

ДЕТСКАЯ АГРЕССИЯ

Каждый из нас не раз сталкивался с проявлениями агрессии у маленького ребенка. Важно понять, что стоит за подобными проявлениями. Особенности ли возраста, нервной системы, воспитания, семейной обстановки? Также, важно ответить на вопрос - для чего нужна агрессия, какие чувства выражает ребенок посредством разрушительных действий, крика, а порой и молчаливого сопротивления. Без сомнения, надо научить ребенка выразить агрессию в приемлемой, безопасной для окружающих форме, главное понимать, что агрессия - это норма, неотъемлемая часть эмоциональной жизни.

Но, чтобы уберечь ребенка от чрезмерного недовольства, не стоит идти по пути потакания и вседозволенности, последствия подобной тактики весьма плачевны. Важно примириться с тем, что порой мы, родители, вызываем у ребенка негативные чувства, но мы же можем помочь ему с ними справиться. Первым шагом на этом пути может стать попытка сдержать агрессивные порывы непосредственно перед их появлением. Также, чтобы снизить уровень агрессии надо создать условия для интенсивного выхода физической активности малыша. Нужно позволить ребенку много бегать, прыгать, громко кричать. Оказывается именно бег и командные игры, например футбол, способствуют наибольшему выплеску агрессии, вопреки распространенному мнению, что агрессивному ребенку надо непременно заниматься боксом или борьбой.

Также, очень важно прояснить и установить границы. Здесь необходима последовательность: не стоит один и тот же поступок ребенка оценивать по-разному в зависимости от своего настроения. Система ограничений и запретов должна быть четкой и стабильной, от этого зависит стабильность внутренней жизни ребенка. По мере взросления малыша требования нужно пересматривать и по необходимости модифицировать.

Немаловажным является и то, насколько родители умеют владеть собой, управляют собственным гневом. От этого во многом зависит, усвоят ли дети в процессе воспитания навыки адекватного выражения чувств. Если Вам свойственно отвечать на агрессию своего чада гневной вспышкой, то велика вероятность, что ребенок усвоит такую форму поведения и будет в дальнейшем применять ее и за пределами семьи, в общении с детьми и взрослыми.

Будьте бережны со своим ребенком, и он ответит вам тем же!