

## **Советы родителям, направленные на поддержание психического здоровья детей и устранение у них агрессивных форм поведения.**

Несмотря на отклоняющееся от нормы поведение, родителям надлежит любить ребенка таким, каков он есть. Педагоги, психологи и физиологи отмечают, что безоговорочное принятие не просто оказывает положительное влияние на личностное развитие и психосоциальное здоровье ребенка, но также даёт положительные плоды в интеллектуальной сфере его деятельности. Дети, чувствующие безразличие или жестокость со стороны близких взрослых, заметно хуже продвигаются в своём умственном развитии по сравнению со своими ровесниками, даже если от природы обладают неплохими задатками и способностями.

В процессе проводимой с ребёнком воспитательной работы, родители и педагоги должны брать во внимание те особенности, которые являются наиболее характерными для его возраста. Каждая возрастная категория характеризуется определенными сложностями, тревогами, психологическими и социальными особенностями, в некоторых случаях, комплексами и страхами, а также определенным ведущим видом деятельности. От школьника нельзя ожидать того, что не соответствует его возрасту. Попытка родителей заставить ребёнка исполнять непомерно строгие требования в некоторых случаях может нарушить ход природосообразного развития и становления его как личности и дать толчок к формированию целой цепочки опасных нарушений и заболеваний (как в сфере поведения, так и в физиологическом плане).

Интенсивная работа родителей над повышением уровня своего интеллектуального, личностного и социального развития выступает одним из главнейших факторов процесса воспитания, так как формирует родительский авторитет. И мама, и папа осуществляют особые функции, необходимые для полноценного развития детей, для их будущих принципов и ценностей, для формирования их жизненной позиции. В огромном количестве разнообразных вопросов о семейном воспитании отдельное внимание отводится авторитету родителей. Родителям, пользующимся авторитетом у своих чад, легче осуществлять функцию воспитания. Необходимость авторитета старших взрослых обуславливается объективными закономерностями формирования личности подрастающего человека:

1. В процессе общения, ребенок становится полноценной личностью;
2. Наиболее яркой особенностью детской психики признаётся склонность к подражанию, желание иметь перед собой определенную модель поведения. Взаимодействие с родителями является неотъемлемым условием гармоничного развития ребенка на всех этапах его развития. Подросток, не боящийся открыто высказать родителям своё мнение, поделиться своими переживаниями, страхами, спросить совета – вырастает уравновешенным и уверенным в себе. В случае, если подросток не ощущает поддержки со стороны матери и отца, это может привести к поискам заинтересованного лица вне семьи. Есть такие родители, которые цель авторитета видят в том, чтобы дети беспрекословно выполняли все их требования. Такое повиновение с одной стороны делает жизнь родителей спокойнее, но с другой - оно не может длиться вечно. А если оно носит длительный характер, то результаты его никого не обрадуют. В результате такого воспитания общество получает слабовольных, депрессивных людей, неспособных найти выход из сложных жизненных ситуаций, принять самостоятельные решения.

Каждый взрослый, выполняющий воспитательную работу с ребёнком, должен с аккуратностью подходить к системе наказаний и ограничений ребёнка. Некоторые родители полагают, что наказания являются неотъемлемым атрибутом воспитания ("Раньше всех пороли ремнём и ничего, хорошие люди выросли"). Одна категория людей полагает, что детей нужно наказывать за все проступки, когда они маленькие, как говорится пока ребенок «поперёк лавки лежит». Другие – когда он в "разум войдет", а третьи, что надо изредка и за дело. Тем не менее ребенку не свойственна так называемая "злая воля", которую следует искоренять путём телесных наказаний. И воспитание имеет перед собой задачу не уничтожить, а поспособствовать всестороннему развитию талантов ребенка,

укреплять его волевые качества и силу характера. Телесное наказание причиняет боль, обиду и унижение, оно заставляет ребенка испытывать чувство страха, которое берёт верх над всеми другими чувствами и желаниями, усиливая такие негативные качества, как агрессивность, тревожность, трусость, неуверенность в себе и т.д. Также физические наказания наносят удар по хрупкой психике ребёнка, нередко приводя к серьёзным психическим расстройствам. По этой причине, желательно прибегать к такому виду наказаний как ограничения. НО: - наказывать детей можно только за конкретный проступок, а не вообще "по совокупности"; - ни в коем случае нельзя припоминать ребенку ни его плохой поступок, ни наказание, которое он за него получил, если поступок больше не повторялся; - нельзя ругать ребенка за то, что он чего-то не сделал за неимением какого-либо навыка (упал и порвал себе новую куртку, забыл сходить в магазин за продуктами – заигрался с друзьями и т.д.); - нельзя наказывать ребенка за результаты поступка, не выявив причины такого поведения, не выяснив, что заставило ребёнка так поступить. Убежденность ребёнка в том, что он действительно заслужил данное наказание (ограничение) и знает за что – самое главное условие его положительного и эффективного влияния.

Имеет смысл познакомиться с базовыми потребностями ребенка и принять их во внимание. Многие взрослые не знают, что для формирования дошкольников потребность в любви, уважении и заботе со стороны близких куда важнее, чем потребность в получении образования и материальном достатке. Кроме того, ограничение потребности ребенка в движении – это также нарушение одной из наиболее значимых потребностей данного возраста. Возможность бегать, прыгать и играть в подвижные игры очень важна для нормального развития ребенка как в физиологическом, так и социальном плане.

Формирование толерантности по отношению к своему родному ребенку способствует созданию благоприятной психологической обстановки и доверительной атмосферы в семье. Часто родители относятся к проблемам своего ребенка с меньшей серьезностью, нежели сам ребенок, что ведёт к обесцениванию внутренних переживаний подростка. В итоге обесценивается деятельность ребенка в глазах самого ребёнка. Это развивает в детях чувство собственной незначительности, ненужности, не востребованности, понижает самооценку и формирует инфантильность, несамостоятельность, или конфликтность и агрессивность. В дальнейшем это может послужить причиной психических расстройств. Доверительные отношения между родителями и детьми, которые можно определить по стремлению детей проводить время с родителями, делиться с ними, совместно выполнять определенные виды деятельности рождаются лишь тогда, когда родители признают и уважают право детей на их собственную точку зрения, с пониманием относятся к тому, что происходит в душе сына или дочери, искренне верят в умственные и нравственные силы ребенка. Бесценно стремление родителей подставить ребёнку плечо в сложной ситуации, избегая нравоучений и упреков. Умение ставить себя на место ребенка, понимать мотивы его деятельности, его радости и огорчений, влиять на него, не унижая его достоинства, — все это во многом способствует укреплению авторитета родителей и свидетельствует о психолого-педагогической грамотности родителей.

Особого внимания требует нравственная атмосфера в семье, характер взаимоотношений между отцом и матерью. Взаимоотношения между родителями, тон и содержание разговоров между ними, способы решения семейных проблем и конфликтов служат ориентиром в последующей жизни ребёнка. Наиболее часто, полученный ребёнком опыт переносится в дальнейшем и в его собственную семейную практику. Если ребенок растет в неблагополучной семье, становится жертвой авторитарного влияния со стороны родителей, разного рода насилия, то эти модели вербального и невербального общения он с большой долей вероятности начнёт применять и по отношению к своим собственным детям. То есть можно с уверенностью сказать, что внутрисемейные проблемы, порождающие детскую агрессивность, будут передаваться из поколения в поколение.

#### **Список литературы:**

1. Абдурасулова, Т.Д. Индивидуально-психологические особенности неработающих женщин [Текст] /Т.Д. Абдурасулова, О.В. Лиминова, Н.В. Ефимова // Семейная психология и семейная терапия. – 2006. - № 2 – с. 114-126.
2. Абрамова, Г.С. Практическая психология [Текст]: учеб. пособие/ Г.С. Абрамова. – М.: Изд. центр «Академия», 1997. – 368 с.
3. Алешина, Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. [Текст]: учеб. пособие для студентов/ Ю.Е. Алешина. – М.: Класс, 2000. – 208 с.

4. Андреева, Т.В. Семейная психология [Текст]: учеб. пособие/ Т.В. Андреева. – СПб.: Речь, 2005. – 244 с.
5. Бене, Е. Детский тест "Диагностика эмоциональных отношений в семье" [Текст] / Е. Бене // Семейная психология и семейная терапия. - 1999. -№2.- с. 14-41.
6. Бодалев, А.А. Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования [Текст]: учеб. пособие/ А.А., Бодалев, В.В. Столин; Науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. Пед. Наук СССР – М.: Педагогика.- 1989. – 208 с.
7. Бодалев, А.А. Популярная психология для родителей [Текст]: учеб. пособие/ А.А., Бодалев, А.С. Спиваковская, Н.Л. Карпова; М.: Флинта: Московский психолого-социальный институт. – 1998. – 400 с.
8. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. [Текст]: учеб. пособие/ Л.И. Божович; М.: Педагогика. - 1998. – 464 с.
9. Брутман, В.И. Некоторые результаты обследования женщин, отказавшихся от своих новорожденных детей [Текст] / В.И.Брутман, М.Г. Панкратова, С.Н. Енинополов // Вопросы психологии. – 1994. - №5. – с. 31-36.
10. Бурменская, Г.В. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ Г.В. Бурменская, Е.И. Захарова, О.А. Карабанова; М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 416 с.
11. Варга, А.Я. Системная семейная психотерапия [Текст]: краткий лекционный курс/ А.Я. Варга, Т.С. Дробикина. - СПб.: Речь, 2001. – 144 с.
12. Васильева, Э.К. Структура семьи [Текст]: учеб. пособие/ Э.К. Васильева. – М., 1988. – 174 с.
13. Винникот, Д.В. Маленькие дети и их матери [Текст]: учеб. пособие/ Д.В. Винникот; М., 1998. – 47 с.
14. Волков, И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. [Текст]: учебник для вузов/ И.В. Волков. – 2-е изд., - перераб. и доп. – М.: Ось - 89, 2000. – 224 с.
15. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? [Текст]: учеб. пособие/ Ю.Б. Гиппенрейтер; М., 2000. – 240 с.
16. Диагностика семьи. Методики и тесты [Текст]: учеб. пособие по психологии семейных отношений// под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: Издательский дом Бахрах-М, 2004. – 736 с.
17. Желдак, И.М. Практикум по групповой психотерапии детей и подростков с коррекцией семейного воспитания [Текст]: учеб. пособие/ И.М. Желдак; М.: Институт общегуманитарных исследований, 2001. - 240 с.