

Агрессивный ребёнок



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 сознательнее 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 (ударили) 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. Так же 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 отнестись 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 3-5 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 3-5 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. Заостряйте 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 обижает 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 обижают», «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 топание 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 нарисует.** 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.