

«Как управлять агрессивным поведением ребенка?»

Для родителей (законных представителей)



1. Сохраняйте спокойствие, даже если это дается с трудом. Не наказывайте ребенка физически или устно.
2. Постарайтесь установить причину агрессивности ребенка. Не является ли это способом, которым он пытается утвердить свою автономию? Не разочарован ли он в чем-то? Или эта агрессия связана с нахождением рядом других детей?
3. Поговорите с ним о том, что он чувствует. Ребенок должен знать, что его кто-то понимает. Установите правило: «Мы не причиняем боль другим».
4. Используйте то наказание, которое сходно с обучением. То есть, объясните ребенку, почему так нельзя поступать.
5. Помогите ребенку выразить свои чувства словами, если ребенок достаточно взрослый, чтобы поговорить. Этот простой подход часто снижает агрессивность многих детей.
6. Попросите его подумать, нет ли других способов получить желаемое. Обнимите ребенка, когда ситуация разрешится.
7. Будьте сами хорошим примером управления собственными реакциями на разочарование.
8. Читайте ребенку книги о гнев и агрессивном поведении. Говорите с ним об эмоциях, испытываемых героями этих книг. Задавайте вопросы о том, как эти герои без агрессии вышли из ситуации.
9. Создавайте, те места, где ребенок мог бы играть, не слыша постоянных запретов типа «не трогай этого!», «не делай этого!». Слишком много запретов может вызвать чувство разочарования и гнева у вашего ребенка.
10. Организуйте в вашем присутствии коллективные игры ребенка с другими детьми. Объясните, какие эмоции испытывают другие дети в ответ на его агрессивное поведение или, наоборот, когда он хорошо общается в коллективе.
11. Хвалите ребенка за хорошее поведение, но без излишеств. Особенно это полезно, когда ему удалось преодолеть агрессию.
12. Купите малышу безвредные краски, которыми можно рисовать руками. Через рисунок ребенок выплескивает свои эмоции, снимает напряжение.

Стратегия воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребенка.	«Прекрати!», «Не смей так говорить». Родители наказывают ребенка.	Агрессивный (ребенок может прекратить сейчас, но выплеснет свои отрицательные эмоции в другое время и в другом месте).	Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения.
Игнорирование агрессивных вспышек ребенка	Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают, что ребенок еще мал.	Агрессивный (ребенок продолжает действовать агрессивно).	Ребенок думает, что делает все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются как черта характера
Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим	Если родители видят, что ребенок разгневан, они могут вовлечь его в игру, которая снимет его гнев. Родители объясняют ребенку, как надо вести себя в определенных ситуациях	Скорее всего, ребенок научится управлять своим гневом	Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих тактичных родителей

ПОМНИТЕ, ЧТО НЕЛЬЗЯ ПОСТОЯННО СДЕРЖИВАТЬ НЕГАТИВНЫЕ ЭМОЦИИ. РУГАЯ РЕБЕНКА, ЛЮБЫМИ СПОСОБАМИ ПОДАВЛЯЯ ЕГО ВРАЖДЕБНОЕ ПОВЕДЕНИЕ, ВЫ УХУДШАЕТЕ НЕРВНО - ПСИХИЧЕСКОЕ И СОМАТИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ МАЛЫША.

ЭМОЦИИ, ЗАГНАННЫЕ ВНУТРЬ, УСИЛИВАЮТ СТРЕССОВОЕ СОСТОЯНИЕ И ПРИВОДЯТ НЕ ТОЛЬКО К ПЛОХОМУ ПОВЕДЕНИЮ, НО И К НЕВРОЗУ.

В заключении хочется сказать, что все предлагаемые способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения ребенка. Внимание к ребенку, его нуждам, потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими – вот что поможет наладить взаимоотношения с сыном или дочерью.