

Поведение или характер?

— Замечаю не очень хорошие перемены в поведении своего сына. Он стал «колючим». Может наглубить мне, нахамить младшей сестре. В школе даже подрался с одноклассником. Раньше за ним подобное не водилось. Может, это возрастное? Терпеть такое поведение желаний никакого, но и усугублять конфликты дома не хочется. Как быть?

Для начала разберемся в терминах. Агрессия — это мотивированное, эмоционально окрашенное нападение, направленное на причинение вреда живому существу. По способу проявления агрессия бывает: вербальная — в словесной форме (крики, унижения, обзывания), и физическая — причинение физического повреждения человеку или предмету (укусы, удары, поломы предметов, игрушек). По способу взаимодействия с объектом выделяют прямую агрессию — направленную на определенного человека, предмет (например, ребенку не нравится одноклассник, и он постоянно с ним дерется), косвенную — ребенок может действовать «исподтишка» (сплетничать, провоцировать), агрессию против животных, аутоагрессию — направленную на причинение вреда самому себе (удары самого себя, выдираание волос, ресниц), а также агрессию на фантазийные или символические объекты — агрессивные рисунки, игры.

Агрессивность — это черта характера, привычка, склонность реагировать на все агрессивно. Агрессивное поведение — одна из форм реагирования на неблагоприятные ситуации, вызывающие стресс.

Проявление у детей агрессии естественно, хотя и беспокоит многих родителей. Ребенок не рождается агрессивным, а становится таким вследствие внутренних или внешних ситуаций. Если его не научить правильно выражать свои негативные эмоции, то это может привести к устойчивому агрессивному поведению, а со временем проявится как качество личности. Но прежде нужно разобраться в причинах проявления агрессивного поведения. А они всегда есть и их, поверьте, немало. Так, например, агрессию могут «включать»:

* Низкая самооценка, которая проявляется в ожидании опасности от окружающих. Поэтому, не дожидаясь, когда его обидят, ребенок начинает обороняться.

* Желание быть лучше. Герои современных мультфильмов и компьютерных игр проявляют агрессивное поведение. Ребенок, копируя его, старается добиться лидерства среди сверстников.

* Травмирующие события. Надо отметить, что дети вследствие их могут стать как замкнутыми, чтобы их не заметили, так и вызывающе агрессивными, показывая, что могут дать отпор.

* Ошибки семейного воспитания (неуважение личности ребенка, агрессивное поведение членов семьи, одобрение агрессивного поведения детей, вербальная агрессия по отношению к детям, физические наказания, отсутствие эмоционального контакта с детьми, неконтролируемое использование гаджетов.)

* Социальные факторы. Если в детском коллективе поддерживается агрессивное поведение, то дети становятся «такими как все».

* Влияние мультфильмов, фильмов, компьютерных игр.

Что же делать, если вы заметили агрессию в поведении своего ребенка?

1. Не запрещайте выражать негативные эмоции. Научите делать это правильно (спортивные секции, подвижные игры). Объясните ребенку, что любые эмоции — это нормально.

2. Минимизируйте использование гаджетов.

3. Повышайте самооценку ребенка (чаще хвалите, подчеркивайте его сильные стороны, минимизируйте критику).

4. Применяйте личный пример (извиняйтесь за нецензурные слова, объясняйте, что не сдержались, обещайте в следующий раз быть сдержаннее).

5. Выстраивайте доверительные и теплые отношения с ребенком (общайтесь «на равных»).

6. Развивайте у ребенка навыки общения.

Постарайтесь понять причину агрессивного поведения ребенка. Не спешите наказывать и отвечать агрессией на агрессию.

Желаю удачи в воспитании ваших малышей!