

На заметку мамам и папам!

МАЛЕНЬКИЙ ЗЛЮЧКА

(ПРО ДЕТСКУЮ АГРЕССИЮ)

Агрессивное поведение - довольно распространённое нарушение среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и лёгкий способ достижения желаемого.

Не стоит путать агрессию и агрессивность:

Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевлённым и неодушевлённым), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Агрессивность - это свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии.

Появиться она может в результате множества факторов: стиль воспитания, демонстрация сцен насилия (тв, радио, телефон), нестабильная социально - экономическая обстановка, индивидуальные особенности (сниженная произвольность, низкий уровень активного торможения).

Решающее значение в становлении агрессивного поведения ребёнка становится семья и воспитание. Одобряемые формы поведения, характер отношений между членами семьи, нарушение рамок и границ дозволенного. Если родные ведут себя агрессивно (даже вербально), применяют физические наказания или позволяют вести себя агрессивно ребёнку, то весьма возможно, что эти проявления закрепятся и станут постоянной чертой характера.

Независимо от причин, стратегия поведения должна быть единой:

- ◆ *По возможности, агрессивные проявления нужно сдерживать непосредственно перед их проявлением. Всегда лучше предотвратить, чем «пожинать» плоды.*
- ◆ *Осуждение такого поведения. Демонстрация его невыгодности по отношению ко всему.*
- ◆ *Развитие эмпатии и сопереживания.*

◆ *Обучать выражению злости и гнева альтернативными способами. Детям можно предложить:*

- *побить подушку*
- *физические силовые упражнения (отжимания, приседания и т.п)*
- *рвать бумагу, ткань*
- *нарисовать злость*
- *покричать в подушку, «мешочек злости», ведро (можно даже над этим посмеяться)*
- *постучать палкой (по земле, асфальту, камню и т.п)*

Высокую эффективность имеют различные арт подходы: игры с водой, песком, рисование ладошками, пальчиками, ступнями. И, конечно, подвижные игры для снятия накопившегося напряжения.

Взрослым необходимо понимать, что страх перед его «выпадами» только способствует повышению агрессивности. Также как способствуют фразы в которых, Вы говорите о плохом ребёнке. Хорошее поведение воспринимается как разумеющееся, а на плохом делается особенный акцент. Этого мало. Ребёнку нужно создавать «ситуации успеха», чтобы развить позитивную самооценку и уверенность, что у него всё получится и он на верном пути!