

## **Возрастная агрессия (от 3 до 4 лет).**



Вы наверняка слышали о так называемом "кризисе трех лет". Это период осознания своей обособленности, непохожести и неповторимости, когда ребенок стремится защитить и отстоять свое собственное "Я". В этом возрасте дети с удовольствием остаются одни дома, обижаются и оскорбляются, когда родители посягают на неприкосновенность их игровых уголков или комнат. В возрасте от трех до четырех лет взрослые часто сталкиваются с проявлениями "не мотивируемой" с родительской точки зрения, агрессивности, которые можно считать нормой.

**Агрессивное поведение в этом возрасте часто является выражением протеста, когда ребенка что-то не устраивает, и он хочет это изменить, но пока не знает как.** Злость ребенка чаще всего порождается бессилием. И эта реакция предпочтительнее слезливых жалоб или пассивной покорности судьбе. Если бы в человеке не было необходимой ему доли агрессивности, то не было бы в нем и инициативы, и воли к победе, и готовности к борьбе. Такой человек каждое препятствие воспринимал бы как непреодолимую преграду и предпочел бы в конечном итоге уйти из действительности в мир иллюзий, виртуальную реальность. Тем более, что форм ухода от действительности существует множество: это и "зависание" в Интернете, и "привыкание" к телевизору, не говоря уже об алкоголизме и наркомании. Вряд ли кто-то из родителей мечтает о таком будущем для своих детей.

### **Как вести себя родителям агрессивного ребенка:**

Здесь важно сделать акцент на том, что **взрослым ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в своих детях**, так как агрессия - это необходимое и естественное для человека чувство. Запрет или силовое подавление агрессивных импульсов ребенка очень часто может привести к аутоагрессии (т.е. вред будет наноситься самому себе) или перейти в психосоматическое расстройство.

Родителям важно научить ребенка не подавлять, а контролировать свою агрессию; отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда. Для этого необходимо, в первую очередь, разобраться с основными причинами агрессивного поведения.

**Покажите ребенку конечную неэффективность агрессивного поведения.** Объясните ему, что даже если в начале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у другого ребенка понравившуюся игрушку, то впоследствии с ним никто из детей не захочет играть, и он останется в гордом одиночестве. Вряд ли его прельстит такая перспектива. Расскажите также о таких негативных последствиях агрессивного поведения как неотвратимость наказания, возвращение зла и др.

Если вы видите, как ваш ребенок, еще не начавший ходить в школу, ударил другого, сначала подойдите к его жертве. Поднимите обиженного ребенка и скажите: "Максим не хотел обидеть тебя". Затем обнимите его, поцелуйте и проводите из комнаты.

Таким образом, вы лишаете внимания своего ребенка, перенося его на товарища по играм. Внезапно ваш ребенок замечает, что веселье кончилось, и он остался в одиночестве. Обычно требуется повторить это 2-3 раза - и драчун поймет, что агрессивность не в его интересах.

- 1 Необходимо устанавливать социальные правила поведения в доступной для ребенка форме.** Например, "мы никого не бьем, и нас никто не бьет". Для детей в возрасте четырех лет и старше требования могут быть более подробными. Можете заявить: "В нашем

доме существует правило: если тебе нужна игрушка, а ею играет другой ребенок и не дает ее тебе, подожди".

2. **Не забывайте хвалить ребенка за старательность.** Когда дети реагируют должным образом, сделайте все, 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.
3. **Беседовать с ребенком о его поступке надо без свидетелей** (родственников, других детей и др.). В беседе стараться использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.).
4. **Надо исключить ситуации, провоцирующие негативное поведение ребенка.**
5. **В борьбе с агрессией можно прибегнуть к помощи сказкотерапии.** Когда маленький ребенок начинает проявлять признаки агрессивности, сочините вместе с ним рассказ, в котором этот ребенок будет главным героем. Используя картинки, вырезанные из журналов, или фотографии самого ребенка, создайте ситуации, в которых ребенок ведет себя достойно и заслуживает похвалу. Поговорите с ним в тот момент, когда ребенок спокоен, не нервничает. Когда у ребенка эмоциональный кризис, успокоить его нелегко.
6. **Надо предоставлять возможность ребенку получить эмоциональную разрядку в игре, спорте и т.д.** Можно завести специальную "сердитую подушку" для снятия стресса. Если ребенок чувствует раздражение, он может поколотить эту подушку.

**В заключение отметим, что родителям важно помнить следующее: агрессия - это не только деструктивное поведение, причиняющее вред окружающим, приводя к разрушительным и негативным последствиям, но также это еще и огромная сила, которая может служить источником энергии для более конструктивных целей, если уметь ей управлять. И задача родителей - научить ребенка контролировать свою агрессию и использовать ее в мирных целях.**