

## *Рекомендации для родителей Агрессивный ребенок*

*Педагог-психолог детского сада №1 Бобылева Ольга Николаевна*

Все родители рано или поздно встречаются с детской агрессивностью. И всякий раз это приводит в замешательство. Иногда грешным делом думаешь: кто этот монстр? Почему он так себя ведет? Наверно, это я виновата, плохо воспитываю. Еще перед другими неудобно, ребенка, конечно, жалко и ... нет-нет да и хочется наподдать как следует. В эти минуты всегда вспоминайте о том, что детская агрессия – дело вполне естественное. Нужно только научить своего отпрыска направлять ее в мирное русло.

### *Агрессия на родителей*

Сыночку 2,5 года - психует, дерется, поэтому на улице гуляет отдельно от детей. Дома бьет бабушку, да и папу тоже, кидает игрушки. Резко меняется настроение – то хохот, то слезы...

Детский психолог Анна Безингер считает, что в этом возрасте малыш при помощи драк проверяет свои силы, учится ощущать возможности своего тела: «Малышу важно не только почувствовать свою силу, но и понять, что родители сильнее него. Поэтому нельзя позволять ребенку бить себя».

*Что делать?* «Сядьте на корточки, возьмите ребенка за руки и скажите спокойным, но твердым голосом, что вас бить нельзя. Ребенок может вырываться и кричать, следует повторить свои слова так же спокойно и твердо. Скорее всего, это необходимо будет сделать не один раз», считает педагог – психолог Татьяна Маркова.

*Что еще нужно знать?* «Кроме того, при помощи агрессии малыш учится быть активным, проявлять инициативу. Поэтому совсем пресекать эти вспышки не стоит. Важно уметь перенаправить силу в другое русло - бегать, прыгать, лазать, кричать, но делать это в подходящей обстановке (на улице, на занятиях спортом)», - комментирует психолог Анна Безингер.

Чешский психолог Зденек Матейчик однажды сказал: «Если у мальчика нет возможности пинать мячик, он будет пинать других...».

### *Агрессия на сверстников*

«Наш сын, три года и два месяца все время бьет детей. Иногда подходит со спины и исподтишка бьет по голове. Дети его уже боятся и с ним не играют», пишет отчаявшаяся мама.

Примерно к трем годам агрессия перенаправляется на ровесников. В основном, ребенок конфликтует чтобы проявить себя, чтобы «последнее слово» осталось за ним. Излюбленные способы: ударить ведерком по голове, высыпать песок в лицо, укусить, ударить или толкнуть. Чуть позже наш герой научится контролировать себя, усвоит так называемые социальные нормы.

*Что делать?* Хорошо, если родители будут мудры и предложат другой способ выражения своего состояния. В противном случае, агрессия «уйдет внутрь» и проявится хныканьем, бурчанием, упрямством или непослушанием. «Драки между детьми неизбежны. Их надо пресекать и учить ребенка говорить, что не нравится прежде, чем бить другого», - советует психолог Анна Безингер.

*Что еще нужно знать?* Детская агрессивность обычно нарастает на протяжении всего дошкольного возраста и идет на спад только к первому классу. Психологи связывают это с тем, что к этому возрасту ребенок уже умеет решать конфликты другим способом, у него уже появляется опыт «выпускания паров» в игровых ситуациях.

### *Основные причины детской агрессии*

1. «Холодное» поведение мамы – отчужденность, равнодушие, излишняя критика;
2. игнорирование мамой и папой его агрессивных проявлений - ребенок воспринимает это как поощрение такого поведения;
3. слишком суровое воспитание – физические наказания, унижения;
4. агрессивные родители, и тут важен даже не столько дурной пример, сколько то, что родители не умеют справляться со своей агрессивностью, поэтому не могут научить этому ребенка;
5. фильмы, мультики, передачи агрессивного содержания. Герои фильмов зачастую агрессивны, а детям хочется им подражать;
6. агрессивное поведение сверстников. Если в детском саду кто-то обижает ребенка, то он может взять такой способ общения «на вооружение», он просто посчитает что так принято или что так он защитит себя;
7. сложности в общении, например, постоянные незаслуженные упрёки со стороны учителя.

### *Как лучше реагировать?*

«Надо ли наказывать за агрессивное поведение?» – спрашивают многие мамы. С одной стороны, если ребенку один раз удалось добиться агрессией того, что он хотел, то он и впредь будет прибегать к такому способу. Но наказание за агрессию обязательно приведет к ее усилению. После наказания ребенок, возможно, и перестанет драться во дворе или портить вещи, но эта загнанная внутрь агрессия обязательно проявится как-нибудь еще: не дома, так в детском саду в виде обидных прозвищ в адрес сверстников.

Если вдуматься, наказание – самый яркий пример, демонстрирующий ребенку, что жестокость вполне годится в качестве меры воздействия.

*Вот, что поможет:*

1. Объясните ребенку, что с ним происходит. Например: «Ты сейчас очень злишься на меня, потому что я не купила тебе мороженое».
2. Покажите ребенку, что вы его понимаете: «Конечно, ты можешь быть недоволен». Не стоит говорить детям, что хорошие мальчики никогда не злятся. Дети не должны винить себя за свою естественную агрессивность.
3. Дайте ребенку понять, что вам не нравится его поведение, а не он сам. Например: «Я очень огорчена тем, что ты не убрал за собой посуду, как мы с тобой договаривались».
4. Предложите новые способы выражения агрессии. Например, вместо раскидывания игрушек и драки можно потопать ногами или покричать, бить руками специальную подушку, рвать газету, комкать бумагу, пинать консервную банку или мяч, бегать вокруг дома, писать все слова, которые хочется высказать в гневе.
5. Важно, чтобы в семье были четкие правила и одинаковые требования к ребенку у всех окружающих его взрослых.
6. Чаще играйте в любые игры с правилами. Играйте в «войнушку» - это поможет вам направить агрессию в «мирное русло».
7. Дайте ребенку совет: в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, несколько раз глубоко вдохнуть или сосчитать до десяти.
8. Можно попросить ребенка нарисовать чувство гнева. Тогда агрессия найдет выход в творчестве.
9. Поощряйте ребенка говорить о том, что его волнует, что он переживает, научите прямо говорить о своих чувствах, о том, что нравится, а что нет.
10. Предложите игры, которые научат ребенка управлять своими эмоциями, например:

#### *«Сварливый жук»*

Тщательно обыщите вашего малыша на предмет наличия воображаемого сварливого жука. Проверьте в ушах. Посмотрите в подмышках. На рубашке. В карманах. "Найдите" его, а когда найдете, поймайте и выбросьте в окно.

#### *«Мешочек со злостью»*

Взрослый показывает мешочек ребенку и объясняет, что этот мешочек не простой, а волшебный: все плохое, что накопится в душе, можно класть именно в него. После этого становится обязательным условие: злиться, визжать и кричать можно только в этот мешочек. После этого мешочек завязывается, и отрицательные эмоции остаются в нем в самом прямом смысле.