

## *Агрессия, ее причины и последствия*

*«Человек обладает способностью любить, и если он не может найти применения своей способности любить, он способен ненавидеть, проявляя агрессию и жестокость. Этим средством он руководствуется, как бегством от собственной душевной боли»*

*Эрих Фромм*

### **Правила для родителей создающих правила для детей:**

Правило 1: Правила должны выстраиваться на фундаменте доверительных отношений;

Правило 2: Все правила должны быть согласованы между родителями и теми, кто принимает участие в воспитании ребенка;

Правило 3: Детям надо многократно напоминать об одних и тех же правилах доброжелательно и авторитетно;

Правило 4: Правила должны меняться в зависимости от возраста ребенка

Правило 5: Последствия (наказания) должны вытекать непосредственно из плохого поведения ребенка.

Дополнение к правилу 5: Физические наказания унизительны для ребенка. Психологи считают, что «наказывать ребенка лучше лишая его хорошего, чем делая ему плохое». Наказания должны быть приближены по времени к проступку и не носить длительный характер, так как длительные наказания вызывают обиду и могут привести к эмоциональному срыву.

Дополнение ко всем 5 правилам: Если проблемы нежелательного поведения детей возникают из-за того, что дали трещину добрые отношения между родителями и детьми, то лучше на время отодвинуть проблемы поведения и заняться восстановлением доверительных отношений. Только взаимопонимание и доверие между родителями и детьми дают возможность установить эффективные границы дозволенного и избежать конфликтного агрессивного поведения детей.

### **Бороться с агрессивностью нужно:**

- Терпением. Это самая большая добродетель, какая только может быть у родителей.
- Объяснением. Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратким.
- Отвлечением. Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что он пытается делать.
- Неторопливостью. Не спешите наказывать ребенка - подождите, пока поступок повторится.
- Наградами. Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение, вместо того чтобы считать его обычным, то одно это побудит в нем желание еще раз услышать вашу похвалу.

## Если ребенок агрессивен...

- Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть.
- Ликвидируйте все агрессивные формы поведения среди близких, помня что ребенок всегда подражает тому, за чем привык наблюдать.
- Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте не свои желания, а его возможности.
- Гасите конфликт еще в зародыше, направляя интерес ребенка в другое русло.
- Учите ребенка правильному общению со сверстниками и взрослыми.
- Расширяйте кругозор ребенка.
- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость в выполняемом.
- Игнорируйте легкие проявления агрессивности ребенка, не фиксируйте на ней внимания окружающих.
- установите строгий запрет на агрессивные действия ребенка. Попробуйте понять причины протеста и сопротивления ребенка и исключите их.
- Включите агрессивные действия в контекст игры и придайте им новый социально-приемлемый и эмоционально-наполненный смысл.

### *Причины детской агрессивности*

#### *Привлечение внимания.*

Дети, которым родители уделяют мало времени (работа забирает все свободное время), которые испытывают недостаток любви и ласки, стараются всячески обратить на себя внимание. Они не могут найти слова, чтобы сказать вам об этом, и проявление агрессивности это способ привлечь ваше внимание. Для них важен любой знак внимания, даже негативный.

#### *Чувство страха и недоверия к окружающему миру.*

К первому году жизни у ребенка формируется либо базовое чувство доверия к окружающему миру и людям, ощущение безопасности, либо недоверия, страха и тревоги. Если ребенок имел негативный опыт отношений с людьми, или мама испытывала страх и находилась в тревоге за свое, а, следовательно, и за его будущее, то малыш, для которого еще нет отделения себя от мамы, наполняется теми же чувствами, и его первый опыт взаимодействия с окружающим говорит ему о том, что здесь не так уж безопасно, поэтому он начинает защищаться.

#### *Социальное научение.*

Ребенок, с которым жестоко обращаются, непременно будет повторять эту поведенческую модель, так как авторитет взрослого в этом возрасте очень высок. Если ребенок жил в семье, где часто сорились, кричали друг на друга, то он будет делать то же самое, уже находясь в другой среде.

### *Реакция на запреты взрослых.*

Конечно, запрещать ребенку можно и даже нужно, чтобы сформировать представления о том, что можно и нельзя, что плохо, а что хорошо. Но, родителям важно учитывать два момента:

- во-первых, важно научиться грамотно устанавливать запреты и границы. Распространенной ошибкой взрослых является запрет без объяснений: «Оля, нельзя, отойди от цветов немедленно». А почему? Важно объяснить, чтобы ребенок понял, чтобы у него сформировалось представление о ситуации. Например, «Оля, рвать листья нельзя, а то цветики завянут. На цветы можно смотреть и за ними нужно ухаживать».

- во-вторых, важно помнить, что главной потребностью любого ребенка является необходимость чувствовать, что его любят и ценят.

### *Проявление жажды власти.*

Дети, которые общаются с остальными, нападая на всех и нарушая все правила, вдруг понимают, что это очень приятно - быть главным, сильным, когда тебя все слушаются и все боятся. В таком случае нужно объяснить ребенку, что для того, чтобы быть в центре внимания, совсем не обязательно, чтобы тебя боялись, есть лучшие способы, например, рассказывать интересные истории, придумывать игры, помогать друзьям. Но такие объяснения далеко не всегда помогают. Тогда в ход вступают те самые запреты, о которых мы говорили. И еще в такой ситуации важно, чтобы эти запреты выражал значимый (авторитетный) для него человек. Значимыми для него являются справедливость и сила. Когда ваш авторитет доказан, нужно уметь вовремя твердо сказать ребенку: «Я не позволю тебе этого делать».

### *Негативная самооценка.*

Делая замечания ребенку, нужно быть осторожными в своих высказываниях, так как дети очень болезненно реагируют на любую критику. Когда мы говорим: «Ты себя плохо ведешь», ребенок воспринимает это как: «Я плохой, и я веду себя, как плохой». Нужно говорить не «ты меня убиваешь, когда так делаешь», а «мне очень плохо, когда ты так делаешь»; не «ты мешаешь», а «знаешь, всем детям плохо, когда ты шумишь». Т. е. реагировать не на личность, а на конкретный поступок и помочь ребенку это понять.

## **Памятка для родителей**

1. Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.
2. Не давайте своему ребёнку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
3. Не ставьте своему ребёнку каких бы то ни было условий.
4. Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребёнка.
5. Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе.
6. Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребёнку в угоду чему-либо.
7. Не шантажируйте ребёнка своими отношениями друг с другом.
8. Не бойтесь поделиться с ребёнком своими чувствами и слабостями.
9. Не ставьте свои отношения с собственным ребёнком в зависимость от его учебных успехов.
10. Помните, что ребёнок – это воплощённая возможность! Воспользуйтесь ею так, чтобы она была реализована в полной мере!

### **Для преодоления детской агрессии родители должны иметь в своём педагогическом арсенале:**

- + внимание
- + открытость
- + сочувствие
- + обязательность
- + сопереживание
- + доброту
- + терпение
- + ласку
- + требовательность
- + заботу
- + честность
- доверие
- + откровенность
- + сердечность
- + понимание
- + дружелюбие
- + чувство юмора
- + умение удивляться
- + ответственность
- + надежду
- + такт
- + любовь