждый раз, сталкиваясь с резкой реакцией, важно вникнуть, что за ней стоит.

1) Агрессия на базовом уровне связана с идеей выживания. Она возникает тогда, когда дети чувствуют себя ненужными. Проявляется в потребности разрушить то, что было создано своими руками. Ребенок может сделать рисунок и тут же порвать его. Или он лепит машинку и через секунду превращает ее в лепешку.

2) Агрессия на уровне стереотипов. В ее основе – стремление все контролировать в моменты, когда привычный жизненный уклад меняется. Это агрессия, порожденная тревогой: таким поведением он настаивает, чтобы вернулись предсказуемость и прежний порядок вещей.

3) Агрессия на уровне самоутверждения связана с желанием расширить свои границы. Ребенок придумывает себе новые цели и достигает их путем захвата: отбирает игрушки у других детей, активно толкается.

4) Агрессия на уровне диалога проявляется в тех случаях, когда ребенка не так поняли, неправильно расслышали, не дали рассказать что-то для него важное.

5) Агрессия на уровне образов. Такой ребенок вживается в чью-то роль: грубого папы или даже стоматолога, визит к которому был не из приятных. Этой личиной он как бы прикрывает свои гневные порывы.

На любом из этих пяти уровней агрессия может быть здоровой. Она ведь нужна нам, чтобы выжить, защитить себя или свою собственность. А у детей агрессия вообще считается маркером нормального развития психики.

Первые проявления физической агрессии можно заметить у малыша между первым и вторым годом, к 3 с половиной годам она достигает пика и дальше в норме идет на убыль.

Когда ждать?

У малышек в возрасте 2–3 лет агрессия запрограммирована природой. И это очень важный этап. Чтобы опробовать весь агрессивный репертуар, потребуется примерно год-полтора. Все это время ребенок будет периодически плевать, драться, кусаться, толкаться, обзывать. Особенно это касается мальчиков, которые физиологически устроены иначе и заточены на воинственный лад самой эволюцией. Но девочки не исключение. В этом возрасте у всех детей в мозге активно формируются структуры, которые на уровне поведения дают добро на агрессивные выпады.

Агрессия так сильно нужна в этот период, что ее отсутствие – это тревожный признак. И даже больше, это прямой сигнал о том, что те самые структуры в головном мозге созревают неправильно. Когда агрессия проявляется только на деле и не подкрепляется вербально, это тоже отклонение от нормы. Такой ребенок дерется, но не объясняет почему. Для него агрессия становится способом получить сатисфакцию. Только метод этот нездоровый. По сути, ребенок реагирует так же, как орудий днями и ночами младенец, мама которого во всем винит колики, лактазную недостаточность или дисбактериоз. Психологи считают, что у совсем маленьких детей так проявляется агрессия. Она помогает громко заявить о себе: смотрите, я большой, я сильный, я могу себя защитить, потому что хочу жить и боюсь, что меня убьют. Такие бессознательные мотивы чаще всего возникают у детей, которые в период внутриутробного развития или во время родов пережили сильную медикаментозную интоксикацию или болезненные врачебные вмешательства. Есть мнение, что оба фактора младенцы воспринимают как посягательство на их жизнь и, появившись на свет, начинают защищаться. Как могут: сначала с помощью диких криков, а позже – с помощью кулаков.

Выражать свое недовольство кулаками – абсолютно нормальное поведение у детей в возрасте от года до 4 лет. Так дети выясняют отношения, потому что договариваться еще не умеют.

Многие родители стараются подавить в ребенке малейшее проявление агрессии. Но тогда дети могут направить ее на себя. Это ведет к психосоматическим заболеваниям, в том числе частым простудам и формированию суицидальных наклонностей. И родители должны думать о том, как ребенку помочь. Если вы осуждаете открытое проявление агрессии на публике, надо учить детей выражать ее приемлемыми способами.

не пеняй на зеркало...

И за собой тоже надо следить Дети не только берут с нас пример: первая реакция родителей на агрессию и нежелательное поведение ребенка отпечатывается на годы вперед. Механически. Это явление называется импринтинг. Просто дети так устроены. Если их ругать, стыдить, наказывать или отвечать тем же, они усвоят урок моментально, и потом исправить ситуацию будет уже очень сложно.



Меры пресечения

В 2–3 года, когда только-только начинаются первые эксперименты, излишнюю агрессивность можно перевести в игру или шутку. А лучше всего бесстрастно игнорировать злостные выпады, если у вас самообладание на уровне.

1. Агрессия не идет на спад? Попробуйте записать ребенка в спортивную секцию, чтобы у него была возможность регулярно выпускать пар.
2. Если дети проявляют агрессию, это не значит, что родители должны их поощрять или пускать все на самотек. Но воспитательные беседы стоит проводить вне кризиса: «Не ругайся, пожалуйста. В нашей семье такие слова не используют», «Плеваться некрасиво», «Бить других нельзя, это больно».
3. Важно дома в спокойной обстановке учить ребенка рассуждать и проигрывать с ним вместе заведомо конфликтные ситуации. Так получится научить его простым, но адекватным реакциям: «Это мое», «Сейчас моя очередь», «Я не хочу с тобой сейчас играть».

Насторожиться нужно, если ребенок постоянно играет в одну и ту же игру с агрессивным подтекстом, особенно если сюжет вообще не меняется. Лучше как можно раньше обратиться к психологу.

Что делать, если ребенок...

...рисует агрессивные сюжеты

Изображать сражения со стрельбой и взрывами, оружие, военную технику любят, конечно, больше мальчики. Ваша задача не пугаться, а наоборот, поощрять такие занятия: очень хорошо, что у агрессии есть выход. У ребенка так проявляется экспансия, ему необходимо выплеснуть эмоции и желания на бумагу.

Ваши действия: вы присоединяетесь непосредственно в момент, когда ваш художник рисует. Чтобы преподать полезный урок, нужен диалог. Помогая ребенку придумать историю про то, что изображено на его полотнах, вы тем самым продемонстрируете, что его вариант развития событий не единственный: может быть так, а может быть иначе. Предложите: «Нарисуй, что было до и что стало после». Если отказывается, выскажите свои мысли вслух на эту тему. Постепенно, в ненавязчивой форме он научится размышлять и делать выводы. Идея развития очень важна, поэтому нужно следить, чтобы не было застывших и однотипных сюжетов. Когда в реальной жизни ребенок захочет выплеснуть на кого-то агрессию под влиянием сиюминутного импульса, он сможет учесть чувства других и будет подключать голову, а не станет сразу переходить к действиям.

...смотрит агрессивные мультки или играет со страшными игрушками

Дети потребляют такую сомнительную продукцию массово. Найти и купить ребенку ходячего мертвеца или зомби-куклу родители могут без труда. Проблема в том, что дети, увлеченные такими игрушками, уходят в маниакальные фантазии. Они на словах проявляются так: «Я всех убью», «Планету взорву». Но ребенок понимает, что эти планы реализовать не получится, и злость, которая накопилась внутри, там и остается. Она не выплескивается наружу. Именно такой багаж за плечами имеют школьные стрелки. К агрессивным персонажам и сюжетам формируется самая настоящая психологическая зависимость, потому что в этот нездоровый мир дети погружаются с головой. Они очень быстро запоминают чужие плохие мысли, и потом стремление всех уничтожить или поработить сохраняется на долгие годы.

Ваши действия: прежде всего важно признать, что всех этих мерзких зомби-монстров ребенок нашел не на помойке и агрессивные мультки ему включил не дед Пихто. Нужно помнить: всем, что разрешают родители, дети питаются. Выход один: игрушки, которые символизируют смерть, процесс умирания и телесного разложения, однозначно выбросить. А вот драконов и динозавров стоит оставить

– они отражают чувства самого ребенка (гнев, злость, агрессию) и помогают ему переварить внутренний негатив.

Детская субкультура, безусловно, существует, и агрессивные мультфильмы уже стали ее частью. Но, чтобы ребенок не рос отщепенцем, ему не обязательно все это смотреть. Будет достаточно, если он познакомится с ними косвенно, по рассказам просвещенных братьев.

Агрессивные мультики лучше не смотреть. До 5–7 лет ребенок впитывает моральные ценности, учится справляться с сильными эмоциями и решать конфликтные ситуации. Полученные в этом возрасте базовые установки останутся с ним навсегда. Так что хорошо бы определиться, чем именно вы хотите заполнить тот отрезок жизни своего ребенка, когда он формируется как личность.

Когда ребенок по инерции воспроизводит поведение агрессивных героев, ваша задача – помочь ему осознать разницу между ними. Объяснять лучше так: «Ты сейчас поступаешь как тот герой из мультика. Ты за ним повторяешь. Ты чувствуешь как он. Но ты не он». Никаких нотаций и уж тем более недовольных интонаций не добавляйте. Остановитесь на сухой констатации факта.

А в дальнейшем ищите компанию единомышленников – взрослых, которые воспитывают своих детей на добрых игрушках и фильмах. И ограждайте своего ребенка от общения со сверстниками, которым родители такие развлечения позволяют. Дети быстро сплачиваются и начинают копировать друг друга.

С уважением ЛАРИСА ЯКОВЕНКО.