

Агрессивное поведение ребенка — это своеобразный сигнал о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми самостоятельно ребенок справиться не в силах.

Агрессия всегда имеет **причины** (испуг, боль, обида, тревога и др.), она может подавать окружающим сигналы в виде эмоционального напряжения, стресса, замкнутости, навязчивых и неконтролируемых ребенком движений (он может грызть ногти, часто чесываться, наматывать на палец и вырывать волосы, срывать корочки с едва затянувшейся ранки, например от укуса комара и др.).



Главное помнить, что **агрессивный ребенок** - это **испуганный ребенок**.

Агрессия становится способом управления страхами, ребенок находит то решение, которое может. Ваша задача как родителей помочь ему найти другие способы совладания со страхом или с ситуацией - более адекватные и спокойные.



Проявления агрессии у ребенка

- ❖ Злость, упрямство, обвинения, угрозы, агрессивные фантазии.
- ❖ Материальный ущерб через уничтожение или порчу чужих вещей.
- ❖ Физическое нападение у мальчиков, нанесение боли, унижение и более «социализированные» формы агрессии у девочек: оскорбление, дразнилки, соперничество.

Рекомендации родителям

- ❖ Важен собственный пример неагрессивного поведения родителей.
- ❖ Предоставляйте детям возможность разрядки негативной энергии. *Активным, склонным к агрессии детям нужно двигаться, и это могут быть спортивные секции, физкультминутки, спортивный уголок дома; двигательная активность (гулять, бегать); разрешение в определенном месте делать то, что хочется: лазить, прыгать, бросать мяч и т.д.*
- ❖ Предоставляйте детям возможность выразить чувства в играх.
- ❖ Старайтесь понять и поддержать ребенка. Скажите ребенку о том, что вы его понимаете; в ситуации агрессивной вспышки разделите ответственность за конфликт; скажите ребенку, что вы его по-прежнему любите (принимаете); расскажите о том, что в вашей жизни были подобные ситуации, что чувства ребенка вам знакомы, вы тоже переживали подобное.
- ❖ Предоставляйте детям возможность получить совет. Агрессорам нужен ваш совет, готовность помочь, а не гнев и наказания.

Игра 1. «Обзывалки». Родитель и ребенок встают друг напротив друга и кидают друг другу мяч. Когда ребенок кидает, он может назвать взрослого «обидным» словом, которое на самом деле разрешено, например, «Ты капуста!» - «А ты помидор!» и т.д.

Игра 2. «Пыль». Предложите ребенку выбить пыль из подушки. Пусть он колотит ее, пинает, бросает, кричит.

Игра 3. «Борьба на подушках».

Включите веселую музыку, возьмите в руки подушки и слегка подеритесь ими. Но родители четко должны установить правила – не бить руками, не кричать обидные слова. Если правила нарушаются, игра останавливается.

Игра 4. «Снежки». Предложите ребенку комкать листы бумаги и бросать ими друг в друга.

Игра 5. «Салют». Ребенок рвет бумагу и с силой бросает ее вверх. Потом все вместе убирают мусор с пола.

Игра 6. «Мячик, катись!». Теннисный мячик кладется на ровную поверхность. Ребенку предлагают сдуть его, чтобы он прокатился по заданной траектории.

Игра 7. «Ураган». Сядьте напротив ребенка и предложите ему вас сдуть. Пусть он наберет в легкие побольше воздуха и как следует дует на вас – родитель при этом делает вид, что сопротивляется потокам воздуха.

Игра 8. «Упрямый барашек». Ребенок ложится на пол и с силой выпрямляет ноги, в воздух или бьет ими об пол. На каждый удар он может говорить «Нет!».



Родителю важно знать и обсудить с ребенком работу служб, к которым можно обратиться за психологической помощью, и предоставить доступ к соответствующим номерам телефонов.

Психо-социо-педагогический центр

Тел: 0 22 22-24-37, 0 22 27-06-67

Центр консультирует детей с 3 до 18 лет.

Специалисты: психологическая помощь, логопеды, работа с родителями педагогами, обучение их гармоничной работе с детьми.

Сайт: <https://cpsp.psihologie.md>

Авторы: Студентка 2-го курса магистратуры факультета клинической психологии Чебан Олеся

Педагог-психолог

ПУ ТЛ

«Н.Милеску Спэтару»

Лопатюк Инга Александровна

ПУ ТЛ «Н.Милеску Спэтару»



Если у вас агрессивный ребенок!

*(рекомендации родителям
детей младшего школьного возраста)*

*«Когда отсутствует давление
страха и дисциплины, дети не
проявляют агрессии».*

Александр Нилл