

Как справиться с агрессией ребенка

В детской психологии агрессия - это поведение ребенка, которое причиняет физический, психологический или предметный вред другому человеку, объекту или окружающей среде, даже если попытка причинения вреда завершилась неудачей.

Выражение агрессии может происходить различными способами, включая словесное оскорбление, порчу личного имущества и физический контакт. Согласно заключениям, дети с агрессивными поступками склонны быть раздражительными, импульсивными и беспокойными.

Агрессия у детей выступает проявлением негативной реакции на поступки и действия окружающих, которые пришлось им не по нраву. Агрессивная реакция представляет собой выражение гнева, а так же негодования в словесной форме или в форме физического воздействия. При подкреплении агрессии у детей ошибками воспитания, она переходит в агрессивность как черту характера. Проявления негативных реакций зачастуюстораживают взрослых, и они задаются вопросом: «*как убрать агрессию ребенка?*».

На текущий момент нет единого ответа о причинах агрессивности у детей. Многие психологи считают, что поведение является врожденной и инстинктивной проблемой. Другие, предполагают, что утрата общепризнанных ценностей, изменение принципов традиционной семьи, недостаточное воспитание детей и социальная отдаленность приводят к выражению агрессии у детей, подростков и у взрослых. Агрессия у детей коррелируется на фоне безработицы в семье, беспорядков на улице, преступности, психиатрических расстройств.

Основные причины агрессии:

- соматические заболевания, нарушение работы головного мозга;
- проблемы в отношении внутри семьи: ссоры, конфликты между отцом и матерью, выражающиеся в равнодушии, отсутствии совместных интересов;
- непосредственно агрессивное поведение родителей не только дома, но и в социуме;
- равнодушие родителей к делам, интересам ребенка, его статусу, успешности;
- сильная эмоциональная привязанность к одному из родителей, при этом второй родитель выступает объектом агрессии;
- отсутствие единства в воспитании, а так же его непоследовательность;
- неспособность ребенка контролировать свои поступки, низкая самооценка;
- недостаточное развитие интеллекта;
- высокая степень возбудимости;
- отсутствие способности строить отношения в социуме;
- жестокие компьютерные игры, насилие с экранов телевидения.

Причины агрессивности кроется и в физических наказаниях со стороны родителей, а так же когда детям уделяют мало внимания и они стараются отвоевать его с помощью агрессивных реакций.

Признаки агрессии у детей:

- обзывание сверстников;
- отбирание игрушек;
- желание ударить другого сверстника;
- мстительность;
- отказ соблюдать правила;
- непризнание своих ошибок;
- вспышки гнева на действия окружающих;
- драчливость;
- замахивание на близких;
- плевки;
- щипание;
- употребление бранных слов.

Агрессия у детей может быть открытой и скрытой.

Скрытая агрессия бывает у детей, родители которых подавляют ее, выбирая для этого неверные методы.

Так же современные психологи различают 2 типа агрессии у ребенка:

- Импульсивную - аффективную, совершаемую в стадии аффекта. Агрессия характеризуется сильными эмоциями, неудержимым гневом, истеричным состоянием. Эта форма поведения не планируется, она возникает и происходит в запале.
- Инструментальная - хищная. Агрессия характеризуется различными манипуляторами, которые нацелены на достижение более важной цели. Инструментальная агрессия часто бывает запланированной акцией и существует как средство достижения цели. Причиняя неудобство другому человеку, например сломав игрушку, ребенок движется к цели - покупке новой, более интересной игрушки для себя.

Что делать если ребенок проявляет агрессию?

Зачастую агрессивное поведение ребенка – это реакция на отсутствие внимания, и таким образом ребенок стремится заинтересовать окружающих личной персоной. Ребенок быстро извлекает урок, что плохим поведением он быстро получает долгожданное внимание. Поэтому взрослые должны это учитывать и по максимуму общаться с ним, поддерживая позитивное общение.

Как реагировать на агрессию ребенка?

К агрессивному поведению относиться спокойно нельзя. Если имеет место тенденция к повторению агрессии, то взрослым следует разобраться, что провоцирует подобные вспышки гнева. Очень важно проанализировать, при каких обстоятельствах проявляются признаки агрессии, обязательно поставить себя на место ребенка, подумать чего ему не хватает.

Психологи утверждают:

Чтобы устранить агрессивное поведение необходимо определить главную причину и базовые факторы - стимуляторы агрессии.

Затем научиться родителям эффективным способам управлять поведением ребёнка, без малейшего намека на агрессию или наказания. Важно иметь

позитивный контакт с ребёнком, поощрять хорошее поведение, а не сосредотачиваться только на сложных моментах воспитания.

В семье должны быть созданы и соблюдаться особые правила поведения, которые подходят для возраста ребёнка, разумны и осмысленны близким окружением. Родители должны научиться быть логичными в поведении и принятии решений. Сохранять умение владеть эмоциями в любых, даже самых неожиданных ситуациях.

Исследования показали, что физические наказания не решают, а усугубляют проблему агрессивного поведения. Если родители применяют наказания в семье, дети:

- не умеют контролировать свое поведение;
- испытывают чувство страха и боязнь ослушаться родителей, но при этом чаще хулиганят;
- имеют повышенный риск получения психических расстройств со здоровьем во взрослом возрасте;
- становятся предрасположенными к насилию, издевательствам над будущей супругой, собственными детьми;
- теряют качество отношений с родителями.

Взрослые должны учить детей осваивать социальные и эмоциональные навыки управления поведением. Если ребенок любит борьбу и очень активен, родители могут предложить ему заняться восточными единоборствами, дзюдо, любыми видами борьбы. Спорт научит маленького непоседу правильным приёмам борьбы, безопасным способам самообороны.

В дошкольном возрасте детей следует учить находить мирные способы предотвращения агрессии. Помогать им правильно выражать свои эмоции, разбираться в базовых потребностях других людей, понимать и чувствовать ситуацию и присутствующее окружение.

Коррекция приступов агрессии у детей осуществляется через игровые ситуации /разыгрывание игрушками ситуаций, приближенными к реальности/. Как только приучите вести себя спокойно в игровой ситуации, ребенок сразу меняет манеру общения с окружающими.

Способы коррекции агрессивности:

- предложить нарисовать свою злость, агрессию или ее причину, а затем порвать рисунок;
- Битье подушки;
- счет до 10;
- переключение внимания на другое занятие;
- в период агрессивных реакций взрослым следует использовать минимум слов и тем самым не провоцировать далее негативную реакцию ребенка;
- исключить запугивание и шантаж;
- стать личным образцом спокойствия и примером для подражания;
- занятие спортом поможет трансформировать агрессию у детей;
- специальная гимнастика, направленная на релаксацию для снятия напряжения;

- соблюдение витаминизированной диеты.

Как справиться с **агрессией ребенка**?

Воспитание ребенка должно включать единство требований взрослых и личный пример. Только в этом случае будет наблюдаться правильное и гармоничное развитие. Личным примером взрослые могут выработать поведенческие навыки у ребенка. Поступки и действия взрослых, прежде всего, должны соответствовать требованиям, предъявляемым к ребенку. В семье, где ребенок видит проявление агрессивных выпадов в отношении других членов семьи, идет восприятие ее как нормы.