

Пассивная агрессия у детей: что делать

Чтобы справиться с таким поведением, научите ребенка здоровым способам выражения злости

Пассивно-агрессивное поведение возникает, когда ребенок скрывает чувство злости, потому что он еще не научился безопасно направлять свои чувства. Родители могут заставлять детей подавлять свое чувство злости, не давая им возможности выразить его каким-либо способом.

Так или иначе, чувство злости проявляется всегда. Если оно не выражено естественным способом, оно приобретает скрытую форму. Чувство злости должно быть выражено, и пассивно-агрессивные дети и подростки используют для этого пассивные способы, потому что считают, что так безопаснее. Они саботируют родительские слова, мстят и проявляют другие формы негативного поведения, чтобы оправдать свои чувства, которые, по их мнению, небезопасны, и их нельзя показывать окружающим.

Злость – это естественная эмоция. Понятия «хороших» детей обычно исходят от взрослых. Когда ребенок чувствует злость, его считают «плохим». Однако когда он подавляет свои чувства, он становится их заложником, а когда учится выражать их здоровым способом – развивает свой эмоциональный интеллект и учится строить прочные взаимоотношения на всю жизнь.

Пассивно-агрессивное поведение естественно для детей, но оно приносит им трудности дома, в школе и в общении со сверстниками.

Пассивно-агрессивные дети и родители не до конца понимают свое поведение. У детей пассивно-агрессивное поведение приводит к тому, что они игнорируют многие требования родителей, даже не самые жесткие. Они не хотят брать ответственность за свои действия и вместо этого обвиняют других или используют манипуляции.

Пассивно-агрессивный ребенок понимает свою враждебность по отношению к людям, от которых он зависит, но не видит связи между своим противостоянием и своими чувствами возмущения и враждебности.

Особенности пассивно-агрессивного поведения у детей

- Пассивно-агрессивные дети не хотят брать на себя какую-либо ответственность, но они не выражают свое возмущение открыто.
- Когда они плохо себя ведут, они избегают ответственности за эти поступки. Обычно они не очень усердны и специально делают работу плохо.

- Когда они хотят кому-то отомстить, то стараются вывести свою жертву из себя и спровоцировать реакцию. Кроме того, они не склонны доверять другим людям.
- Пассивно-агрессивных детей не беспокоит их собственное поведение, но оно беспокоит окружающих.
- Такие дети считают, что родители и учителя не ценят их усилия. Они часто не выполняют свою часть общей работы и перекалывают ее на других. Они специально откладывают работу до последнего, чтобы избежать ее. Также они считают, что требования, которые предъявляют им родители или друзья, необоснованы.
- Пассивно-агрессивные люди часто прерывают разговоры. Они принимают хмурый вид, становятся раздражительными и затевают споры.
- Они критикуют людей, от которых они зависят.
- Они специально медленно выполняют свою работу и возмущаются, если их подгоняют.
- На словах они соглашаются, но их действия не совпадают со словами. Также они отрицают свое чувство злости.

Признаки пассивно-агрессивного поведения у ребенка

О данном поведении у ребенка могут свидетельствовать такие фразы:

«я не могу это сделать, потому что...»;

«сделаю через минуту» (но при этом ребенок выполняет обещанное гораздо позже);

«мне все равно»;

«хорошо»;

«я не слышал, что ты сказала»;

«я и так сделал очень много»;

«я забыл сделать то, что ты просила. Нужно было записать»;

«я пытался сделать то, что ты просила. Но я не знал, что это для тебя так важно, поэтому я не доделал»;

«я сделаю, но сначала мне нужно сделать свои дела»;

«эта работа – не моя ответственность»;

«я не знал, что ты хотела, чтобы я это сделал».

Рассмотрим несколько советов, как справиться с пассивно-агрессивным поведением ребенка:

поощряйте своего ребенка выражать свои чувства;
позволяйте ребенку кричать и злиться, не сердитесь в ответ и не заставляйте его подавлять свои чувства;
сохраняйте спокойствие;
дайте понять ребенку, что вы хотите помочь ему справиться с эмоциями;
будьте внимательны к чувству злости ребенка. Помогите ему выразить свою злость и научите его прислушиваться к своим чувствам;
скажите ребенку, что вы уважаете его чувства;
покажите ему пример хорошего поведения.
Родители, дети и семейная динамика

Проявляя пассивно-агрессивную реакцию на поведение ребенка, вы укрепляете его скрытые способы выражения злости. Показывая пример открытого выражения чувств, вы учите этому ребенка. Если вы учите его здоровым способам выражения злости, вы помогаете ему позитивно и открыто выражать свои чувства. Вы освобождаете скрытую злость и, в конце концов, помогаете ей исчезнуть. Будьте честными со своими эмоциями – этот урок вы и ваши дети должны усвоить на всю жизнь.

Если ребенок выполняет поставленные задачи, реагируйте на это положительно. Хвалите его за маленькие и большие достижения. Расскажите ему, как он важен в семье. Поощряйте, чтобы он принимал решения, и объясните, что ошибаться – это нормально. Дайте ему понять, что его выбор важен.

Ребенок должен найти здоровые способы выражения своей злости. Ему необходимо знать, что он всегда может сказать: «Я злюсь». Он нуждается в словах, которые освободят его чувства, и вы можете ему в этом помочь. Цените его чувства. Покажите, что вы уважаете его самого и его эмоции. Помогите ему справиться со своими чувствами и найти новые способы почувствовать себя лучше.

Если вы заметите, что ребенок испытывает проблемы с выражением злости, и поможете ему выразить свои чувства без страха, вы поможете ему вырасти счастливым взрослым.

Дети, которые кажутся упрямыми, безответственными, ленивыми или забывчивыми, склонны к пассивно-агрессивному поведению. Оно часто

встречается у дошкольников и подростков. Это происходит потому, что эмоции развиваются у детей в последнюю очередь.

Дети хотят чувствовать самостоятельность. Дети и родители постоянно борются за власть. Дети хотят чувствовать себя более независимыми от контроля родителей. Когда родители пытаются установить границы ребенку, он возмущается их вторжением и тем, что его ограничивают.

Детям бывает трудно заявлять о своих потребностях и выражать свой протест против родителей. Чаще всего родители просто защищают ребенка и присматривают за ним. В таких условиях ребенок вынужден соглашаться и подчиняться установленным правилам или требованиям.

Когда подросток чувствует, что не готов выполнять эти требования, он может проявлять или бунтарское, или пассивно-агрессивное поведение. Чаще всего он выбирает последнее, чтобы избежать конфликтов в семье. Пассивно-агрессивное поведение вызывает фрустрацию у всех, кто с ним сталкивается, в данном случае – у родителей.

В таких случаях подросток обычно забывает сделать то, что пообещал, плохо выполняет свои обязанности, говорит, что не услышал просьбу родителей и поэтому не выполнил ее и т. д. Он делает все для того, чтобы расстроить родителей.

Пассивно-агрессивное поведение также можно наблюдать и у дошкольников. Это помогает им избежать наказания, потому что создает иллюзию, что они пытались выполнить требуемое. Если ребенок впадет в истерику – родители его накажут, но если ребенок скажет, что сделал плохой поступок случайно, это создаст иллюзию его невиновности и поможет ему получить желаемое с минимальными последствиями.

Дети обычно перерастают пассивно-агрессивное поведение.

Пассивно-агрессивные дети всех возрастов развиваются нормально и не создают никаких проблем, когда их временные проявления пассивно-агрессивного поведения прекращаются.

Обычно дети выражают свои потребности и другими способами. Они могут использовать юмор, агрессию, самоуверенность, беспомощность, вступать в переговоры или показывать свою зависимость. Когда пассивно-агрессивное поведение – это всего лишь один вариант из множества возможных, это перестает быть проблемой. Когда такое поведение – выбор ребенка, а не стабильная внутренняя реакция на людей, от которых он зависит, нет

оснований полагать, что ребенок страдает от пассивно-агрессивного расстройства личности.

Пассивно-агрессивное поведение можно исправить, например, в случаях, когда ребенок откладывает дела до последнего. В таких случаях можно установить ему наказание.

Проблема пассивно-агрессивного поведения у ребенка заключается в том, что родители подвержены эмоциональным перепадам. Поэтому важно придерживаться постоянного курса, который приводит к положительным результатам.

Выражение недовольства в таких случаях не помогает. Пассивно-агрессивные дети используют свои способы контроля над родителями и сопротивляются их требованиям. Они не показывают своих истинных намерений, но заставляют родителей поверить, что будут подчиняться. Они не контактируют со своими истинными чувствами и не проявляют злость открыто.

Пассивно-агрессивные дети избегают конфронтации. Они чувствуют себя победителями в ситуациях, когда вы срываетесь на них или испытываете из-за них фрустрацию. В любом случае они остаются в выигрыше.