

Рекомендации родителям, имеющим детей, склонных к проявлению агрессии в поведении.

Причины возникновения агрессивности в поведении детей:

1. Стремление ребенка к лидерству среди сверстников при отсутствии возможности реализовать свои ожидания. Если дети не признают ребенка лидером, а возможно даже отвергают его, ущемляя самолюбие ребенка, агрессия будет направлена на того ребенка, которого он будет считать виновником своего положения.
2. Позитивная оценка взрослым агрессивных действий ребенка.
3. Навешивание на ребенка ярлыка со стороны взрослого: «Он себя всегда так ведет», «Он драчун и грубиян».
4. Желание возмездия. Если ребенок был несправедливо наказан, он направит свою агрессию на виновника его бед.
5. Агрессия, как способ привлечения внимания окружающих. В ее основе лежит неудовлетворенная потребность ребенка в общении и любви.
6. Агрессия, как форма протеста взрослому против ограничения его желаний.
7. Повышенная тревожность, связанная со страхом нападения, ожиданием физических наказаний. Унижений и оскорблений.
8. Смерть близкого человека, развод родителей. Это защитная реакция ребенка на стресс, связанная с чувством незащищенности.
9. Конфликты в семье, связанные с агрессивными действиями взрослых, как пример взаимодействия с окружающими.

Развитию агрессивности в поведении ребенка способствуют взаимоотношения родителей в семье, и выбор ими определенного стиля воспитания.

Если малыш воспитывается в демократической семье, в которой для жизни малыша созданы комфортные условия, где родители предъявляют адекватные требования к ребенку с учетом индивидуальных особенностей, общаются с ним, включают малыша в обсуждение семейных проблем, любят его и всегда готовы прийти ему на помощь, то он будет расти доброжелательным, инициативным, общительным, любознательным и уверенным в себе. А потому, у него не будет накапливаться негативное эмоциональное напряжение, способствующее накоплению гнева и требующее выхода в виде агрессивных реакций на действия окружающих. Если же малыш будет воспитываться в авторитарной семье, в конфликтной и напряженной обстановке, травмирующей его психику, где воспитательный

процесс сводится к предъявлению ребенку завышенных требований, тотальному контролю и постоянными жесткими наказаниями за любую провинность - он станет нервным, плаксивым, непослушным и агрессивным. К тому же агрессия взрослых по отношению друг к другу и к ребенку, будут являться для малыша образцом поведения в обществе. Поэтому у агрессивных родителей часто бывают агрессивные дети. Если же родители, наоборот, делают из ребенка кумира семьи, то все их воспитание и общение сводится к угадыванию желаний, потаканию всех его капризов, в восхищении его мнимыми успехами. Это, как правило, приводит к формированию высокого уровня притязаний, стремлению к лидерству при не достаточном упорстве. Не получив такого же одобрения своих действий со стороны сверстников, как со стороны родителей, такие дети стараются завоевать свое лидерство посредством кулаков и других агрессивных действий.

Как же вести себя родителям в момент агрессии малыша?

Агрессивное поведение ребенка возникает как реакция на определенную ситуацию, поэтому требует от родителей быстрой реакции. Если ребенок кричит, бросается на Вас или окружающих с кулаками в общественном месте – обнимите его, прижмите к себе и уведите от посторонних глаз в место, где вы будете с ним наедине, и где он сможет успокоиться. Очень важно в этот момент не кричать на малыша, а оставаться спокойным. Когда он немного успокоится, скажите малышу о том, как вы его любите и как огорчены этой ситуацией. Предложите ребенку выход из ситуации, перенаправив вектор агрессии в другую сторону. Помните, что подавлять агрессию детей нельзя, поскольку накопившиеся отрицательные эмоции могут не только закрепить в поведении ребенка агрессивные тенденции, но и негативно сказаться на его психике и привести к психическим расстройствам.

Итак, если Ваш малыш часто вступает в конфликт с окружающими, неуживчив в коллективе, криклив, драчлив, ломает игрушки, в момент сильного эмоционального напряжения, а также жестоко относится к животным, то с уверенностью можно сказать, что в его поведении просматриваются агрессивные реакции и ребенку нужна Ваша помощь.

В первую очередь Вы должны понять, что в вашей жизни происходит не так, почему ваш ребенок себя так ведет. Пересмотрите ваши семейные отношения, возможно в них вы найдете ответ на свой вопрос. Понаблюдайте за поведением вашего ребенка и выясните, в каких случаях он ведет себя

агрессивно. В каждом конкретном случае помогите малышу выйти из ситуации.

Измените свою реакцию на агрессивные действия ребенка. Будьте терпимее к своим детям, помните, что дети поступают плохо, потому, что чувствуют себя плохо. Полезно будет пообщаться с другими родителями, столкнувшимися с аналогичными проблемами. Это поможет Вам избавиться от чувства вины перед своими детьми («Я плохая мать!») и понять, что Вы не одни столкнулись с такой ситуацией и, что все проблемы можно решить.

Поставьте себя на место вашего ребенка, проанализируйте его чувства и эмоции, подумайте, что ждет от вас ребенок в этот момент. Покажите малышу словом и делом, что понимаете его и поможете, что он не один: «Тебе было очень плохо, когда на тебя накричали при всех. Тебя обидели», и обсудите с ребенком все возможные реакции на ситуацию. Покажите ребенку конечную неэффективность агрессивного поведения.

Объясните ему, что даже если в начале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у другого ребенка понравившуюся игрушку, то впоследствии с ним никто из детей не захочет играть, и он останется в гордом одиночестве. Вряд ли его прельстит такая перспектива.

Научите ребенка контролировать свою агрессию, отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда.

Покажите ребенку все возможные способы избавления от гнева, сместив агрессию на другие объекты: например, разрешите ему поколотить подушку. Также можно выразить свои накопившиеся отрицательные эмоции в рисунке. Справиться с агрессией можно с помощью сказкотерапии. Сочините вместе с малышом сказку, в котором этот он будет главным героем. Используя картинки, вырезанные из журналов, или фотографии самого ребенка, создайте ситуации, в которых ребенок ведет себя достойно и заслуживает похвалу. Обсудите его поведение и дайте оценку его действиям совместно с малышом.

Снизить агрессивность в поведении ребенка помогут дозированные физические нагрузки, поэтому многие психологи советуют родителям, имеющим агрессивных детей использовать занятия спортом для снижения внутреннего эмоционального напряжения. Запишите Вашего ребенка в спортивную секцию с учетом его интересов. Исключите на время из жизни ребенка компьютерные игры, фильмы ужасов и боевики, развивающие

агрессию. Покажите ребенку личный пример эффективного поведения, не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах.

И самое основное: Помните, что ваш ребенок – это личность, а поэтому относитесь к нему уважительно и предъявляйте к нему адекватные требования, с учетом возрастных особенностей. Как можно больше времени проводите со своим чадом, и тогда Вы увидите, что ваш ребенок станет ближе к вам, а вместе – вы преодолеете все проблемы.

Оксана Шмакова,

психолог ГКУЗ «ВОЦМП»