

Агрессия — одна из самых частых детских психологических проблем: именно из-за неё родители чаще всего обращаются к врачам-психиатрам и детским психологам. Но важно научиться отличать здоровую агрессию от патологической, а в патологической - различать её типы. Ведь за внешними проявлениями могут стоять очень разные нарушения.

Агрессия—это обязательная часть здорового развития человека. Любое творческое действие, создание нового начинается с уничтожения старого: маленький ребёнок, перед тем как начать лепить фигурки из пластилина, отрывает от большого бруска кусочки и разминает их в руках, разрушая прежнюю структуру.

Но агрессия, как и всё в жизни, хороша на своём месте — тогда, когда есть в ней необходимость: ведь способность напасть, прогнать, напугать может спасти жизнь человека и его близких. Проблемы же начинаются тогда, когда она проявляется в тех формах, которые считаются неприемлемыми, и в тех ситуациях, где она абсолютно не нужна. Маленький ребёнок агрессией реагирует на многие трудности, с которыми он сталкивается, это одна из самых первых реакций, которой ребёнок научается. До тех пор пока у ребёнка не развивается речь или жесты, он может толкаться, кусаться, даже бить тех, с кем не получается договориться. А как только дети овладевают даже простейшими способами коммуникации, внешняя, нападающая агрессия идёт на убыль. Зачем бить того, кого можно попросить, уговорить или как-то дать ещё понять, чего хочешь?

Но нередко бывает, что проблемное

поведение наблюдается и у тех детей, кто хорошо умеет говорить, кто как будто почти ничем не отличается от своих более спокойных сверстников, кто выглядит совершенно нормальным. Дошкольники могут толкаться, кидаться игрушками, младшие школьники — легко раздражаться, бить, отнимать чужие вещи, подростки — организованно нападать на более слабых, устраивать драки. Признаками патологической, «неправильной» агрессии будут:

1) постоянство: агрессия становится неспецифической реакцией на самые разные ситуации, и наблюдается в течение нескольких месяцев;

2) проявление в особо опасных формах: например, удары руками, ногами, предметами, сознательная порча имущества, поджоги, а также аутоагрессивные действия;

3) дезадаптация — то есть потеря ребёнком из-за агрессии друзей, доверия родителей, учителей.

Но было бы огромной ошибкой все подобные проявления объединять в одну единую проблему. Агрессия, даже патологическая — это внешнее проявление, за ней лежат разные нарушения.

Агрессия как инструмент

В этом случае агрессия не несёт специальной цели нанесения вреда тому, на кого она направлена. Цель агрессии — получение денег, вещей, а угрозы и насилие — инструмент.

Корни такого поведения — в тяжёлой жизненной ситуации, в которой ребенок воспитывается, в условиях, в которых он растёт. А значит, первое, что нужно делать, — это менять условия. Чтобы агрессии не повторялось, нужно обучить другим способам добывания того, что ему нужно. Кроме этого, если сделать так, что агрессия не

приведёт к желаемому результату, а приведёт к последствиям негативным, то ещё более велика вероятность, что ребёнок оставит её ради новых способов достижения цели.

Агрессия как импульс

В её основе лежит неспособность сдерживать реакции, возникающие на какой-то внешний раздражитель или внутреннее желание. В норме между возникновением внешнего стимула и нашей реакцией на него проходит какое-то время: мы оцениваем разные варианты нашей реакции, оцениваем ситуацию, вспоминаем предыдущий опыт и выбираем наилучший вариант из возможных. Чем больше времени мы тратим на выбор реакции, тем более она продуманна. При импульсивной агрессии проблема именно в том, что ребёнок действует, не учитывая окружающую обстановку, возможные последствия своих действий, реакцию на них окружающих, — он делает то, что первое пришло ему в голову.

Это бывает при расстройстве, которое называется синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ). Одно из ключевых нарушений при СДВГ — это именно неспособность удерживать себя, сдерживать в себе возникающие побуждения, то есть импульсивность. Это расстройство развивается вследствие неправильной работы отделов головного мозга, отвечающих за выполнение поставленных перед человеком задач, за организацию собственного поведения. В первую эти функции относятся к работе лобных долей головного мозга.

Само собой, наказания не помогут такому ребёнку, а, скорее всего, навредят.

При таком типе агрессии могут помочь некоторые лекарства, а также усилия, направленные на создание для ребёнка максимально спокойной среды — своеобразного

контейнера, особенно в тех ситуациях, когда импульсивные реакции наиболее возможны.

лекарство, стабилизирующее настроение, и направил её к психологу на занятия по развитию эмоциональной сферы.

Агрессия как аффект

Нетрудно заметить отличительную черту этого типа агрессии — в основе лежит сильная, длительная, неконтролируемая эмоция — аффект. Такой тип агрессии связан с нестабильностью аффекта, внутренними колебаниями настроения, не связанными ни с какими внешними причинами. Бывает при некоторых эмоциональных расстройствах, биполярном аффективном расстройстве (расстройстве, при которых настроение легко и без причины меняется от повышенного до сниженного), последствиях травм головного мозга, расстройствах аутистического спектра. При этих расстройствах нарушается способность регулировать собственные эмоции — их характер и выраженность. В каком-то смысле человек с таким нарушением становится рабом возникшего у него сильного чувства: чувство начинает руководить им, а не он чувством. Большой проблемой в этом случае, как и в случае «импульсивной агрессии», будет то, что агрессивные действия оказываются, направлены не на достижение какой-то специфической цели, а на нанесение вреда. Кстати, этот тип агрессии сильно связан с импульсивной, они нередко наблюдаются вместе, хотя всё-таки и являются разными по своей сути явлениями.

Агрессия как страх

Полобное наблюдается при депрессиях.

тревожных расстройствах, некоторых типах расстройств личности и очень часто при посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР). Суть этих расстройств именно в том, что тревога выходит из-под контроля человека, наблюдается без внешнего повода, и у детей очень часто приводит к возникновению агрессии. Это агрессия, связанная с чувством страха, по сути своей – защитная.

Конечно, редко когда бывает, что эти виды агрессии наблюдаются в чистом виде. Часто импульсивная агрессия наблюдается вместе с аффективной возбудимостью, инструментальная агрессивность нередко бывает у детей с импульсивностью и так далее. Однако почти всегда можно выделить тип, который доминирует у этого конкретного ребёнка, и с ним работать. Патологическая агрессия — это не единая проблема, даже когда внешние проявления её одинаковы у разных детей. Требуется много внимания и понимания для того, чтобы понять, из-за чего ребёнок ведёт себя опасно, понять, как ему помочь.

Наш адрес:

г. Когалым
ул. Дружбы Народов, д. 12 кв. 36

Контактный телефон:

*отделение психологической помощи
гражданам*
8 (34667) 2-92-91

Сайт учреждения:

www.kson86.ru

*Бюджетное учреждение Ханты –
Мансийского автономного округа – Югры
«Когалымский комплексный центр социального
обслуживания населения»*

ОТДЕЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ГРАЖДАНАМ

«Агрессор поневоле»



г. Когалым