

## "Если ваш ребенок - задира"



Что делать, если ваш ребенок постоянно дерется, обзывается, громко и зло комментирует действия других людей?

Многие родители чувствуют растерянность и не знают, как на это реагировать.

### Как распознать задиру?

- В совместные игры вашего ребенка не берут, друзей у него нет;
- Как только кто-то делает что-то не так, как задумывал ваш ребенок, сразу начинаются дразнилки и обзывалки;
- Первый затевает и провоцирует драку;
- Ваш ребенок запугивает младших детей в семье и радуется, если довел кого то до слез;

Если все это про вашего сына или дочку, значит у вас растет задира.

### Почему так происходит?

Часто ребенок ведет себя подобным образом из-за отношения к нему в семье.

- ✓ Если вы сами или кто-то из членов вашей семьи бьет ребенка (папа, старший брат), или кого-то в семье (допустим, папа бьет маму), не сомневайтесь, что это - основная причина детской агрессии.

- ✓ Ваша агрессия по отношению к ребенку приводит к тому, что он свою агрессию перенаправляет на более слабых. Вам он ответить пока не может, но вымещает свою злость на других детях.
- ✓ Если вы кричите или замахиваетесь на ребенка, оскорбляете и унижаете его, угрожаете ему ремнем, "ломаете" его, давите на него - вы формируете у него роль жертвы. Но жертва родительского террора в другой ситуации с более слабыми выступает в роли "мучителя". Дома он - "жертва", а в детском саду или на детской площадке он - "мучитель".
- ✓ Неумение родителей справляться со своей собственной агрессией. Допустим, вы кричите на ребенка и друг на друга, часто бываете раздражены, едва сдерживаете свой гнев или наоборот, подавляете свою агрессию, не признаете и не принимаете свои чувства. У агрессивных родителей и дети агрессивны.
- ✓ Равнодушие к ребенку, недостаток внимания и любви к нему. В этом случае с помощью агрессивного поведения ребенок может привлекать к себе ваше внимание, пусть хотя бы со знаком "минус".
- ✓ Суровая атмосфера в доме и железная дисциплина.

Ребенок - ваше зеркало, он отражает вас и то, что происходит в вашей семье. Помните, что многое зависит от вашей реакции на драки ребенка. Кричать на ребенка и тем более его бить, бесполезно и неэффективно. В случае драки сначала помогите ребенку справиться со злостью, потом разберитесь, кто прав, кто виноват, и помогите придумать несколько других способов разрешения конфликта.

Помните, что критиковать можно поведение, но не самого ребенка. Очень важно не сравнивать своего ребенка с другими детьми (ни в чью пользу). К тому же для вас ваш ребенок всегда хороший, и вы любите его любим. И это важно ему говорить.

Не запрещайте ребенку чувствовать и выражать злость, раздражение, гнев. Не используйте такие фразы, как "Не кричи!", "Не злись!", "Не дерись!", не навешивайте на него чувство вины за эти чувства. Помогите ему правильно реагировать в этих ситуациях, но сначала сами этому научитесь. Ведь ребенок во всем подражает вам. Злость - это естественная реакция защиты. И важно ее не подавлять, а научиться давать ей выход.

Но от вашей реакции на агрессивное поведение ребенка тоже многое зависит.

## Как помочь ребенку справиться с агрессией?

Часто маленькие дети, когда злятся, сами не понимают, что с ними происходит. Это важно им объяснять. Чем меньше ребенок, тем меньше он осознает, что он делает в порыве гнева. Как правило, дети не понимают, что делают больно другим, когда дерутся. И это необходимо объяснить ребенку на его языке, учитывая его возраст.

Побуждайте ребенка рассказывать вам о своих чувствах.

Покажите разные способы выражения злости: потопать, похлопать в ладошки, комкать и рвать бумагу, резать ножницами, кидать мягкие мячики.

Для отреагирования злости у мальчиков полезны игры в "войну", в смелых и сильных героев из сказок, мультфильмов, фильмов, отстаивающих справедливость и добро, в "бои с драконом, Змеем Горынычем, Кощеем Бессмертным", в которых ваш сын выступит храбрым героем и победителем зла. В таких играх добро всегда должно побеждать. Покупайте военные игрушки сыну: танки, пистолеты, мечи.

Выплеснуть злость можно и в ролевых играх, где есть "агрессор" и "жертва", допустим, "кошка с собакой", "кошки-мышки", "волк (лиса) и заяц". Важно: в таких играх меняться местами, чтобы ребенок побывал и в той, и в другой роли, и любая игра должна заканчиваться хорошо, на перемирии. В ролевых играх необходимо показать ребенку возможные последствия агрессии и научить другим, миролюбивым способам разрешения конфликта. Конечно, сначала Вы сами должны им научиться.

Направьте его агрессию в другое русло, допустим, выплеснуть злость он может на занятиях спортом. Можно повесить в доме боксерскую грушу.

Отреагировать злость можно и во всех играх, где есть возможность для удара, пинка: это все простые игры с мячом, футбол, хоккей, бадминтон, теннис, баскетбол, естественно, все виды борьбы. Даже простейшая зарядка поможет снять напряжение.

На прогулках побуждайте ребенка больше двигаться, бегать, прыгать.

Обязательно танцуйте с ребенком.

Смотрите с ребенком добрые передачи, мультфильмы и фильмы, читайте сказки, в которых добро побеждает зло. Ограждайте от мультфильмов и фильмов, где демонстрируется насилие.

Пойте и слушайте добрые, жизнерадостные песни.

Инсценируйте с помощью игрушек сценки из сказок и мультфильмов, из жизни ребенка (не называя имен), разыграйте разные способы разрешения конфликтов.