

## **Внутренняя картина агрессии у ребенка**

*T.A.Малетина, педагог-психолог*

Рождаясь, ребенок имеет лишь **два способа реагирования** – удовольствие, когда он съят, ему комфортно и тепло, и неудовольствие, когда он голоден, ему страшно, больно или холодно. Удовольствие выражается для окружающих в виде улыбки, радостного гуления, спокойствия или безмятежного сна. Свое же неудовольствие младенец проявляет в виде плача, крика, брыкания, в более позднем возрасте - в виде кусания, пачкания, отказа от еды, и еще позднее появляются протестные реакции, направленные на разрушение того, что на него взгляд ценно для обидчика. Для окружающих это может порой выглядеть как **немотивированная агрессия**, которая часто заставляет родителей краснеть и испытывать смесь чувств из стыда, растерянности и страха перед лицом агрессивного поведения со стороны их чада, что в свою очередь толкает родителей к созданию у ребенка запрета на выражение агрессии. Желание родителей не допускать агрессивного поведения у ребенка диктуется также и социальными требованиями. Сколь неприятно бывает выслушивать жалобы со стороны воспитателя, учителя или тренера на деструктивное поведение сынишки или дочери! Первой реакцией родителей, как правило, становится **упрек или наказание** ребенка с целью научить его, что так нельзя. К сожалению, это редко приводит к решению проблемы, поскольку из виду пропадает самое главное, а именно, что ребенок хотел этим показать, о чем он сообщал таким образом.

Давайте попробуем разобраться в том, что значат эти агрессивные проявления и тогда, поняв причину, станет гораздо яснее, что с этим делать.

Начнем с того, что ребенок осваивает язык очень медленно и постепенно, в первую очередь он называет предметы, которые видит, потом что они могут делать, и лишь в последнюю очередь он узнает о существование вещей не представленных в предметном мире. Это же касается и его чувств. Более того, устанавливать связь между событиями ребенок учится только с накоплением опыта. Однако, и не каждый взрослый может с точностью сказать, какое чувство и почему он испытывает. Еще труднее понять чувства ребенка, который еще не имеет возможности о них сказать, а лишь способен их выражать в тех или иных действиях. Поэтому чтобы понять, почему ребенок укусил за ухо соседского мальчика или сломал игрушку у девочки из детского сада, надо научиться расшифровывать **поведенческий «язык»** ребенка.

**Во-первых**, не стоит отводить взгляд от агрессивных проявлений ребенка, списывать на то, что его спровоцировал кто-то из окружающих, доказывая, что в жизни он спокойный и ласковый. Надо расстаться с иллюзией, что ребенок не способен на агрессивное поведение. Любой ребенок инстинктивно может проявить агрессию, когда он ощущает угрозу себе или любимым объектам, будь то живой человек или плюшевый мишка или же тогда, когда посягают на его территорию.

Самый распространенный случай - когда ребенок излишне раздражается на безобидные, казалось бы, стимулы (обращение к нему кого-то из детей или взрослых, требование что-либо сделать, невольное касание или простое невнимание), связан с чувством **небезопасности**. Это базисное чувство, которое формируется у ребенка с самого рождения и связано с тем, какой образ внешнего мира мать транслировала своему ребенку. Представим простой пример, когда ребенок появляется на свет в тот момент, когда его мать переживает личную драму, находится в тревоге за свое, а, следовательно, и его будущее, испытывает отчаяние и тоску. Малыш, для которого еще нет разделения на я и не-я, наполняется теми же чувствами, и его первый опыт взаимодействия с окружающим говорит ему о том, что здесь не так уж безопасно, здесь много боли и непредсказуемости, любой может нанести вред. В будущем это перерастает в недоверие ко всем и ко всему, для него теперь любое проявление

извне может означать нападение. Страх и тревога, которые ребенок испытывает при контакте с другими, ведут к тому, что любой сигнал истолковывается им как осуществление его самых худших опасений. Агрессивные вспышки у таких детей выглядят очень неожиданными и непонятными и пугают подчас даже взрослых, которые, пытаясь справиться с таким неконтролируемым ребенком, своими действиями подчас лишь усиливают его страх и ребенок может перейти в рукопашную. К сожалению, очень часто поводом прихода к психологу становятся жалобы со стороны учителей и желание школы, особенно элитной, от такого ребенка избавиться.

Очень часто за таким ребенком в школе или детсаду закрепляется клеймо; ребенок же, **чувствуя такое отношение к себе**, начинает беспокоиться еще больше, поскольку осознать происходящее ему не под силу. В школе, где нагрузка на психику ребенка возрастает, его страх очень часто мешает ему учиться, хотя, как правило, такие детки очень смешленые и способные, и нередко могут опережать своих сверстников в интеллектуальном развитии.

**Например**, жалобы на Александра 8-ми лет концентрировались на том, что он совершенно не интересуется учебой, мешает другим детям учиться, постоянно дерется, причем совершенно не считается с тем, кто перед ним, он может бить и даже ногами одноклассников, девочек, учителей и даже собственную мать. К тому моменту, когда обратились к психологу, он был оставлен на второй год, его отсадили одного на последнюю парту, где он мог заниматься чем угодно, получая двойку за двойкой за невыполненную работу. Картина довольно ужасающая, не правда ли? При разборе деталей выяснилось, что наибольшая вспышка агрессии была в ситуации, когда ему пытались сделать прививку. Напуганные его сопротивлением медработники и учителя вызывали маму, которую он и бил ногами, пытаясь вырваться. Хотел ли он причинить вред матери? – нет. Хотел ли навредить медперсоналу? – тоже нет. Так ведет себя человек до **смерти напуганный**, загнанный в клетку своими преследователями, от которых он пытается отбиться всеми возможными способами. Так ведет себя зверь, загнанный хищником. Это **инстинктивная защита**. Для этого мальчика все его окружение приравнивалось к угрозе. Его ранние развитие не было безоблачным, после родов его мать была в тяжелом состоянии и была не способна позаботиться о нем, его семья часто переезжала, отец и мать постоянно скандалили. К кому в своей жизни он мог испытывать доверие? Уж точно не к тому, кто пытается его уколоть шприцом, причинив боль. **Когда внутри доминирует чувство страха, человеку недоступен логический анализ**. Это касается не только детей, но и взрослых. В таких случаях помочь может только **квалифицированный специалист**.

Ну, а что же делать в случаях, когда проблема еще кажется решаемой самостоятельно, или в качестве профилактических мер?

Для начала разобраться, связана ли агрессивная вспышка ребенка с внутренним чувством угрозы. Для этого попробуйте поговорить с ним. Но не стоит навязчиво расспрашивать о том, что он чувствует - скорее всего, это отпугнет ребенка от разговора с вами. Если вы поняли, что он **испугался**, то просто сообщите ему об этом, назвав предположительно его чувство: «Ты испугался...» или «Ты напуган...», предоставив ему возможность словесно выплеснуть свои чувства. Такой перевод из действия в слова его чувств позволит ему узнать то, что о них можно говорить, а не обязательно сразу давать в глаз. Также ребенок постепенно освоит язык своих чувств и ему проще будет вам сказать, что он обижен, расстроен, зол и т.д., а не пытаться привлечь ваше внимание своим «ужасным» поведением. Единственное, чем при этом нельзя злоупотреблять, так это уверенностью в том, что взрослый человек лучше знает, что испытывает маленький. Взрослый может лишь предполагать, основываясь на своем опыте, на самонаблюдении, на наблюдении над окружающими, что означает поведение ребенка. Ребенок должен быть

активным рассказчиком о своем внутреннем мире, взрослый лишь задает такую возможность и предоставляет средства.

Здесь важно и умение слушать, ведь ребенку есть что поведать своим родителям, учителям, да и они могут узнать массу интересного о том, что происходит в душе «неразумного» дитя.

Если ребенок так напуган, что уже не разбирает, кто перед ним, друг или враг, лучшее, что способно остановить его - **сдерживающие объятия**. Выдержав его пинки, тычки и кусания, вы скоро обнаружите, что он затихает и умиротворяется. С каждым разом это будет происходить все быстрее и с нанесением меньшего вреда. Такие объятия выполняют несколько важных функций: для ребенка это означает, что вы способны выдержать его агрессию, а следовательно, его агрессия может быть сдержанна и он не разрушит то, что любит; ребенок постепенно усваивает сдерживающую способность и может сделать ее внутренней и таким образом контролировать свою агрессию сам. Позже, когда он успокоится, вы можете поговорить с ним о его чувствах. Но ни в коем случае не стоит читать нравоучения при таком разговоре, просто дайте понять, что готовы его выслушать, когда ему плохо.

Еще один частый случай агрессивных вспышек у детей - это **столкновение с невыполнением его потребностей или желаний**. У каждого человеческого существа, включая ребенка, самая главная потребность есть **потребность в любви**. Ребенку необходимо чувствовать, что его любят и ценят, причем любят **всегда безусловно**, такого как он есть в данную минуту в независимости от того, сделал он или нет то, что хотят от него родители. Когда ребенок не уверен в такой абсолютной любви своих родителей, он очень страдает, и каждый раз **провоцирует их на поведение**, которое подтверждает его предположение об их нелюбви. Часто такие провокации имеют вид трудновыполнимых или бесконечных желаний. При этом отказ в желаемом ребенок сразу же трактует так, что его никто не любит и он никому не нужен. При этом он конечно страшно злится. Ведь ребенок любит искренне и не желает допускать, что его любовь безответная. С другой стороны, проблему не решает и выполнение любой прихоти вашего чада, ведь его сомнения могут появляться снова и снова, например, когда он столкнется с невниманием к его переживаниям. Чтобы не допускать такого искаженного взаимодействия, **стоит искренне говорить ребенку о том, что вы его любите**.

Хотелось бы заострить внимание на слове **«искренне»** - ребенок способен уловить расхождения слов и ваших чувств, и это повлечет конфликт в его душе, что может привести к тому, что он перестанет вам верить. Игнорирование этой потребности ребенка или порождение сомнений его на сей счет отражается на всей психической жизни и находит свои проявления и во взрослой жизни.

Ребенок, который убеждается в том, что его **не любят**, и что еще хуже, что его ненавидят, решает, что хуже уже и быть не может и поэтому **становится способным на все**. Ему не нужно переживать, что он может потерять объект любви. Зачем ему тот, кто его не любит? Он может ожесточиться, может начать мстить. На этом построены многие триллеры о маньяках-убийцах, где, копаясь в его прошлом, обнаруживают забитого, презираемого, униженного ребенка.

Также **агрессивное поведение** ребенка может быть связано с необходимостью **отстаивать себя**. Появляясь на свет, ребенок начинает занимать свое определенное место в этом мире и накапливать что-то свое. У него появляется понимание, что есть Я и есть мое. Ребенок должен четко представлять себе, где проходит граница между моим и чужим. Лучше всего, чтобы ребенок имел свою комнату, которую он мог бы заполнять тем, что

принадлежит только ему. Далеко не у каждой семьи есть возможность выделить ребенку отдельную комнату, но в обязательном порядке у ребенка должен быть свой уголок, желательно отгороженный с помощью перегородки или ширмы и своя кровать. Он **должен знать, что его границы уважают и не нарушают без его ведома**. Точно также он имеет право на свои чувства и мысли, он может иметь свою «частную территорию», которая расширяется по мере взросления ребенка. Ребенок может очень бурно отреагировать на нарушение его границ, как внешних, так и внутренних. Родители, искренне верящие, что уж от кого-кого, а от них секретов у их ребенка не должно быть, становятся наиболее частными нарушителями этих границ. На самом деле, в первую очередь границы ребенок строит именно от них, а уж потом от внешнего окружения. И это не есть выражение неуважения или недоверия родителям, просто это необходимая ступень развития, ведь рождается ребенок полностью зависимым и его дальнейшая задача - суметь построить свою отдельную жизнь, в которой он сможет действовать самостоятельно и принимать самостоятельные решения. Конечно, не каждый родитель хочет, чтобы ребенок так быстро рос и отдался от него, поскольку это раннее чувство единения наполнено бесконечной нежностью и радостью от сотворенного.

**Есть наиболее важные периоды, когда ребенок решает эту задачу:** это 2 года, начало школьной жизни и подростковый период. В эти периоды дети особенно остро реагируют на внедрение в их жизнь, что находит свое выражение в **протестных реакциях**. Умудренные опытом родители, воспитавшие не первого ребенка, уже хорошо знают эти периоды и способны установить достаточно комфортную границу между допустимыми протестными реакциями и не допустимыми. Если наложить довольно жесткие запреты, то ребенок, скорее всего, будет нарушать их из под воль, втайне от родителей, испытывая таким образом свой триумф. Давать полное послабление и свободу – ребенок ощущает себя брошенным и ненужным, поскольку чрезмерная свобода приравнивается к отсутствию заботы о нем. Потом определенные ограничения необходимы для того, чтобы ребенок мог выработать внутренние моральные нормы, которыми он сможет руководствоваться в дальнейшей жизни. **Крен как в одну, так и в другую сторону может вызывать агрессию**, поскольку в обоих случаях существует угроза собственному «Я».

Рассмотренные примеры далеки от исчерпывающего анализа **причин агрессивности**, но позволяют приблизиться к тем чувствам, с которыми ребенок не может справиться и потому выплескивает их на окружающих.

**Поэтому первое**, что окружающие должны продемонстрировать ребенку – это то, что они сами способны справиться с ними. Видя это, ребенок начинает сам чувствовать себя более уверенно.

**Вторая задача взрослых**, это признание чувств ребенка и его права на них. Запрет или силовое подавление агрессивных импульсов ребенка очень часто может привести к аутоагрессии (т.е. вред будет наноситься самому себе) или перейти в психосоматическое расстройство.

**И последнее**, это научить ребенка выражать их социально приемлемым способом: словом или в рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих, в спорте.

**Ведь агрессия** – это еще и огромная сила, которая может служить источником энергии для более конструктивных целей.