

Эксперт в области эмоционального интеллекта

ВИКТОРИЯ ШИМАНСКАЯ

Детская агрессия



ВОСПИТЫВАЕМ С ЛЮБОВЬЮ 

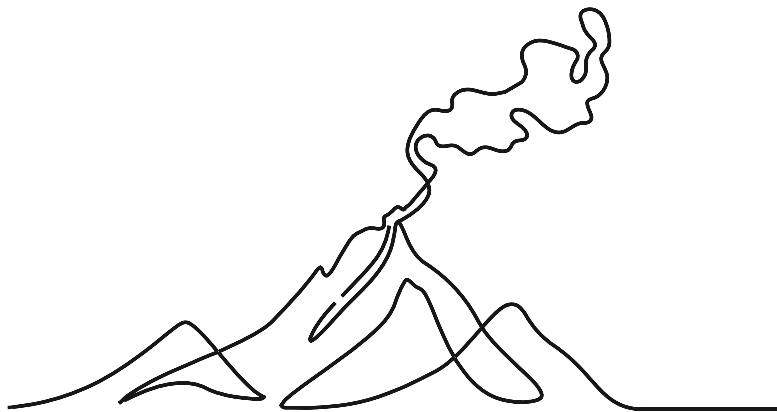
МИОО

ВОСПИТЫВАЕМ С ЛЮБОВЬЮ



Виктория Шиманская

Детская агрессия



Москва

МИФ

2024

УДК 159.922.7/8
ББК 88.41+88.42:74.200
Ш61

Публикуется впервые

Шиманская, Виктория

Ш61 Детская агрессия / Виктория Шиманская. — Москва : МИФ, 2024. — 176 с. : ил. — (Воспитываем с любовью).

ISBN 978-5-00214-580-5

Книга поможет родителям разобраться в природе гнева и агрессии у детей 3–7 лет. Вы узнаете, для чего нам дана эта огнеопасная эмоция, как заметить признаки зреющей ярости, как успокоить рассерженного ребенка, что делать, после того как он сорвался, и как научить его управлять собственным гневом.

УДК 159.922.7/8
ББК 88.41+88.42:74.200

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

В оформлении макета использованы изображения по лицензии Shutterstock.com.

ISBN 978-5-00214-580-5
© Шиманская Виктория, текст, 2024
© Оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2024

Оглавление

ПРЕДИСЛОВИЕ

Откуда берутся маленькие монстры? 7

ЧАСТЬ I

***Советы для начинающих
«вулканологов»***

ГЛАВА 1

**Родительская боль: почему вспышки
агрессии детей даются нам так тяжело? 17**

ГЛАВА 2

Гнев и агрессия: разбираемся с понятиями 25

ГЛАВА 3

**Природа гнева: как и зачем
в нас возникает ярость? 39**

ГЛАВА 4

О родительской агрессии 49

ГЛАВА 5

**Агрессия и злоба: как не исказить отношение
ребенка к проявлениям гнева? 59**

ГЛАВА 6	
Детские капризы и агрессивные срывы	65
ГЛАВА 7	
Стратегия управления гневом	81
ГЛАВА 8	
Игровые практики для умирения вулкана	91
ЧАСТЬ II	
<i>Что заставляет вулкан извергаться?</i>	
ГЛАВА 9	
Разбираемся в причинах гнева	105
ГЛАВА 10	
Недостаток ресурсов	109
ГЛАВА 11	
Инстинкт защитника	127
ГЛАВА 12	
Реакция на нестабильность жизни	135
ГЛАВА 13	
Ожидания и реальность	141
ГЛАВА 14	
Защита личных границ	155
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	
Вулканы на планете Маленького принца	173
Об авторе	175

ПРЕДИСЛОВИЕ

Откуда берутся маленькие монстры?

Здравствуйте, дорогой ответственный взрослый! Я назвала вас ответственным, потому что только человек, обладающий этим качеством, захочет взять в руки книгу о детской агрессии. О таком явлении, как кричащий, дерущийся, кусающийся, брыкающийся ребенок, и вспоминать-то не очень приятно, а уж тем более читать целую книгу.

Но раз вы открыли ее, значит, понимаете: агрессивное поведение — не то, что можно оставить без внимания и просто ждать, пока ребенок его перерастет. И вы точно не думаете, что нужно просто систематически наказывать ребенка за дурное поведение, и он исправится: мировая психология уже давно доказала всеми доступными способами, что эти методы