*Как справиться с агрессивным ребенком?*

*Детский гнев сильно отличается от гнева взрослых. Для нас, взрослых, очень часто бывает трудно наладить контакт и найти единственно верный способ обращения с детьми, когда они в плохом настроении, потому что для нас остается загадкой, почему ребенок раздражен.*

Детский гнев сильно отличается от гнева взрослых. Для нас, взрослых, очень часто бывает трудно наладить контакт и найти единственно верный способ обращения с детьми, когда они в плохом настроении, потому что для нас остается загадкой, почему ребенок раздражен. Многие родители считают, что гнев - это плохо, и что мы не должны злиться на детей. Когда мы действительно сердимся, то часто начинаем чувствовать в этом свою вину.

Первый шаг в этом вопросе – нужно выкинуть подобные мысли из головы и стараться не подавлять возникающее в нас чувство гнева.

Детям нужно разрешить выражать свои чувства. Эти чувства сильны, и их нельзя отвергать. Любые вспышки ярости со стороны детей следует рассматривать как признак серьезных проблем - очень важно с пониманием отнестись к данному вопросу. Вот несколько советов, которые помогут вам справиться с агрессивным ребенком, и которые вы можете применять в повседневной жизни:

1. Ловите моменты, когда у ребенка хорошее настроение.
Мы бы уже давно сошли с ума, если бы постоянно кричали на детей и ругали их за плохое поведение. На самом деле может показаться, что о нас заботятся только тогда, когда мы болеем, или у нас плохое настроение. Следует уделять внимание ребенку, когда у него хорошее настроение, так как это именно то, что вам нужно.

2.Игнорируйте плохое поведение ребенка, когда это возможно.
Постоянно обращая внимание на плохое поведение ребенка, вы, по существу, питаете такое поведение своим вниманием. Игнорируйте плохое поведение и обращайте внимание на хорошее, тем самым вы постепенно устраняете потребность ребенка в выражении своего гнева. По сути, вы перестаете питать отрицательные эмоции, которые вам не нужны, и поощряете подобающее поведение ребенка, которое в принципе вам действительно нужно.

3. Пусть ваши дети ведут здоровый образ жизни.
Дети должны уметь двигаться и играть. Игры способствуют созданию определенного типа мировоззрения у детей и обучают их общению в естественной среде. Занятия спортом, походы, прогулки – все это позволяет детям реализовать накопленную энергию, которая в противном случае впоследствии может быть обращена на отрицательные поступки. Дети должны вести активный образ жизни как в школе, так и дома.

4. Измените обстановку.
Единственная вещь, которую вы действительно можете контролировать в жизни вашего ребенка – это окружающая обстановка ребенка. Если вы сами по себе очень агрессивный человек, то естественно ваши дети, также будут вести себя подобным образом. Агрессивное поведение ребенка, чаще всего, не что иное, как подражание тому, что они видят дома.

5. Чаще показывайте ребенку свою привязанность и расположенность.
Иногда все, что нужно агрессивному ребенку - возможность чувствовать себя любимым. Теплые родительские объятия и открытое выражение привязанности доказывают, что вы действительно любите своего ребенка и действительно беспокоитесь о его чувствах и состоянии.

Источник: http://www.kostromama.ru