

## ДИТЯЧА АГРЕСІЯ

Агресія — це енергія подолання, боротьби, відстоювання своїх прав та інтересів. Ця сила необхідна дитині для того, щоб досягти своєї мети, протистояти перешкодам. Небажаною є не сама по собі агресія, а неприйнятні форми її прояву: звичка кричати, ображати, битися. Тому завданням виховання дитини є не усунення її агресії, а навчання адекватно проявляти свої негативні почуття: гнів, обурення, неприйняття. Саме тому, що дитина не вміє усвідомити й висловити протестні почуття стосовно значущої особи (батька чи вчителя), у неї може виникати «безпредметна агресивність» - поширення почуття злості на слабші та безпечні об'єкти: на дітей, тварин, предмети. Причиною підвищення дратівливості також можуть бути фізичні чи психічні проблеми дитини, які виснажують її, підвищують збудженість та імпульсивність.

### Чим можуть допомогти батьки

1. Не сваріть дитину за те, що вона посміла гніватися на Вас. Навпаки, поставтеся до її обурення з розумінням і повагою: допоможіть їй усвідомити і сформулювати свої претензії до Вас.
2. Тільки тоді, коли емоції вщухнуть, розкажіть дитині про те, як Ви переживали, коли вона виявляла свій гнів. Знайдіть разом із нею вдалу форму висловлювання претензій.
3. Поспостерігайте за собою. Дуже часто ми самі придушуємо своє роздратування, терпимо його доти, доки воно не вибухне, як вулкан, яким уже важко керувати. Набагато легше й корисніше вчасно помітити своє незадоволення і проявити його так, щоб не принизити дитину, не звинуватити.
4. Учíte дитину розуміти себе та інших. Якщо вона навчиться усвідомлювати свої почуття й почуття інших, то зможе свідомо обирати мирні форми боротьби і захисту.

## ТРИВОЖНІСТЬ ДИТИНИ

Дитячі страхи є нормальною реакцією дитини, яка усвідомлює недостатність своїх можливостей. У міру розвитку умінь та навичок одні страхи зникають, а інші з'являються, бо дитина усвідомлює нові небезпеки. Відсутність страхів не є показником благополуччя. Шкідливими страхами є ті, що обмежують розвиток можливостей дитини (вона не пробує досягти того, чого хоче) або підривають її здоров'я — погіршують сон, знижують апетит, псуєть настрій, виводять із рівноваги. Такі страхи потребують спеціальної уваги батьків та психологів.

### Чим можуть допомогти батьки

1. Оскільки «нездорові страхи» характеризуються тим, що діти «бояться боятися», то насамперед допоможіть дитині спокійно сприймати сам факт наявності страхів. Якщо вона вирішить, що боятися — це неприпустимо, погано чи соромно, то уникатиме страшних ситуацій і ніколи не зможе навчитися долати їх.
2. Не лякайтеся страхів своєї дитини, не намагайтеся відвертати її увагу від спогадів про страшний сон чи страшну фантазію. Якщо ми відганяємо страх — він переслідує нас і атакує тоді, коли ми найменше захищені від нього.
3. Допоможіть своїй дитині зустрітись з її страхом у безпечній атмосфері: коли Ви поруч, коли вона відчувається спроможною протистояти страху. Нехай вона розповість чи намалює Вам те, що її лякає, і отримає від Вас розуміння й підтримку.
4. Необхідно, щоб дитина зрозуміла, що боятися не соромно, що всі (і Ви також) чогось боялися, нехай вона повірить у те, що теж зможе опанувати свій страх.
5. Нехай Вас не бентежать невдалі спроби вашої дитини подолати свій страх. Хваліть її за незначні досягнення, відзначаєте найменший прогрес: „Страх став трохи меншим, ти його поступово подолаєш».

## Шановні батьки!

Заповніть, будь ласка, дану анкету, розріжте по пунктирній лінії і передайте вихователю групи. Дуже вдячна за співпрацю!

Практичний психолог ДНЗ №7  
Іоніна Ольга Олексіївна

## АНКЕТА

### ДЛЯ БАТЬКІВ



1. Ваше прізвище ім'я,  
по батькові

\_\_\_\_\_

2. Прізвище, ім'я вашої дитини.

\_\_\_\_\_

3. Скільки років, яку групу відвідує.

\_\_\_\_\_

4. Чи легко ви знаходите взаєморозуміння з дитиною?

\_\_\_\_\_

5. Як дитина йде у дитячий садок?  
З яким настроєм?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. Які методи впливу ви застосовуєте у вихованні поведінки своєї дитини?

---

---

7. Як ваша дитина проводить дозвілля?

---

---

8. Як і де спілкується дитина з іншими дітьми?

---

---

9. Що непокоїть вас у поведінці вашої дитини?

---

---

---

---

10. Які питання ви б хотіли задати психологу?

---

---

---

---

*Дякую за співпрацю!*

## НЕСЛУХНЯНА ДИТИНА

*Неслухняність є однією з найбільших проблем виховання. Коли дитина не слухається, батьки відчувають свою безпорадність, безсилля, страх, сприймають неслухняність як прояв нелюбові чи неповаги до себе.*



*Насправді неслухняна дитина може дуже любити й поважати своїх батьків. Просто вона відчуває в собі силу відстоювати свої бажання, або потребу перевірити любов батьків («Поступаються — отже, люблять»), або прагнення в такий спосіб виявити свою образу («Ти не хочеш для мене, а я не буду для тебе»). Отже, в основі неслухняності дитини можуть лежати певні проблеми в стосунках, проте надмірно слухняна дитина завжди нездорова. Вона невпевнена в собі, несамотійна, тривожна.*

## Чим можуть допомогти батьки

1. Спробуйте зрозуміти, що лежить в основі пручань дитини.
2. Коли наполягаєте на своєму, намагайтеся не позбавляти дитину своєї любові, не принижувати її гідності («Я б залюбки тобі дозволила, але, на жаль, не можу...»).
3. Якщо дитина не виконує Ваших вимог — скоротіть їх кількість спочатку до 3—4-х основних, інакше на все може просто не ви стачити уваги.
4. Для того, щоб дитина навчилася виконувати Ваші вимоги, краще застосовувати заохочення, ніж покарання. Негативне підкріплення може сформувати лише відразу до відповідної діяльності, позбавити бажання виконувати вказівки дорослих

Поради  
практичного психолога

# ПАМ'ЯТКИ ЩОДО ПОДОЛАННЯ ДИТЯЧИХ ПРОБЛЕМ

