

## Агрессивность у маленьких детей

Нередко родители замечают за своим ребенком, как им кажется, агрессивное поведение. Многие дети проходят период – между двумя и четырьмя годами – когда удары и кусание являются формой общения, часто единственной для выражения того или иного своего состояния, например: «Я сержусь» или: «Я хочу вот это».



Несмотря на то, что это нормальная стадия развития ребёнка, подобная агрессивность может превратиться в привычку. Дети, которые, подрастая, не научатся подавлять свою агрессивность и общаться с окружающими с помощью устной речи, часто превращаются в настоящих драчунов. С помощью драк дети могут добыть себе вещи, к которым они стремятся, но это их сделает их изгоями в детской компании и другие дети будут их бояться.

Если ваш ребёнок находится именно в такой фазе развития, возможно, он вскоре минует её. Чтобы приблизить этот момент (и помочь защитить других детей!), вы можете воспользоваться советами, которые помогут вашему ребёнку избавиться от негативных привычек.

### ***Строгое соблюдение правил***

С самого начала приучайте своего ребёнка к необходимости соблюдать правила. Просто говорите: «Мы никого не бьём, и нас никто не бьёт». Для детей в возрасте четырёх лет и старше требования могут быть более подробными. Можете заявить: «В нашем доме существует правило: если тебе нужна игрушка, а ею играет другой ребёнок и не даёт тебе, подожди».

### ***Не упускайте из виду словесную агрессивность***

Не упускайте из виду словесную агрессивность – часто это является началом чего-то более серьёзного. Ребёнок может словесным образом «нажать на кнопку», вынудив товарища по играм нанести ответный удар. Когда такое случается, не вините того, кто ударил, и не обращайтесь внимания на ребёнка, вызвавшего драку. Ребёнок, начавший словесную агрессию, тоже должен быть наказан.

### ***Будьте для ребёнка ангелом-хранителем***

Дети, применяющие физическое насилие, часто не могут справиться со своим характером. Например, когда игрушка, с которой он хочет поиграть, находится у другого малыша, несдержанный ребёнок может действовать импульсивно и отобрать её. Придётся часто напоминать ему об установленных вами правилах. Станьте его вторым «Я» или ангелом – хранителем.

Когда агрессивность ребёнка начинает расти, укажите ему на это и предложите альтернативные методы решения проблемы. Скажите, например: «В этой ситуации тебе хочется ударить, но это неправильно. Лучше скажи мне, что ты рассердился. Ты можешь сказать мне, что тебе хочется ударить, но ты знаешь, что так поступать не следует».

### ***Объявите тайм-аут***

Период успокоения часто является наиболее эффективным способом изменить плохое поведение. Маленькие дети должны быть усажены на стулья на две или три минуты, чтобы их ничто не отвлекало, а дети постарше отправлены по своим комнатам.

Только не делайте из этого наказания. Просто объясните, что предпринимаете такой шаг, потому что хотите, чтобы всё пришло в порядок и чтобы все остались довольны. Скажите: «Вы не можете прекратить драку, а я хочу, чтобы вы взяли себя в руки. Поэтому я и решил(а) помочь вам. Сейчас будет объявлен тайм-аут на две-три минуты, до тех пор, пока вы не успокоитесь».

### ***Обязательно заслуженно хвалите***

Когда дети реагируют должным образом, сделайте всё, чтобы закрепить эти усилия. Скажите им: «Мне нравится, как ты поступил». Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими.

Не стоит говорить «Хороший мальчик» или «Хорошая девочка». Дети часто не обращают на это внимания. Лучше сказать: «Ты доставил мне огромное удовольствие, когда поделился со своим младшим братом, вместо того чтобы драться с ним. Теперь я знаю, что могу доверить тебе уход за ним». Такая похвала имеет большое значение для детей. Она позволяет им почувствовать, что они могут произвести хорошее впечатление.

### ***Заведите альбом избавления от плохого поведения***

Когда маленький ребёнок начинает проявлять признаки агрессивности, сочините рассказ, в котором этот ребёнок будет главным героем. Используя картинки, вырезанные из журналов, или фотографии самого ребёнка, создайте ситуации, в которых ребёнок ведёт себя достойно и заслуживает похвалу. Поговорите с ним в тот момент, когда ребёнок спокоен, не нервничает. Когда у ребёнка эмоциональный кризис, успокоить его нелегко.

### ***Фантазируйте с ребёнком***

Есть довольно эффективный метод помочь ребёнку по-иному взглянуть на своё поведение. Заключается в том, что вы разделяете с ребёнком его фантазию. Например, ребёнок, который стремится к тому, чтобы вся площадка для игр принадлежала ему одному, может получить её... в фантазии. Скажите: «Хорошо, в течение всей недели только одного Толю будут пускать на площадку для игр. Никто не будет пользоваться качелями, кроме Толи, и все будут стоять вокруг и аплодировать».

После того, как Толя поймёт, что его самые далеко идущие мечты являются всего лишь фантазиями – и к тому же смешными, поговорите с ним серьёзно. Скажите: «Вот видишь, это звучит здорово, однако в действительности ты один не можешь пользоваться площадкой для игр, на ней хорошо играть с другими детьми. Так что давай придумаем, как лучше поступить».

### ***Примените силу, но только в крайнем случае***

Чтобы удержать ребёнка от агрессивных выпадов, можно применить силу, но лишь в том случае, когда эта агрессивность угрожает его жизни или жизни других. Если вам всё же приходится прибегнуть к силе, подойдите к ребёнку сзади и прижмите его руки. Охватите его ноги своими и держите свой подбородок вне пределов досягаемости его головы.

Применение силы у одних детей вызывает ярость, зато умирят других тем, что вы в состоянии справиться с ними. Только создайте впечатление, что вы удерживаете ребёнка, стремясь успокоить его, не проявляйте агрессивности по отношению к нему, чтобы он не чувствовал, будто на него нападают.