

Агрессивный ребенок в семье

Зачастую, дети, проявляющие агрессивность, 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 одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит её крик.

Почему ребенок так себя ведет? Потому что для такого ребенка это своеобразный способ получения внимания и единственный механизм «выхода» психоэмоционального напряжения.

Если вы стали замечать, что ваш ребёнок наэлектризован злостью, обзывается, дерётся, то первое, что вы должны сделать, это задать себе вопросы:

- Когда это началось?
- Как ребёнок проявляет агрессию?
- В какие моменты ребёнок проявляет агрессию?
- Что явилось причиной агрессивности?
- Что изменилось в поведении ребёнка с того времени?
- Что на самом деле хочет ребёнок?
- Чем вы реально можете ему помочь?

Причины агрессивного поведения:

Семейные причины

Безусловно, семья играет для ребенка огромную роль, т.к. именно в семье ребенок узнает о том, как устроен мир, как мир относится к нему, что надо и нельзя делать и многое другое. Родительская любовь и ласка говорят ребенку, что он нужен, что мир прекрасен и безопасен, что он всегда может рассчитывать на поддержку и помощь.

Среди причин агрессивности ребенка, обусловленных семьей, можно отметить следующие особенности:

- **Неприятие ребенка.** Отмечается повышенная агрессивность нежеланных детей или детей с особенностями развития, когда данные особенности не принимаются родителями.
- **Чрезмерный контроль.** Часто родители окружают ребенка чрезмерной опекой. Они предугадывают каждый шаг ребенка, предоставляют по любому вопросу готовое решение, лишая ребенка собственной инициативы и возможности выбора. Это может привести к тому, что ребенок начинает бунтовать, пытаясь побороть давление агрессией.
- **Недостаток внимания.** Недостаток внимания для ребенка очень болезнен, и чтобы компенсировать его, ребенок готов делать запрещенные вещи – пусть отругают, зато уж точно заметят.
- **Запрет на физическую активность.** Ребенок часто слышит: «Не шуми, не стучи, не прыгай, не бегай. Что скажут соседи?» А что делать с накопившейся за день энергией? Даже у очень послушного ребенка наступает момент, когда он больше сдерживаться не может и становится совершенно не управляемым.

	• Напряженный эмоциональный климат в семье. • Неуважение к личности ребенка. Не допустимы высказывания в адрес ребёнка: «У тебя не руки, а крюки», «Не поваляешь, не поешь», «Что молчишь, язык проглотил?», «И в кого ты такой уродился?». Они являются оскорбительными, унижающими достоинство ребенка. В подобных ситуациях это не помогает, а только усиливает стресс и, как следствие, агрессию.
Внутренние причины	• Особенности темперамента или личностные индивидуальные особенности ребенка; • Возрастные кризисы (например, кризис 3 лет); • Неуверенность в себе, чувство вины и стыд. Уже в дошкольном возрасте может сформироваться негативный образ себя, неуверенность в себя, а следом и привычка с помощью агрессии решать проблемы. Важно во время заметить назревшую проблему и оказать ребёнку помощь. Доступнее всего это сделать любовью. Чем неувереннее ребёнок, тем чаще выражать свою любовь к нему. Неуверенность ребенка в себе, в своих силах может стать источником не только агрессивности, но и многих других психических проблем, поэтому всеми силами надо вселить в ребенка уверенность, что ЕГО ЛЮБЯТ, ПРОСТО ПОТОМУ, ЧТО ОН ЕСТЬ.
Ситуативные причины	Ситуативные причины агрессивности ребёнка включают в себя последствия стрессовых ситуаций. Устранив конкретную простую ситуацию, провоцирующую агрессивность, ребёнок успокаивается, и поведение его изменяется. • Ситуация новизны. • Текущая стрессовая ситуация. Это может быть ссора с другом, не предложенная добавка к обеду, потеря игрушки, ссадина на коленке, не получившийся рисунок. • Переутомление. Всем родителям известны ситуации, когда ребёнок начинает капризничать, после прогулки или похода в гости. Нервная система ребёнка не выдерживает, он может «сорваться», кричать, кидаться с кулаками, бросаться на пол в истерике. Проявляемая агрессия связана с ситуацией, вместе с ней и уйдёт. • Влияние окружающей среды. Например, уровень агрессивности часто является повышенным из-за влияния повышенного шумового тона. Обратите внимание на уровень громкости телевизора, компьютера, телефона. Также на ребенка оказывают влияние температура воздуха, духота, замкнутое пространство.

Что поможет снизить агрессивность у ребенка?

- Принятие агрессивных проявлений своего ребенка: не стоит списывать на то, что его спровоцировал кто-то из окружающих, доказывая, что в жизни он спокойный и ласковый. Надо расстаться с иллюзией, что ваш ребенок не

способен на агрессивное поведение. Любой ребенок инстинктивно может проявить агрессию, когда он ощущает угрозу себе или любимым объектам, будь то живой человек или плюшевый мишка или же тогда, когда посягают на его территорию.

- Старайтесь не заражать ребенка собственными агрессивными реакциями на какие-то события. Учитесь управлять собой, вовремя выражать негативные эмоции, а не накапливать их, и делать это приемлемым способом.
- Избегайте применения силы в ответ на агрессивное поведение.
- Необходимо организовать ребенку ежедневную зарядку энергии, где он может напрыгаться, набегаться и, желательно, накричаться от души.
- Важно, чтобы у вас с ребенком была совместная деятельность – все, что захочет ребенок: играть, рисовать, читать или можно просто выслушать, что произошло за день.
- Помните, что запрет или силовое подавление агрессивных импульсов ребенка очень часто может привести к аутоагрессии (т.е. вред будет наноситься самому себе) или перейти в психосоматическое расстройство.
- Научите своего ребенка выражать агрессию социально приемлемым способом: словом или в рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих, в спорте.

Педагог-психолог:
Суханова А.Д.