**ДЕТСКАЯ АГРЕССИЯ**

Что такое агрессия? **Агрессия** – это поведение, которое причиняет вред предметам или людям. Агрессия может проявляться *физически* (ударили) и *вербально* (нарушение прав человека).

В психологии различают два вида агрессии: *инструментальную* (я хочу забрать игрушку, предмет) и *враждебную* (причинение боли другому человеку).

Уровень агрессивности у детей меняется в зависимости от ситуации. Причин для такого поведения много: положение ребёнка в коллективе, отношение к нему сверстников, взаимоотношения с учителем и т. д.

Агрессию не стоит путать с напористостью, настойчивостью. Эти качества по сравнению с агрессивностью имеют социально приемлемые формы, т.к. не допускают оскорбления, издевательства.

Причиной детской агрессии может быть семейная ситуация.

1. Агрессивное поведение членов семьи в обыденных ситуациях: крики, ругань, хамство, унижение друг друга, взаимные упрёки и оскорбления.
2. Непоследовательность родителей в обучении детей правилам и нормам поведения (сегодня родителям удобно говорить одно, и они навязывают эту линию поведения, завтра им удобно говорить другое)

Чтобы предотвратить агрессивное поведение надо

* + Преодолеть трудности
  + Использовать в своём арсенале умение слушать ребёнка
  + Включать в общение тепло, ласковый взгляд, доброе слово.

Огромное значение в воспитании детей имеет поощрение: словом, взглядом, жестом, действием. Очень значимо для человека и наказание, если:

* Оно следует немедленно за поступком.
* Объяснено ребёнку.
* Оно суровое, но не жестокое
* Оно оценивает действия человека, а не его человеческие качества.

Наказывая ребенка, родители должны проявлять терпение и выдержку.

Дети очень чувствительны, у них хорошо поддаётся развитию эмоциональный мир, поэтому старайтесь, чтобы ваш ребёнок нашел своё место в этом мире. Очень важно помочь ребёнку определиться.

1. Куда ходит ребёнок в свободное от учёбы время?
2. Куда хотел бы ходить?
3. Хобби, увлечения.

Здесь придут на помощь внешкольные учреждения. Они помогают детям раскрыть их способности. Обратите внимание на желания детей, возможно, вы сможете осуществить их мечту.

МЕТОДЫ САМОРЕГУЛЯЦИИ И СНЯТИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ У ДЕТЕЙ.

* Возьмите себя в руки. Обхватить себя руками – это поза выдержанного человека.
* Врасти в землю. Я – могучее, крепкое дерево, у меня сильные корни, никакие ветры мне не страшны. Это поза уверенного человека.
* Ты – лев. Я – лев, царь зверей, сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный и мудрый.
* Спаси птенца. Вот на земле лежит маленький беспомощный птенчик, возьми его на руки, скажи как можно добрых и ласковых слов и положи его в гнездо (на цыпочках). Помогает при замкнутости.
* Солнечный зайчик. Тактильные прикосновения к телу ребёнка. Зайчик любит и ласкает тебя.

**«Золотые» правила воспитания, связанные с данной темой:**

1. Учитесь слушать и слышать своего ребёнка.
2. Постарайтесь сделать так, чтобы только вы снимали его эмоциональное напряжение
3. Не запрещайте детям выражать отрицательные эмоции.
4. Умейте принять и любить его таким, каков он есть.
5. Повиновение, послушание и исполнительность будут там, где они предъявляются разумно.