

Консультация для родителей

«Что делать с агрессивным ребенком»



«Агрессивность ребенка» - один из самых частых запросов в практике детского психолога. Начинаешь разбираться в деталях, и становится заметным, насколько разное поведение ребенка родители называют агрессивным.

Агрессивность ребенка истинная и ложная.

Какое поведение ребенка принято объяснять агрессивностью? Часто дерется со сверстниками, может стукнуть маму или бабушку, рвет и ломает вещи, кричит, ругается, угрожает, обижает животных. Да, все это – внешние признаки агрессивности поведения ребенка. Только вот это не причина называть ребенка агрессивным. Агрессивность ребенка как черта характера и проблема свойственна не такому большому числу детей. Агрессия – это реакция на определенную ситуацию. Причем ситуацию, так или иначе, для ребенка неблагоприятную. С одной стороны, конечно, эту ситуацию важно увидеть и правильно отнестись к ней. Ведь иначе реакция может закрепиться и превратиться уже в устойчивую черту характера. С другой стороны, не стоит делать из агрессивного поведения ребенка трагедию. Нужно помнить о том, что чаще всего такое поведение проявляется в период возрастных кризисов (*3-4 года, 6-7 лет, 13-14 лет*).

Гнев и злость – нормальные человеческие эмоции. Отрицая их, мы не сможем избавить от них ребенка. Довольно часто встречается ситуация, когда спокойный дома ребенок становится агрессивным в детском саду. Одно из объяснений как раз в том, что дома негативные эмоции под запретом.

Иногда поведение ребенка может быть лишь похоже на агрессию. Посмотрите на годовалого малыша, больно хватяющего маму за волосы. Зачастую он вполне расслаблен, а в глазах – не гнев, а искреннее любопытство и азарт. Что сделает мама, как отреагирует папа, что скажет бабушка – ребенок исследует мир. Нормальное исследовательское поведение маленьких детей часто принимают за агрессию.

Ребенок попадает в большой новый коллектив детского сада и вдруг становится **«агрессивным»**. Чаще всего это снова исследовательское поведение. Ребенок определяет границы нового пространства: можно ли тут кричать или швырять игрушки, а что будет, если подбежать и ударить ребенка, а если кинуть в него песком? И т. д. Задача родителей – помочь ребенку в его *«исследованиях»*.

О гневе ребенка.

Итак, вы обратили внимание, что вашим ребенком движет гнев, злость. Первое, что нужно для себя понять самим родителям: гнев ребенка – это нормально. Другое дело, что нужно учить ребенка адекватным формам выражения этой эмоции, ведь все мы живем в обществе. Развитие у ребенка эмоционального самоконтроля должно сочетаться с обучением осознанию и выражению эмоций. Если в вашей семье негативные эмоции тоже были под запретом, не так-то просто будет научить ребенка. В таком случае хорошо бы обратиться к психологу, чтобы вместе с ребенком найти приемлемые способы выражения злости, гнева, обиды.

Гнев и злость возникают как реакция на появление препятствия к удовлетворению потребности. Допустим, вы голодны, вы видите яблоко, понимаете, что хотите его взять, но появляется другой человек и забирает его - вы злитесь. Казалось бы, все просто, но именно этот механизм помогает разобраться с агрессией ребенка. Ребенок злится на вас и ведет себя агрессивно? Это означает, что, во-первых, у него сейчас есть какая-то очень важная потребность, которую он никак не может удовлетворить, а во-вторых, видит причину этой невозможности – в вас. Может быть, ребенку необходимо ваше тепло, а вы заняты чем-то другим? А может, наоборот, ребенок очень увлечен игрой, а вы его отвлекаете?

Можно попробовать разобраться с проблемой с помощью ролевой игры. Достаньте с ребенком побольше мягких игрушек или кукол. Предлагайте для разыгрывания разные ситуации из жизни. Та, что болезненна для ребенка, зацепит его. К примеру, вы сможете заметить, как ребенок раз от раза проигрывает ситуацию, будто всех забрали из детского сада, а одна игрушка осталась последней. На прямой запрет гнев является еще более естественной реакцией. Запрещают то, чего так сильно хочется, это у любого человека вызовет гнев. Подумайте, что успокоило бы в таком случае ваш собственный гнев? Во-первых, понятное объяснение, почему вы не можете получить желаемое. Во-вторых, предложение альтернативы. Это же успокоит и ребенка.

Однако, иногда бывают ситуации, когда агрессивность ребенка – явление чуть ли не ежедневное и не связано с какими-то стрессами или кризисными периодами. Ребенок часто *«взрывается»* по малейшему поводу и выплескивает на всем, что попадается, свой гнев: выражена потребность сделать другому больно. Особенно стоит насторожиться, если вы неоднократно замечали проявления жесткого обращения с животными. В таком случае ребенка необходимо показать хорошему неврологу или психоневрологу и пройти тщательное обследование.

Маленький ребенок обычно сам не может осознавать и, тем более, сказать о своей потребности. Но для вас его агрессивность поведение ребенка должно стать звонком и поводом разобраться в том, какая же важная потребность сейчас не удовлетворена. Это не всегда бывает просто. Ориентируйтесь, прежде всего, на свою родительскую интуицию.

Игры для снижения агрессивности.

«Игрушка в кулаке»

Попросите ребенка закрыть глаза. Дайте ребенку в руку какую-нибудь красивую игрушку, конфетку. Теперь попросите его сильно-сильно сжать куклу и подержать так некоторое время. После этого пусть ребенок раскроет ручку и увидит красивую игрушку. Игра способствует снятию напряжения и переключает на положительные эмоции.

«Мешочек гнева»

Заведите дома *«мешочек гнева»*, чтобы ребенок мог воспользоваться им для выражения своих агрессивных эмоций. Для этого возьмите обыкновенный воздушный шарик, но вместо того, чтоб надуть его, насыпьте

туда муку, песок либо какую-то мелкую крупу (*примерно полстакана*). После чего хорошенько завяжите шарик. Теперь познакомьте ребенка с новой игрушкой, объяснив, что «*мешочек гнева*» нужно использовать каждый раз, когда на кого-то злишься. Его можно кидать, бить им о стену или об стол.