

Рекомендации родителям при агрессивном поведении ребенка

1. Важно проявление со стороны родителей безусловной любви к ребенку в любой ситуации. Нельзя допускать высказываний типа: «Если ты себя так поведешь..., то мама с папой тебя больше любить не будут!» Можно проявлять недовольство по поводу действия, поступка, принимая личность ребенка в целом. Если ребенок просит вас пообщаться с ним, уделить ему внимание, а вы в данный момент не можете этого сделать, не отмахивайтесь, тем более не раздражайтесь за его назойливость. Лучше покажите, что вы понимаете просьбу ребенка, и объясните, почему в данный момент вы ее выполнить не можете. И еще один важный момент — не надо откупаться от ребенка дорогими вещами, подарками и т.п.

Для него гораздо важнее ваше непосредственное внимание.

2. Ни в коем случае нельзя подавлять проявление агрессии ребенком. Подавленные агрессивные импульсы могут нанести серьезный вред его здоровью. Научите ребенка выражать свои враждебные чувства социально приемлемым способом: не обидными словами, в рисунке, лепке, в спорте, при помощи игрушки или действий безобидных для окружающих (можно завести специальную «сердитую подушку» для снятия стресса — если ребенок чувствует раздражение, пусть поколотит ее). Покажите, что о своих ощущениях можно говорить, не обязательно сразу драться. Ребенок постепенно освоит язык своих чувств и сможет на словах объяснить вам, что он обижен, расстроен, зол и т.д., а не станет пытаться привлечь ваше внимание «ужасным» поведением.

Помните: взрослый человек не всегда лучше знает, что испытывает ребенок. Он может лишь предполагать, основываясь на опыте наблюдений за собой и окружающими, что означает его поведение.

3. Если ребенок капризничает, злится, кричит, бросается на вас с кулаками — обнимите его, прижмите к себе. Постепенно он успокоится, придет в себя. Кроме того, такие объятия выполняют несколько важных функций: для ребенка это означает, что вы способны вынести его агрессию, следовательно, агрессия может быть сдержана, и он не разрушит то, что любит; ребенок постепенно усваивает сдерживающую способность и может сделать ее внутренней и таким образом контролировать свою агрессию сам. Позже, когда он успокоится, вы можете поговорить с ним о его чувствах. Не читайте нравоучения, просто дайте понять, что готовы его выслушать, когда ему плохо.

4. Беседовать с ребенком о его поступке надо без свидетелей (одноклассников, родственников, друзей и др.). В беседе старайтесь использовать меньше эмоциональных слов.

5. Покажите ребенку неэффективность агрессивного поведения. Объясните ему, что даже если вначале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у товарища понравившуюся ему вещь, то впоследствии с ним никто из детей не захочет общаться и он останется в гордом одиночестве. Вряд ли ребенка прельстит такая перспектива.

6. Необходимо устанавливать правила поведения в доступной для ребенка форме. Например: «Мы никого не бьем, и нас никто не бьет».

7. Не забывайте хвалить ребенка за старательность. Когда он ведет себя должным образом, сделайте все, чтобы закрепить эти усилия. Не стоит говорить: «Хороший мальчик (хорошая девочка)». Скажите: «Мне нравится, как ты поступил», «Ты доставил мне огромное удовольствие, когда поделился со своим младшим братом, вместо того чтобы драться с ним. Теперь я знаю, что могу спокойно оставлять вас вместе».

8. В борьбе с агрессией можно прибегнуть к помощи сказкотерапии. Когда ребенок начинает проявлять признаки агрессивности, сочините вместе с ним историю, в которой он будет главным героем. Используя картинки, вырезанные из журналов, или фотографии самого ребенка, создайте ситуации, в которых ребенок ведет себя достойно и заслуживает похвалы. Поговорите с ним в тот момент, когда он спокоен, не нервничает.

9. Родители, если не хотят, чтобы их дети были драчунами и забияками, должны контролировать собственные агрессивные импульсы. Надо всегда помнить, что дети учатся приемам общения с другими людьми, прежде всего путем наблюдения за поведением окружающих (в первую очередь родителей).