

Что делать, если ребенок постоянно дерется и наносит себе мелкие травмы?

Быстро справиться с приступами гнева и агрессии удаётся далеко не каждому взрослому. Тем более сложно это для ребёнка, который часто сам не понимает, что вызвало у него такую бурю эмоций.



Что делать, если ребёнок школьного возраста постоянно дерётся с другими детьми? Провоцирует конфликты, драки, а ещё постоянно случайно наносит себе мелкие травмы, царапины, бьётся о мебель, падает.

Первым делом стоит взглянуть на обстановку и отношения в его семье. Как взрослые или старшие братья и сестры обращаются с агрессией? Позволяют ли себе злиться, отстаивать своё мнение? Умеют ли выражать злость так, чтобы это не вредило ни им, ни окружающим?

Чаще всего проблемы с агрессивными детьми возникают в семьях, где родители слишком строги к детям и жестоко их наказывают. При этом у ребёнка нет возможности выразить свои чувства: покричать, поплакать. Такое поведение пресекается. Тогда единственным местом, где они могут проявить накопившую злость, будет школа. Также в классе они повторяют то, что видят дома: ссоры, конфликты. Словно не умеют общаться по-другому - мирно и дружелюбно.

Ребёнок, к которому предъявляют непомерные по его возрасту требования, будет ощущать себя плохим. Он будет бессознательно хотеть наказать себя, чтобы получить прощение, сочувствие. Так возникают случайные, на первый взгляд, мелкие травмы - царапины, ушибы о мебель, падения и так далее. Это называется аутоагрессия - злость, направленная на себя.

Иногда такое поведение и провоцирование конфликтов случаются в той семье, где родители, наоборот, не позволяют никому выражать злость. Папа и мама не ссорятся, не ругают детей. Боятся злости и не умеют корректно её показать. Словно пытаются сделать вид, что её нет. Но без агрессии прожить невозможно: ребёнок копит её дома и разряжает в школе.

Что делать в таком случае? Учиться корректно выражать такие эмоции самим и показывать это детям.

Например: нельзя бить других людей, но можно:

- кидать подушки;
- кидать мягкие игрушки в безопасные стороны, где нет бьющихся предметов;
- рычать;
- топтать ногами;
- говорить: «Я очень злюсь!»;
- кидать в стену скомканные из бумаги «снежки».

Также стоит проанализировать требования к ребёнку и, вероятно, их снизить. Учиться общаться по-дружески, спокойным и ровным тоном. Показывать ему пример. И тогда агрессия в школе сойдёт на нет.