

## Агрессивный ребенок

**Агрессивное поведение** – одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного и младшего школьного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели.

**Агрессивность** – свойство личности. Есть множество факторов, влияющих на ее появление:

Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, "гроза" дворов, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть. Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.

Такие дети используют любую возможность, чтобы толкать, бить, ломать, щипать. Их поведение часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, они всегда готовы разозлить маму, воспитателя, сверстников. Они не успокоятся до тех пор, пока взрослые не "взорвутся", а дети не вступят в драку. Например, такой ребёнок будет сознательнее одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит её крик или не получит шлепок. После этого он готов заплакать и, только получив утешение и ласку от мамы, успокоится. Не правда ли очень странный способ получения внимания? Но это для данного ребёнка единственный механизм "выхода" психоэмоционального напряжения, скопившейся внутренней тревожности.

В нашей жизни, к сожалению, происходит много событий, которые сами по себе могут ожесточить, озлобить, довести до отчаяния и вызвать негативные переживания. Дети чётко улавливают настроения окружающих. Поэтому родителям не стоит при ребёнке допускать обсуждение неприятностей, смотреть передачи про катастрофы и фильмы про убийство и безысходность, оценивать отрицательно поступки других, укорять и угрожать расправой обидчикам. Подобные проявления своего недовольства и обиды являются не лучшим примером для подражания и бумерангом могут вернуться в семью в "исполнении" ребёнка. Взрослые не должны удивляться, почему их ребёнок слово в слово повторяет их ругательные выражения, находится в позиции постоянного сопротивления и неприятия окружающих его людей и событий. Если вы стали замечать, что ваш ребёнок наэлектризован злостью, обзывается, дерётся, обижает и жестоко относится к животным, то первое, что вы должны сделать, это задать себе вопросы:

- Когда это началось?
- Как ребёнок проявляет агрессию?
- В какие моменты ребёнок проявляет агрессию?
- Что явилось причиной агрессивности?
- Что изменилось в поведении ребёнка с того времени?
- Что на самом деле хочет ребёнок?
- Чем вы реально можете ему помочь?

### Причины появления агрессивности:

- Недостаток двигательной активности, недостаток физической нагрузки

- Дефицит родительского внимания, неудовлетворение потребности в родительской любви и привязанности, в принятии
- Повышенная тревожность (комплекс несоответствия).
- Косвенно стимулируемая агрессия средствами массовой информации, игрушками.
- Низкий уровень развития игровых и коммуникативных навыков.

Если вы замечаете у ребенка проявления агрессивности, необходимо тщательно анализировать причины, выявлять трудности, по возможности устранять их, а затем формировать у ребенка недостающие умения, навыки, а также установки в отношении других людей. Внимательность и огромное терпение со стороны педагогов и родителей – обязательное условие успеха.

**Надеюсь, что вам помогут следующие рекомендации:**

- Если можете, то игнорируйте агрессивные проявления, возникающие между детьми.
- Если не может игнорировать, применяйте для прекращения эффективное наказание (например, удаление с «поля брани»).
- Будьте последовательны в выборе наказания.
- Любое наказание требует объяснения.
- Если обещали наказать, накажите. Если угроза не осуществляется, ребенок получает подтверждение, что может вести себя подобным образом. Родители, которые грозятся наказать, но не наказывают, на практике по сути дела учат ребенка игнорировать их самих.
- Наказание должно быть напрямую связано с действиями ребенка, с тем, чтобы акт наказания и обязательно осуществлялся сразу после совершения проступка (временного разрыва не должно быть).
- За одно и тоже нарушение должно быть одинаковое наказание.
- Предлагайте альтернативу поведению, за которое ребенок был наказан.
- Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность ребенка будет снята.
- С агрессивным ребенком нельзя разговаривать на повышенных тонах - тем самым вы «подключаетесь» к его возбуждению и провоцируете усиление агрессивных импульсов. Последовательное использование спокойной, плавной речи позволяет ребенку переключиться и начать слушать вас. Особенно важно при этом признать право ребенка возмущаться и выбрасывать свою энергию различными способами. После такого признания ребенок начнет к вам прислушиваться, и тогда у вас появляется шанс помочь ему освоить более приемлемые методы «выхода» агрессивных импульсов.
- Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, отвлеките ребенка.
- Покажите ребенку неприемлемость агрессивного поведения, физической или вербальной агрессии по отношению к людям. Осуждение такого поведения, демонстрация его невыгодности ребенку в отдельных случаях действуют эффективно.
- Развивайте умение выражать свои эмоции в социально приемлемой форме.
- Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку или разорвать

«портрет» обидчика (можно просто листок бумаги на мелкие кусочки) и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность ребенка в данный момент снизилась.

- Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах, строя планы «мести». Ребенок всегда должен чувствовать, что вы его любите, цените и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что он нужен и важен для вас.
- Агрессивные проявления можно снимать с помощью некоторых упражнений. Дети хорошо осваивают их в том случае, если агрессивность на самом деле приносит таким детям множество проблем и они осознают это. Например, можно научить ребенка концентрировать внимание в момент импульса на своих руках и нарочно сжимать кулаки с предельным усилием. Гипернапряжение неизбежно сменяется релаксацией мышц. И если агрессия не уходит вовсе, то теперь она становится управляемой.