

Консультация для родителей «Агрессивный ребёнок»

Проявления агрессии, злости – естественны, хотя и пугают многих родителей. Ребёнок 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 ребёнком. Часто агрессия – отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг ребёнка события. Но иногда, если вовремя не помочь ребёнку, 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 ребёнок может проявлять агрессию, если:

- Его обижают, унижают. Несправедливое отношение может вызвать здоровую злость, которая зачастую позволяет ребёнку защитить и отстоять себя.
- Кто-то нарушил его личностные 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 обратить ваше внимание на себя.
- Кто-то в семье скрыто или открыто агрессивен. Ребёнок, копируя поведение взрослых, может считать, что вести себя таким образом – это естественно.
- Он по каким – то причинам не чувствует себя защищённым. Он может нападать на других, пытаясь «опередить» воображаемого агрессора.
- Он привык считать себя плохим, потому что им часто недовольны. Чужую критику и недовольство ребёнок 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.

Формы проявления агрессии:

Агрессия может выражаться в словесной форме: ребёнок кричит, обзывается, угрожает, оскорбляет сверстников; и физической: ребёнок нападает на детей или взрослых, дерётся, кусается, пинается, толкается, швыряет предметы, ломает игрушки, разрушает результаты работы другого ребёнка. Агрессия может носить и не прямой характер: ребёнок игнорирует ваши просьбы, «не слышит» вас; ябедничает, провоцирует сверстника, чтобы обидчику «досталось» от взрослых; манипулирует другими.

Приемлемые формы (которые можно поддерживать): можно разрешать ребёнку создавать рисунки с изображением агрессии в разных формах (взрывы, драки, войны и т.д.); играть с предметами (разрушать собственноручно построенные объекты, швырять игрушки); выражать протест: «нет!», желательно с объяснениями «почему»; ломать игрушки

(если это не очень дорогие во всех смыслах предметы); бить подушки, спортивные груши; бороться с кем –нибудь (по обоюдному согласию); заниматься спортивными играми, единоборствами.

Неприемлемые формы (которые стоит останавливать): не следует разрешать ребёнку оскорблять и унижать других людей, применять физическое насилие, выраженное по отношению к любым живым объектам (в том числе к животным), манипулировать чувствами других людей, провоцировать других.

Советы психолога родителям по взаимодействию с агрессивными детьми.

Вам как родителям важно:

1. Самим или с помощью психолога выяснить первопричины агрессивного поведения.
2. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребёнка. Осознавать, что в действительности агрессивное поведение – это порой лишь отчаянная попытка завоевать своё место под солнцем. Ребёнок не знает, как другим способом можно защитить себя или привлечь к себе внимание. Злость ребёнка не делает его плохим, обычно она – естественное выражение его недовольства; энергия, позволяющая защитить самого себя.
3. Знать, что жестокое подавление агрессивности не устраняет это качество, а лишь усиливает его. Если же вовсе не обращать внимания на агрессивные реакции, ребёнок начинает считать, что такое поведение дозволено, и одиночные вспышки перерастают в привычку действовать агрессивно. Важно быть последовательным и учиться твёрдо, но не агрессивно реагировать на нежелательное поведение ребёнка. Обсуждать следует поступок, а не ребёнка в целом. Ребёнок должен понимать, что вы любите его, но вы против того, как он себя ведёт.
4. Понимать, что частые наказания, приказы и запреты заставляют ребёнка подавлять свой гнев, а невыражаемая, постоянно подавляемая агрессия может перейти в аутоагрессию (агрессию по отношению к себе), которая выражается в обкусывании ногтей, получении травм, постоянных болезнях и т.п., или привести к появлению в характере пассивно – агрессивных черт, выражающихся в желании вывести из себя, расстроить окружающих людей.
5. Спокойно относиться к происходящему, в случае незначительной агрессии по возможности игнорировать её. Если ребёнок проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, выслушать его и переключить внимание на что – то другое.
6. Контролировать собственные негативные эмоции. Когда ребёнок демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции у родителей (раздражение, гнев, возмущение, страх, беспомощность). Нужно признать естественность негативных переживаний, понять причину, характер, силу охвативших ребёнка чувств и сохранить с ним добрые конструктивные отношения.

7. Понимать, что когда вы что – то запрещаете ребёнку, он имеет право на последующее выражение злости по этому поводу, так же как и вы – на выражение своей.
8. Обращать внимание на то, как вы и окружающие ребёнка люди выражают злость, осознавая, какие модели выражения этой эмоции, скорее всего, будет копировать этот ребёнок.
9. Избегать просмотра телевизионных передач и т.п. агрессивного содержания.
10. 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 своё неудовольствие; отстаивать свои личностные границы, не нападая при этом на чужие; осознавать ответственность за свои поступки.
11. Относиться к окружающему миру и своему малышу позитивно.

Если вы не справляетесь с агрессивными проявлениями ребёнка, если они проявляются постоянно и приобретают форму жестокости – обязательно обратитесь к специалисту – психологу, детскому психотерапевту или психоневрологу.

Положительные изменения возможны, только если вы будете последовательными. Важно терпение и внимание к ребёнку, его чувствам, его нуждам и потребностям.

Удачи Вам!