

**Родителям стоит принимать меры только в том случае, если они замечают у своего ребёнка как минимум несколько признаков из вышеперечисленных регулярно (от шести месяцев).**

**Агрессивный ребенок. Что делать родителям.**

Агрессивный ребёнок становится большой проблемой для родителей, воспитателей, учителей. Такого «сложного» ребёнка очень трудно принять, и ещё сложнее понять, в чём причина такого поведения.

**Агрессивное поведение детей** – это «крик о помощи» и своеобразный метод привлечения внимания. Такой ребёнок «сигнализирует» о том, что он нуждается в любви и ласке, понимании и принятии. С помощью агрессии он даёт понять, что испытывает внутренний дискомфорт, что чувствует себя отверженным и забытым.

Безразличие и жестокость со стороны родителей могут приводить к проблемам в детско-родительских отношениях, итогом которых становится уверенность ребёнка в том, что его не любят. Чтобы изменить сложившуюся ситуацию и «заслужить» любовь родителей, дети пытаются привлечь их внимание любым способом, в том числе и агрессивным поведением. Если ребёнок чувствует, что уязвим, если он не уверен в себе, если он не может влиться в детский коллектив и почувствовать себя там «своим», то и агрессия со стороны такого ребёнка не заставит себя долго ждать.

Такие дети чаще всего не могут оценить свою агрессивность, они не замечают, что такая форма поведения приводит к каким-то негативным последствиям. Они тревожны, пугливы, им кажется, что весь мир настроен против них.

Очень важно, чтобы родители и педагоги понимали, чем отличается «агрессия» и «агрессивность»:

1. Агрессия – это «разовый» поступок ребёнка, который нарушает морально-этические нормы и может привести к причинению морального или физического вреда окружающим.
2. Агрессивность – это форма поведения, которая со временем становится «привычной».

**На что же следует обратить внимание родителей в поведении ребёнка:**

* ребёнок не может контролировать свои слова, действия, эмоции, поведение в целом. В редких случаях может пытаться взять под контроль своё поведение, но, ни чего из этого не выходит;
* ребёнок часто ругается с ровесниками и взрослыми, целенаправленно вступает с ними в споры и выясняет отношения;
* ломает игрушки, рушит строения, выполненные другими; любит портить вещи других и при этом получает явное удовольствие;
* не реагирует на просьбы, указания и нарушает установленные правила;
* намеренно совершает «плохие» поступки, чтобы вызвать негативную реакцию;
* помнит об обиде и обидчике, зачастую хочет отомстить обидчику;
* не может признавать свои ошибки, всегда пытается оправдаться или обвинить другого.



Современные герои мультфильмов, художественных и документальных фильмов, компьютерных игр, вне зависимости от того – положительные они или отрицательные, несут в себе агрессию. Часто на экранах мы видим применение силового вмешательства в якобы «благих» целях. Взрослые понимают, что это – крайний вариант выхода их ситуации, ребёнок же считывает это послание призывом действовать подобным образом в любых ситуациях. Этот путь они считают самым удобным в достижении определённого статуса среди сверстников.

**Причины детской агрессии**

**Эмоциональная бездна**

Если у родителей и ребёнка не установлена или утрачена положительная эмоциональная связь, если родители решают свои проблемы между собой очень бурно и эмоционально, и крайний вариант – винят ребёнка в своих проблемах, то это может привести к появлению и закреплению агрессии в поведении детей.

Здесь возможны два варианта развития событий, ведущие к агрессии:

1. **Подражание**. Когда агрессия воспринимается как допустимый вариант поведения и усвоенный способ решения проблем.
2. **Утрата надежной привязанности** (когда нет контакта). Если контакт родителя и ребёнка утрачен или он не был установлен с самого начала, проявление агрессии в поведении ребёнка не заставит себя долго ждать.

**Неуважение к личности ребёнка**

Если взрослый (особенно родители) позволяет себе оскорбления, унижения, некорректные высказывания в сторону маленького человека, то это приводит к развитию глубоких комплексов. Итогом такого общения может стать не только агрессия, но и вспышки сильнейшей ярости.

**Низкая самооценка**

Одной из причин агрессивного поведения ребёнка может быть низкая самооценка.

Если ребёнок не уверен в себе, то в он не уверен и в окружающих. Низкая самооценка «рисует» в воображении опасность, которая может исходить от ровесников, родителей, педагогов. В подобных случаях ребёнок не дожидаясь, когда его обидят, начинает вести себя агрессивно сам, предупреждая таким образом придуманную атаку «из вне».

Если у таких детей на фоне заниженной/низкой самооценки нет возможности получить эмоциональную поддержку от родителей, то есть вероятность, что ребёнок сделает выбор в пользу агрессивной формы поведения.

**Гипер и гипоопека**

Полное отсутствие контроля, как и его чрезмерное проявление, несут в себе большую опасность влияния на формы поведения ребёнка и в частности на уровень проявления агрессивного поведения. [Чрезмерность контроля](https://findmykids.org/blog/ru/vertolyotnye-roditeli-vsyo-o-giperopeke) со стороны родителей может порождать страх, тревогу, которые аккумулируясь в ребёнке, приведут к неизбежному протесту против существующих правил. Часто это происходит именно в форме агрессии.

**Быть лучшим**

Желание быть лучшим среди сверстников часто подталкивает детей к проявлению агрессивной формы поведения.



**«Такой, как все»**

В настоящее время ребёнок, попадая в тот или иной социум, детский коллектив видит различные варианты поведения. Если в классе «поддерживается» агрессивное поведение, то ребёнку, дабы не выделяться и не быть аутсайдером проще надеть «маску агрессии», нежели бороться с подобными «нормами». Давление, которое оказывает на ребёнка класс, можно сравнивать с феноменом толпы – противостоять такому давлению сложно даже взрослому человеку, не говоря уже о детях.

Не следует забывать и о таких причинах, как переутомление, запрет на физическую активность, чрезмерное употребление некоторых продуктов питания (шоколад, кофеин и др.), температура воздуха, уровень шума и т.д.

**Как бороться с детской агрессией – советы психолога**

Родителю нужно знать некоторые истины, которые помогут ему в борьбе с агрессией ребёнка:

**Выход, а не подавление**

Всегда важно давать выход эмоциям, не «зажимая» их и не «подавляя».

Этому должны научиться сами родители, а уже потом научить этому своих детей. Если вы злитесь, то не бойтесь говорить об этом своему ребёнку. Это нормально. Таким образом, вы проговариваете проблему, и вам становится легче. Параллельно вы показываете ребёнку, что и он может так делать – говорить о том, что ему не нравится, что он зол или чем-то расстроен. Постепенно ребёнок освоит этот «манёвр» и поймёт, что гораздо легче говорить о проблеме, нежели пытаться привлечь внимание своим ужасным поведением.

**Правильный пример**

Важно, чтобы ваши слова ни расходились с вашими действиями. Отдавайте себе в этом отчёт. Не требуете от ребёнка того, чего не можете выполнить сами.

Если вы хотите, что бы ребёнок экологично выражал свои эмоции, обратите внимание на то, как делает это его окружение, и прежде всего, вы – родители.

Если у вас сложности с выражением своей агрессии и вы не можете «принимать» агрессивное поведение своего ребёнка, то возможно, стоит обратиться к психологу.

**Агрессия неминуема**

Если «приступ» агрессии уже начался, ребёнок кричит, пытается ударить, то лучший вариант – крепкие объятия. Когда он успокоится, вы можете сказать, что готовы выслушать его всегда, когда ему плохо. Беседовать с ребёнком в такие моменты лучше без посторонних и без эмоционально окрашенных слов и выражений.



**Рекомендации родителям агрессивного ребёнка**

1. Нельзя запрещать ребёнку выражать негативные эмоции. Подчеркивайте, что любые эмоции – это нормально!
2. Помогите ребёнку найти способ для «экологичного» выражения агрессии (это может быть спортивная секция, подвижные игры).
3. Разговаривайте с ребёнком, спрашивайте о том, что его беспокоит.
4. Повышайте самооценку ребёнка: хвалите за его «сильные» стороны, подчёркивайте достоинства.
5. Снижайте уровень критики.
6. Постарайтесь исключить или минимизировать агрессию из окружающего мира ребёнка (наказания, ТВ и компьютерные игры с агрессивными акцентами, грубые фразы в разговоре).
7. Старайтесь общаться из позиции «на равных».
8. Следите, чтобы ваши слова ни расходились с делом (к примеру: говорим о недопустимости применения нецензурных слов, а сами их применяем).
9. Развивайте коммуникативные навыки ребёнка.

**Большинство родителей на разных возрастных этапах, рано или поздно сталкиваются с агрессивным поведением ребёнка. И главное, что они должны помнить в такие моменты – решать эту проблему можно и нужно только через любовь, ласку и уважение к своему ребёнку.**