

Как помочь агрессивному ребенку?

Консультация психолога



К сожалению, уровень агрессии в обществе повышается, что не может не сказаться на наших детях. Агрессивные проявления у детей – нередкое явление в современном мире.

Многие родители сталкиваются с этой проблемой и не знают, как правильно реагировать.

Агрессивный ребенок становится большой проблемой для родителей, учителей, воспитателей и сверстников. Он грубит, дерется, может ударить сверстника, ломает игрушки и вещи, кричит, может употреблять нецензурные выражения.

Чаще всего агрессивное поведение - это способ привлечения внимания. В семье, где присутствует безразличие или жестокость со стороны родителей у ребенка формируется уверенность, что его не любят. И чтобы заслужить родительскую любовь и внимание, дети часто прибегают к таким «крайним мерам». Дети в таких семьях вырастают неуверенными в себе, не умеющими адаптироваться к новому коллективу, что приводит к проявлениям с их стороны агрессии по отношению к взрослым и сверстникам. Такие дети подают «сигналы» о том, что они нуждаются в любви, ласке и принятии. С помощью агрессии они дают понять, что чувствует себя отвергнутым и забытым.

Выделяют несколько проявлений агрессивного поведения:

Вербальная агрессия проявляется в словесной форме: присутствует повышенный тон разговора, часто переходящий на крик, угрозы, оскорбления.

Физическая агрессия проявляется в физическом воздействии по отношению к какому-либо лицу или причинении ущерба чужому имуществу: укусы, побои, повреждение различных вещей.

Прямая агрессия направлена на конкретный объект.

Косвенная агрессия проявляется в злобных шутках, сплетнях, провокациях.

Аутоагрессия направлена на себя, может проявляться в выдирании волос, обгрызании ногтей, аутоотравматизации.

Как понять, что Ваш ребенок агрессивно себя ведет?

- ребёнок не может контролировать свои слова, действия, эмоции, поведение в целом;
- ребёнок часто ругается с ровесниками и взрослыми,
- ломает игрушки, любит портить с явным удовольствием вещи других детей;
- не реагирует на просьбы, указания и нарушает установленные правила;
- намеренно вызывает негативную реакцию плохими поступками;
- помнит об обиде и обидчике, часто мстит;
- не признает свои ошибки, всегда пытается оправдаться или обвинить другого.

Для детей, особенно дошкольного возраста, свойственно непослушание. Если на это есть серьёзная причина (несправедливое наказание, обида), то злость ребёнка и его агрессия вполне оправдана, и в таких случаях считается абсолютно нормальной реакцией ребёнка.

Например, для дошколят характерна реакция злости на несправедливое наказание, так как саморегуляция собственного поведения и эмоций еще несовершенна. Но, если такая ситуация повторяется с вашим ребенком регулярно, и такой способ реагирования становится привычным, то необходимо принимать меры. Если возникают сомнения в первую очередь нужно обратить внимание на рисунки ребенка. Агрессивный ребенок изображает себя в виде маленькой фигуры в сравнении с изображением других людей, рисует большие глаза с детально прорисованными зрачками, огромные кулаки, непропорциональные руки, изображает пожары и другие стихийные ситуации, рисует оружие, много исправляет или зачеркивает.

Самое главное, выяснить причину такого поведения, понять, от чего или от кого ребенок «защищается».

В разном возрасте агрессия у детей проявляется по-разному:

Младенцы (0-1 год) проявляют свою агрессию, когда голодны, испытывают боль, дискомфорт, находятся в неудобном положении.

Дети раннего возраста (1-3 г.) могут проявлять агрессию к взрослому при невозможности достичь желаемого, к новорожденным братьям и сестрам из-за чувства ревности. После 3-х лет такая «возрастная» агрессивность обычно снижается.

Дошкольники (3-7 лет) могут быть агрессивными по отношению к сверстникам, часто реагируют так на обиду и несправедливость) Появляется враждебность к сверстникам. Агрессия может проявляться как реакция на обиду.

Школьники чаще всего проявляют агрессию в вербальной форме. В этом. Через агрессию они также могут выражать обиду и страх.

В подростковом возрасте проявление агрессии носит показательный демонстративный характер. Чаще всего агрессию проявляют лидеры или аутсайдеры, так как агрессия в этом периоде тесно связана с общением со сверстниками.

Причины детской агрессии

Утрата положительной эмоциональной связи ребенка с родителями, скандалы между родителями на глазах у детей. Это может привести к появлению и закреплению агрессии в поведении детей. Тогда ребенок может подражать взрослому и решать проблему таким же образом или требовать внимания и любви при утрате контакта с родителями.

Если в семье имеет место неуважение к личности ребенка, оскорбления, унижения, некорректные высказывания по отношению к ребенку, то все это вызывает агрессию ребенка.

Одной из причин агрессивного поведения ребёнка может быть низкая самооценка. Если ребёнок не уверен в себе, то он не уверен и в окружающих. Такие дети всегда в состоянии повышенной готовности, часто пытаются предупредить мнимую или реальную обиду по отношению к себе, ребенок выплескивает агрессию. В случае отсутствия поддержки со стороны родителей, агрессивное поведение может закрепиться.

Чрезмерность родительского контроля, чрезмерное проявление опеки так же приводит к агрессивному «бунту» со стороны ребенка.

Так же агрессия транслируется героями современных мультфильмов, художественных фильмов, компьютерных игр.

Влияние социума на подростков. Подростки часто хотят быть «такими, как все». Детям очень трудно противостоять толпе, и чтобы не выпасть из нее ребенку приходится принимать ее нормы.

Кроме того, переутомление, отсутствие физической активности, некомфортная температура, уровень шума, чрезмерное употребление шоколада, кофеина тоже могут быть причинами агрессивных проявлений.

Как же помочь агрессивному ребенку?

Важно давать ребенку выплескивать эмоции, не подавляя их. Нужно научить ребенка выражать и обозначать эмоции. Если вы злитесь, то нужно об этом сказать своему ребенку. Это нормально. Когда люди проговаривают проблему, происходит выход эмоций, и ребенок получает пример озвучивания проблемы, он понимает, что можно и нужно говорить о том, что ему не нравится, что он расстроен и зол.

Нельзя требовать от ребенка того, что не можете выполнить сами.

Если у взрослого есть сложности выражения собственной агрессии, то необходимо решить сначала собственную проблему.

При остром проявлении агрессии, когда ребенок кричит, пытается ударить, то лучший способ это крепко обнять его и прижать к себе. После того, когда острая реакция пройдет и ребенок успокоится, ему нужно сказать, что Вы всегда готовы его выслушать, когда ему плохо. Лучше разговаривать с ребенком один на один, без свидетелей.

Для того чтобы был устойчивый результат, необходимо, чтобы работа по коррекции поведения была постоянной, а не эпизодической.

К наиболее популярным способам коррекции агрессивного поведения, особенно в дошкольном возрасте, можно отнести арттерапию (различные способы рисования, лепка, игры игрушками и куклами, кукольный театр, сочинение сказок, танцы, подвижные игры).

Кроме того для выхода накопившейся агрессии можно предложить ребенку:

- бить подушку или боксерскую грушу;
- скомкать и разорвать бумагу;
- прыгать на батуте;
- бить надувной дубинкой;

Итак, главными факторами, которые могут привести к закреплению агрессивной формы поведения, являются:

- отсутствие сплочённости семьи;
- гипоопека или гиперопека;
- несогласованность стилей воспитания у родителей;
- демонстрация модели агрессивного поведения в семье;
- равнодушное отношение к социальной успешности ребёнка;
- применение физических наказаний;
- угрозы;
- строгие ограничения;
- полное отсутствие поощрения;
- чрезмерный контроль или, наоборот, отсутствие контроля;
- отсутствие эмоционального контакта;
- отсутствие контроля при использовании гаджетов.

Советы родителям агрессивного ребенка:

1. Не запрещайте ребёнку выражать негативные эмоции, любые эмоции являются нормальными.
2. Найдите приемлемый для всех способ выхода агрессии.
3. Разговаривайте с ребёнком, спрашивайте о том, что его беспокоит.
4. Повышайте самооценку ребёнка: хвалите его.
5. Снижайте уровень критики.
6. Постарайтесь исключить или минимизировать агрессию в окружающем социуме (СМИ, телевидение, интернет) Старайтесь общаться из позиции «на равных».
7. Учите ребенка общаться.
8. Будьте последовательны.

С агрессивным поведением в тех или иных проявлениях сталкиваются почти все родители на разных возрастных этапах ребенка. Главным инструментом решения проблемы является любовь и уважение к своему ребенку.

Педагог-психолог МОУ Карабихская ОШ ЯМР Т.В.Григоренко