***ДЕТСКАЯ АГРЕССИЯ.***

 ***ЧТО ЭТО ТАКОЕ И КАК С ЭТИМ БОРОТЬСЯ?***

Итак, уважаемые родители, сегодня наш разговор пойдёт о таком явлении как детская агрессия.

Уверена, что хотя бы однажды, каждый из Вас сталкивался с проявлением агрессии ребёнка.

Давайте разбираться, что же это такое, детская агрессия, каковы её причины и как бороться с этим, бесспорно, негативным проявлением детской личности.

**Причины агрессивного поведения** могут быть различны, но чаще всего в основе детской агрессии лежит **тот или иной вид страха** ребёнка, его повышенная тревожность. Родители зачастую могут и не знать, чего конкретно боится их ребёнок.

Кроме страха **к причинам агрессии можно отнести такое врождённое качество как темперамент ребёнка, особенности его нервной системы.**

Но гораздо чаще **агрессия ребёнка-это отражение неправильного стиля воспитания в семье, неблагоприятной в психологическом плане семейной ситуации,** следствием которой является внутренний дискомфорт малыша. Желая стать нужным и любимым, ребёнок **при помощи агрессии привлекает к себе внимание взрослых,** которого ему не хватает в семье.

К тому же, дети **перенимают модель агрессивного поведения** от близких и сверстников.

Итак, **агрессия – это одна из форм поведения ребёнка, имеющая в своей основе негативные эмоции (злость, гнев, раздражение) и тревожность (страхи), которая выражается в физической (удары, укусы), вербальной (ругательства, оскорбления), косвенной (ломание игрушек, хлопанье дверьми) форме и негативизме (отрицании и отказе от всего).**

**Агрессия может выражаться во внешнем поведении**, но часто бывает, что ребёнок, воспитанный в определённых нормах и правилах, **свою агрессию не выражает.** Он держит в себе, негативные эмоции, копит их, у таких детей отмечается **критически высокий уровень тревожности**. Они становятся **плаксивыми, раздражительными, плохо спят, возможна потеря аппетита, ухудшаются их отношения с друзьями и родителями.** Нередко такие дети начинают прибегать к **навязчивым движениям или привычкам** (например, онанизму) как способу избавления от тревоги.

Если Вы заметили у своего ребёнка те или иные проявления агрессивного поведения, не расстраивайтесь. С ними легко справиться, если следовать нескольким простым правилам.

**Способы избавления от агрессивного поведения:**

* **Полное принятие ребёнка**, безусловная любовь к нему и установление доверительных отношений между Вами и ребёнком
* **Отсутствие в семье конфликтов**, **единство требований** к ребёнку со стороны каждого члена семьи
* **Полный отказ от сравнения ребёнка со сверстниками и друзьями**, особенно если Вы имеете привычку говорить ребёнку что его друг или подруга что-то делают лучше
* **Помощь и поддержка** ребёнка при любых затруднениях
* **Отсутствие критических или/и обидных замечаний**
* Обязательно **обратитесь к психологу**, если Вы видите, что сами не справляетесь с решением проблемы
* **Не ругайте ребенка** вообще и за сломанные игрушки в частности . Ему нужно куда-то выплеснуть свою агрессию.
* **Больше уделяйте внимания ребёнку**. Организуйте какую-то совместную деятельность – например, собирание пазлов.
* **Не позволяйте ребенку проявлять физическую агрессию по отношению к другим детям. Учите детей решать конфликты словесно и по - возможности конструктивно. Отдайте ребёнка в спортивную секцию**, где его научат не только защищать себя, но и не использовать без надобности физическую силу (таек -вон -до, ушу и т.д.) Лишнюю агрессию снимает и занятие плаванием.
* **Не допускайте в семье искажения стиля семейного воспитания** (**гиперопеки**, или , наоборот, **безразличия** по отношению к ребёнку, не будьте слишком **авторитарным родителем** по отношению к своему ребенку. Также негативно отражается на ребёнке **попустительский стиль воспитания**, когда всё разрешено, когда с ребёнком постоянно сюсюкают, делают за него то, что ребёнку под силу сделать самому. Не очень положительно в психологическом плане отражается и **потакание** любым капризам ребёнка. **Приучайте сына или дочку быть терпеливыми, преодолевать трудности, прилагать усилия**).
* **Нельзя постоянно всё запрещать своему ребёнку**. Запрещайте только то, что приносит вред его жизни и здоровью. И не просто запрещайте, а **объясните доходчиво почему нельзя**.
* **Избегайте физических наказаний** в семье, даже шлепок воспринимается ребёнком как отсутствие Вашей любви и провоцирует агрессию с его стороны, которую по отношению к Вам, как к родителю Ваш ребёнок, конечно, не выразит, а вот в группе сверстников это не примнет вылиться в ту или иную форму агрессии.
* В любом случае следует признать, что **агрессивное поведение ребёнка – это не отклонение в психическом развитии, а скорее сигнал родителям о том, что с эмоциональным состоянием Вашего ребёнка что-то не так.** Ребёнка что-то беспокоит и тревожит. Присмотритесь к тому, как Вы сами себя ведёте с ребёнком, и, возможно, Вам удастся справиться с проблемой быстро и безболезненно.
* **Хорошо снимают тревожные и агрессивные проявления у детей любые занятия, связанные с творчеством.** ( В нашем клубе такие занятия представлены для любого возраста).

***Педагог-психолог***

***Фирсова***

***Варвара Александровна***