

Ах, уж эти драчуны!!!

Педагог-психолог
первой квалификационной
категории Золина Ю.А.



Каждый, кто хоть раз общался с детьми, наверное, имел дело с проявлениями детской агрессии. В подобных ситуациях, у взрослых появляется множество вопросов: как вести себя, если ребенок сердится, что при этом говорить, как не допустить подобных ситуаций в дальнейшем?

В последнее время довольно часто приходится иметь дело с детской агрессией. Что же провоцирует подобные проявления у ребенка? Необходимо признать, что современный образ жизни, средства массовой информации, поведение

окружающих способствуют формированию у ребенка такого способа поведения, когда он постоянно вынужден демонстрировать свою силу, нападать, кричать и ругаться. Что же делать нам, родителям, чтобы не допустить подобных проявлений у ребенка?

Рекомендации родителям по устранению и профилактики агрессивного поведения у детей:

1. Прежде всего, проанализируйте собственное поведение и стиль отношений в семье. Дети копируют поведение окружающих.
2. Исключите просмотр агрессивных мультфильмов, и тем более взрослых фильмов ужасов или триллеров.
3. Уделяйте время и внимание своему малышу! Это позволяет почувствовать ребенку, что для вас он самый важный и любимый человек в мире. Ощущение собственной значимости и ценности для родителей формирует у ребенка здоровую нервную систему, самооценку и дружелюбное настроение. Хотя бы 15-20 минут в день родители должны посвящать своему ребенку и только ему, забыв про свои дела.
4. Объясните ребенку, почему нельзя драться, кусаться, обзывать, а также бросать в других детей игрушки и книжки. Затем расскажите и покажите малышу, какого поведения вы от него ждете: поцелуйте его, обнимите, поговорите с ним. Объясните ребенку, как чувствует себя тот, кого ударили или укусили. Расскажите, почему нужно вести себя дружелюбно.

Упражнения на снятие агрессивного поведения.

"ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ"

(для детей с 4 лет)

Ребенку даётся "пыльная подушка". Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её "почистить".

"ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС "МОЖНО"

(для детей с 4 лет)

Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час "можно", когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть на них и т.д.

Примечание: "часы" можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

"РУГАЕМСЯ ОВОЩАМИ"

(для детей с 5 лет)

Предложите ребенку поругаться, но не плохими словами, а овощами: "Ты - огурец", "А ты - редиска", "Ты - морковка", "А та - тыква" и т.д.

"ПО КОЧКАМ"

(для детей с 5 лет)

Подушки раскладываются на полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие - "лягушки", живущие на болоте. Вместе на одной "кочке" капризным "лягушкам" тесно. Они запрыгивают на подушки соседей и квакают: "Ква-ква, подвинься!" Если двум "лягушкам" тесно на одной подушке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в "болото" соседку, и та ищет себе новую "кочку".

Примечание: взрослый тоже прыгает по "кочкам". Если между "лягушками" дело доходит до серьёзного конфликта, он подсакивает и помогает найти выход.

"ЖУЖА"

(для детей с 6 лет)

"Жужа" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг неё, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до неё, щекочут. "Жужа" терпит, но, когда ей всё это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за "обидчиками" вокруг стула, стараясь отхлестать их полотенцем по спинам.

Примечание: взрослый следит за формой выражения "дразнилок". Они не должны быть обидными и болезненными.

Безусловно, самым лучшим профилактическим средством являются хорошие отношения родителей с детьми, понимание родителями внутреннего мира своего ребёнка, его проблем и переживаний, умение поставить себя на место своих детей. Хотелось бы напомнить родителям: психическое здоровье ваших детей в ваших руках. Чаще полагайтесь на свою любовь и интуицию, и ваш ребенок вырастет дружелюбным и миролюбивым.



Успехов в воспитании детей!