

Агрессивный ребенок



Каждый, кто хоть раз общался с детьми, наверное, имел дело с проявлениями *детской агрессии*. Для взрослых такое детское поведение представляет довольно серьезную проблему: как вести себя, если ребенок сердится, дерется, кусается? При этом говорить, что делать?

В последнее время довольно часто приходится иметь дело с *детской агрессией*. Создается впечатление, что количество детей с подобным поведением ежегодно увеличивается. Скорее всего, это так и есть. Ведь образ жизни, средства массовой информации, поведение взрослых очень **способствуют формированию у ребенка такого способа поведения, когда он постоянно вынужден демонстрировать свою силу, нападать, кричать и ругаться.**

Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, “гроза” дворов, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть. *Детская агрессивность* – **признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.**



Такие дети используют любую возможность, чтобы толкать, бить, ломать, щипать. Их поведение часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное *агрессивное поведение*, они всегда готовы разозлить маму, воспитателя, сверстников. Они не успокоятся до тех пор, пока взрослые не “взорвутся”, а дети не вступят в драку. Например, такой ребёнок будет сознательно одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит её крик или не получит шлепок. После этого он готов заплакать и, только получив утешение и ласку от мамы, успокоится. Не правда ли очень странный способ получения внимания? Но это для данного ребёнка единственный механизм “выхода” психоэмоционального напряжения, скопившейся внутренней тревожности.

Агрессия в той или иной степени присуща каждому человеку, так как является инстинктивной формой поведения, основной целью которой является самозащита и выживание в мире. *Агрессия* может проявляться физически (ударил) и вербально (нарушение прав другого человека без физического вмешательства).



Агрессивное поведение детей – это своеобразный сигнал «sos», крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительной энергии. *Агрессивное поведение* детей дошкольного возраста выражается всегда по-разному. И это поведение можно разделить на несколько видов:

1. **Внешняя агрессия** – она направлена на окружающих людей, животных, игрушки. Ребенок может кричать, обзывать, угрожать, дразнить окружающих. Также он может свою *агрессию* выражать жестами – пригрозить кулаком или пальцем, кривляться, передразнивать. Помимо устной и жестовой агрессии, ребенок может перейти и к физической, т. е. он может укусить, поцарапаться, подраться, ущипнуть, или толкнуть.

2. **Внутренняя агрессия** – эта *агрессия* направлена на самого ребенка. Он может себе кусать ногти, биться головой об стену, кусать свои губы, выдергивать ресницы или брови.

И к первому и ко второму виду *агрессии* нужно относиться серьезно. Постараться понять, почему она появилась, и потом провести коррекцию *агрессивного поведения* у детей.



Что означает такое поведение ребёнка и откуда оно берётся?

Как научить своего ребенка безопасно для себя и других проявлять недовольство и гнев?

Принято считать, что *агрессивное поведение* является реакцией ребенка на внешние раздражители. В большинстве случаев трудно с этим не согласиться. В те моменты, когда ребенок только учится взаимодействию с окружающим миром и людьми, *агрессия* служит определенным защитным механизмом. Поэтому ее проявления закономерны, но должны сойти на «нет» в течение небольшого периода времени. Если же приступы неконтролируемой ярости учащаются и длятся неоправданно долго, то специалисты диагностируют патологию в социальном развитии ребенка.

Причины агрессии у детей 3-6 лет.

➤ Своеобразное исследование мира. Малыш именно при помощи ударов или толкания сверстников узнает реакцию родителей, просто взрослых, находящихся рядом и самих «испытуемых» на такое поведение. Он определяет границы дозволенного и называть эти проявления *агрессией* не стоит. Обычно у самого ребенка при таких экспериментах не меняется настроение, то есть он остается спокоен.

➤ Проявление агрессии и злости. Часто *агрессия* у ребенка появляется в случае, если желаемое для карапуза не достижимо. Выясните потребность, возникшую у ребенка в данный момент, и объясните, почему ее нельзя удовлетворить или, наоборот, удовлетворите ее, по возможности.



Предложите замену, подобный обмен может успокоить ребенка и покажет, что родителям важно его мнение. Дети легко соглашаются на компромиссы, предлагаемые авторитетными для них взрослыми. Не пытайтесь отвечать на проявляемую *агрессивность* собственным раздражением, поскольку это перерастет в выяснение «кто главней», и подавленная эмоция сослужит ребенку плохую службу в дальнейшей жизни.

➤ В возрасте 3-6 лет, высказывая свое мнение, ребенок очень эгоцентричен. То есть согласиться со сверстником еще не может, да вообще нуждается в четких руководствах со стороны старших. Планирование ситуации и видение перспективы не отработаны, грань между фантазией и реальностью стерта. Ребенок видя по телевизору, как взрослый защищает свою территорию, считает, что и ему следует поступать так же. *Агрессия* в этом случае — просто подсмотренный навык. Далее мы расскажем, какие методы разъяснительных работ будут эффективны в этом случае.

➤ Неправильное поведение родителей и взрослых, которые находятся возле ребенка. Негативно может повлиять на ребенка неадекватное поведение родителей в быту, на глазах у малыша, нелюбовь, выражаемая родителями чересчур явно, обиды, возникающие по вине родителей или обстоятельств, оскорбления со стороны старших или угрозы.



Рекомендации по эффективному взаимодействию с детьми с агрессивным поведением:

- Упорядочить систему требований, следите за своими поступками, показывая личный (положительный) пример.

- Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила. Дайте понять ребёнку, что вы его любите таким, какой он есть. Собственным примером приучайте ребёнка к самоконтролю.



Направьте его энергию в положительное русло: в спорт, где ребёнок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (бокс, ушу, рисование, пение, плавание, бег).

- Предъявляя ребёнку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.

- Игнорируйте лёгкие проявления *агрессивности*, не фиксируйте на них внимание окружающих.

- Включайте ребёнка в совместную деятельность, подчёркивайте его значимость в выполняемом деле.
- На проявление **агрессии** устанавливайте жёсткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».

- Научите ребёнка жалеть окружающих. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдания близким людям.

- Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый (скажите ему: «*Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!*»).

- Если у ребёнка имеется потребность выплеснуть **агрессивные эмоции**, ему можно предложить, громко спеть любимую песню, пробежать несколько кругов возле дома или вокруг сада, покидать мяч об стену, порвать бумагу.



- Если профилактика **агрессивного поведения** детей будет проводиться постоянно, то агрессия ребёнка может и не коснуться.

- Нужно следить за содержанием фильмов и мультфильмов, которые просматривает ваш ребёнок.

- Следить за друзьями ребёнка, их поведением. А так же ознакомиться с играми, в которые играют дети.

- Развивать любовь и доброжелательные отношения с братиками и сестренками.

И главное любить и понимать своего ребенка.

Примеры эффективных методов для устранения агрессии у детей:

➤ Когда ребенок чувствует раздражение, гнев, обиду, предложите ему нарисовать или **вылепить из пластилина то, что он чувствует**. Но при этом обязательно просите рассказать, что он делает и чувствует при этом. Скорее всего, что рассказ будет именно о настоящих причинах **агрессии** у ребенка. Заострите внимание малыша на чувствах, чтобы потом помочь ему их идентифицировать и контролировать самостоятельно. Отвлекая его внимание, вы не дадите разгореться скандалу и истерике.



➤ Сшейте подушечку и объявите, что это «**мешок для злости**». Попросите малыша бить ее, как только он будет раздражен, то есть складывать плохое в мешочек. Это обезопасит его от травматизма во время истерики, не даст бить и кидать посуду или вещи.

➤ Объясните, что в перспективе драчливость не выгодна ему лично. Если он побил сверстника, то тот не будет больше с ним играть. Если бьет взрослых, то они не захотят общаться с тем, кто делает им больно. В итоге, одному будет намного скучнее, чем в компании. Можно подойти к ребенку, которого обижают

ваш малыш, обнять и поцеловать его. Таким образом внимание уделяется не драчуну, и он быстро сообразит, что может остаться один.

➤ **Обязательно донести до ребенка правила поведения в доме и на улице.** Например, «когда мы не деремся, с нами тоже не дерутся», «если мы не обижаем, то и нас не обидят», «игрушки можно брать, когда они свободны». Дети стремятся к порядку и указаниям, потому что самим им сложно. Так что используйте убеждение словом и правилами.



➤ **Хвалите чадо, если он прислушался к вашим наставлениям, но не используйте слово «хороший»** (по наблюдениям психологов малыши на него не реагируют). Акцентируйте внимание на том, сколько удовольствия он вам доставил своей сдержанностью.

➤ **Придумывайте совместные сказки, где он главный герой.** Это поможет лучше понять чувства, как при рисовании и лепке. Применяя эффективные методы сказкотерапии, вы поможете ребенку понять, как нужно и ненужно себя вести.

➤ **Почаще участвуйте в соревнованиях и устраивайте спортивные игры,** физическая усталость не оставляет места психическому раздражению.

➤ **Оставляйте для ребенка в доступном месте бумагу или старые газеты, чтобы он мог их рвать.** Предварительно объясните, что так вы узнаете о его гневе, а он ничего не ломает. Подобным по силе предложением считается топанье ногами или сильные вдохи-выдохи в момент приступа *агрессии*, а также боксирование с диванными подушками и резиновыми игрушечными молоточками.

➤ **Распознавать гнев можно научить с помощью плакатов или рисунков, которые сам малыш рисует.** Попросите изобразить разные эмоции и не убирайте рисунок. Договоритесь, что малыш может показывать вам на плакате то, что он чувствует. Это поможет предотвратить вспышки агрессии.



➤ **Сострадать и сопереживать малыша научат инсценировки, которые он будет проводить вместе с родителями.** Подойдут любые игрушки и предметы, поскольку воображение у детей развито намного сильнее, чем у взрослых. Просите, чтобы он сам придумывал и рассказывал о выдуманных героях. Рассуждайте с ребенком, кто прав и виноват в придуманных им ситуациях. Во время игры информация воспринимается лучше, чем во время лекции о неправильном поведении.