

## ДЕТСКАЯ АУТОАГРЕССИЯ

Детская аутоагрессия – агрессия, направленная на самого себя, при этом ребенок может наносить себе физические повреждения, обвинять себя в происходящем.

### Причины детской аутоагрессии:

1. Высокая эмоциональная чувствительность ребенка.
2. Отсутствие навыка выражать свои переживания социально приемлемыми способами.
3. Реакция на собственные неудачные действия и поступки, которые могут вызвать недовольство у окружающих.
4. Дефицит внимания со стороны родителей (аутоагрессия как способ манипуляции).
5. Психологически неблагоприятная обстановка в семье.
6. Резкие изменения в жизни ребенка (переезд, отсутствие на протяжении длительного времени родителя и т.д.).

### Рекомендации родителям по коррекции аутоагрессивного поведения ребенка:

- Пересмотрите и в случае необходимости измените стиль семейного воспитания. Чаще всего аутоагрессия наблюдается в семьях с авторитарным, гиперопекающим и попустительским стилем воспитания.

- Будьте внимательны к желаниям своего ребенка, постарайтесь выделить время на общение с ним.

- Контролируйте собственные агрессивные импульсы, так как дети учатся приемам социального взаимодействия путем наблюдения за поведением окружающих взрослых, родителей.

- Обучайте ребенка приемлемым, конструктивным способам преодоления неудач, разрешения проблем.

- Постарайтесь минимизировать ситуации, в которых возникает аутоагрессия. Иначе нежелательное поведение может быстро закрепиться.

- В моменты проявления аутоагрессии аккуратно, ненавязчиво отвлеките ребенка: тихо позвонить в колокольчик; включить запись спокойных

музыкальных мелодий; прервать нежелательное поведение неожиданным действием: обратиться к ребенку, снизив высоту голоса и экспрессию речи (шепотом сказать ребенку на ушко любое слово, не относящееся к ситуации).

- Ни в коем случае не ограничивайте его в действиях при аутоагрессии. Хватание ребенка за руку может привести к усилению нежелательного поведения.

- Во время сильных проявлений аутоагрессии нужно максимально обезопасить ребенка и при этом дать ему возможность освободиться от отрицательных эмоций в приемлемой форме.

- В случае учащения признаков аутоагрессии обязательно обратиться к специалистам: невролог, психиатр, психотерапевт.