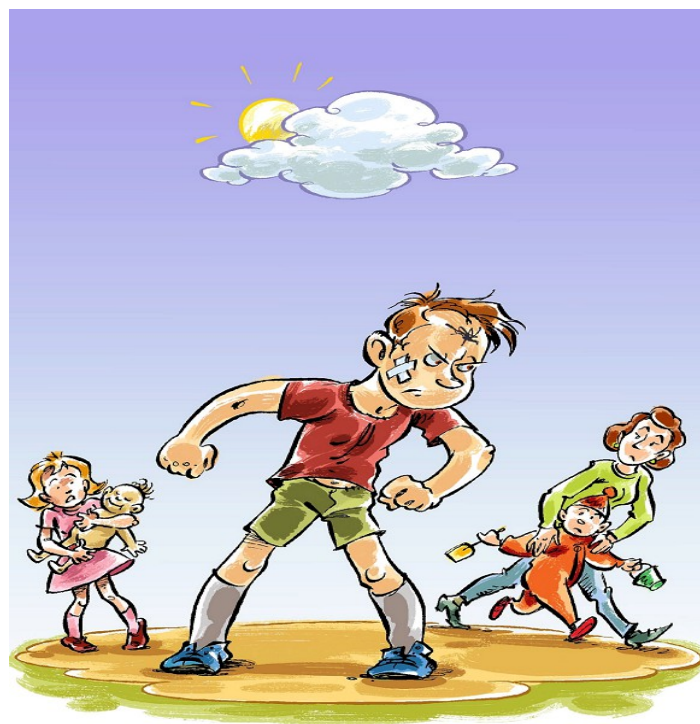


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 25 «ПЧЁЛКА» СТ. БРЮХОВЕЦКОЙ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БРЮХОВЕЦКИЙ РАЙОН

Консультация для родителей

Если ваш ребенок дерется...



Материал подготовила:
педагог-психолог Г.И.Зимовец

ст-ца Брюховецкая

Все об агрессии

Причины агрессии. Агрессия есть активная форма проявления эмоции гнева, которая проявляется через причинение ущерба человеку или предмету. Гнев — одна из основных и важнейших эмоций человека. В обычной жизни редко говорят «я гневаюсь», чаще можно услышать «я злюсь», поэтому злость и гнев можно употреблять как синонимы. Итак, агрессии не может быть без эмоции гнева.

Гнев вызывает любое ощущение дискомфорта — голод, усталость, стресс. Человек становится раздражительным, вероятность сорваться на ком-либо возрастает, или, как говорят специалисты, снижается порог гнева. Ограничение физической свободы также является причиной гневной и агрессивной реакции.

Психологическое ограничение, как и физическое, лишает человека свободы действий. Первым психологическим ограничением в жизни ребенка является «нельзя», которое говорят ему родители при попытках освоить большой и незнакомый мир. Чем старше становятся дети, тем более разнообразными будут эти «нельзя». Родители могут припомнить много ситуаций, когда дети реагировали гневом на различные запреты.

Неправильные, несправедливые действия и поступки окружающих тоже могут стать источником гнева. Но в данном случае б[о]льшую роль играют не сами поступки, а их интерпретация человеком. Прежде чем на кого-то рассердиться, мы возлагаем на этого человека вину. Если ребенок в своих неудачах, переживаемых им некомфортных состояниях винит, например, брата, сестру или мать, то его гнев и агрессия будут вызываться ими. Препятствия в достижении цели также могут являться причиной гнева. Если дошкольник занят игрой, вмешательство в эту игру тоже будет воспринято как препятствие, ограничение и вызовет гневную реакцию.

Кроме того, причиной гнева могут быть определенные эмоциональные состояния. Чувство отвращения к себе или другим людям тоже способно вызывать гнев и агрессию. В депрессии печаль часто соседствует с гневом.

Распознать агрессию можно по выражению лица. Мимическое выражение гнева включает в себя характерные сокращения лобных мышц и бровей: брови опущены и сведены, кожа лба стянута и образует на переносице или прямо над ней небольшое утолщение (у взрослых людей между бровями пролегают глубокие вертикальные морщины). При мимическом выражении гнева отмечаются изменения в области глаз: они сужаются и приобретают угловатую, заостренную форму, утрачивают мягкость, которая присуща округлой форме. Взгляд фиксирован на источнике раздражения, и это важно, так как указывает, куда будет направлена агрессия.

На поведенческом уровне можно выделить позу, жесты, действия.

Поза. Общее напряжение тела как бы демонстрирует готовность к нападению. Мышцы шеи и спины напрягаются, голова немного опущена («взгляд исподлобья»), плечи тоже напряжены и слегка приподняты, руки

сжимаются в кулаки, ноги напрягаются и немного сгибаются в коленях, туловище слегка наклонено вперед и направлено в сторону раздражителя. Все это можно наблюдать у детей во время сильной ссоры, драки.

Жесты. Сжимание, разжимание кулаков, держание в руках различных предметов и манипуляция ими (как бы подготовка к удару), угрожающие движения руками (замахивание, показывание кулаков, фиг и др).

Вербальное выражение гнева совпадает с понятием вербальная агрессия. Это выражение негативных чувств как через форму (ссора, визг, крик), так и через содержание (угроза, проклятие, ругань). Наиболее информативным является не столько содержание речи, сколько ее эмоциональная окраска.

Как правило, внимательные мамы могут легко определить состояние своего ребенка. У агрессивной реакции всегда есть подготовительный период, но у одних детей он более продолжителен, а у других длится всего несколько минут. Признаки наступления агрессии все те же: меняются мимика, поза тела, тон, тембр, интонация голоса. Умение замечать эти изменения могут пригодиться родителям для того, чтобы научить своего ребенка выражать гнев в социально приемлемых, а не агрессивно-деструктивных формах. Надо не ждать спонтанной реакции агрессии, а, заметив ее приближение, направить в подготовленное русло.

Почему ребенок становится агрессивным? Эмоция гнева служит активатором агрессии, но не обязательно приводит к ее проявлению. Агрессивное поведение обусловлено целым рядом факторов — культурных, семейных, индивидуальных.

Агрессивные действия наблюдаются уже у маленьких детей, и по мере взросления детей можно отметить устойчивость выраженности агрессивности, т. е. агрессивный ребенок вырастет агрессивным взрослым. Это позволяет предположить, что уровень агрессивности представляет собой врожденную характеристику человека, которая, имея под собой благодатную социальную почву, становится устойчивой личностной чертой.

Чем старше ребенок, тем большую роль в его поведении играет среда воспитания: эмоциональные отношения, которые существуют в семье, принятые формы поведения, реакция взрослых на различные действия ребенка, принципы воспитания. Практика показывает, что социальная среда больше воздействует на формирование агрессивности ребенка, чем врожденная предрасположенность (возбудимость нервной системы). Данное утверждение подтверждает и следующий факт. Последние исследования в области изучения агрессивности человека показали, что на формирование данной черты влияют 4 момента:

1) негативизм матери (ее отчужденность от ребенка, постоянная критика, равнодушие);

2) терпимость матери к проявлению агрессивности ребенка по отношению к другим детям и взрослым (т. е. поощрение такого поведения);

3) суровость дисциплинарных воздействий (физическое наказание, унижение, игнорирование);

4) индивидуальные особенности темперамента ребенка (возбудимость и вспыльчивость).

Лишь 1/4 от перечисленного — врожденные особенности. А 3/4 — особенности социального окружения ребенка, в котором основная роль отводится матери.

Помните, что у агрессивных родителей, как правило, вырастают агрессивные дети. Чтобы воспитать желаемое поведение у своих детей, следует разобраться со своим собственным.

Младенчество от рождения до трех лет

От рождения до года. Рождается ли малыш агрессивным?

Ваш долгожданный малыш появился на свет... Он полностью сосредоточен на себе. И если у него все в порядке, то он большую часть времени спит. Если его что-то беспокоит, то он своим криком дает об этом знать. После трех недель ребенок начинает замечать окружающий мир. В 1—2 месяца малыш начинает выделять из этого мира лица близких, узнавать их, реагировать оживлением. И именно в этот период родители увидят его первую улыбку. Ребенок изначально дружелюбное существо, он рождается, чтобы жить в обществе близких и любящих людей, и готов ответить тем же. А если ребенок будет расти в атмосфере любви и понимания (это не исключает разумной строгости и твердости родителей), он перенесет эти чувства на родителей и других людей.

Иногда во время консультаций приходится слышать от мам: «Он с самого рождения был агрессивным и не лежал на руках, извивался, злился, потом стал кусаться». Но почти во всех случаях (если, конечно, младенец здоров) причина такой реакции на маму зависит от нее самой, ее отношения к малышу, ее настроения, возбудимости. Младенцы очень чувствительны к состоянию матери. В родильном доме перерезается физиологическая пуповина, а психологическая (эмоциональная, чувственная и т. п.) сохраняется еще долгое время. И если мама испытывает раздражение, злость, то ребенок это чувствует и будет соответственно реагировать, всем своим существом показывая, что ему некомфортно, плохо с мамой. А способов выразить это у него не так уж много: крик, движения телом, кусание. Поэтому, если малыш, который еще плохо владеет своим телом, кусает материнскую грудь, он воспринимается родителями как агрессивный.

Почему малыш кусается.

Ребенок до года нередко кусается, и это естественно: у него начинают резаться зубы (у некоторых уже с 3—4-х месяцев). Если он сердит или устал, то ему еще больше хочется кусаться. И маме рекомендуется эмоционально подготовиться к кормлению, прикладывать ребенка к груди в спокойном состоянии. В случае укуса надо отодвинуть ребенка, посмотреть ему в глаза и

четко и твердо сказать, что маме больно, что так делать нельзя, а затем осторожно продолжить кормление.

Причины укуса могут быть разными. Возможно, у малыша чешутся зубы, в момент кормления зуд усилился и поэтому он рефлекторно стиснул то, что было во рту (сосок). Может быть, плохо поступает молоко, и ребенок сердится и кусает от злости (еда для младенца имеет первоочередное значение). Может, мама его неудобно держит на руках и т. п. Но в любом случае следует сказать «нельзя», устранить по возможности причину, вызвавшую укус. И продолжать кормление. Нельзя ругать ребенка, стыдить, угрожать. Слишком эмоциональная и к тому же негативная реакция мамы может испугать его. Процесс кормления очень важен для эмоционального развития малыша, он должен быть приятен обеим сторонам.

Следует также помнить, что младенец постоянно учится, для него все ново в этом мире, и он пробует разные способы взаимодействия с ним. И укус может быть очередной попыткой установить контакт с мамой как основной частью большого мира. И от реакции мамы будет зависеть, сохранится такой способ общения или нет.

Что делать, если ребенок сердится?

У малыша в возрасте до 7 месяцев способы выражения гнева ограничены: мимика, общая активность, кусание. К семи месяцам ребенок обучается владеть своим телом, и его действия становятся более разнообразными: он может кидать игрушки, вцепляться маме в волосы. Выражение агрессии чаще вызывается ограничением взрослого в достижении цели. Например, семимесячный малыш постоянно встает в коляске, которую везет мама, и пытается перегнуться через край. Мама, беспокоясь, что коляска перевернется вместе с малышом, сажает его обратно. Ребенок начинает громко кричать, вырываться из маминых рук, сопротивляться попыткам его усадить, он выбрасывает игрушки, которыми его пытаются отвлечь, стучит об коляску ногами. Все это — проявление агрессии на запрет мамы. Если мама сама начинает сердиться, повышает голос, то можно наблюдать не очень приятную картину: сердитая мама пытается усадить ребенка в коляску, но чем больше она злится, тем сильнее заводится ребенок. Оба сильно напряжены, и о их взаимопонимании говорить не приходится. Случается, что мама все же берет верх, используя наказание: сильный громкий голос, шлепок по попе. Ребенок может испугаться, не ожидая таких действий, и притихнуть. Но если мама будет использовать это часто, то ребенок привыкнет и перестанет реагировать, а маме придется изобретать еще что-то более устрашающее. Это тупиковый путь, и очень жаль тех родителей, у которых наказание — единственный способ решения проблем.

В данном случае маме просто нужно помнить, что любое ограничение у ребенка, как и у нас, взрослых, вызывает гнев и агрессию. Только мы уже научились их сдерживать или направлять негативную энергию на что-то другое, а ребенок еще не может управлять своими эмоциями, он этому только учится. И

самое разумное, что может сделать мама, это объяснить малышу, что вставать из коляски нельзя, можно упасть, и будет больно. Затем взять ребенка на руки и, разговаривая с ним спокойным голосом, постараться усадить на место, после чего отвлечь его (разговором, птичкой, листком с дерева и т. п., но не привычными игрушками). Не бойтесь, что он вас не поймет. Если данный способ не сработает, то дайте ребенку возможность удовлетворить свое любопытство, при этом поддерживайте его. После этого продолжите свой путь. Даже если мама торопится, такая остановка, скорее всего, будет выгоднее и в плане времени, и в плане эмоционального благополучия.

Гневная реакция часто возникает у детей во время одевания. Многие мамы сталкиваются с такой проблемой. И лучшее средство для ее решения — это также спокойный голос мамы и какой-нибудь способ отвлечь внимание ребенка от самого процесса одевания.

Модель взаимоотношений мамы и ребенка закладывается с первых дней совместного пребывания. И если вы, мамы, будете терпеливы и дружелюбны по отношению к малышу, то и он вам ответит тем же.

Один год

И вот малышу исполнился год. До года в основном ребенок был занят освоением окружающего мира: предметы, новые виды деятельности. Теперь его все больше начинают интересовать люди (помимо знакомых, все больше привлекают незнакомые). Как правило, в год ребенок начинает ходить, возможности освоения мира увеличиваются, а вместе с ними увеличиваются проблемы его родителей, остро встает вопрос дисциплины.

При формировании и проявлении у годовалых детей агрессии есть две характерные особенности этого возраста: обучение установлению контактов с людьми и освоение основных правил поведения.

Как помочь ребенку освоить правила поведения. Годовалый ребенок — исследователь. Его привлекает все, что встречается на пути. И если ему препятствовать в этом, он будет сердиться, вести себя агрессивно. Может стукнуть маму, если она запрещает что-то, может кусаться, падать на пол и громко кричать. Может нарушать запрет и стремиться к тому, что нельзя, при этом крича и вырываясь, если его пытаются остановить. Даже очень терпеливую мать все это способно рассердить. А если мама сама очень эмоциональна, несдержанна или просто устала, то она срывается и при значительно меньших проявлениях недовольства ребенка. Мамы и папы сердятся на любознательного малыша, называют его вредным, злым, настырным и т. п. Нередки случаи физического наказания, угроз. Физическое воздействие родителей обычно принимает такие формы: шлепок по попе, а то не один и не такой уж легкий, удары по рукам, когда ребенок трогает то, что запрещено.

Но, как ни странно, ругань, физическое наказание редко приносят желаемый результат. Такой способ решения проблем — не что иное, как

проявление родительского бессилия: наказывая ребенка ремнем, шлепая до боли в руке, родители признаются, что не могут справиться с ситуацией, а дети это очень рано понимают.

Почему такие наказания неэффективны?

После вспышки злости и выхода ее через наказание у родителей часто возникает чувство вины. И появляется вполне понятное желание как-то ее загладить. Мать может стать снисходительной к непослушанию ребенка в иной ситуации (или в похожей) или позволяет наказать себя. Наказание ребенком родителя может быть явным — ему позволят ударить маму игрушкой — или неявным — в следующий раз мама будет терпеливой к неприемлемому поведению ребенка (бросание, трогание запрещенных вещей, капризы и т. п.). Все это создает непоследовательность воспитательных действий, и ребенок не понимает, почему в одной и той же ситуации мама ведет себя по-разному и от него требует разное. В результате малыш не усваивает правил, норм поведения. И в дальнейшем родителям (да и другим людям) будет с ним нелегко, и самому ребенку трудно будет уживаться с людьми.

Именно такие дети из-за внутренних противоречий, из-за неумения соблюдать правила, принятые в обществе, чаще склонны к агрессивному поведению, в том числе и с родителями. Кроме того, дети родителей, которые часто срываются, перенимают агрессивные формы поведения, реагирования на ту или иную ситуацию. Помните: у агрессивных родителей вырастают агрессивные дети.

Что же делать в подобных ситуациях, можно ли обойтись без запретов и наказания?

Сейчас очень много различных методик воспитания. Некоторые семьи следуют «японской модели воспитания», когда ребенку разрешается все. Трудно сказать, как это у них получается в действительности: одно дело — провозгласить, а совсем другое — реализовывать. В большинстве же семей существуют и запреты, и наказания.

Одной из важнейших задач воспитания ребенка в семье является его социализация, т. е. воспитание таких качеств и способов поведения, которые позволяют ему комфортно себя чувствовать среди людей. Это будет залогом и психического, и во многом физического здоровья ребенка, возможности самореализовываться в жизни. Другое дело, что общество неоднородно, в нем есть определенные социальные слои и группы, и в этих группах существуют свои правила и нормы поведения. То, что может быть необходимо в одной (например, умение грубо выражаться), абсолютно неприемлемо в другой. Поэтому, обучая ребенка, как себя вести правильно, что можно и что нельзя, родители должны учитывать, насколько необходимы эти умения в той среде, где придется жить их малышу. Это касается не только будущей жизни, но и детских групп. Если мама собирается отдать маленького ребенка в ясли и запрещает ему драться, отставив свои игрушки, то, наверное, такому ребенку будет сложно среди своих сверстников, где надо уметь постоять за себя.

Но есть и общие нормы и правила, которые не зависят от социальных и культурных различий, и среди них одно из важнейших — умение сдерживать свой гнев. Этому ребенок должен учиться с рождения, и введение запретов — это один из этапов воспитания самоконтроля. Усваивая способы взаимодействия с окружающим, ребенок сможет приспособиться к миру, в котором ему суждено жить, сможет реализоваться и благодаря этому быть просто счастливым. Не об этом ли мечтает каждая мать?

Как научить ребенка понимать слово «нельзя»?

Первые правила входят в жизнь малыша со словом «нельзя»: нельзя трогать, брать, делать. Эти «нельзя» могут меняться по мере взросления ребенка. Например, нельзя трогать ножницы, провода. Но вот малыш подрос и уже знает, как пользоваться ножницами, что такое провода и зачем они нужны, соответственно и запреты относительно этих вещей либо снимаются, либо меняются, появляются новые.

Часто родители жалуются, что ребенок не понимает слово «нельзя», и поэтому определенный этап детства малыша превращается в череду скандалов. Чтобы этот период в жизни семьи прошел относительно спокойно, рекомендуется соблюдать несколько правил.

Первое правило: этих «нельзя» должно быть немного, пусть это будет 5 основных, из разряда того, что опасно для жизни и здоровья малыша.

Второе правило: эти «нельзя» должны выполняться всегда, независимо от настроения родителей.

Обучать ребенка, как необходимо реагировать на ограничения, можно, например, следующим образом. Ребенку нельзя подходить к газовой плите и трогать краники на ней. Как только малыш приближается к плите, мама должна взять его на руки и отнести от запретного, при этом посмотреть малышу в глаза и сказать строго «нельзя», показывая на плиту. Так может продолжаться некоторое время, пока ребенок не научится реагировать только на слово и маме не нужно будет каждый раз срывать с места и оттаскивать его от плиты. Конечно, периодически могут быть проверки со стороны ребенка, провокации, но это уже не будет требовать от родителей много сил и времени.

Чтобы научить годовалого малыша верно реагировать на слово «нельзя», от родителей потребуется немного времени, терпения и согласованности (если мама запрещает, а папа разрешает, то ничего не получится).

Зато в последующем у таких родителей будет намного меньше воспитательных проблем при введении новых правил по мере взросления малыша. И тогда меньше будет поводов для раздражения родителей и агрессии ребенка. Естественно, что под «нельзя» попадает гораздо больше предметов и вещей, чем пять. Родители определяют основное, остальное либо нужно на время убрать из поля зрения ребенка, либо сразу учить правильному отношению и использованию.

Что делать родителям, если их выводят из себя?

Конечно, бывают моменты, когда мама взрывается. Это естественно, мама не машина, которую можно запрограммировать. Что же делать в таких случаях? Лучший способ — это сказать ребенку о своем состоянии, причем не обвинять его, а говорить только о себе, своих чувствах и поведении. Неправильно будет: «Ах ты, гадкий, противный мальчишка! Ты меня постоянно доводишь до белого каления...» (случается, что выражения бывают куда более крепкие и агрессивные). Правильно будет так: «Я очень рассердилась, я устала, твое... (проговариваются поведение ребенка) вызывает во мне... (проговариваются чувства мамы), мне это... (проговаривается отношение), я хочу, чтобы... (проговариваются желаемые отношения, поведение). На первый взгляд это кажется достаточно сложным. Но родителей это не должно пугать. Нужно немного потренироваться, и вы почувствуете, насколько изменятся ваши отношения с малышом: не доводя дело до физического наказания и обзываний, вы не будете мучиться чувством вины перед ребенком за свое недостойное поведение, а следовательно, не станет поводов для непоследовательного воспитания. Кроме того, вы демонстрируете ребенку не агрессивное поведение, а способ выражения своего гнева в социально приемлемой форме, чему он у вас и будет учиться.

Высказывание своих чувств снимает эмоциональное напряжение мамы. Но бывают и такие ситуации, когда реакция мамы должна быть очень быстрой и она не успевает собраться с мыслями, чтобы все объяснить ребенку. Например, вы моете пол и говорите малышу, что подходить и играть в грязной воде нельзя. Несколько раз вы оттаскиваете ребенка от ведра, но вот слышите звук разливающейся воды, поворачиваете голову и видите, что малыш опрокидывает ведро на пол. В таких ситуациях вполне допустимо подшлепнуть его по попе (здесь речь идет о единичном шлепке, а не о избивании ребенка до боли в руке). Это и маме позволит «выпустить пар», и малышу будет понятна ее реакция на случившееся, и инцидент будет исчерпан. Данный случай относится к бытовым проблемам и не является жизненно важным ни для ребенка, ни для мамы, поэтому долгие разговоры на эту тему не нужны.

Кроме того, этот способ будет более безопасен для обоих, чем если мама будет сдерживаться из последних сил, стараться говорить спокойным голосом. У такой «правильной» мамы напряжение и раздражение обязательно накопятся, и будет достаточно очень не большого толчка (ребенок запнулся, что-то уронил), чтобы весь сдерживаемый гнев обрушился на малыша. А он не готов к такой эмоциональной реакции, которая неравноценна совершенному ребенком проступку. Такие реакции мамы более травматичны для формирующейся психики ребенка и способствуют его деструктивному, агрессивному поведению.

Раз речь зашла о шлепках, то здесь хотелось бы затронуть такой вид физического наказания, как битье ребенка по рукам. Родители должны запомнить: маленького ребенка по рукам бить нельзя! Годовалый ребенок — исследователь. У него два основных органа, с помощью которых он познает качества и свойства предметов: руки и язык. Именно пальчиками ребенок узнает, что стол — гладкий, диван — шершавый, щеки у мамы — нежные и

гладкие, а у папы — колючие. Это потом, когда ребенок повзрослеет, ему достаточно будет посмотреть на предмет, чтобы понять, какой он. Что же происходит, когда родители бьют малыша по рукам? Они вносят разрушения в эмоционально-познавательный процесс развития ребенка, нарушают основной в этом возрасте интерес исследования. Вполне естественно, что ребенок злится, ведет себя агрессивно.

Постоянно повторяющиеся наказания могут наконец достичь своей цели: ребенок перестанет трогать руками вещи, предметы, но нереализованный интерес и вызванная этим злость никуда не денутся. Если запретов слишком много, то гнев уйдет внутрь и будет разрушать ребенка, скажется на его психическом и физическом здоровье. Либо он проявится в других ситуациях, вроде бы и не располагающих к агрессии: игра, отношения с родителями, другими взрослыми, детьми. Но самое страшное, чего могут добиться родители битьем детей по рукам, — они закрепят боязнь изучения нового, проявления инициативы. И тогда не надо жаловаться, что ребенок нелюбознательный.

Что же делать родителям, если они хотят, чтобы дети не трогали их вещи?

С вещами все просто: убирайте их или помогите ребенку правильно и безопасно изучить их. Это потребует времени и терпения, но интерес малыша по мере удовлетворения переключится на что-то другое, а вам в последующем не потребуется усиленный контроль за тем, чему вы его сами обучили. А чтобы ребенок вас не бил — не бейте его сами и учитесь объяснять ему, почему это делать нельзя. Не надо бояться, что дети маленькие и не поймут взрослых. Ждать, что они вырастут, и тогда им можно будет все объяснить, — бесполезное занятие.

Автор Н. М. Сертакова

Источник: https://vk.com/@detstvopress_publish-esli-vash-rebenok-deretsya