



Фото из открытого источника:

<https://www.pravmir.ru/wp-content/uploads/2016/07/pasted-image-0.png>

Как бороться с детской агрессией – советы родителям

Агрессивное поведение детей – это своеобразный метод привлечения внимания. Такой ребёнок «сигнализирует» о том, что он нуждается в любви и ласке, понимании и принятии. С помощью агрессии он даёт понять, что испытывает внутренний дискомфорт, что чувствует себя отверженным и забытым.

Не заметить ребёнка с агрессивным поведением довольно сложно. Часто это драчливый и грубый ребёнок, который может напасть и ударить сверстника или родителей, ломающий игрушки, кричащий или целенаправленно употребляющий грубые выражения.

Агрессивный ребёнок становится большой проблемой для родителей, воспитателей, учителей. Такого «сложного» ребёнка очень трудно принять, и ещё сложнее понять, в чём причина такого поведения.

Агрессия у детей выступает проявлением негативной реакции на поступки и действия окружающих, которые пришлись им не по нраву.

Агрессивная реакция представляет собой выражение гнева, а также негодования в словесной форме или в форме физического воздействия. При подкреплении агрессии у детей ошибками в воспитании, она переходит в агрессивность, как черту характера.

На что же следует обратить внимание родителей в поведении ребёнка:

- ребёнок не может контролировать свои слова, действия, эмоции, поведение в целом. В редких случаях может пытаться взять под контроль

своё поведение, но, ни чего из этого не выходит;

- ребёнок часто ругается с ровесниками и взрослыми, целенаправленно вступает с ними в споры и выясняет отношения;
- ломает игрушки, рушит строения, выполненные другими; любит портить вещи других и при этом получает явное удовольствие;
- не реагирует на просьбы, указания и нарушает установленные правила;
- намеренно совершает «плохие» поступки, чтобы вызвать негативную реакцию;
- помнит об обиде и обидчике, зачастую хочет отомстить обидчику;
- не может признавать свои ошибки, всегда пытается оправдаться или обвинить другого.

Для детей, особенно дошкольного возраста, свойственно непослушание. Если на это есть серьёзная причина (*несправедливое наказание, обида*), то злость ребёнка и его агрессия вполне оправдана, и в таких случаях считается абсолютно нормальной реакцией ребёнка.

Родителям стоит принимать меры только в том случае, если они замечают у своего ребёнка как минимум несколько признаков из вышеперечисленных регулярно (*от шести месяцев*).

Рекомендации родителям агрессивного ребенка:

- 1.** Нельзя запрещать ребёнку выражать негативные эмоции. Подчеркивайте, что любые эмоции – это нормально!
- 2.** Помогите ребёнку найти способ для «экологичного» выражения агрессии (*это может быть спортивная секция, подвижные игры*).
- 3.** Разговаривайте с ребёнком, спрашивайте о том, что его беспокоит.
- 4.** Повышайте самооценку ребёнка: хвалите за его «*сильные*» стороны, подчёркивайте достоинства.
- 5.** Снижайте уровень критики.
- 6.** Постарайтесь исключить или минимизировать агрессию из окружающего мира ребёнка (*наказания, ТВ и компьютерные игры с агрессивными акцентами, грубые фразы в разговоре*).
- 7.** Старайтесь общаться из позиции «на равных».
- 8.** Следите, чтобы ваши слова ни расходились с делом (*к примеру: говорим о недопустимости применения нецензурных слов, а сами их применяем*).

9. Развивайте коммуникативные навыки ребёнка.

Следует помнить, что наказания и запрет на выражение негативных эмоций могут закрепить агрессивное поведение ребёнка, загнать проблемы вглубь. Ищите причину возникновения такого поведения.

Когда агрессию у ребёнка не стоит подавлять?

Родителям важно уметь отличать приступы агрессии у ребёнка от желания защитить свои интересы.

Пример 1. К вашей дочери на детской площадке подходит девочка постарше, толкает, обзывает, пытается отобрать куклу. У вашей малышки есть веские основания начать злиться и пытаться всеми силами защитить своё имущество.

Пример 2. Вы пообещали сыну почитать на ночь книгу, если он наведёт порядок на столе. Мальчик убрал карандаши на место, но вы не сдержали слово, сославшись на занятость. Малыш имеет право рассердиться и обидеться на вас.

Из этого праведного гнева в будущем вырастет умение отстаивать свою точку зрения. Если же в подобных ситуациях вы будете ругать своё чадо, то у него закрепится убеждение, что защищать себя – плохо.

Если ребёнок не умеет открыто конфликтовать, то он начинает это делать скрыто (*пассивно*): отказывается выполнять домашнее задание или есть, беспричинно враждует с другими детьми, отказывается идти на компромисс.

Скрытая агрессия у подростков мешает выстроить здоровые отношения, становится причиной неконтролируемой ревности и подозрительности, приводит к саморазрушению.

Характер человека во многом зависит от микроклимата в семье. Родителям следует придерживаться одного стиля воспитания, мирно улаживать возникшие разногласия, относиться к ребёнку с уважением, хвалить его даже за самые незначительные успехи и достижения.

Взрослые должны сами уметь контролировать себя и подавать детям правильный пример.

Родители должны озвучивать чувства малыша и причины, по которым они появились. Так он быстрее научится понимать, что с ним происходит. («Ты злишься, потому что Серёжа сломал твою машинку.»)

Не стоит накалять обстановку во время общения с детьми, склонными к насилию.

Осуждать стоит поступок, а не ребёнка («Ты поступил очень безответственно», а не «Какой же ты безответственный!»).

Уделяйте своему ребёнку время, обнимайте его и играйте с ним. Учите своего малыша разговаривать, делиться своими переживаниями и страхами. Тогда ему не понадобится добиваться вашего внимания и доказывать свою значимость агрессивными методами.

Подготовлено по материалам:

Т.Верухина, психолог, педагог дополнительного образования, источник: <http://p.podrostok.pro/mama-ty-plohaya/>, <https://findmykids.org/blog/ru/agressivnoe-povedenie-u-rebenka>

Д.Карпачев, специалист в области детской возрастной психологии, гештальт-терапевт, источник: <https://blog.karpachoff.com/passivnaya-agressiya-v-otnoshenii-rebyonka>

С.Пергаменщик, детско-подростковый психиатр, источник: <https://arbat25.ru/myi-lechim/detskie-napravleniya/rasstrojstvo-povedeniya-u-detej-i-podrostkov>

Т.Шаранда, психолог, источник: <https://mag.103.by/topic/49803-jesli-roditely-prevrashhajetsya-v-muchitelya-on-kalechit-zhizny-rebenka-psiolog-o-skrytoj-i-javnoj-agressii-k-detyam/>

