

«Профилактика проявлений агрессии в семьях».

Здравствуйте, уважаемые родители! В наших с вами беседах, консультациях часто проскальзывают такие выражения: «Я всё чаще испытываю раздражение к своему ребенку, а иногда и сильную злость», «Я начала наказывать его даже за самые незначительные шалости», «Я иногда и сознательно отвергаю ее, отталкиваю, когда дочка хочет меня обнять» и т.д.

И спрашиваете меня: «Что это? Ведь я люблю своего ребенка! Почему я веду себя так агрессивно?» Давайте разбираться.

Негативные чувства родителей к своему ребенку могут возникать по разным причинам. Чтобы понять свое истинное отношение, вам необходимо ответить на ряд вопросов: чем вызвано чувство раздражения, на что возникает гнев, что вызывает недовольство?

Часто они возникают из-за несоответствия ребенка родительским представлениям и ожиданиям. Такой мотив агрессии – это всегда бессознательное стремление родителей «навязать свою жизнь» ребенку. Это во многом связано с желанием родителей отгородить ребенка от ошибок, которые совершали они в своей молодости. В этом случае родители не воспринимают довод, забывают, что их ребенок – это тоже живой человек, который имеет право на свои ошибки и свои желания.

Агрессия может возникнуть от бессилия родителей в воспитании ребенка. В таком случае никогда не стоит забывать, что существует множество выходов из трудной, кажущейся тупиковой ситуации. Просто надо уделить больше внимания и времени на поиски выхода.

Агрессия может возникать и по бессознательным импульсам, которые могут быть способом отыгрывания полученного опыта в собственном детстве родителя. «Меня ремнем лупили в детстве. Ничего, вырос нормальным человеком», - так говорят обычно отцы.

Так что же такое агрессия?

Агрессия - это любое поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим; причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Психологи выделяют несколько видов агрессивных реакций:

- физическая агрессия – использование физической силы против другого лица;
- вербальная – выражение негативных чувств через словесное содержание (угрозы, проклятия) и через форму (визг, крик);
- раздражение – готовность, при малейшем возбуждении, к проявлению негативных чувств (вспыльчивость, грубость);
- обида – зависть и ненависть к окружающим за реальные или вымышленные действия;
- подозрительность – недоверие или убеждать в том, что другие люди планируют и приносят вред;
- негативизм – открытое проявление недовольства чем-либо или кем-либо.

Согласно исследованиям, родительская агрессия имеет место почти в 50 % семей. Однако если учитывать подзатыльники, угрозы, запугивания, шлепки и т.д., то практически каждый ребенок сталкивается с проявлениями родительского насилия.

Помните, дорогие родители, что вы и только вы решаете, какие взаимоотношения сложатся в вашей семье!

И напоследок - притча.

«Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.

- В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков.

Один волк представляет зло – зависть, ревность, грубость, агрессию. Другой волк представляет добро – мир, любовь, верность, отзывчивость.

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

- А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец улыбнулся и ответил:

- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».