

## Консультация для родителей

### «АГРЕССИВНЫЙ РЕБЕНОК»

Часто можно услышать от родителей на консультации: «Почему ребёнок ведёт себя агрессивно со сверстниками: кусается, дерётся, отбирает игрушки? Как его от этого отучить?».

Начнём с того, что понимается под словом агрессия (от латинского *aggressio* — нападение). В народе говорят: «Лучшая защита — это нападение». Стоит прислушаться к народной мудрости, чтобы разобраться в причинах подобного поведения своего ребёнка.

Чаще всего агрессивная энергия накапливается у людей по двум причинам: либо в ответ на агрессию более сильного в его адрес, либо из-за неудовлетворённой потребности в чём-то.

Какие дети чаще всего становятся агрессивными? Это дети, пережившие глубокую обиду, душевную травму или нападение в прошлом (насилие со стороны сердитых, разгневанных взрослых), которые чаще от родителей слышат «нет», чем «можно» в ответ на свою просьбу. Хотя не всё так однозначно. Разобраться с причинами такого поведения каждого конкретного ребёнка можно лишь во время индивидуальной работы с семьёй. Здесь мы назовём лишь некоторые из них:

Перевозбуждение... У детей часто бывают разбалансированы нервные процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга: когда такие дети устают, они не успокаиваются, а наоборот, их возбуждение начинает нарастать. От этого они устают ещё больше, и дело кончается срывом: истерикой, капризами, дракой, аутоагрессией (бьётся головой о пол или стену, кусает себя...). Если ребёнок склонен к перевозбуждению, все подвижные игры прекращайте не менее, чем за 1 час до сна. Ему не нужно также смотреть возбуждающие мультики, и играть в возбуждающие компьютерные игры.

Такому ребёнку необходим достаточный (10-12 часов) ночной сон, обязательен дневной отдых и очень полезен перед сном тёплый душ или ванна с ароматными успокаивающими травами.

Сниженная самооценка: раз я плохой, то я и веду себя как плохой. Такие дети крайне болезненно реагируют даже на мягкую критику. Она звучит для них как «ты плохой». Взрослым в таком случае нужно следить за своими словами. Нужно говорить не «Я тебя не люблю (терпеть не могу), когда так делаешь!», а «Мне очень плохо (я расстраиваюсь), когда ты так делаешь»; не «Ты всем мешаешь!», а «Знаешь, другим людям плохо от такого шума!». То есть, реагировать не на личность, а на конкретный поступок и помочь ребёнку это понять, что он не плохой,

а хороший, только иногда совершает такие поступки, от которых страдает сам и окружающие его люди.

Реакция на запрет взрослых, на ограничение личной свободы, на ситуацию, когда ребёнок не получает то, что ему нужно. Ребёнку нужно запрещать только то, что действительно нельзя, или опасно для жизни или здоровья. В других случаях нужно много раз подумать, прежде чем сказать ребёнку очередное «нет» и «нельзя».

Ему нужно объяснять причину запрета, обосновывая её. Если желание ребёнка просто несвоевременно, можно предложить ему какой-нибудь компромисс («мы сделаем это, но позже»).

Недостаток внимания... Дети, на которых не обращают внимания, которые испытывают недостаток любви родителей, или уважения со стороны других взрослых, своим поведением как бы говорят: «Ах, так? Вы меня не замечаете? Ну, я вам не дам о себе забыть!» Для них важен любой знак внимания, даже негативный. Поэтому, если Ваш ребёнок изо дня в день совершает такие поступки, за которые Вам приходится его наказывать, подумайте, а может быть, он таким образом привлекает Ваше внимание, сигнализирует Вам о том, что он есть, и ему плохо?

Уважаемые родители! Если Вас беспокоит проблема агрессивности Вашего ребёнка или другие проблемы в его поведении или развитии, не затягивайте с их решением! Сама проблема не «рассосётся», обращайтесь за помощью к специалисту: детскому психологу или нейропсихологу. Опыт работы показывает, что сама по себе ситуация не разрешается, а ещё более усугубляется по мере взросления ребенка, трансформируясь в другие виды отклоняющегося от нормы поведения и тогда уже справиться с ней будет гораздо сложнее.

Педагог-психолог

Прокопьева Н.В.