

Рекомендации родителям, что делать, если ребёнок агрессивный

Агрессия — совершенно естественная реакция человека. Но важно понимать, что у агрессивного поведения дошкольника есть причины:

- внутренние переживания: тревога, напряжение, стресс;
- негативные эмоции: гнев, страх, обида;
- неблагоприятные факторы внешней среды: ссоры в семье, проблемы в учёбе, конфликты с учителями или друзьями.

Получается, агрессия — это симптом, который указывает, что проблема не столько в поведении малыша, сколько в том, что с ним происходит. Поэтому главное, что нужно усвоить родителям — нет смысла её подавлять. Это не решит проблемы. Ребёнок обязательно найдёт, как выразить гнев и враждебность тогда, когда родители не видят, и, возможно, в ещё более деструктивной форме.



И у детей, и у взрослых могут случаться вспышки агрессии. Это нормально. Гораздо хуже, если ребёнок подавляет агрессию. Однако важно, чтобы агрессивная энергия выплёскивалась в приемлемом варианте. Взрослые, ставя ребёнку ограничения (что нельзя) обязательно должны предложить альтернативный вариант.

— Нельзя кидаться вещами в людей, но можно кидать мячик об стену.

— Нельзя бить людей и животных, но можно колотить подушки или пластиковыми бутылками по полу.

— Нельзя играть водой в комнате на ковре, но можно в ванной.

Взрослые обозначают ребёнку ряд ограничений (ему нужны некоторые запреты, при этом важно, чтобы их количество было невелико) и показывают, что можно сделать вместо того, что нельзя.

Именно объяснения того, что другому больно, не очень эффективны в 3-летнем возрасте. Ребёнку ещё очень трудно встать на позицию другого человека. Как это ни странно, ребёнок не может понять в полной мере, что другому человеку больно. Если ребёнок замахивается на людей и животных, можно спокойно перехватить его руку и сказать: «У нас дома никто никого не бьёт. Я не бью папу и тебя, папа не бьёт меня и тебя. И ты не будешь меня бить. Ты можешь колотить подушки». Точно так же можно сказать относительно кидания вещами: «У нас дома не кидаются вещами. Ты можешь

на улице играть в мяч и кидать его, можешь кидать камни в пруд (лужу). Кидаться в людей нельзя».

Конечно, на установление границ дозволенного и недозволенного уйдёт некоторое время. Важно быть последовательным.



Обратите внимание и на то, не копирует ли ребёнок кого-то из членов семьи. Например, если взрослые в порыве гнева кидаются вещами, то дети начинают копировать их поведение. В этом случае сначала должно быть исправлено поведение взрослого.