# Материалы для родителей об агрессивности, онанизме, страхах.

Агрессивность.

Самое главное, что стоит запомнить, это то, что агрессивность присуща всем детям, и это нормально. В положительном смысле агрессивность помогает ребенку развить дух инициативы. Но также способна породить замкнутость и враждебность. Причина агрессивности проста: ребенок каждый день сталкивается с разочарованиями, и это раздражает его. Должно пройти время, чтобы малыш научился устранять их и отвлекаться. Ребенок часто чувствует себя подавленным в этом огромном мире, и родители, как бы ни старались, спасти его от этого не могут. Малыш наконец-то дотянулся до ручки двери, а повернуть ее и открыть дверь не хватает сил. Вот откуда и разочарование, и бессилие, а как результат – крик, отчаянный гневный протест.

Агрессивность - это реакция борьбы. Поэтому, конечно, предпочтительнее, чем апатичность, вялость, хныканье, жалобы. Следовательно, речь должна идти не об исключении агрессивности, а о контроле над ней. Лучший способ избежать чрезмерного ее проявления – отнеситесь к ребенку с любовью. Ведь часто причина агрессивности – это всего-навсего желание добиться любви. Но это совсем не значит, что вы должны заласкать, избаловать малыша. Энергично умывая его, стоит ласково объяснить, зачем это нужно. Необходимо стараться разговаривать с малышом, вести себя доброжелательно и по возможности на равных, ибо от агрессивности страдают чаще всего сами дети. Ребенок злится и игрушки, потому, что мама не дала ему конфету. Позже ему стыдно за этот поступок, он боится из-за этого потерять любовь родителей и … заново проявляет агрессивность – порочный круг, не так ли ? Чтобы этого избежать, необходимо помнить, что ласковое слово может снять озлобление. И вот несколько советов:

* Если ребенок бьет товарища по играм, уведите партнера из комнаты, предварительно пожалев его. Ваш малыш останется в одиночестве и сообразит, что так делать нельзя.
* Внимательно, но как бы ни специально, замечайте, кто из детей начинает словесную агрессию, ибо часто она является причиной насилия. Ребенок может начать вести себя агрессивно и по отношению к взрослому, который оскорбляет, поэтому избегайте и таких взрослых.
* Установите правила и не меняйте их ни в коем случае. Станьте для малыша вторым «Я». Напомните ему о правилах, которые вы вместе с ним установили, и скажите: «Лучше ты мне скажи, Саша, что тебе хочется ударить Мишу и ты знаешь, что этого делать нельзя. Потому что драться нехорошо!». Чаще всего после этих слов у ребенка пропадает желание драться.
* Когда ребенок поступает правильно, хвалите его. Это закрепляет положительное поведение. И хвалите не односложно: «Молодец!», а старайтесь сказать, что именно он сделал хорошо и почему вы им довольны.
* Ребенка, который ведет себя агрессивно, необходимо посадить на стул на 2-5 минут. Если дерется несколько детей, их необходимо развести по разным комнатам, при этом сказав, что это не наказание, а тайм-аут. Он нужен для того, чтобы ребята пришли в себя и успокоились. Когда ребенок успокоился, спросите его, понимает ли он, что может произвести плохое впечатление, хочет ли он, чтобы его хвалили, чтобы у него было много друзей, и объясните. Что для этого нужно. Узнайте у ребенка, что он считает необходимым условием для того, чтобы у него было много друзей. Скажите ему, что он останется совершенно один, если дальше будет так себя вести. Но не пугайте его тем, что вы откажитесь от него – это может вызвать новую агрессию. Просто покажите, что вы переживаете за него, сильно огорчены из-за него.
* Если ребенок требует, чтобы ему все подчинялись, объясните ему, насколько смешны его фантазии. Можете сказать, что если все ему будут прислуживать, то это будет неинтересно, глупо и скучно, потому что тогда все будут его избегать, так как он всем доставляет неудобства и неприятности.
* Чаще всего дети агрессивны, когда устали или голодны. Не отправляйтесь в магазин, когда там большая очередь и малышу придется долго ждать. Также автобус в «час-пик» - не место для проголодавшегося малыша.
* Ребенок может быть агрессивным, когда ему грозит опасность для жизни или когда она угрожает кому-нибудь. В этом, крайнем случае, обнимите ребенка, стараясь его удержать. Это его успокоит. Но нельзя проявить при этом насилие, чтобы малыш не почувствовал, что на него нападают.
* Сочините сказку, где ваш малыш будет главным героем, создавая ситуации, где ребенок ведет себя правильно и получает за это похвалу. Поговорите об этом, когда малыш будет спокоен, ибо если нервничает, он вас не услышит.
* Малыш часто перестает капризничать не тогда, когда вы его об этом просите или требуете, а когда переключаете его внимание другой просьбой. Вместо того, чтобы потребовать прекратить крик, попросите его подойти к вам. Ребенок сделает это без особого труда. Вы скорее всего тоже раздражены, поэтому скажите ему об этом. Дайте возможность и себе и ему успокоиться, прийти в себя, а затем поговорите.

Онанизм.

Во-первых, это совершенно естественно. Во-вторых, это дает ребенку лучше узнать свое тело. Вполне нормально, если трехлетний малыш любопытствует по поводу половых органов. Он интересуется ими не меньше и не больше, чем другими частями тела. Если действия вашего ребенка ограничиваются исследованиями и не доходят до крайности, то есть он не занимается этим постоянно, то обращать особого внимания на это не следует.

Чтобы предотвратить крайности или их исправить, стоит предпринять следующее:

* Будьте осторожны, купая ребенка. Половые органы мойте как следует, но как можно быстрее, так как это может вызвать возбуждение. Не проявляйте особого внимания к половым органам.
* Постарайтесь понять, что происходит с вашим малышом. Некоторые дети могут заниматься этим, не осознавая того, что они делают. Нервное напряжение в данном случае вызывает онанизм. Такие дети находят в онанизме краткое удовольствие, так как не могут открыто выступать против родителей. Тот же малыш, который занят целый день, вряд ли будет заниматься онанизмом.
* Если вы заметили, что ребенок занимается мастурбацией, не отводите руку, не угрожайте ему, не наказывайте. Постарайтесь выглядеть так. Как будто вас это не заинтересовало. Малыш не должен чувствовать себя виноватым, так как может развиться комплекс, который осложнит в будущем его половую жизнь. Лучше сказать: «Мама не хочет, чтобы ты так делал». Просто и естественно.
* Лучший способ избавить ребенка от этой привычки – отвлечь его новой игрушкой, интересным делом.

Подводя итог, можно сказать следующее: не запугивайте своего малыша и не обращайте внимания на маленькое исследование ребенком своего тела.

Страхи.

Прежде всего, стоит заметить, что страхи нормальны, они защищают ребенка от многих опасностей (прыжок с высокого дерева, горячая вода и так далее). Но существуют и другие страхи, они либо придуманы им самим (чудовища под кроватью, призраки), либо получены в течение жизни (страх перед собакой, отъезд, уход родителя и так далее). У детей бывают различные стадии развития. Существуют основные виды страхов: страх отъезда матери, отца; темноты, смерти, машин…; животных; воды.

* Страх отъезда матери, отца, может проявиться с 2-3 лет. Чаще всего такому страху подвержены дети, которые зависимы от матери или отца, то есть практически не расстаются сними. Если ребенок с раннего возраста общался с незнакомыми людьми, он более независим и менее подвержен подобным страхам. Но даже такой малыш может испугаться и после возвращения матери не отпускать ее от себя. Поэтому если вам необходимо уехать на несколько дней и заменить себя няней, пусть она проведет при вас 5-6 дней с ребенком, при этом время от времени старайтесь оставлять малыша с ней вдвоем. Начните с получаса и продолжайте увеличивать время разлуки. Малыш постепенно привыкнет к мысли, что вы всегда к нему вернетесь. Известный американский педиатр Бенджамин Спок считал, что излишняя заботливость только усиливает страх. Также его усиливают колебания матери, которая начинает вести себя неуверенно, когда слышит крик ребенка при расставании. Не надо чувствовать себя виноватым в том, что вы иногда покидаете своего малыша. Главное делать это уверенно и оптимистично, стараясь заранее объяснить малышу, что расставание необходимо и оно не будет длительным.
  + В возрасте 3-4 лет ребенок начинает бояться темноты, смерти, машин и так далее. В это время воображение развивается настолько, что он способен представить себя на месте других людей и осознать все опасности, которые могут ему грозить. В таких страхах нет ничего опасного для здоровья ребенка, но помочь ему справиться со всеми воображаемыми чудовищами надо. Если ваш малыш боится, обязательно выслушайте его серьезно и без смеха. Дайте ему убедиться, что вы хотите его понять и ему ничто не угрожает, так как вы всегда сможете защитить его ночью. Никогда не пугайте ребенка. Постарайтесь спокойно ему объяснить, что все люди умирают, если они состарились, но вы этого не боитесь и считаете обыденным явлением. Не забудьте при этом обнять ребенка и сказать, что вы его не покинете еще много-много лет. В этом возрасте дети часто боятся животных, даже если она раньше с ними сталкивались. Не настаивайте, ребенок сам справиться с этим страхом через несколько месяцев или дней. То же относится и к воде. Никогда не толкайте ребенка в воду, а покажите на своем примере, что вода – большое удовольствие.

Любой страх побеждается действием. Человек, сидящий сложа руки, не сможет заглушить страх. Этому иногда помогают бег и другие подвижные игры.

Вот еще несколько советов о том, как победить страх:

* Воспользуйтесь воображением вашего ребенка. Если он придумал себе страх, он может сделать и обратное. Успокойте малыша. Скажите ему, что если он будет осторожен, ничего плохого не случиться.
* Позовите на помощь плюшевую игрушку. Заяц или медведь, который сможет защитить от воображаемых чудовищ, хороший помощник в борьбе со страхами
* Расскажите убедительно-победную историю перед сном. Например, о том, «как маленький енотик сумел…».
* Контролируйте то, что ребенок смотрит по телевизору. Старайтесь, чтобы он не видел сцен с насилием и запугиванием.
* Соберите факты. Если малыш, например, боится грозы, расскажите ему доступно и интересно о природе этого явления. Это поможет уничтожить страх.
* Составьте план. То есть, если ваш ребенок боится собак, составьте вместе с ним план, как вы будете знакомиться с соседским Бобиком. И хвалите ребенка за то, что малыш четко следует намеченному плану.