

Агрессивное поведение детей

Агрессия, к сожалению, окружает нас и наших детей.

Почему ребенок становится агрессивным, всегда ли причинами такого поведения являются внешние факторы, что в таком случае делать родителям, как помочь?

Признаки агрессивности:

ребенок вспыльчив, непокорен, непредсказуем, самоуверен, недостаточно внимателен к чувствам окружающих, дерзок, проявляет негативизм.

Причины агрессивного поведения:

- Неумение ребенка управлять своим поведением;
- Недостаточное усвоение ребенком общественных норм поведения, общения.
- Неблагополучная семейная обстановка:
отчуждение, постоянные ссоры, стрессы;
нет единства требований к ребенку;
ребенку предъявляются слишком суровые или слабые требования;
физические (особенно жестокие) наказания;
асоциальное поведение родителей;
плохие жилищно-бытовые условия, материальные затруднения.
- Трудности обучения.

Советы родителям

- Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, показывая ребенку личный (положительный) пример.
- Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
- Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
- Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть.
- Направьте его энергию в положительное русло (например, спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (восточные единоборства, бокс, ушу), рисование, пение).
- Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.
- На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка

своеобразным «развлечением».

- Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
- Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!».
- Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научится быть гуманным и добрым.
- В том случае, если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему предоставляется такая возможность в игре.

Можно предложить ему следующие игры:

подраться с подушкой;

рвать бумагу;

используя «стаканчик для криков», высказать свои отрицательные эмоции;

поколотить стул надувным молотком;

громко спеть любимую песню;

налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом;

пробежать несколько кругов вокруг дома или по коридору;

покидать мяч об стену;

устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».

• Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, окриknите ребенка.

• Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой (Например: «Если ты хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул»), а затем научите ребенка выражать свои чувства, переживания в словесной форме.

Помните, что бороться с агрессивностью нужно терпением, объяснением, поощрением.