

«Агрессивное поведение: как помочь ребенку?»

Существует 5 видов агрессии:

1. Физическая агрессия (физические действия против кого-либо)
2. Раздражение (вспыльчивость, грубость)
3. Вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань и т.д.)
4. Направленная агрессия (сплетни, злобные шутки)
5. Ненаправленная агрессия (крики в толпе, топание)
6. Негативизм (оппозиционная манера поведения)

Все эти виды агрессии можно наблюдать у людей всех возрастов, а иногда они проявляются с самого раннего детства. Агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия — это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события. Давайте рассмотрим возможные причины проявления агрессивного поведения у детей. Ведь только понимая причины возникновения нежелательных ситуаций, мы можем предотвратить их появление или исправить то, что уже произошло.

Возможные причины появления агрессии у ребенка:

1. Проявлению агрессивных качеств у ребенка могут способствовать некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга.
2. Негативно сказывается на детях просмотр агрессивных телепередач, компьютерные игры со сценами насилия.
3. Травмируют психику ребенка ссоры, конфликты, грубость в семье.
4. Формируют агрессию неразумные, не соответствующие возрасту требования, ограничения и наказания, накладываемые родителями по отношению к ребенку.
5. Травмирует ребенка строгое наказание, без проведения разъяснительных бесед, за любое проявление агрессивности у ребенка. В этом случае ребенок учится скрывать свой гнев в присутствии родителей, но это не гарантирует подавления агрессии в любых других ситуациях. Напротив такое поведение родителей возвращает, развивает в своем сыне или дочери чрезмерную агрессивность, которая будет проявляться даже в зрелые годы. Ведь всем известно, что зло порождает только зло, а агрессия — агрессию.
6. Пренебрежительное, попустительское отношение взрослых к агрессивным вспышкам ребенка также приводит к формированию у него агрессивных черт личности.

7. Отрицательно влияет и недостаточное время, уделяемое родителями ребенку. Дети часто используют агрессию и непослушание для того, чтобы привлечь к себе внимание взрослого.

8. Частая причина агрессии - ревность к другим детям.

9. Дети, родители которых отличаются чрезмерной уступчивостью, неуверенностью, а иногда и беспомощностью в воспитательном процессе, не чувствуют себя в полной безопасности и также становятся агрессивными.

Только родители, которые умеют находить разумный компромисс, «золотую середину», могут научить своих детей справляться с агрессией.

Рекомендации родителям по устранению и профилактики агрессивного поведения у детей:

1. Прежде всего, проанализируйте собственное поведение и стиль отношений между членами семьи. Дети копируют поведение своих родителей.

2. Исключите просмотр агрессивных мультфильмов, и тем более взрослых фильмов ужасов или триллеров, за исключением детских мультфильмов с «доброкачественной» агрессией, в которых учат, как постоять за себя.

3. Уделяйте время и внимание своему ребенку! Это позволяет почувствовать ему, что для вас он самый важный и любимый человек в мире. Ощущение собственной значимости и ценности для родителей формирует у ребенка здоровую нервную систему, самооценку и дружелюбное настроение.

4. Не злоупотребляйте замечаниями. Вместо того, чтобы говорить как не надо делать, говорите как надо делать.

5. Не следует вести разговоры об агрессивности ребенка при посторонних людях и уж тем более — при сверстниках. Это только повысит сосредоточенность ребенка на данной особенности своего характера, и придаст чувство обреченности и неприятия себя значимыми близкими.

6. Объясните ребенку, почему нельзя драться, кусаться, обзывать и т.д. Затем расскажите и покажите ребенку, какого поведения вы от него ждете: поцелуйте его, обнимите, поговорите с ним. Объясните ребенку, как чувствует себя тот, кого ударили или укусили.

7. При проявлении агрессии наиболее эффективным будет замечание, состоящее из трех частей: приказание прекратить неподобающее поведение («Перестань драться!»), объяснение причины, по которой это нужно сделать («Детям больно, когда ты их бьешь»), и альтернативного варианта поведения.

8. Обучите ребенка способам выражения гнева в приемлемой форме: например, заявить о своих чувствах.
9. Не применяйте силу. Применяя по отношению к ребенку телесные наказания, вы тем самым разрешаете ему бить других.
10. Не прикасайтесь к ребенку в тот момент, когда вы злы на него. В таких ситуациях лучше уйти в другую комнату и успокоиться.
11. Помните, что за любыми вспышками ярости или гнева у детей скрывается боль, обида или разочарование, постарайтесь понять своего ребенка и помочь ему.

Успехов вам, уважаемые родители!