ПОЖАЛУЙСТА, НЕ СЕРДИСЬ!

Вот уж от кого меньше всего ждешь агрессии, так это от ребенка. Между тем дети порой «выдают» такое, что рука сама тянется к ремню. Но лучше поискать другие методы.

Представьте себе такую ситуацию: вы говорите чаду, что пора спать. А он в ответ обзывает вас недобрым словом и запускает в вас кубик или какой-нибудь предмет потяжелее. «Ребе нок растет настоящим монстром, - ужасаетесь вы, - надо срочно вести его к психологу!» К психологу, может, и правда нелишне обратиться, но вот на счет того, что ребенок - монстр, вы точно ошибаетесь. Очень часто детская агрессивность - следствие тех или иных причин, в которых, как это ни странно, нередко повинны... сами родители.

ЯБЛОКО ОТ ЯБЛОНИ . . .

Оказывается, у ребенка не так уж мало поводов «бросаться» на окружающих. Назовем некоторые из них.

1. Переутомление, голод, жажда - это и взрослого человека выведет из себя. Ребенка - тем более: его психика край не уязвима. Особенно это касается малышей. Порой они даже не осознают, что им неуютно, что они хотят есть или пить. Поэтому задача родителей - вы яснить, не беспокоит ли что чадо.

2. Эмоциональная холодность родителей «подстегивает» детскую озлобленность. Ребенок, видя равнодушие со стороны мамы с папой, порой специально ведет себя вызывающе, чтобы на него обратили внимание.

3. Переходные периоды в развитии, когда мозг не успевает адаптироваться к физическим изменениям. И в этом смысле подростковый возраст - один из самых взрывоопасных.

4. Агрессивное поведение кого-то из родителей (или обоих родителей) неизбежно порождает озлобленность в детях. Яблоко от яблони, как известно, недалеко падает. Поэтому не позволяйте себе при ребенке устраивать сцены и тем более «сходиться в рукопашную» с мужем. Впрочем, если откровенной агрессивности нет, но родители жесткие и властные по отношению к чаду, это тоже может привести к нежелательным по следствиям. Страдая от домашнего гне а, ребенок нередко отыгрывается на своих сверстниках.

5. Излишне мягкое воспитание, а проще говоря - избалованность и вседозволенность тоже «запускают» агрессию в ребенке. Если что-то не по его, напри мер, он хотел в кино, но у родителей на это не нашлось времени, избалованный ребенок запросто может закатить истерику и даже наброситься с кулаками на родителей. Или на брата, сестру, бабуш ку, тетю и т.д. - просто потому, что ему нужно на ком-то выместить зло.

Вывод: родителям необходимо быть последовательными, избегая как слишком больших поблажек, так и чересчур суровых требований.

ГРУША ИЗБАВИТ ОТ ГНЕВА

Агрессивные наклонности, как правило, формируются в раннем детстве. Поэтому, чем раньше вы приступите к решению проблемы, тем лучше.

- Малышей (примерно до 5 лет) по пробуйте отвлечь на какое-то интересное занятие - это погасит вспышку гнева. Или предложите им потопать, покричать, побегать, побороться с вами (в шутку, конечно). Такие действия по могут ребенку выпустить пар. Неплохо «завести» маленькую боксерскую грушу, в которую чадо может колотить, когда сильно разозлится.

С подростками игровой принцип раз рядки срабатывает редко. Зато помогает словесный. Откровенно опишите свои чувства: «Мне очень больно видеть, как ты злишься», «Я испытывала чувство стыда за твое поведение».

- На пике конфликта воздержитесь от оценок поведения чада. Это можно делать только тогда, когда эмоции улягутся. Ни в коем случае не критикуйте личность ребенка, а лишь какие-то его конкретные действия. Если ребенок обидел брата, сестру или кого-то из друзей, убедите его извиниться. Но такие беседы нужно проводить с глазу на глаз, а не в присутствии зрителей, что может показаться ребенку унизительным.

- Когда вашему чаду исполнится 6-7 лет, приучайте его контролировать свои эмоции. Например, так: «Смотри, ты опять плакал и кричал перед обедом, а поел - сразу успокоился. Давай в будущем, если ты чувствуешь голод, то не станешь устраивать скандалы, а просто попросишь у меня поесть».

- 8-10-летним детям расскажите о таких простых и доступных способах разрядки, как пробежка на улице, про гулка с собакой и пр.

АГРЕССИВЕН ЛИ ВАШ РЕБЁНОК?

Четких критериев, по которым ребенка можно «зачислить» в агрессоры, нет. К тому же у всех родителей свое мнение на этот счет. Одни не видят ничего плохого в том, что сын или дочка «врежут обидчику», другие - отчитывают за малейшую провинность. Однако по некоторым признакам все-таки можно предположить у чада повышенную агрессивность.

1. Как часто ваш ребенок нападает на других? Кому достается больше всего - младшему брату, одноклассникам или же он выплескивает гнев на вас? Специалисты подсчитали, что агрессивные дети несколько раз в течение часа «цепляются» к окружающим, и, как правило, к тем, кто слабее.

2. Инициатива в «разборках» обычно исходит от вашего ребенка или от других детей? Немало случаев, когда агрессором ребенок становится по неволе - кто-то его провоцирует, и он вынужден дать сдачи. В таком случае напомните чаду фразу из популярного мультфильма: «Любой спор можно решить словами».

3. Как воспринимает ваш ребенок окружающих людей, в том числе сверстников? Считает их потенциальными друзьями или же источником угрозы? Мучается угрызениями совести после конфликтов или всегда обвиняет в случившемся других («Это Петька первый полез!», «А вот Анька у меня куклу забрала!»)? Склонен ли он искать компромисс или даже не стремится ста вить себя на место другого человека? Если окружающие для ребенка - враги, если никаких угрызений совести нет, желательно посоветоваться с психологом.