### *****Агрессивное поведение***** – это одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели. Агрессивностью принято называть целенаправленное нанесение физического или психического ущерба другому человеку.

### Как помочь ребёнку преодолеть агрессию

Безусловно, поведение агрессивного ребенка вызывает у окружающих исключительно негативные эмоции, но именно они закрепляют агрессивные поступки и действия детей. Поэтому первое, что следует делать взрослому, найти для ребенка социально приемлемые способы выражения отрицательных эмоциональных состояний, дать детям возможность выплеснуть гнев, не задевая при этом окружающих и не разрушая все кругом. Существуют игры и упражнения, позволяющие существенно снизить уровень агрессивности ребенка.

**Что нужно агрессивному ребенку**

Агрессивному ребенку остро не хватает участия, внимания и теплоты в общении со взрослыми. Дети, которые чувствуют себя психологически комфортно, не будут вести себя агрессивно. Значит, агрессивность — это сигнал о том, что ребенку эмоционально тяжело. Очень часто агрессивные дети тревожны, имеют низкую самооценку, глубоко ощущают свою отверженность, ненужность. Поэтому агрессивность ребенка надо рассматривать как «крик души», когда малыш сам не может справиться со своими эмоциями, он ведет себя «вызывающе», демонстрируя различные формы протестного поведения.

От взрослого с самого начала требуется спокойное и доброжелательное принятие ребенка, без осуждения и оценки. Постарайтесь найти сильные и положительные стороны в поведении «агрессора», акцентируйте на них внимание. Ваша задача — поддержать ребенка, вселить в него веру в себя.

Родителям надо набраться терпения и учить ребенка приемлемым способом выражать свой гнев, чтоб не обижать и не ранить других людей, распознавать как свои эмоциональные переживания, так и эмоции другого человека, уметь сопереживать и сочувствовать другому.

***Агрессивному ребенку необходимо:***

• постоянное доброжелательное внимание;

• важно отмечать и поддерживать любые положительные действия и качества агрессивного ребенка (ведь он привык к порицанию, которое только подкрепляет негативные стороны агрессивности);

• необходимо предлагать малышу приемлемые способы выражения гнева и раздражения (громко спеть вместе любимую песню, поиграть в игру «Кто громче кричит», провести бой с боксерской грушей, смять и выбросить бумажную или пластилиновую фигурку обидчика, устроить морской бой в ванной и т. д.);

• почаще рассказывайте ребенку о своем детстве, о своих победах и поражениях, вспоминая, в каких трудных ситуациях вы оказывались, как с ними справлялись, что переживали;

• чаще говорите малышу о своих чувствах и желаниях («Мне очень грустно, что ты бросил свою одежду, забыв ее аккуратно сложить», «Я сейчас чувствую себя уставшей, посижу немного одна, потом поиграем вместе»);

• старайтесь управлять собственными негативными эмоциями: если в семье принято снимать напряжение скандалами и криками, то агрессивность может стать устойчивой чертой характера вашего сына или дочери;

• заранее настраивайте ребенка на предстоящую неприятную или любую новую ситуацию, будь то поход к врачу или в гости;

• поскольку агрессивные дети нередко испытывают мышечное напряжение, старайтесь чаще играть с ними в подвижные игры, которые заканчиваются релаксационными упражнениями;

• купите малышу безвредные краски, которыми можно рисовать руками: рисуя, ребенок выплескивает свои эмоции и снимает напряжение (помните, что эмоции, загнанные внутрь, усиливают стрессовое состояние и приводят не только к плохому поведению, но и к неврозу. Ругая ребенка, любыми способами подавляя его враждебное поведение, вы ухудшаете нервно-психическое и соматическое состояние малыша);

• для снятия напряжения и раздражительности необходимо иметь в доме музыкальные игрушки, пластилин, надувные (или пластмассовые) молотки, свисток, боксерскую грушу, мяч. Когда вы замечаете, что ребенок сильно возбужден, начинает себя вести неадекватно, кричит и пр., помогите ему: дайте малышу, например, барабан или бубен, пусть стучит и бренчит в свое удовольствие. Не пугайтесь, дети быстро устают от такого занятия, поэтому головная боль вам не грозит. Если есть возможность выйти на улицу, поиграйте вместе в футбол.

Ответы на наиболее распространенные вопросы родителей

Родители часто задают вопросы по поводу агрессивного поведения детей. Мы отобрали самые типичные из них. Ответы не следует воспринимать как единственно возможное руководство к действию, поскольку причины детской агрессивности очень индивидуальны. Если вас на протяжении длительного времени беспокоят какие-либо агрессивные проявления ребенка, обязательно посоветуйтесь со специалистом.

**Моя дочь обижается на все, мы уже боимся сказать или сделать что-то не так.**

Поздравляю, вы уже «на крючке», и дочка отлично научилась манипулировать вами. Обида — не врожденная эмоция человека.

Обижаться мы учимся примерно с 2 до 5 лет. Если желаемое и действительное резко расходятся, то самое время начать мысленно всех обвинять, а себя любимого жалеть. Эта привычка так быстро и прочно становится неотъемлемой частью детского (и взрослого тоже) поведения, что ребенок уже не может обойтись без нее. Ребенок понимает, что с помощью обиды можно вызвать у окружающих чувство вины за происходящее, а потом, соответственно, получить все что пожелаешь. Такой ребенок ежеминутно находится в ситуации ожидания, что его обидят: не так посмотрели, не так сказали, не то купили и пр. И чувство обиды вспыхивает мгновенно. Ребенок надувает губы, замыкается в себе, может тихонько поплакать. Первое и основное, что следует сделать, — не жалеть и не закреплять дурные привычки, лучше просто не обращать никакого внимания. Когда ребенок немного успокоится, попросите его проговорить свои переживания. Вместе придумайте и сделайте что-то хорошее для обидчика, так как надо учить прощать и забывать плохое. Можно поиграть в «Обзывалки».

**Мой ребенок любит играть в агрессивные игры, должна ли я пресекать это?**

Смотря что подразумевается под агрессивной игрой. Если это «Войнушка», «Стрелялки» и пр., то такие игры необходимы детям для разрядки, снятия физического и эмоционального напряжения. Если же это игры, в которых причиняется боль кому-то, что-либо разрушается, то поощрять подобные игры нельзя, так как они формируют агрессивное поведение. В любом случае прежде всего надо разобраться в причинах появления этих игр. Возможно, это следование моде, элемент подражания кому-то.

**Наш ребенок после посещения детского сада начал ругаться матом. Что делать?**

Чаще всего дети-дошкольники используют нецензурные слова и выражения, не осознавая их значения. По принципу «услышал — повторил». Вероятно, в детском саду есть кто-то, кто их часто произносит. Если ребенок неосознанно впервые употребил бранное слово, вам не следует концентрировать на этом внимание. Но если это повторится, обязательно объясните, что эти слова плохие, и хорошо воспитанные люди их не произносят, что неприличные слова не украшают человека и не делают его взрослее. Если вы не будете ребенка стыдить и ругать (особенно публично), нецензурные выражения из его речи исчезнут так же быстро, как и появились. Можно нарисовать эти слова, вылетающими изо рта человека в виде страшных червей или пауков.

**Сын моей хорошей знакомой в 1,5 года кусается и может ударить по лицу. Как надо на это реагировать?**

Однозначно отрицательно, но при этом спокойно, без крика. Скажите ребенку: «Так нельзя делать, мне очень больно, неприятно». Можно попросить пожалеть себя. Хотя сопереживать в этом возрасте дети еще не умеют, но учить этому нужно. Дети от 1 года до 3 лет еще не осознают своего поведения. Их действия, как правило, связаны с исследованием ответных эмоциональных реакций взрослых. Если взрослый, которого малыш ударил по лицу или ущипнул, в ответ улыбается или игнорирует это, то ребенок может подумать, что поступает хорошо. Маленький ребенок еще не умеет выражать свои эмоции, он учится это делать, подражая взрослому. Если все в доме друг на друга кричат, ссорятся и дерутся, он будет делать так же.

**Мой сын мучает животных. Например, умышленно наступает коту на хвост, может посадить его в тесную коробку и слушать спокойно жалобное мяуканье. Это нормально?**

К сожалению, дети часто причиняют животным боль. Животные кажутся им симпатичными, забавными мягкими игрушками. Они могут бросать животных, как мячик, сильно прижимать к себе, несмотря на явный протест со стороны животного и пр. Не стоит обольщаться, что таким образом малыш познает окружающий мир. Скорее, таким образом он учится жестокости, а потому задача взрослого — объяснить ребенку, почему так не следует поступать. Лучше всего вместе почитать о вашем питомце: чем питается, чем болеет, как за ним ухаживать, что можно делать, что нельзя и т. д.

Необходимо приучать ребенка ухаживать за животным, показывая положительный пример. Лучше всего дети понимают, что испытывает животное, когда им предлагают представить на месте животного себя. Например: «Что чувствует кот, которому наступили на хвост? То же, что и ты, когда тебе наступят на ногу или на руку». Если у ребенка все равно остается навязчивое желание причинить боль животному, немедленно следует обратиться к психологу, а затем, возможно, и к психиатру.

**Как следует реагировать, когда дети дерутся?**

Лучше не реагировать вообще. В большинстве случаев дети могут разобраться сами, без вмешательства взрослых, потому что когда взрослые начинают разбираться с драчунами, то драка приобретает для них особую значимость и отношения между дерущимися резко обостряются. Один ребенок стремится выглядеть правым в глазах взрослого, другой хочет, чтобы его пожалели. Лучше обсудить поведение детей тогда, когда они успокоятся. То, на что взрослые реагируют с повышенной эмоциональностью, закрепляется в поведении детей надолго — такой вот психологический закон. Вмешиваться нужно лишь тогда, когда есть угроза для здоровья ребенка. Хороший способ профилактики драк — наличие дома спортивного уголка, где дети могут выплеснуть свою энергию.

**Мой сын любит все разбирать и разламывать, отрывает руки и ноги куклам. Это нормально?**

Если это активный любознательный ребенок, то — да. Если, кроме перечисленных, никаких созидательных действий не наблюдается, то — нет. Обычно мальчики чаще девочек интересуются, что и как устроено. А как это узнаешь, пока не сломаешь?! Было бы неплохо совместно с ребенком заняться изучением какого-либо предмета, сопровождая это рассказом о нем. Затем целесообразно разобранный на части предмет снова вместе собрать. Если посмотреть, как кукла устроена внутри, как, например, двигаются у нее руки, то при этом важно, чтобы руки куклы оказались после исследования на прежнем месте. Оставлять без внимания разрушения, производимые ребенком, нельзя.

**Воспитатель жалуется на моего ребенка, что он часто исподтишка щипает детей на занятиях, во время еды. Мне это неприятно слышать, тем более, что дома я такого не наблюдала.**

Скорее всего, дома у ребенка очень много запретов, ограничений, порицаний (т. е. его чаще ругают, чем хвалят). Ребенок, которого дома держат в ежовых рукавицах, обычно может выплеснуть свои отрицательные переживания только вне дома, например в детском саду. В данном случае надо пересмотреть свои взаимоотношения с ребенком, возможно, вы слишком строги, неэмоциональны, холодны с ним, пресекаете все его попытки побегать и попрыгать, редко проводите время вместе. Так ведут себя дети, которым не хватает внимания.

Каким бы агрессивным ни был ребенок, надо постараться почувствовать его, понять, какая внутренняя проблема «зашифрована» в грубости, в раздражительности, в сломанных любимых игрушках.

Отвечая агрессией на агрессию, мы тем самым не только заходим в тупик, мы закрепляем в детях этот тип поведения. Не понимаю родителей, которые учат своего ребенка в любой конфликтной ситуации «дать сдачи», ударить или побить обидчика. Особенно дико звучат эти рекомендации из уст мам девочек. Для мальчика в некоторых ситуациях, действительно, умение постоять за себя и за своих близких необходимо, но учить разрешать силой все конфликтные ситуации, думаю, не стоит.

**Консультация для родителей «Причины драчливости и агрессии у детей»**

Что делать если ребенок дерётся? Многие **родители** себе задавали такой вопрос? Буквально совсем недавно малыш не мог дать сдачи в ответ на обиды других, а уже сейчас сам кидается в драку. Наиболее часто данный период выпадает на возрастную группу 2-3лет.

Давайте рассмотрим данную ситуацию подробнее, и сделаем правильные выводы как поступить в этом положении.

Основой такой ситуации является спокойствие!

Когда малыш делает поступает неправильно, нарушая правила поведения, необходимо спокойно и доброжелательной форме объяснить ему, как он должен поступать в той или иной ситуации.

Вспомните, как учили своего малыша чистить зубки, пользоваться столовыми приборами, держать в ручке карандаш. Также следует поступить и в этой ситуации, рассказать о правилах поведения в обществе: что нельзя обижать других **детей**, забирать у них игрушки, брать чужое без спроса, грубить и хамить взрослым.

Необходимо донести до ребенка что с задирой никто не захочет общаться, играть и дружить. И по этой **причине** маленький задира может остаться без друзей, потому с задирой не интересно дружить.

Не давайте сдерживать негативные эмоции.

Если каждый раз повторять ребенку – не злись, не кричи, мы можем получить самое страшное для детской психики - это то что малыш начнет прятать негативные эмоции в себе, что приведет к депрессии, нервному срыву и как следствие замыкания внутри себя.

Не поощряйте проявление **агрессии** в общественных местах, выплескивать эмоции на рядом находящихся, лучше попробовать всем известный способ *«разрядки»* – смять бумажку, порвать ее пополам, тем самым дать ребенку выплеснуть негативную энергию. Есть еще один способ побороть **агрессию нарисовать** *«Злючку»*, а потом раскрасить ее яркими карандашами, и ребенок увидит, как злюка превратиться в *«Добрушку»*.

также можно использовать игры: шуточную драку мягкими подушками или *«обзывалки»* безобидными словами *«Ты – пупсик, а ты – зайчик, ты – суп, а ты – картошка»*.

Еще можно пользоваться волшебным мешочком яркого цвета, куда малыш сможет выговорить все свою злость и обиду, а затем вместе с малышом вытряхнуть этот мешочек в мусорное ведро или на улицу.

Вспомним то время, когда ваш малыш учился самостоятельно ходить. Ведь когда у него не получалось, и он падал мы не ругали его, а наоборот подбадривали и умилялись, когда он вставал и пытался снова шагать. Вот и сейчас стоит поступать также, малыша необходимо направить на правельное поведение.

Когда ребенок учиться чему-то новому, он будет допускать ошибки, и наша задача проявить терпение. Ему необходимо объяснит порядок действий, помогите ему, когда он начинает пробовать справиться сам. Может быть такое, что ребенок не может самостоятельно выполнить задание, попробуйте ему объяснить еще раз, более подробно акцентируя внимание на местах, вызывающих затруднение. Старайтесь не торопить его. Ведь у все дети имеют разный темперамент и разные способности.

Малыш по реакции **родителей** оценивает мнение о себе, так как это единственный и основной способ составить о себе мнение. Он вам верит, и ваша неположительная оценка, может оставить глубокий отрицательный след в его душе. Боясь, что сделать не правильно он может и вовсе отказаться браться за что-то новое. Зачастую, когда ребенок дерется он пытается самоутвердиться, часто такое встречается, когда в семье царит излишняя строгость, а между ребенком и **родителями** недостает понимания в отношениях.

У малыша должны быть обязанности по дому.

Необходимо придумать малышу небольшие обязанности по дому, это станет необходимым поощрением растущей самостоятельности крохи. Например, раскладывать перед едой столовые приборы и расставить тарелки, либо это может быть кормление домашнего питомца. После таких небольших заданий малыш будет чувствовать себе нужным для своей семьи, ведь на данном этапе семья является для него миром. Потому как их дом и отношения внутри в семье – это аналог устройства мира в целом!

Необходимо понимать своего ребёнка.

Если вспышки **агрессии повторяются**, ребенок продолжает задираться и обижать других **детей**, важно правильно отреагировать на происходящее. Не стоит кричать в ответ, не обижать и не ругать его на людях, а необходимо громко извиниться за своего ребенка отвести его в сторонку, показать обиженного им малыша и предложить подойти и пожалеть.

Обязательно наладить визуальный контакт с малышом, объяснить, как расстроило вас такое его поведение. Разговор надо начать фразы описывающей состояния вашего малыша.

Самое главное это быть ему примером.

Ведь малыш старается подрожать тем, кто его окружает.