

Агрессивный ребенок в семье



Признаки агрессии у ребенка

Агрессия — естественный механизм психологической защиты; выражение эмоций ребенка.

Ярче всего агрессивное поведение проявляется до 3–4 лет, после чего идет на спад. Ребенок учится коммуницировать с окружающими людьми более здоровыми и эффективными способами.

Ребенок не может (или не хочет) учиться контролировать свои эмоции в более позднем возрасте, и агрессивное поведение закрепляется как привычная реакция на любые раздражители.

!!! Причины агрессивного поведения

Факторы воспитания и домашней среды, а также внешнее социальное воздействие.

Агрессия как **выученное** поведение. Если ребенок быстро добивается желаемого при помощи агрессии, это поведение как приоритетная модель.

Дети **копируют** модели поведения, которые видят у окружающих людей, чаще внутри своей семьи.

Часто ребенок проявляет агрессию, когда испытывает повышенную возбудимость, сложности с самоконтролем, или чувствует недостаток внимания, теплоты, любви. Тем самым, даже нежелательным поведением, привлекает к себе внимание.

Физиологические (соматические) причины детской агрессии: переутомление, стресс (высокая умственная, эмоциональная нагрузка)

Рекомендации для родителей

- ✓ Безопасная и комфортная атмосфера в семье.
- ✓ Научить ребенка конструктивным способам выхода гнева (рисование, лепка, спортивные занятия и подвижные игры, развлечения и др.), что позволит снять мышечное напряжение.
- ✓ Учиться открыто проговаривать свои чувства и эмоции, и учите этому ребенка, вовлекайте его в доверительную беседу.
- ✓ Сохраняйте спокойствие, не реагируйте агрессией на агрессию.
- ✓ Обеспечьте ребенку ощущение стабильности.
- ✓ Следите за регуляцией собственных эмоций и не позволяйте членам семьи «срываться» на ребенке и окружающих.
- ✓ Не допускайте непоследовательного воспитания: выработайте и согласуйте с членами семьи единые четкие правила поведения в доме, которые нельзя нарушать.
- ✓ Любите и берегите своего ребенка.

