

7

причин детской агрессии



Психолог
Ежкова Ю.А.

Страх (агрессия как защита)

Научите ребенка защищать себя, вербально выражая свою агрессивность и определяя собственное эмоциональное состояние (Я сейчас злюсь/ я расстроен..).



Низкая самооценка («Я плохой и веду себя как плохой»)

Как можно чаще хвалите ребенка, не стесняйтесь проявлять свою любовь к нему. Никогда не осуждайте самого ребенка («Ты плохой, потому что так делаешь..»), а только его действия («Мне не нравится, что ты поступил плохо, потому что ты сделал кому-то больно»).



Переадресация агрессии («Как обращались со мной, так и я буду обращаться с другими»).

Если в семье кричат друг на друга, применяют физическую силу или ребенок оказывается крайним в ссорах родителей, он перенимает этот стиль поведения.

Чем более жесткие требования предъявляются ребенку дома, тем более агрессивным он будет в своих проявлениях.



Ощущение власти

Это дети с нарушениями привязанности («Я никому не нужен, ну и не надо!»). Они научились выживать, нападая на всех, нарушая правила.

Родителям нужно завоевать авторитет: значимыми качествами для такого ребенка являются сила и справедливость. Когда ваш авторитет не вызывает сомнений, следует вовремя твердо сказать ребенку: «Я не позволю тебе это делать».



Усталость (разбалансирование нервных процессов)

Когда дети устают, их возбуждение начинает нарастать. От этого они устают еще больше, и дело кончается срывом.

В таком состоянии самостоятельно не может успокоиться, поэтому помогите ему: усадите на колени, обнимите, начните качать как малыша, нашептывайте на ушко что-то ласковое и спокойное.

Все подвижные игры прекращайте за 2 часа до сна. Старайтесь соблюдать режим дня и строго придерживать введенных правил.

Ребенок понимает, что ведет себя плохо, но не может справиться с чувствами.

Остановите ребенка. Для него важно, чтобы вы справились с его агрессией: тот, кто защитил тебя от самого, сможет защитить и от внешних опасностей. Агрессивность ребенка возросла до высокой степени и угрожает ему самому или окружающим?

Примените силу: подойдите сзади и прижмите его руки, обхватите его ноги своими и берегите свой подбородок от его головы. У малыша должно создаться впечатление, что вы сдерживающие его, потому что хотите успокоить, а не нападаете, проявляя агрессивность.

Реакция на запрет (если ребенок не получает то, что ему нужно)

В разумных пределах необходимо разрешать ребенку быть независимым. В случае отказа аргументированно объясните причину запрета.

Если желание ребенка несвоевременно, переключите его внимание или найдите компромисс.

Устанавливание правила поведения. Заранее обговаривайте с ребенком правила поведения.

