

*Консультация педагога-психолога
Муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения
детского сада общеразвивающего вида
Усковой Жанны Александровны*

Правило "Трех П - ППП" или что делать, если трёхлетний ребёнок проявляет агрессию к родителям.

Эта статья может оказаться полезной родителям, столкнувшимся с агрессивным поведением ребенка в возрасте трех-четырёх лет. Например, ребёнок в этом возрасте вдруг начал бить, кусать родителей, кричать на них, бросать в них предметы, прогонять. Недоумение, замешательство, растерянность, страх, гнев - вот далеко не полный перечень ощущений, которые в такие моменты испытывают родители. В такие моменты родители непроизвольно оказываются в состоянии повышенной симпатической активности, включается механизм "бей или беги" и очень часто ответное реагирование происходит по шаблонам моделей, привитых родителям в детстве их родителями, часто агрессивным: наказать, поставить в угол, накричать и прочим. Что делать в этой ситуации? Как донести до ребёнка иррациональность его поведения, не причинив вреда личности и характеру?

На эту тему много чего написано, но хотелось бы кратко выразить мнение. Прежде всего, стоит отметить, что в этом возрасте у детей обычно начинается кризис развития, который является совершенной нормой взросления и затрагивает большинство здоровых детей. Характерным является становление своего "Я", осознание своей личности. Частые проявления: истерики, проверка границ дозволенного, отрицание, нежелание подчиняться, яркая самостоятельность. Причины этих проявлений: отделение "Я" от родительского, потребность отстаивать свои границы. Об этих обстоятельствах следует помнить, формируя свою стратегию поведения в ситуациях агрессивной



реакции ребёнка, такую стратегию называют "Правило трех П - ППП" (так легче запомнить и при необходимости вспомнить) :

1. Понять. Агрессивное поведение обусловлено вовсе не желанием наказать, причинить зло, а фактическим отсутствием у ребёнка других известных ему моделей поведения для отстаивания своих границ, самовыражения. Кризис пройдёт, а характер ребёнка формируется здесь и сейчас, поэтому важно не реагировать жёстко, наказывать. Существуют другие способы реагирования и коррекции, о них речь пойдёт ниже.

2. Простить. Не принимать близко к сердцу и не обижаться. Если ребёнок просит прощения, искренне прощать.

3. Поддержать. Ребёнку приходится очень непросто в ситуации возрастного кризиса, и задача родителей - помочь преодолеть его безболезненно, без травматичного опыта.

Что конкретно можно предпринять? Я бы выделила меры профилактики и, собственно, реагирования.

К мерам профилактики можно отнести:

1. Постараться установить причину агрессии, событие, запускающее агрессивную реакцию. Купировать, по возможности, возникновение ситуаций, предсказуемо влекущих агрессивное поведение ребёнка.

2. Регулярно поощрять нужное поведение: хвалить, упоминая, за что конкретно, одобрять вниманием, подойдёт, все, что угодно. Хоть доску завести и наклеивать или рисовать смайлики.

3. Обеспечить активное времяпрепровождение, переключить поток энергии в "мирное русло". Прогулки, активные игры, катание на велосипеде/самокате и др.

4. Учить выражать эмоции словами, воспитывать эмоциональный интеллект ребёнка. В помощь книги по воспитанию эмоционального интеллекта, разъяснительные беседы.

5. Советоваться и интересоваться мнением ребёнка. Позволить проявить самостоятельность в выполнении разнообразных простых поручений.

Меры реагирования:

1. Не позволять ребёнку бить. Перехватить руку.

2. Спросить, что случилось. Попытаться выразить эмоции словами.

3. Объяснить, почему нельзя бить так, чтобы ребёнок не почувствовал себя плохим, но понял, что такое поведение неприемлемо. Например: я тебя люблю и хочу, чтобы ты был счастлив, а для этого мне нужно тебе рассказать, как правильно себя вести. Разговор будет эффективным только тогда, когда ребёнок будет способен услышать, в момент проявления агрессии такой разговор неуместен.

4. Давать адекватную и последовательную реакцию. Больно - всегда говорить об этом. Не допускать ситуаций, когда сегодня агрессивное поведение неприемлемо, а завтра поощряется тем или иным способом.

5. Не поощрять вниманием агрессивное поведение ребёнка. Негативная реакция родителей, крик - это тоже внимание, и оно может эффективно подкреплять такое поведение.

В заключение, хочу пожелать родителям, столкнувшимся с описанной ситуацией, сил и терпения, мудрости. Верю, что искренняя любовь к ребёнку непременно поможет справиться с этим непростым жизненным этапом.

