**АГРЕССИВНЫЙ РЕБЕНОК**

*(консультация для родителей)*

Проявления агрессии, злости — естественны, хотя и пугают многих родителей. Ребенок не может быть злым от природы. За агрессивными проявлениями малыша всегда стоят какие-либо причины, и злость — это естественное следствие каких-либо внутренних или внешних событий, которые происходят с вашим ребенком. Часто агрессия — отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг ребенка события. Но иногда, если вовремя не помочь ребенку, агрессия может стать устойчивой формой поведения, превращаясь со временем в качество личности. Прежде чем запрещать или подавлять проявления злости, стоит разобраться в причинах, их вызывающих.

***Ваш ребенок может проявлять агрессию, если:***

* Его обижают, унижают. Несправедливое отношение может вызвать здоровую злость, которая зачастую позволяет ребенку защитить и отстоять себя.
* Кто-то нарушил его личностные границы: забрал у него игрушку, причинил ему физическую боль, прервал игру, разговор и т.д.
* Он устал, болен или сильно напуган. Злость может быть выражением бессилия.
* Вы мало обращаете на него внимания. Ему не хватает любви и тепла, он использует злость, чтобы обратить ваше внимание на себя.
* Кто-то в семье скрыто или открыто агрессивен. Ребенок, копируя поведение взрослых, может считать, что вести себя таким способом — это естественно.
* Он по каким-то причинам не чувствует себя защищенным. Он может нападать на других, пытаясь «опередить» воображаемого агрессора.
* Он привык считать себя плохим, потому что им часто недовольны. Чужую критику и недовольство ребенок не может долго носить в себе, он пытается от них избавиться, осуждая и критикуя других.
* Он пережил какое-то травматическое событие: горе, перемену места жительства, сильный страх, насилие, стресс.

**Формы проявления агрессии**

Агрессия может выражаться в словесной форме: ребенок кричит, обзывается, угрожает, оскорбляет сверстников; и физической: ребенок нападает на детей или взрослых, дерется, кусается, пинается, толкается, швыряет предметы, ломает игрушки, разрушает результаты работы другого ребенка. Агрессия может носить и непрямой характер: ребенок игнорирует ваши просьбы, «не слышит» вас; ябедничает; провоцирует сверстника, чтобы обидчику «досталось» от взрослых; манипулирует другими.

Приемлемые формы (которые можно поддерживать): Можно разрешать ребенку создавать рисунки с изображением агрессии в разных формах (взрывы, драки, войны и т.д.); играть с предметами (разрушать собственноручно построенные объекты, швырять игрушки); выражать протест («нет!»), желательно с объяснениями «почему»; ломать игрушки (если это не очень дорогие во всех смыслах предметы); бить подушки, спортивные груши; бороться с кем-нибудь (по обоюдному согласию); заниматься спортивными играми, единоборствами.

Неприемлемые формы (которые стоит останавливать): Не следует разрешать ребенку оскорблять и унижать других людей, применять физическое насилие, выраженное по отношению к любым живым объектам (в том числе к животным), манипулировать чувствами других людей, провоцировать других.

***Вам как родителям важно:***

* Самим или с помощью психолога выяснить первопричины агрессивного поведения.
* Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка. Осознавать, что в действительности агрессивное поведение — это порой лишь отчаянная попытка завоевать свое место под солнцем. Рбенок не знает, как другим способом можно защитить себя или привлечь к себе внимание. Злость ребенка не делает его плохим, обычно она — естественное выражение его неудовольствия; энергия, позволяющая защитить самого себя.
* Знать, что жесткое подавление агрессивности не устраняет это качество, а лишь усиливает его. Если же вовсе не обращать внимания на агрессивные реакции, ребенок начинает считать, что такое поведение дозволено, и одиночные вспышки перерастают в привычку действовать агрессивно. Важно быть последовательным и учиться твердо, но неагрессивно реагировать на нежелательное поведение ребенка. Обсуждать следует поступок, а не ребенка в целом. Ребенок должен понимать, что вы любите его, но вы против того, как он себя ведет.
* Понимать, что частые наказания, приказы и запреты заставляют ребенка подавлять свой гнев, а невыражаемая, постоянно подавляемая агрессия может перейти в аутоагрессию (агрессию по отношению к себе), которая выражается в обкусывании ногтей, получении травм, постоянных болезнях и т.п., или привести к появлению в характере пассивно-агрессивных черт, выражающихся в желании вывести из себя, расстроить окружающих людей.
* Спокойно относиться к происходящему, в случае незначительной агрессии по возможности игнорировать ее. Если ребенок проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, выслушать его и переключить его внимание на что-то другое.
* Контролировать собственные негативные эмоции. Когда ребенок демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции у родителей (раздражение, гнев, возмущение, страх, беспомощность). Нужно признать естественность негативных переживаний, понять причину, характер, силу охвативших ребенка чувств и сохранить с ним добрые, конструктивные отношения.
* Понимать, что когда вы что-то запрещаете ребенку, он имеет право на последующее выражение злости по этому поводу, так же как и вы — на выражением своей.
* Обращать внимание на то, как вы и окружающие ребенка люди выражают злость, осознавая, какие модели выражения этой эмоции, скорее всего, будет копировать ребенок.
* Избегать просмотра телевизионных передач и т.п. агрессивного содержания.

***Учить его:***

* понимать собственное эмоциональное состояние и чувства других людей;
* сопереживать другим людям;
* выражать гнев, злость приемлемыми способами, ясно и конкретно, а не манипулятивно проявлять свое неудовольствие;
* отстаивать свои личностные границы, не нападая при этом на чужие;
* осознавать ответственность за свои поступки.
* относиться к окружающему миру и своему малышу позитивно.

Если вы не справляетесь с агрессивными проявлениями ребенка, если они проявляются постоянно и приобретают форму жестокости — обязательно обратитесь к специалисту — психологу или психоневрологу!

Положительные изменения возможны, только если вы будете последовательными. Важно терпение и внимание к ребенку, его чувствам, его нуждам и потребностям.

**Удачи вам!**

**Критерии выявления агрессивного ребенка**

**(Е.К Лютова; Г.Б Монина)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ребенок** | **часто** | **редко** |
| Спорит, ругается со взрослыми |  |  |
| Теряет контроль над собой |  |  |
| Винит других в своих ошибках |  |  |
| Завистлив, мстителен |  |  |
| Сердится и отказывается что-либо сделать |  |  |
| Специально раздражает людей |  |  |
| Отказывается подчиняться правилам |  |  |
| Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают их |  |  |

**Анкета «Признаки агрессивности»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Исследуемый ребенок** | **Да** | **Нет** |
| Злой дух временами вселяется в него |  |  |
| Он не может промолчать, когда чем-то недоволен |  |  |
| Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отплатить ему тем же |  |  |
| Иногда ему без всякой причины хочется ругаться |  |  |
| Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки |  |  |
| Ингода он так настаивает на чем-либо, что окружающие теряют терпение |  |  |
| Он не прочь подразнить животных |  |  |
| Очень сердиться, если ему кажется, что кто-то подшучивает над ним |  |  |
| Кажется, что иногда у него вспыхивает желание сделать плохое, шокирующее окружающих |  |  |
| В ответ на обычные распоряжения стремиться все сделать наоборот |  |  |
| Часто не по возрасту ворчлив |  |  |
| Воспринимает себя как самостоятельного и решительного |  |  |
| Любит быть первым, командовать и подчинять себе других |  |  |
| Неудачи вызывают у него сильное раздражение, поиски виноватых |  |  |
| Легко ссориться, вступает в драку |  |  |
| Старается общаться с младшими и физически более слабыми |  |  |
| У него нередки периоды мрачной раздражительности |  |  |
| Не считается со сверстниками, не уступает, не делится |  |  |
| Уверен, что любое задание выполнит лучше других |  |  |

Положительный ответ – 1 балл.

Высокая агрессивность – 15-20 баллов.

Средняя – 7-14 баллов.

Низкая – 1-6 баллов.