

## **«Поговорим об агрессии ребенка...»**

Педагог-психолог Кубрак О.В.

Часто дети проявляют агрессию, если кто-нибудь ведет себя агрессивно по отношению к ним. То есть «дают сдачи» нам, взрослым. Мамы и папы не всегда обращают внимание на то, как они общаются с ребенком.

Давайте внимательно рассмотрим самих себя, то есть родителей. Ведь поведение ребенка, которое нам не нравится, часто бывает лишь отражением нас самих, даже если мы этого не замечаем. Присмотритесь внимательно к своему малышу и ответьте себе (только честно) на следующие вопросы:

- Разговариваете ли вы в семье на повышенных тонах?
- Как вы обычно реагируете, если ребенок вас не слушается?
- Кричите ли вы, хоть иногда, на подчиненных, близких (продавцов в магазине, работников сферы обслуживания и т. п.)?
- Бьете ли вы своего ребенка?

Проявлением агрессии в семье не обязательно может быть ремень или шлепки. Громкий резкий голос мамы, обиженное молчание папы и даже чрезмерные запреты и критика могут привести к агрессивному поведению ребенка.

Чтобы точно поставить диагноз, поиграйте в игру «День наоборот».

### **ИГРА «ДЕНЬ НАОБОРОТ».**

Выберите один день (или хотя бы несколько часов), когда вы поменяетесь с ребенком ролями. Что это значит? За этот день (час, несколько часов) предложите ему делать все, что он захочет, если это безопасно для жизни и никому не навредит. И еще одно правило: это не должно касаться покупок. Ты можешь делать все, что захочешь, но мы не будем ничего покупать. Это соглашение можно даже написать на листе бумаги и подписать его у «верховного судьи». Верховного судью вы выбираете вместе с ребенком. Это может быть второй родитель или любой другой взрослый, которому ваш малыш доверяет. Судья должен следить за выполнением правил и решать по справедливости все спорные вопросы. Итак, можно бродить по лужам, но надевать резиновые сапоги. Есть в кровати, но потом убирать за собой. Отправляться в то место, которое обычно под запретом. Есть недозволенные пирожные, смотреть любимые мультики ужасно много времени...

Всего один день или несколько часов, но зато за это время вы:

- снимите у ребенка стресс от постоянных запретов;
- подарите ему незабываемые впечатления;

- узнаете самые сокровенные его желания;
- восстановите доверительные отношения с ребенком;
- узнаете причину его агрессивного поведения.

Если вы убедились, что причина детской агрессии кроется не в семье (а такое тоже может быть), надо узнать ее происхождение. Как это проверить? Рисуйте вместе.

С малышами рисуйте красками. Детям постарше можно предложить порисовать карандашами. А вот фломастеры в этот раз лучше не использовать. Предложите ребенку такие темы для рисунка: «Мои друзья», «Я в детском саду», «На занятиях в...», изобразите бабушек, дедушек, других взрослых. Пусть ребенок рисует, а вы посидите и понаблюдайте.

Не спешите волноваться, если ребенок нарисовал рисунки красным или черным цветом. Дети часто используют эти цвета, потому что они наиболее контрастны по отношению к белому листу. Чтобы проверить, попросите нарисовать что-то хорошее, например, маму или любимую игрушку. Только если «плохой» и «хороший» рисунки не будут очень отличаться, можно говорить о том, что вы нашли причину. Надо также обратить внимание вот на что: нарисует ли ребенок кого-нибудь слишком большого размера, густо заштрихованного, с поднятыми руками, закрасенными глазами, большим открытым ртом, отказывается ли рисовать вообще. Это повод более подробно расспросить об этом человеке или ситуации. В любом случае, если вы как мама

(или папа) заметите в рисунке что-то, что вас тревожит, поговорите об этом, поделитесь переживаниями с другим родителем, воспитателем в детском саду, детским психологом. С младшими детьми можно использовать игрушки. Предложите ребенку поиграть «В песочницу», «В лучших друзей». Пусть малыш назовет игрушки именами своих лучших друзей, воспитателя, других взрослых. Ребенок сам может предложить условия игры. Пусть расскажет, что

они делают, как играют. В этой игре вы только помогаете, играете роль той игрушкой, которую предложит малыш, и наблюдаете со стороны. Проанализировать ситуацию не составит большого труда, потому что в детской игре все видно — кто хороший, кто плохой, кого ребенок боится, кого любит, а на кого злится. Вам останется только придумать, как изменить ситуацию.

Положительная сторона агрессии — способность к конкуренции во взрослом возрасте и умение отстаивать свою позицию, умение защитить себя и не дать в обиду. Представьте себе совсем не агрессивного ребенка. Как он

будет защищать себя? А если у вас мальчик, вы хотели бы, чтобы он смог за себя постоять, когда вырастет? Учите ребенка социально приемлемым способам проявления агрессии, и вы воспитаете уверенного в себе человека. Что это означает? Например, даже если сейчас ваш малыш в ответ на угрозу или обиду старается ударить своего обидчика, то по мере взросления он уже сможет понять ваши слова: «Бить человека — это неправильно. Лучше, если ты научишься договариваться, словами говорить человеку, что тебе не нравится в его поведении». Проговаривайте слова, которые может сказать ваш ребенок своему обидчику, и рано или поздно вам удастся изменить его поведение.

**Подведем итог: Агрессия** — естественное и необходимое человеку чувство. Нельзя подавлять агрессию — ребенок может заболеть или направить свою агрессию на самого себя (аутоагрессия).

### **Рекомендации родителям, использование которых поможет снизить агрессивность ребенка.**

- ▶ Уменьшите количество запретов. Но постепенно добивайтесь того, чтобы оставшиеся запреты выполнялись на 100 %.
- ▶ Мама, папа, а также другие взрослые в семье должны придерживаться единой системы воспитания. Если папа ругает, то мама может, конечно, пожалеть (на то она и мама), но обязательно подчеркнет, что папа прав.
- ▶ Не обсуждайте спорные моменты воспитания при ребенке.
- ▶ Занимайтесь спортом и приобщите к занятиям ребенка.
- ▶ Не будьте агрессивны по отношению к ребенку.
- ▶ Не наказывайте ребенка физически.
- ▶ Если вы заметили, что ваш ребенок начинает вести себя агрессивно, то еще до того, как агрессия достигнет накала, постарайтесь отвлечь ребенка, переключить на что-нибудь интересное для него.
- ▶ Научите ребенка справляться со своей агрессией.
- ▶ Разговаривайте с ребенком. При вспышке агрессии отведите ребенка в сторону и начните расспрашивать его об обидчике: «Что конкретно случилось? Что он сделал? Кто он такой? Где живет? Где его мама?» и т. д. Позвольте ребенку выплеснуть свою агрессию в словах. Предложите ребенку сочинить сказку об обидчике.
- ▶ Не сравнивайте детей — не провоцируйте ревность.