

Рекомендации родителям

Как помочь агрессивному ребенку

Описание материала:

полезные советы родителям по коррекции агрессивного поведения детей.

Существует два основных условия, вызывающих у людей стремление к насилию. Первое из них состоит в том, что человек был обижен. Ребенок, которого шлепали, били или которому угрожали насильственными действиями, сам будет предрасположен к применению насилия. Детские беспокойства, разочарования и недовольства могут накапливаться и вынуждать ребенка драться или кусаться. Второе условие является более трудным для понимания: человеку не позволяли высвобождать эмоции, возникавшие в результате обид. У него сохраняются невыраженные чувства по поводу того, что ему пришлось пережить, и в результате возникает стремление к проявлению насилия по отношению к другим людям. У ребенка, ставшего жертвой насилия и других тяжелых переживаний, появляется желание применять физическое воздействие только в том случае, когда его эмоции заблокированы и подавлены. Таким образом, насилие представляет собой искаженное выражение гнева и страха человека в той окружающей среде, где отсутствуют безопасные условия для проявления и выражения его чувств. Как мальчикам, так и девочкам необходимо позволять плакать и выражать свои эмоции. В противном случае у них будут накапливаться нереализованный гнев, презрение, недовольство и страхи, которые они могут выражать в виде насилия по отношению к другим или себе. Плач является очень эффективным средством избавления от агрессивной энергии.

В некоторых случаях агрессию ребенка можно остановить, решительно, но с любовью удерживая его на руках. Если старший брат толкает или бьет младшего, вам нужно решительно остановить его и сказать, что не позволите ему обижать ребенка. Старший, возможно, начнет сопротивляться и протестовать, но вы должны продолжать удерживать над ним физический контроль. В конце концов его гнев может перерасти в слезы и он расплачется в ваших объятиях. Тогда вы можете сказать ему: “Я знаю, что иногда ты злишься на младшего братика и хочешь ударить его. Я понимаю, что ты чувствуешь, но я должна защищать вас обоих, поэтому подержу тебя еще немного. Можешь рассказать мне, почему ты грустишь и злишься. Все нормально. Если хочешь, можешь поплакать”. Если ребенок разгневан и проявляет агрессию, создайте спокойные условия, чтобы он мог высвободить свои чувства с помощью плача, а не вымещать их на других. Все, что помогает ребенку почувствовать доброе к нему отношение и создает у него ощущение безопасности, помогает ему заменить свои агрессивные порывы оздоравливающими слезами. В то же время насильственные действия должны решительно пресекаться, чтобы никто не пострадал. Уверенно и с любовью удерживая малыша на руках, мы достигаем обеих целей: останавливаем насильственное поведение и демонстрируем свою доброту, необходимую ребенку для ощущения безопасности. Эта мера очень эффективна и полезна. Некоторые взрослые отказываются от такого метода, поскольку считают, что удерживать ребенка против его воли - это жестоко. Но те же самые люди без

колебаний отсылают ребенка в детскую комнату вопреки его воле ("тайм-аут") и угрожают ему различными наказаниями, если он выйдет оттуда без разрешения. Заточение задиристого ребенка в своей комнате может привести лишь к кратковременным результатам. Но основную проблему это только усугубит, поскольку ребенок ощущает себя покинутым, непонятым и нелюбимым. Вот почему я рекомендую удерживать малыша с любовью, а не изолировать его или лишать внимания.

Хотя агрессивные дети поначалу обычно отталкивают родителей, на самом деле им хочется, чтобы их держали на руках. Малыши как будто стремятся убедиться, что существует сила, более мощная и значимая, чем их гнев. Именно такой силой и являются взаимоотношения между взрослым и ребенком. Однако удерживание ребенка на руках никогда не должно применяться в качестве наказания, мести или способа воспитания покорности и послушания. Если это делается с сочувствием и любовью, то никогда не вызовет у него отвращения. Если воспитатели считают необходимым применять этот метод в отношении задиристых детей, я советую им получить на это разрешение родителей, так же как и на любую другую методику. Держать ребенка на руках наиболее эффективно в том случае, когда это делает близкий и любящий человек. Данный метод является очень действенной альтернативой наказанию как дома, так и в детском саду, поскольку останавливает агрессию ребенка, не причиняя ему какого-либо вреда и избавляя его от негативных эмоций.

Когда вы держите ребенка на руках, он получает огромную пользу. Ощущая, что вы контролируете ситуацию и понимаете его, малыш прекращает сопротивление и впоследствии чувствует себя гораздо лучше. Разозлившись в следующий раз, малыш будет помнить, что вы на его стороне и способны помочь ему восстановить самоконтроль. Иногда вам придется держать ребенка за руки, если он будет пытаться ударить вас, или за подбородок, если он будет пытаться укунить вас, либо за ноги, если он будет стараться пнуть вас. Если вы будете делать это только для того, чтобы контролировать его действия, считая неправильным бить его, и вы, и малыш будете в безопасности. Вы оба выйдете из кризиса с намерением уважительно относиться друг к другу в дальнейшем. Некоторые взрослые пытаются направить энергию ребенка в другое русло. Например, мальчику, который часто колотит свою младшую сестренку, могут давать для битья куклу или подушку. Ребенку, который кусает своего приятеля, могут предложить резиновую игрушку или яблоко. Такая переадресация агрессии может помочь на время защитить потенциальную жертву. Это также дает драчуну возможность увидеть, что взрослые понимают его чувства. Однако если ребенок при этом не плачет и не выражает свой гнев, то его глубинные чувства обычно не выплескиваются, поскольку агрессивные поступки являются, как правило, искаженным выражением страха и печали. Такие физические действия, как шлепки или кусание, не приносят настоящего избавления от связанных с ними болезненных эмоций. Ребенок, выражающий ревность к своей младшей сестренке кусанием или шлепками, лучше всего преодолеет свое беспокойство по поводу потери родительской любви, если сможет поплакать в теплых объятиях мамы или папы.

Иногда дети направляют свою агрессию на родителей. Этому существует несколько возможных объяснений.

Либо взрослые жестоко обращались с ребенком, возможно, увлекались наказаниями, проявляли авторитаризм, несправедливость, нетерпимость, неуважение, либо игнорировали его потребности. Пресечение агрессивного поведения ребенка, конечно, оправданно, но также необходим и анализ поступков родителей, поскольку именно они могут стать причиной его агрессивности.

Идеальных родителей не бывает. Именно поэтому все дети иногда злятся на них, особенно на тех, кто им ближе всего. Ребенок может воспринимать мать и как богиню (когда она спокойна и относится к малышу с любовью), и как чудовище (когда она теряет терпение и внимание). К тому же родители устанавливают ограничения, которые необходимы для того, чтобы обеспечить детям здоровье и безопасность (забирают у них из рук острые, режущие и колющие предметы; сажают их в автомобильное кресло и пристегивают ремнем). Когда малыши злятся, нельзя позволять им драться, но следует разрешать открыто выражать свое недовольство, плакать, возмущаться и кричать. Им необходимо знать, что родители не отвергнут их чувства и способы их выражения. У некоторых детей, которые пытаются ударить своих родителей, возможно, просто произошло накопление стресса, и для выражения своих чувств им требуются жесткие ограничения. Драки могут быть их способом попросить о содействии в избавлении от болезненных эмоций, как это было продемонстрировано в предыдущих примерах. Держа ребенка на руках, вы устанавливаете ограничения в его поведении, являющиеся стимулом для плача и негодования, тем самым без всякого вреда для малыша сводите его агрессивность на нет. В заключение хотим подчеркнуть, что проявляющие агрессивность ребята всегда страдают от болезненных эмоций. Существуют эффективные, исключаящие наказания способы пресечения агрессивного поведения, помогающие детям высвободить их глубинные чувства. Важно понимать, что больше всего малыши нуждаются в любви и внимании именно тогда, когда их поведение заслуживает этого меньше всего.