

# Що у наших дітей може викликати агресивні почуття і дії наших дітей

## 1. Накази, команди:

*«Зараз же перестань», «Забери!», «Винеси відро!», «Швидко в ліжко!», «Щоб я більше цього не чув!», «Замовкни!»*

*У цих категоричних висловах дитина відчуває неповагу до себе. Такі слова викликають почуття залишеності. Особливо коли дитина має проблеми і намагається поділитися ними з батьками. У відповідь діти звичайно опираються, «бурчать», ображаються, виявляють упертість.*

## 2. Попередження, застереження, погрози:

*«Якщо ти не перестанеш плакати, я піду», «Дивися, щоб не стало гірше», «Ще раз це повториться, я візьму пасок», «Не прийдеш вчасно, тримайся...»*

*Погрози та попередження погані тим, що за постійного повторення діти до них звикають і перестають на них реагувати. Тоді деякі батьки від слів переходять до діла і швидко проходять шлях від слабких покарань до більш сильних, а часом і до жорстких: вередливого малюка залишають самого на вулиці, двері зачиняють на ключ і останній крок – починають застосовувати фізичні покарання.*

## 3. Мораль, повчання, проповіді:

*«Ти зобов'язаний поводитися так, як належить», «Кожна людина повинна працювати», «Ти повинен поважати дорослих».*

*Звичайно, діти з подібних фраз не дізнаються нічого нового. Нічого не зміниться від того, що вони слухатимуть це «всоте». Вони відчувають тиск зовнішнього авторитету, інколи провини, а найчастіше все разом. Річ у тому, що моральні основи й моральну поведінку виховують не стільки слова, стільки атмосфера в сім'ї через наслідування поведінки дорослих, особливо батьків.*

## 4. Постійні поради, намагання все вирішити за дитину:

*«А ти візьми і скажи...», «По-моєму треба...», «Я б на твоєму місці...».*

*Діти не схильні дослухатися до наших рад. А інколи вони відверто повстають: «Без тебе знаю», «Тобі легко казати», «Ти так вважаєш, а я по-іншому». Кожній дитині властиве право бути незалежною, приймати самостійні рішення. Щоразу коли ми щось радимо дитині, ми ніби даємо їй зрозуміти, що вона ще мала й недосвідчена, а ми розумніші за неї, наперед все знаємо. Така зверхня позиція дратує дітей, а головне, не залишає в них бажання розповісти докладніше про свою проблему. Невідомо, чи захоче дитина ще раз розповісти вам про щось важливе. Як часто діти самі приходять до того, що ми їм перед цим їм радили! Але важливо, щоб вони самі прийняли рішення – це їхній шлях до самостійності.*

## **5. Докази, нотації, лекції:**

*«Слід би знати, що перед їжею треба мити руки», «Усе через тебе!», «Даремно я на тебе покладалася», «Завжди ти...».*

*Це викликає в дітей або активний захист, або пригніченість, розчарованість у собі та своїх стосунках із батьками. В такому разі в дитини формується низька самооцінка: вона починає думати, що їй справді погана, безвільна, ненадійна. А низька самооцінка породжує нові проблеми. Спробуйте звертати увагу не тільки на негативні, а й позитивні сторони вашої дитини. Не бійтеся, що похвальні слова на її адресу зіпсують дитину. Подумайте, а чи добре самим нам жилося в умовах постійного бомбування критикою з боку найближчої людини? Чи не чекали б ми від неї добрих слів, не сумували б за ними?*

## **6. Обзивання, висміювання:**

*«Плакса-вакса», «Не будь лапишою», «Ну, просто бовдур!», «Який же ти ледацю!»*

*Усе це найкращий спосіб відитовхнути дитину й допомогти їй розчаруватися в собі. Звичайно, діти в таких випадках ображаються й захищаються: «А сама яка?», «Ну й буду таким!».*

## **7. Випитування, розслідування, здогадування:**

*«Ні, ти все-таки скажи», «Що ж усе-таки трапилося? Я все одно дізнаюся», «Чому ти знову отримав двійку?», «Ну чому ти мовчиш?»*

*І справді хто з нас любить коли його виводять на чисту воду? За цим може наступити захисна реакція, бажання уникнути контакту. Утриматися в розмові від запитань дуже важко і все ж краще змінити питальні речення та стверджувальні. Часом різниця між питанням та стверджувальною фразою може здаватися майже не помітною. А для дитини, що переживає, ця різниця велика: запитання сприймається як холодна цікавість, стверджувальна фраза – як розуміння й підтримка.*

## **8. Співчуття на словах, умовляння:**

*Звичайно, дитина потребує співчуття, однак є ризик що слова «я тебе розумію», «я тобі співчучаю» прозвучать надто формально. Іноді замість цього краще промовчати, притиснувши її до себе. А у фразах на зразок «заспокойся», «не звертай уваги», «перемелеться, мука буде» вона може почути байдужість до її турбот, відкидання або применшення її страждань.*

## **9. Ігнорування:** *«Відчепися», «Не до тебе», «Завжди ти зі своїми скаргами».*

## Як ми можемо допомогти дитині?

*Поведінка – це ще не проблема. Це тільки ключ до проблеми. Якщо дитина поводиться агресивно, це означає, що спалахнуло червоне світло й так само, як на переході вулиці, вам слід стати й подумати: що таке переживає дитина, що змушує її діяти агресивно? Спробуйте зрозуміти свою дитині та її почуття. Це не означає, що ви маєте виправдовувати її вчинки. Адже, коли ми розуміємо поведінку нашої дитини, ми здатні діяти розумніше, отже, маємо більше шансів на те, що обрана нами стратегія спрацює.*

## Батькам слід пам'ятати:

- 1. Найкращий спосіб уникати агресивності підлітка – виявляти до нього більше уваги і ласки, яких він так потребує.*
- 2. Батьки мають стежити за своєю поведінкою у сім'ї.*
- 3. Найкращий спосіб виховання – єдність дій та власний приклад.*
- 4. Не можна використовувати фізичних покарань.*
- 5. Допомогайте підлітку знаходити друзів. Заохочуйте розвиток позитивних аспектів агресивності, а саме: підприємливості, активності, ініціативності.*
- 6. Перешкоджайте негативним проявам агресивності, зокрема ворожості, скутості.*
- 7. Пояснюйте наслідки агресивної поведінки.*
- 8. Враховуйте у вихованні і навчанні особистісні риси підлітка.*
- 9. Давайте підлітку задовольнити потребу у самовираженні і самоствердженні.*
- 10. Обмежуйте перегляд відеофільмів зі сценами насильства. Це стосується і комп'ютерних ігор.*
- 11. Заохочуйте підлітка до навчання, до участі у культурних заходах, спортивних секціях.*