**Если ребёнок проявляет агрессию**

Детские драки всегда беспокоят родителей. Конечно, родителям нравится, что ребёнок может постоять за себя, но никто не хочет, чтобы дети решали свои проблемы насилием. И родители волнуются, когда ребёнок не умеет защищать себя и сам становится жертвой насилия и издевательств. А как неловко чувствуют себя родители, когда выясняется, что их ребёнок кусается? Иногда в младших группах назревает такая ситуация, что родители пострадавших детей просят удалить из группы обидчика. Почему это происходит?

Зигмунд Фрейд считал агрессию врождённым инстинктом. Однако существует другая точка зрения современных социальных психологов, о том, что агрессивное поведение зависит от опыта получения вознаграждений, наказаний и восприятия моделей поведения окружающих.

Есть две формы агрессии – словесная (вербальная) и физическая. Обе они направлены на людей или как замещение на животных или неживые объекты. Часто на замещённую агрессию родители не обращают внимание. Ну, подумаешь, кошку мучает, ударил палкой собаку, раздавил бабочку, стрелял в птиц из рогатки… Ничего, что ломает игрушки, всё разбрасывает. Вырастет, поймёт, что это не красиво. А, тем не менее, стоит насторожиться. Найти причину агрессии и помочь ребёнку справиться со своим гневом. Агрессивное поведение может стать привычной формой поведения и это может привести к печальным событиям.

У дошкольников агрессия является чаще всего ответом на чувство гнева и враждебности и проявляется в основном физически: толкнул, забрал игрушку, ударил, укусил, щипнул и т.д. Физическая агрессия проявляется в раннем детстве, с развитием речи она вытесняется словесной. К 6-7 годам растёт способность решать конфликты неагрессивным методом – путём переговоров. Но этому ребёнка надо учить.

Многие психологи считают детские драки способом эмоциональной разрядки. Однако если ребёнок в результате драк испытывает чувство удовлетворения своей силой или, наоборот, чувство страха и бессилия, это повлияет на формирование его личности и на всю его будущую судьбу.

Причинами возникновения агрессии у маленьких детей чаще всего бывает препятствие к цели, запреты. Например, малыш хочет смотреть в окно, он поставил стул и залезает на подоконник. Мы в целях безопасности снимаем его с подоконника. В ответ ребёнок взрывается плачем, бросает предлагаемые нами игрушки, может нас ущипнуть, укусить и т.д. Если ребёнок хочет поиграть на улице, а мы ведём его домой. Он может плакать, падать на землю и т.п.

У большинства детей агрессию вызывают неприятные ситуации. Например, кто-то отнял игрушку, ударил мячом, мешает процессу игры, прививка, медицинские процедуры, просмотр непонятного фильма и т.д. Жара может вызывать гнев и как следствие агрессивное поведение. Если ребёнка беспокоит головная, зубная или другого характера боль, то он может вести себя очень агрессивно.

Существует несколько факторов, способствующих проявлению агрессивного поведения. Прежде всего, это образ жизни семьи, жизнь в семье. Подражание и, особенно, наказание ребёнка. Принуждение к выполнению требований родителей безоговорочно. Маленький ребёнок может усвоить, что можно применять силу к тем, кто слабее его.

Наказание может привести к тому, что дошкольник станет ещё более агрессивным. Здесь играет роль копирования поведения родителей и личные переживания ребёнка. Им можно и мне тоже. Мне больно, пусть другому тоже будет больно.

Агрессивные или асоциальные условия окружения усиливают агрессивное поведение особенно у тех детей, которые обладают поведенческими или эмоциональными проблемами.

Моделирование агрессии через средства массовой информации: телевизор, Интернет. Если дети видят обыденные сцены насилия, то это приучает их к мысли, что агрессия – общепринятый и приемлемый способ совладения с гневом и злобой.

Если ваш ребёнок привык сдерживать обиду, недовольство, возмущение, гнев, то они копятся в его душе. И когда-то произойдёт «взрыв» этих эмоций. Научите ребёнка говорить о своих чувствах. Если тебя оскорбили, и ты стерпел, то твоя обида осталась с тобой. Нужно сказать о своих чувствах: «Мне неприятно оттого, что ты обзываешь меня».

Дорогие родители, если ваш ребёнок проявляет агрессию, понаблюдайте за ним и постарайтесь найти её причину. Этим вы поможете ему научиться справляться с чувством гнева и выработать эффективное поведение. Если бы наших детей научили с детства справляться с разочарованиями и гневом, то в нашем обществе уменьшилось бы число конфликтов, ссор, преступлений на бытовой основе. Рассматривая конфликты, обязательно выясните, почему ребёнок поступил так, что он чувствовал и к чему стремился. Вмешайтесь в конфликт и путём переговоров найдите путь к перемирию. Способность разрешать конфликты, освоенная в детстве, будет помогать ребёнку в дальнейшей жизни.

Мы предлагаем примерный план поиска причины агрессии:

1. Разберитесь, всё ли благополучно в семье?
2. Нет ли скрытого соперничества между членами семьи? Ревности? Проявляете ли вы романтические чувства друг к другу на виду у ребёнка?
3. Как ваш ребёнок играет и общается со сверстниками? Часто ли вступает в конфликт?
4. Агрессия появилась после поступления в детский сад? В школу?
5. Ребёнок болен.
6. Если нет видимых причин, обратитесь к психологу или психоневрологу.

Родителям агрессивного ребёнка запрещается:

- внушать, что ребёнок плохой;

- загонять в угол;

- использовать агрессивные методы воспитания (физическое насилие),

- разрешать нарочно стрелять во взрослых игрушечным пистолетом;

- учить мучить домашних животных;

- разжигать романтические чувства к одному из родителей;

- культивировать вражду между ним и сверстниками;

- оскорблять достоинство малыша грубыми словами;

- не любить его или любить «оценочной» любовью.

Научите ребёнка действовать в сложных обстоятельствах без применения силы. Прежде всего, нужно сохранять самоконтроль в сложной ситуации. Придумайте вместе с ним способ, который поможет ему. Например, глубоко вдохнуть и выдохнуть три раза, просчитать про себя до десяти, зажать большой палец руки в кулак, сказать про себя десять раз фразу «не беда».

Обсуждая с ребёнком драку, не судите, кто был прав, а кто виноват, так как дети всегда считают правыми себя. Не поощряйте в детях ябедничества. Поднимите самооценку ребёнка. Интересуйтесь его чувствами. Докажите ему, что он является ценной личностью для вас и окружающих. Для этого всегда выслушивайте мнение ребёнка о том или ином событии. Хвалите его за заботу, за творчество, говорите добрые слова. Будьте примером для своего ребёнка во всём!

С уважением, Н.Ю.Журавлёва, педагог - психолог