Детская злость

Злость — это естественная эмоция, необходимая человеку для выживания в современном мире.

Жестокость – неадекватное или патологическое выражение накопленной злости, указывающее на серьезные проблемы в психике ребенка или взрослого.

Откуда злость берется?



Неадекватное агрессивное поведение ребенка – это отражение того, как относились к нему взрослые. Они потребностей, не хотели понимать его разбираться в том, что он чувствует, были с ним агрессивны, унижали. В результате ребенок начинает поступать так же: перестает чувствовать чужую боль, готов унизить, подавить, подчинить.

Дети ведут себя агрессивно:

- Отвечая на обиду или унижение;
- Если кто-то нарушает их личные границы, отбирает у них важные для них вещи, разрушает то, что для них ценно, приносит физическую или душевную боль;
- Когда они устали, больны или напуганы;
- Если на них мало обращают внимания, игнорируют;
- В семье, где взрослые скрыто или открыто

агрессивны;

- Если они не чувствуют себя защищенными и вынуждены отстаивать свою безопасность;
- ◆ Когда привыкают считать себя «плохими», « хулиганами», и подсознательно подтверждают в глазах взрослых эту часто несправедливую оценку;
- Когда их важные потребности не понимаются и не удовлетворяются взрослыми;
- Если им довелось пережить стресс: горе, насилие, нападение, сильный страх, перемену местожительства и пр.

У злости есть плюсы

С помощью злости мы можем защищать себя и то, что нам дорого. Эта эмоция упрощает возможность сказать «нет». Детям, которым запрещали проявлять злость, будет трудно защитить себя и тех, кто им дорог, сложно будет устраиваться на работу и отстаивать там свои права и взгляды.

Что делать с этой эмоцией?

- Воспитывать в ребенке здоровые отношения с собственной злостью, чтобы он мог использовать ее для своих целей и при этом не ранить окружающих.
- Помнить о том, что энергия злости, исходящая от взрослых (воспитателей в детском саду, учителей, родителей), остается в ребенке, и ей нужно дать выход, иначе эта



эмоция начинает разрушать вашего сына (дочку) изнутри, вызывая постоянные болезни или побуждая ребенка к действиям, во время которых он сам себе наносит физический вред: грызет ногти, вырывает волосы и т.д. Злость, которую ребенок вынужден долго подавлять в себе, может переродиться в жестокость, тогда уж он не сможет контролировать себя.

Родителям, которые не хотят, чтобы ребенок вырос жестоким, важно:

- ▶ Выяснить самим или с помощью психолога первопричины агрессивного поведения ребенка.
- Научить ребенка приемлемым формам проявления злости.
- Понимать, что невыраженная агрессия переходит в скрытую.
- Отдавать себе отчет в том, что злость ребенка не делает его «плохим», это − естественное выражение его неудовольствия и энергия, позволяющая защитить самого себя.
- → Не проявлять агрессию и жестокость самим ваш ребенок может начать подражать вам.
- ▶ Научить ребенка отстаивать свои личные границы, не нападая при этом на чужие.
- ▶ Понимать, что, когда вы что-то запрещаете ребенку, он имеет право на последующее выражение злости по этому поводу, также как и вы имеете право выразить свою.
- Научить ребенка ясно проявлять свое неудовольствие.
- Относиться к окружающему миру и своим детям позитивно