



Агрессивный ребенок

Проявление агрессии, злости – естественны, хотя и пугают многих родителей. Ребенок не может быть злым от природы. За агрессивными проявлениями малыша всегда стоят какие-либо причины, и злость – это естественное следствие каких-либо внутренних или внешних событий, которые происходят с вашим ребенком. Часто агрессия – отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг ребенка события. Но иногда, если вовремя не помочь ребенку, агрессия может стать устойчивой формой поведения, превращаясь со временем в качество личности.

Вам как родителям важно:

- Самим или с помощью психолога выяснить первопричины агрессивного поведения.
- Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка. Осознавать, что в действительности агрессивное поведение – это порой лишь отчаянная попытка завоевать свое место под солнцем. Ребенок не знает, как другим способом можно защитить себя или привлечь к себе внимание. Злость ребенка не делает его плохим, обычно она – естественное выражение его недовольства; энергия, позволяющая защитить самого себя.
- Знать, что жестокое подавление агрессивности не устраняет это качество, а лишь усиливает его. Его же вовсе не обращать внимания на агрессивные реакции, ребенок начинает считать, что такое поведение дозволено, и одиночные вспышки перерастают в привычку действовать агрессивно. Важно быть последовательным и учиться твердо, но неагрессивно реагировать на нежелательное поведение ребенка. Обсуждать следует поступок, а не ребенка в целом. Ребенок должен понимать, что вы любите его, но вы против того, как он себе ведет.
- Понимать, что частые наказания, приказы и запреты заставляют ребенка подавлять свой гнев, а невыражаемая, постоянно подавляемая агрессия может перейти в аутоагрессию (агрессию по отношению к себе), которая выражается в обкусывании ногтей, получении травм, постоянных болезнях и т.п., или привести к появлению в характере пассивно-агрессивных черт, выражающихся в желании вывести из себя, расстроить окружающих людей.
- Спокойно относиться к происходящему, в случае незначительной агрессии по возможности игнорировать ее. Если ребенок проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, выслушать его и переключить его внимание на что-то другое.
- Контролировать собственные негативные эмоции. Когда ребенок демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции у родителей (раздражение, гнев, возмущение, страх, беспомощность). Нужно признать естественность негативных переживаний, понять причину, характер, силу охвативших ребенка чувств и сохранить с ним добрые, конструктивные отношения.
- Обращать внимание на то, как вы и окружающие ребенка люди выражают злость, осознавая, какие модели выражения этой эмоции скорее всего, будет копировать ребенок.
- Избегать просмотра телевизионных передач и т.п. агрессивного содержания.
- Относиться к окружающему миру и своему малышу позитивно.

Положительные изменения возможны, только если вы будете последовательными. Важно терпение и внимание к ребенку, его чувствам. Его нуждам и потребностям.

Удачи Вам!