

# «Причины и виды детской агрессии у детей от 2-х до 4-х лет»



Юдахина Анастасия Олеговна  
Специалист по комплексной реабилитации

Все дети проходят одинаковые этапы развития. С 2 до 4 лет наступает такой этап, когда малыш, выражая свои эмоции или желания, начинает кусаться или драться. Со временем в большинстве случаев такое поведение проходит, однако очень важно в этом случае и правильное поведение родителей, иначе драки могут войти в привычку ребенка. Взрослые должны помочь малышу быстрее перерасти этот период, ведь от детской агрессии может пострадать и сам ребенок, и окружающие.

Проявляйте больше внимания, если ваше чадо ударило кого-то, подойдите к обиженному малышу, пожалейте его и извинитесь. И так нужно поступать каждый раз, когда ваш сын или дочь обидит кого-либо. Когда они будут видеть, что внимание родителей переключается всегда на обиженного им ребенка, то поймут что драться не в их интересах. Конечно, у маленьких детей не всегда хватает терпения дождаться, пока другой сверстник наиграется с желаемой игрушкой, они пытаются импульсивно отобрать ее и может возникнуть потасовка. Поэтому родители должны рассказывать, что драка — не выход их ситуации. Попробуйте вместе с ним найти другое решение проблемы, например, заинтересовать ребенка иной игрушкой, или предложить поменять желаемую игрушку на другую.



Нужно ли наказывать ребенка, если вы видите, что он, ударив кого-то, не отреагировал на ваше замечание и продолжает драться?

Запомните, агрессия порождает агрессию, особенно это касается рукоприкладства. Если вы бьете своего малыша, то не удивляйтесь, что он будет причинять физическую боль вам, а также другим детям. Ведь вы сами учите, что это – единственный путь решения проблем.

Если ребенок дерется, просто изолируйте его на время от других детей.

Отведите в другую комнату, или заставьте посидеть на стуле несколько минут.

Объясните, что это не наказание, а превентивная мера — вы так поступаете, потому что хотите, чтобы не было драки, хотите, чтобы ребенок взял себя в руки и стал вести себя правильно.

Если вы видите позитивный результат, Ваш малыш старается, начинает вести себя более сдержанно, не забывайте хвалить его. Только не достаточно просто сказать «молодец, хороший мальчик». Объясните, что его поведение очень вас порадовало, что вы остались им довольны.

Научите вашего ребенка мыслить критически и со временем он поймет, что агрессия — не лучший способ добиваться своего.

Сегодня он забрал игрушку у одного, ударил другого, а завтра он останется совсем без друзей. Когда малыш поймет, что из-за своего поведения может остаться в одиночестве, то начнет делать попытки к примирению.

Предложите ему так изменить свое поведение, чтобы его поступки заслуживали только похвалу, а не порицание.



Возможно, ребёнок ведёт себя агрессивно, выражая тем самым негативные эмоции. Необходимо научить дитя выражать свои отрицательные эмоции не через драку, а другими способами. Если ребенок сдерживает свою агрессию, то постепенно она накапливается внутри и может выплеснуться в самый неподходящий момент. Объясните, что он должен прямо заявлять вам о своих негативных чувствах. Хорошим способом избавиться от накопившихся отрицательных эмоций является бросание резиновых игрушек в ванную наполненную водой, так же можно бросать мячики в мишень.

Пусть ваша дочь или сын выплескивает свои негативные эмоции на предметы, а не на людей.

Малыш должен научиться расслабляться и улыбаться во время приступа злости. Ведь когда люди злятся или сердятся, их лица становятся неприятными и некрасивыми. Практикуйте с ним расслабляющие упражнения. Например, попросите его закрыть глаза и представить теплый день, море, солнце, голубое небо. Затем попросите его сделать несколько глубоких вдохов и улыбнуться. Такие упражнения хорошо расслабляют не только мышцы лица, но и всего тела.

Не забывайте о том, что лучшим примером правильного поведения для ребенка являются его родители. Научитесь сами сдерживать свои эмоции. Если вы расстроены, раздражены чем-то, лучше в таком состоянии не проводить время с близкими, а в частности с ребёнком. Расскажите ему о ваших чувствах и попросите немного повременить с игрой или другим занятием, объясните, что хотите несколько минут побыть в одиночестве. Видя ваше сдержанное поведение, он научится гасить вспышки агрессии не с помощью драки, а другими более приемлемыми способами. Чем больше доверия и теплоты будет между вами, тем проще будет пережить детский период агрессивности.

