### АГРЕССИВНЫЙ РЕБЕНОК. Рекомендации психолога.

Агрессия, к сожалению, окружает нас и наших детей. Агрессивность в поведении человека может быть защитной, часто «агрессивными» называют детей «неудобных», у которых проблемы в общении со сверстниками и со взрослыми.

Почему ребенок становится агрессивным, всегда ли причинами такого поведения являются внешние факторы, что в таком случае делать родителям, как помочь?

**Признаки агрессивности:** ребенок  вспыльчив, непокорен, непредсказуем, излишне самоуверен, недостаточно внимателен к чувствам окружающих, дерзок, проявляет негативизм.

**Причины агрессивного поведения:**

1. Нарушения эмоционально-волевой сферы:

– неумение ребенка управлять своим поведением;

– недостаточное усвоение ребенком общественных норм поведения, общения.

1. Неблагополучная семейная обстановка:

– отчуждение, постоянные ссоры, стрессы;

– нет единства требований к ребенку;

– ребенку предъявляются слишком суровые или слабые требования;

– физические (особенно жестокие) наказания;

– асоциальное поведение родителей;

– плохие жилищно-бытовые условия, материальные затруднения;

1. Трудности обучения.
2. Психологический климат  в учреждении.

**Особенности семей агрессивных детей**

1. В семье агрессивных детей родители испытывают скорее враждебные чувства по отношению друг другу; не разделяют ценности и интересы друг друга.
2. Отцы часто сами демонстрируют модели агрессивного поведения, а также поощряют в поведении своих детей агрессивные тенденции.
3. Матери агрессивных детей не требовательны к своим детям, часто равнодушны по отношению к их социальной успешности. Дети не имеют четких обязанностей по дому.
4. У родителей агрессивных детей модели воспитания и собственное поведение часто противоречат друг другу, и к ребенку предъявляются взаимоисключающие требования.

**Советы родителям.**

* Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, показывая ребенку личный (положительный) пример.
* Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
* Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
* Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть.
* Направьте его энергию в положительное русло (например, спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (восточные единоборства, бокс, ушу, рисование, пение др.).
* Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
* Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
* Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.
* На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
* Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
* Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!».
* Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научится быть гуманным и добрым.
* В том случае, если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему предоставляется такая возможность в игре. Можно предложить ему следующие игры: подраться с подушкой; рвать бумагу; используя «стаканчик для криков», высказать свои отрицательные эмоции; поколотить стул надувным молотком; громко спеть любимую песню; налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом; пробежать несколько кругов вокруг дома или по коридору; устроить соревнование в семье «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
* Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, окрикните ребенка.
* Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой (Например: «Если ты хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул»), а затем научите ребенка выражать свои чувства, переживания в словесной форме.

**Помните, что бороться с агрессивностью**

**нужно терпением, объяснением, поощрением.**