**Агрессивность у детей**

**Агрессия**-это вид самозащиты, который является инстинктом для выживания в этом мире.

Изначально агрессия присуща каждому человеку, но в процессе роста, воспитания, человек учится преобразовывать агрессию в наиболее приемлемые способы поведения в социуме. Человеку нужно научиться контролировать свою агрессивность. Не подавлять! А контролировать. Человек имеет право отстаивать и защищать свои интересы любым социально приемлемым способом, не ущемляя прав и интересов других людей и не причиняя никому вреда. В этом и состоит задача родителей - научить своего малыша контролировать свою агрессивность и использовать для реагирования те методы, которые допустимы в цивилизованном обществе.

**Каковы причины агрессивности детей?**

1.Страх перед окружающим миром, ребёнок беспокоится о своей безопасности.

2.Ребёнок сталкивается с частыми запретами, с неудовлетворением его потребностей, желаемое и возможное не совпадают.

3.Ограничение свободы ребёнка; при помощи агрессии ребёнок самоутверждается, пытается обрести независимость, самостоятельность, отстаивает свои права и территорию.

4.Ребёнок не ощущает любви и поддержки со стороны близких людей.

5.Неблагополучие в семье.

Свой протест ребёнок выражает агрессией. Агрессивность у ребёнка – признак внутреннего эмоционального напряжения, сгусток негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты. Агрессия для ребенка - единственный способ избавиться от психо-эмоционального неблагополучия, внутренней тревожности.

**Что могут сделать родители,**

 **чтобы предотвратить агрессивность ребёнка?**

Проявляйте свою любовь к малышу. Практически все родители любят своих детей безусловной любовью, но не все, в силу своего характера, воспитания или личных убеждений, показывают её своему ребёнку. Как можно чаще говорите малышу, что Вы его любите. Ведь его проявляющаяся временами агрессивность - это крик души о нехватке Вашей любви к нему. Если Вы не довольны каким-либо поступком ребёнка, объясните ему, что Вы недовольны именно поступком (и каким, и почему), а не самим ребёнком.

Во - вторых, дети учатся социальному поведению, наблюдая за Вами. Если Вы хотите, чтобы Ваш малыш научился контролировать своё поведение, то Вы сами должны уметь вести себя адекватно в любой ситуации. Помните, за Вами всегда наблюдает Ваш ребёнок и всё копирует!

Подавление агрессии очень вредно для здоровья человека. Поэтому ребёнка нужно учить не подавлять, возникшие чувства в приступе агрессии, а трансформировать. Во что? Можно в слова (ты меня разозлил, я обижен, зол, расстроен и т. д.), можно в действия. Но действия не должны причинять вред ни окружающим, ни ребёнку. Агрессия -это огромная сила и энергия. Можно направить эту энергию на вполне мирные цели. Взрослым можно посоветовать направить эту энергию на работу или домашние дела, а ребёнку? Ну, первое - это спорт. Второе- активные игры. Третье - подушка. Подушку можно бить, пинать ногами, в общем дать выход вспыхнувшей агрессии. Четвёртое - арт-терапия. Ребёнок может нарисовать того, кто вызвал в нём гнев и порвать этот рисунок.

Чтобы предотвратить и в дальнейшем свести на нет приступы агрессии у ребёнка, родителям необходимо уделять достаточно внимания малышу. Научитесь уважать в ребёнке личность, считаться с его мнением, воспринимать серьёзно его чувства. Позвольте ребёнку нести ответственность за свои поступки и предоставьте ему достаточную свободу. Обеспечьте ребёнка своей территорией, на которой он будет хозяином. И какой - то стороной жизни, на которую Вы не можете посягать без согласия малыша.