

Советы «Как воздействовать на кли- мат семьи»

◇ Когда скандал уже разгорелся, сумеите остановиться, заставьте себя замолчать – даже если вы тысячу раз правы.

◇ Испугайтесь! В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен. Та агрессия, которую он проявлял по отношению к вам, обернется против него самого. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в вашей аптечке, подоконник в квартире – все станет реально опасным, угрожающим его жизни.

◇ Не кричите, не распускайтесь. Ведь ребенок действительно может подумать, что вы его ненавидите. Он будет в отчаянии, а вы, оглохнув от собственного крика, его крика о помощи не услышите.

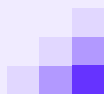
◇ Воспользуйтесь приемами «просто успокоения» и «ухода» от воспитания кого-то, от выяснения отношений:

- Активно заняться какой-то другой деятельностью, физическим трудом.

- Сосчитать до трех, затем вдохнуть и выдохнуть несколько раз.

- Упражнение «Резервуар», представьте себя пустым сосудом. Резервуаром, куда ваш партнер «вливает» слова. А вас как будто не существует. Вы сохраняете спокойствие.

- Упражнение «Пресс». Представьте, что у вас на уровне груди внутри мощный пресс, который опускается и вытесняет гнев, злость.



Проект: «Родительский
всеобуч: навыки
семейной профилактики»

Климат собственной семьи в вашей власти. Вы воздействуете на него ежеминутно, и вам по силам изменить его и сделать благоприятным для своего ребенка, для такого, каков он есть. Даже если он далек от идеала и совсем не похож на вас.

Следуйте советам!



**Климат в семье
или
«Погода в доме»**

Разработчики:

Колесникова Нина Владимировна

Акимова Елена Федоровна

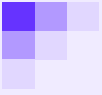
Наши контакты:

E-mail: info.edu.tomsk@rambler.ru

Сайт проекта: <http://www.info.edu.tomsk.ru>.

При реализации проекта «Родительский всеобуч: навыки семейной профилактики» использовались средства поддержки, выделенные в качестве гранта на основании конкурса, проведенного Общероссийской общественно-государственной просветительской организации «Российское общество «Знание»

Томск—2016



Именно в лоне семьи ребенок проходит первичную социализацию. На примере взаимоотношений между членами семьи он учится взаимодействовать с другими людьми, обучается поведению и формам отношений, которые сохранятся у него в подростковом периоде и в зрелые годы.

Допускаются случаи, когда ребенок воспитывается в семье с хроническими конфликтными отношениями. Ребенок постоянно находится в состоянии стойкого психоэмоционального напряжения, в ситуации трудного или даже безвыходного положения. При таком уровне конфликтности семьи у детей и подростков развиваются следующие патологические состояния:

- задержка соматофизического и психического развития с нарушениями интеллекта;
- признаки бедности чувств, отсутствие эмпатии, трудности общения, ограниченность познавательных способностей;
- посттравматические стрессовые расстройства;
- эмоционально-поведенческие расстройства со стойкими нарушениями поведения, в том числе агрессивность;
- ранняя алкоголизация и криминальная активность.

Агрессивность ребенка, как один из проявлений эмоционально поведенческого расстройства.

Факторами, которые могут предопределять агрессивное поведение ребенка в семье и вне неё, а также повлиять на его отношения с окружающими в зрелые годы относятся:

- реакции родителей на неправильное поведение ребенка;
- характер отношений между родителями и детьми;
- уровень семейной гармонии или дисгармонии;
- характер отношений с родными братьями или сестрами



Агрессивные дети, как правило, вырастают в семьях, где дистанция между детьми и родителями огромна, где мало интересуются развитием детей, где не хватает тепла и ласки, отношение к проявлениям детской агрессии безразличное или снисходительное, где в качестве дисциплинарных воздействий вместо заботы и терпеливого объяснения предпочитают силовые методы, особенно физические наказания.

Если у детей плохие отношения с одним или обоими родителями, если дети чувствуют, что их считают никуда не годными, или не ощущают родительской поддержки, они, возможно:

- окажутся втянутыми в преступную деятельность;
- будут ополчаться на других детей;

- сверстники будут отзываться о них как об агрессивных;
- будут вести себя агрессивно по отношению к своим родителям.

Как избежать агрессии?

Преодоление агрессивности тесно связано с широким кругом задач воспитания:

- формированием эмоциональной устойчивости;
- волевой регуляцией поведения;
- овладением навыками межличностных отношений;
- предупреждение проблем развития;
- содействие в решении актуальных задач социализации;
- развитие психологической культуры;
- консультирование/ поддержка в кризисных, сложных жизненных ситуациях.

