

Мой ребенок дерется (начальная школа)

Агрессивное поведение является нормальной частью развития ребенка. Однако при недостаточности языковых навыков, саморегуляции и высоком уровне импульсивности и стремлении к самостоятельности ребенок может выбрать физическое воздействие на окружающих как основное. И родители должны научить ребенка приемлемым способам выражения своих чувств и поведения в социуме.

Научите ребенка выражать агрессию словами

Легко ответить на агрессию ребенка криком, однако надо понимать, что ребенок смотрит на родителя как на пример того, как контролировать свои импульсы.

Конечно, это неудобно, стыдно, обидно, когда ваш ребенок дерется, кусается, царапается и пинается, чтобы разрешить конфликты с другими детьми или что-то получить, показать. Но такое поведение довольно часто встречается у детей, особенно в возрасте 3-7 лет, и надо беспокоиться, если такие ситуации становятся частыми в более старшем возрасте. Значит пора вмешаться и помочь ребенку найти другие неагрессивные способы решать свои проблемы.

Часто дети дерутся из-за того, что у них недостаточно развит навык неагрессивного способа общения в трудной ситуации. Кроме того, причинами драк могут быть недостаточно развитая речь у ребенка, нервное перевозбуждение, истощение, сильное разочарование, самооборона, стресс, агрессивное поведение других детей в окружении.

Необходимо понять причины, по которым ребенок так себя ведет: наблюдайте и анализируйте. Ребенок сразу физически воздействует на другого или сначала что-то говорит, кричит, в каких ситуациях ребенок нападает, агрессия демонстрируется всем или только незнакомым или наоборот друзьям?

Как помочь ребенку:

- о Сразу останавливайте слишком агрессивное поведение ребенка, но не уделяйте при этом ему повышенное внимание, иначе это может стать подкреплением.

- о Говорите просто, кратко и инструктивно.

- о Ребенок должен знать, что он может вернуться к игре и общению с другими, только когда успокоится. Так ребенок начинает понимать, что только он ответственен за свои чувства и реакции. о Крик, грубые слова и привязывание поведения к личности ребенка только травмируют, озлобляют ребенка и совершенно не обучают его нужным социальным навыками коммуникации.

- о Вне конфликтных ситуаций расскажите ребенку о том, что вы тоже можете злиться, и что надо выражать это словами. Поговорите о последствиях, о том, что происходит, если ребенок не может контролировать свой гнев.

- о Приучайте ребенка говорить «нет» («Это мое!», «Мне это не нравится!», «Мне больно!», «Остановись!») своим друзьям, сверстникам вместо того, чтобы атаковать их. Неуверенность ребенка и неумение оградить себя от влияния других словесно толкают его защищаться и действовать физически, грубо.

- о Когда ребенок старается справиться, следует вашим рекомендациям, обязательно хвалите его за усилия, говорите, что вы гордитесь им, что он ищет другие пути решения конфликтов.

- о Контролируйте просмотр телевизора: детская психика восприимчива и чувствительна как к позитивным примерам, так и к насилию на экране.