

АГРЕССИВНЫЙ РЕБЕНОК

(консультация для родителей)



Проявления агрессии, злости — естественны, хотя и пугают многих родителей. Ребенок не может быть злым от природы. За агрессивными проявлениями малыша всегда стоят какие-либо причины, и злость — это естественное следствие каких-либо внутренних или внешних событий, которые происходят с вашим ребенком. Часто агрессия — отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг ребенка события. Но иногда, если вовремя не помочь ребенку, агрессия может стать устойчивой формой поведения, превращаясь со временем в качество личности. Прежде чем запрещать или подавлять проявления злости, стоит разобраться в причинах, их вызывающих.



Ваш ребенок может проявлять агрессию, если:

- ☒ Его обижают, унижают. Неправедливое отношение может вызвать здоровую злость, которая зачастую позволяет ребенку защитить и отстоять себя.
- ☒ Кто-то нарушил его личные границы: забрал у него игрушку, причинил ему физическую боль, прервал игру, разговор и т.д.
- ☒ Он устал, болен или сильно напуган. Злость может быть выражением бессилия.
- ☒ Вы мало обращаете на него внимания. Ему не хватает любви и тепла, он использует злость, чтобы привлечь ваше внимание на себя.
- ☒ Кто-то в семье скрыто или открыто агрессивен. Ребенок, копируя поведение взрослых, может считать, что вести себя таким способом — это естественно.
- ☒ Он по каким-то причинам не чувствует себя защищенным. Он может нападать на других, пытаясь «опередить» воображаемого агрессора.
- ☒ Он привык считать себя плохим, потому что им часто недоволен. Чужую критику и недовольство ребенок не может долго носить в себе, он пытается от них избавиться, осуждая и критикуя других.
- ☒ Он пережил какое-то травматическое событие: горе, перемену места жительства, сильный страх, насилие, стресс.

Vasilisa_miss



Учить его:

- ☒ понимать собственное эмоциональное состояние и чувства других людей;
- ☒ сопереживать другим людям;
- ☒ выражать гнев, злость приемлемыми способами, ясно и конкретно, а не манипулятивно проявлять свое недовольство;
- ☒ отстаивать свои личные границы, не нападая при этом на чужие;
- ☒ осознавать ответственность за свои поступки.
- ☒ относиться к окружающему миру и своему малышу позитивно.

Если вы не справляетесь с агрессивными проявлениями ребенка, если они проявляются постоянно и приобретают форму жестокости — обязательно обратитесь к специалисту — психологу или психоневрологу! Положительные изменения возможны, только если вы будете последовательными. Важно терпение и внимание к ребенку, его чувствам, его нуждам и потребностям.



Чтобы избежать излишней агрессии, стоит подробно объяснять ребенку, почему вы ему запрещаете делать что-то, чаще искренно говорить ему о своей любви. Требования, предъявляемые детям, должны быть разумны, а на их выполнении надо настаивать, ясно давая детям понять, чего от них ждут.

И конечно, не забывайте хвалить своего умницу за его успешные действия! Вам следует сосредоточить усилия на формировании желательного поведения, а не на искоренении нежелательного. Когда дети реагируют должным образом, сделайте все, чтобы закрепить эти усилия. Скажите им: «Мне нравится, как ты поступил». Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими.



С детской агрессией встречается в те или иные периоды развития ребенка большинство родителей. И зачастую теряются, как вести себя в этих ситуациях. Главное правило — во всех случаях необходимо действовать с искренней любовью и уважением.

Личный пример

Не стоит оскорблять ребенка, унижать его, запугивать, применять физические наказания. Ребенок впитывает все, что вы делаете и говорите, вы подаете пример, как обращаться с агрессией.

Если с рождения родители запрещают ребенку выражать агрессию (например, ругают, говорят «Не кричи! Не злись!»), он усвоит, что злиться — плохо, попытается ничего не чувствовать. Но при этом он видит, что родители сами кричат друг на друга, на него или применяют физическую силу. То есть действия родителей расходятся с их словами.

Этот внутренний конфликт приведет лишь к новой напряженности, подавлению чувств, неискренности, депрессиям или враждебности. Поэтому если вы хотите, чтобы ребенок безопасно выражал свои чувства, обратите внимание, какой он получает пример от своего окружения. Если у вас сложности с контролем своей агрессии или с выдерживаем агрессии своего ребенка, то, возможно, стоит обратиться к психологу.



Если вы стали замечать, что ваш ребёнок наэлектризован злостью, обзывается, дерётся, обижает и жестоко относится к животным, то первое, что вы должны сделать, это задать себе вопросы:

- Когда это началось?
- Как ребёнок проявляет агрессию?
- В какие моменты ребёнок проявляет агрессию?
- Что явилось причиной агрессивности?
- Что изменилось в поведении ребёнка с того времени?
- Что на самом деле хочет ребёнок?
- Чем вы реально можете ему помочь?

Причины агрессивности почти всегда внешние: семейное неблагополучие, лишение чего-то желаемого, разница между желаемым и возможным. Поэтому работу с агрессией своего ребёнка необходимо начать с самостоятельного анализа внутрисемейных отношений. Это будет главным шагом в решении существующей проблемы.

Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные ниже. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры), а также с друзьями своего ребёнка.



Самое главное – попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.

"ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ" (для детей с 4 лет)

Каждому участнику даётся "пыльная подушка". Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её "почистить".

"ДЕТСКИЙ ФУТБОЛ" (для детей с 4 лет)

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья – обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.

Примечание: взрослый следит за соблюдением правил – нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

"ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС "МОЖНО" (для детей с 4 лет)

Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час "можно", когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть на них и т.д.

Примечание: "часы" можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

"РУГАЕМСЯ ОВОЩАМИ" (для детей с 5 лет)

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а ... овощами: "Ты – огурец", "А ты – редиска", "Ты – морковка", "А та – тыква" и т.д.

Примечание: Прежде, чем поругать ребёнка плохим словом, вспомните это упражнение.