

Причины агрессивного поведения детей.

Рекомендации родителям

Статью подготовила педагог - психолог
Анжелика Анваровна Пономарева

Агрессия является активным выражением гнева, злости и ярости

Чаще всего агрессия у детей по разным причинам возникает именно в дошкольном возрасте. В этом время маленький человечек еще не умеет выражать свои эмоции и чувства и пробует их выражать именно как агрессию.

Агрессия у детей в 2-3 года

На этот период приходится кризис 3-х лет. Малыши эгоистичны, не привыкли делиться. В случае несогласия с чем-то они могут ударить, закричать или сломать что-то не принадлежащее им.

Следует помнить, что пока дети не умеют контролировать свои эмоции, поэтому такое поведение является скорее нормой, чем отклонением. Не ругайте ребенка, лучше попробуйте чем-то отвлечь от объекта его плохого настроения.

Излишняя строгость может привести к усугублению проблемы. Отведите малыша в сторону, мягко скажите, что так нельзя себя вести и предложите новое занятие.

Агрессия у детей в 4-5 лет

В этом возрасте ребенок начинает осваиваться в социуме. Он проверяет, исследует то, как его поведение влияет на других людей, в том числе и на родителей.

Если его действия не наносят вреда другим, дайте ему возможность выстроить границы своего «Я». Следует понимать, что это не означает вседозволенность. Нужно четко дать понять ребенку, что можно, а что нет. Как он может выразить свою злость (словами), а как нет (физически).

Агрессия у детей 6-7 лет

Дети старшего дошкольного возраста не слишком часто бывают агрессивными. Они уже научились контролировать себя, понимают что хорошо, а что плохо. Если ребенок ведет себя агрессивно и жестоко, следует задуматься о причинах. Возможно ему не хватает самостоятельности или сложно общаться со сверстниками.

Причин, вызывающих агрессивное поведение детей дошкольного возраста,

довольно много:

- Страх. Родители могут даже не догадываться, что ребенок чего-то боится или считают причину страха сущим пустяком. Игнорирование проблемы со стороны взрослых может привести к истерике.
- Запреты. У авторитарных родителей малыш бывает «задавленным» постоянными «нет», «нельзя» и «надо». На ребенка кричат, в чем-то обвиняют или упрекают.
- Ребенок отстаивает свою территорию или границу своей личности.
- «Личные особенности ребенка». Ребенок может быть легко возбудимым, тревожным, раздражительным. Ему трудно контролировать свои эмоции, поэтому любая мелочь может привести его в ярость
- Ссоры между родителями или членами семьи вызывают страх, протест и, как следствие, агрессивные вспышки.
- Ребенок ожидает нападения, опасается враждебности.
- Старается доказать свою независимость и самостоятельность.
- Чрезмерное эмоциональное напряжение.
- Ребенок чувствует, что его не любят или даже ненавидят.
- Копирует поведение окружающих взрослых или детей.
- «Ситуативные причины». Усталость, плохое самочувствие, жара, длительное монотонное времяпровождение.

Если не принимать решительных мер, агрессия у детей дошкольного возраста может стать чертой характера и принести много неприятностей человеку во взрослой жизни.

Методы и способы, которые помогают ребенку выразить свой гнев через слова и действия приемлемым способом.

- Сжать кулачки и потрясти ими, потопать ножками, порычать как тигренок.
- Энергично скомкать лист бумаги, комок бросить на пол или об стену
- Разорвать лист бумаги на мелкие кусочки и подбросить, сделав «снег» или «салют»
- Устраивать подушечный бой (1 раз в неделю обязательно!)

Во время ссоры можно, например, сказать: «Мы оба сейчас очень разозлились,

давай возьмем подушки и будет драться до тех пор, пока не простим друг друга». Таким образом, вы не только снимете напряжение, но и покажете, каким образом можно решить конфликт без жертв

Еще одним важным моментом в любых занятиях с ребенком является выстраивание границ дозволенного: во время боя подушками нужно оговорить, что бить можно только подушкой, без участия ног.

- «Выбивать пыль» из подушки двумя руками, либо каким-то предметом (надувным молотком)
- Пинать подушку ногами друг другу
- Поколотить диван или кресло кулаком, либо тапкам, или другим подходящим предметом
- Налить в ванную воду, запустить туда пластмассовые игрушки и бомбить их мячом
- Покидать мяч, мягкие игрушки, подушку об стену
- Повесить грушу, которую можно бить и толкать
- Слепить из пластилина того, на кого ребенок злится, потом раздавить. Объяснить ребенку, что живому человеку вреда от этого не будет
- Можно нарисовать того, на кого ребенок злится, потом дорисовать на нем что-то веселое, зачиркать карандашом, скомкать, порвать или разрезать ножницами
- При вербальной агрессии можно поругаться названиями овощей и фруктов или «абра-кадаброй»
- Поищите у ребенка «жучка-злючку» (это способ отвлечь ребенка и переключить его внимание)
- Научите ребенка выпускать свои чувства и говорить неприличные слова (если с этим есть проблема) в специальный мешочек, или баночку для злости
- Посоветуйте ребенку пробежать несколько кругов вокруг дома (летом на даче)
- Энергии нужно дать выход. Лучший способ – спорт и спортивные игры. Такие дети должны физически уставать. Запрет на агрессию может привести к аутоагрессии. Обязательно исключить или ограничить фильмы и игры с элементами насилия.
- Развивайте у ребенка способность к сочувствию другим людям и животным.

Что происходит, когда ребенку запрещают злиться

1. Он все равно продолжает испытывать злость, но принимает решение, что с ним что-то «не так», прячет свои чувства и подавляет их.
2. Подавленные чувства накапливаются, это ведет к нарушениям поведения, неврозам и ауто-агрессивному поведению (причинению себе вреда)
3. В будущем, в жизненных ситуациях, в которых чувство злости может пригодиться (чтобы защитить себя или других, отстоять свои права, свою честь, выразить несогласие, добиться чего-то важного, выразить свое мнение), человек по привычке подавляет, вытесняет и не использует это чувство

ВАЖНО!

Никогда не навешивайте ярлыки на агрессивного ребенка: злой, забияка, драчун, вредина и любые другие. Это только закрепляет его поведение и действует как внушение.

Выводы: Обязательно проводите ежедневно с ребенком какое-то время, когда вы находитесь с ним наедине. Это время «Время разума, души и тела», в этот момент вы с ребенком – просто друзья, вам хорошо вместе. Именно в такие минуты происходит тот самый эмоциональный контакт, которого так не хватает нашим детям.

Желаю вам взаимопонимания с вашим ребенком!