

Консультации для родителей

«Как справиться с агрессией у ребенка?»

К сожалению, проблема детской агрессии сегодня распространена очень широко. Многие молодые родители впадают в ступор, когда замечают, что их сын или дочка дошкольного возраста постоянно злится, ругается, кричит и всеми возможными способами пытается обидеть как взрослых, так и своих сверстников. О том, что делать и как вести себя с агрессивным ребенком, мы попробуем разобраться.

Агрессия (*от лат. aggredere - нападать*) - поведение, направленное на нанесение физического или психологического вреда, вплоть до уничтожения объекта агрессии.

Причины агрессии у детей :

1. Соматические заболевания, нарушение работы отделов головного мозга.
2. Конфликтные отношения с родителями, которые не уделяют внимания, не интересуются ребенком, не проводят с ним время.
3. Копирование моделей поведения родителей, которые сами являются агрессивными как дома, так и в социуме.
4. Равнодушное отношение родителей к тому, что происходит в жизни ребенка.
5. Эмоциональная привязанность к одному родителю, где второй выступает в роли объекта агрессии.
6. Низкая самооценка, неумение ребенка управлять собственными переживаниями.
7. Непоследовательность родителей в воспитании, разные подходы.
8. Высокая возбудимость.
9. Недостаточная развитость интеллекта.
10. Отсутствие навыков налаживать отношения с людьми.
11. Копирование поведения героев из компьютерных игр или наблюдение за насилием из экранов телевизоров.
12. Жестокое отношение родителей по отношению к ребенку.

Как и у любого человека, есть свои уникальные причины агрессии у детей. Одного ребенка могут беспокоить «*холодные родители*», а второго – невозможность иметь желаемые игрушки.

Здесь можно вспомнить случаи ревности, которые возникают в семьях, где малыш является не единственным ребенком. Когда родители любят больше другого ребенка, больше его хвалят, уделяют внимание, тогда это вызывает негодование. Ребенок, который чувствует себя ненужным, часто становится агрессивным. Его объектами агрессии становятся животные, другие дети, сестры, братья и даже родители. Важным становится еще характер наказания, который применяют родители, когда ребенок провинился. Агрессия провоцирует агрессию : если ребенка избивают, унижают, критикуют, тогда он сам начинает становиться таким. Снисходительность или строгость как методы наказания всегда приводят к

развитию агрессивности.

Признаки агрессии :

- Обзываются.
- Отбирают игрушки.
- Бьют сверстников.
- Мстят.
- Не признают своих ошибок.
- Отказываются соблюдать правила.
- Гневаются.

- Плюются.
- Щипаются.
- Замахиваются на других.
- Используют оскорбительные слова.
- Истерят, зачастую напоказ.

Всегда ли это плохо?

Не всегда. В агрессивности есть свои положительные, здоровые черты, которые необходимы для жизни.

Это-настойчивость, упорство в достижении цели, стремление к победе, преодоление препятствий. Поэтому воспитательные мероприятия должны быть направлены не на полное исключение агрессивности из характера детей, а на ограничение и контроль ее отрицательных черт, и поощрение ее положительных проявлений.

Подходы воспитания детей у обоих родителей должны быть схожими. Они должны быть последовательными и едиными. Когда один родитель все разрешает, а другой – запрещает, это позволяет ребенку любить одного и ненавидеть другого. Родители должны продумать меры и принципы своего воспитания, чтобы ребенок понимал, что есть нормальным и правильным. Также здесь используются методы:

Битье подушки.

Переключение внимания на другое занятие.

Рисунок собственной агрессии, который можно разорвать.

Исключение родителями со своей стороны запугивания, оскорбительных слов в момент агрессии ребенка, шантаж.

Соблюдение полноценного питания.

Спорт.

Выполнение упражнений по релаксации.

Громко покричать в мешок крика.

Рвать бумагу на мелкие кусочки.

Бить боксерскую грушу.

Проговорить свои чувства.

Игры с песком.

Плавание снимает эмоциональное напряжение.

Мамам и папам таких детей могут помочь следующие рекомендации:

- В первую очередь, проанализируйте собственное поведение. Помните, дети в любом возрасте копируют своих родителей;
- Ограничьте просмотр телевизора и тщательно выбирайте передачи и фильмы, которые может смотреть ваше чадо. Не допускайте, чтобы ваш сын или дочка видел триллеры, фильмы ужасов или любые сцены насилия;
- Несмотря на занятость, всегда находите время на игру и разговор как с малышом, так и с подростком;
- Старайтесь делать как можно меньше замечаний. Нервный и агрессивный ребенок не воспринимает критику. Гораздо лучше спокойно объяснить, что бы изменилось, если бы он сделал определенное действие по-другому;
- Терпеливо объясняйте своему чаду, почему нужно вести себя по-доброму;
- Держите себя в руках.

Если же даже при соблюдении всех вышеуказанных рекомендаций вы не можете совладать со своим отпрыском, обратитесь к специалисту.

Когда нужна помощь специалиста?

Специального вмешательства требуют два типа агрессивности ребенка :

Первый - когда ребенок старше пяти лет получает удовольствие, мучая других детей и животных. Такой тип редок, но всегда требует специального лечения у психоневролога.

Второй – гиперактивный ребенок. Такой ребенок беспокоен, агрессивен, все и вся задевает, за ним тянется «шлейф» разрушений и обид. Поведение такого ребенка отличается импульсивностью, необдуманными поступками, нарушением запретов. Такой ребенок может быть в душе любящим, великодушным, милым, но биохимический дисбаланс коры головного мозга делает его поведение сверхактивным. Такой импульсивный ребенок – предмет забот врача, который может предписать нужные лекарства.

Агрессию невозможно полностью исключить из жизни человека, однако ее можно научиться понимать и контролировать. Хорошо, когда агрессия является реакцией, а не качеством характера. Итогом воспитания, когда родители занимаются устранением агрессивности у своих детей, является самостоятельность и сильная личность. Прогноз при отсутствии попыток родителей помочь ребенку в контроле своей ярости может быть неутешительным.

Во-первых, ребенок по достижению подросткового возраста может найти плохих друзей. У всех они появляются. Только дети, которые могут контролировать свою агрессию, вскоре сами уходят из «плохих компаний».

Во-вторых, ребенок будет находиться в замешательстве. Он не умеет понимать свои переживания, оценивать ситуацию, контролировать свои действия. Результатом подобного поведения может стать тюрьма или гибель. Либо ребенок, когда вырастет, станет преступником, либо окажется в ситуации, где его искалечат или убьют другие агрессивные люди.

Стирается граница дозволенного у человека, который не учится управлять своими эмоциями. Это часто прослеживается у преступников. Как результат

отсутствия воспитания по устранению агрессии становится закрепление эмоции и формирование ее в качество характера. Как известно, злых людей никто не любит. Только такие же агрессивные люди могут окружать того, кто зол на мир. Такого ли будущего желают родители своему ребенку.