

## «Агрессивный ребенок - это сегодня не редкость»

Каждый из нас неоднократно сталкивался с проявлением детской агрессии. Ребенок плачет, капризничает, может наговорить нам немало неприятных слов, начать драться или кусаться.

### Откуда берется агрессия?

Самый яркий пример поведения детям подают родители. Конечно, именно они влияют на детское восприятие мира в первую очередь, поэтому очень важно, как папа ведет себя дома, как он относится к маме, не позволяет ли мама во вспышках злости, кричать в присутствии ребенка.

Важно и то, как наказывают малыша. Если ребенка бьют, то скорее всего, что он будет вести себя так же с детьми в саду.

### Мультфильмы или компьютерные игры?

Тщательно следите за тем, что просматривает ваш малыш. А компьютерные игры следует вообще лучше исключить в дошкольном возрасте, он еще успеет поиграться. Читайте ребенку книги, вместе лепите из пластилина, конструируйте и воздвигайте дворцы и крепости, собирайте самолеты и корабли. Что касается выбора мультфильмов, то прежде, чем показать ребенку мультфильм, просмотрите его сами.

### Что еще вызывает агрессию у детей?

- Это может быть неприятие родителями собственного ребенка, завышенные требования, которым ребенок не в силах соответствовать.

- Ссоры между родителями.

Когда ребенок не чувствует любви, у него складывается плохое мнение прежде всего о себе, у него снижается самооценка. И если все вокруг твердят, что он хулиган и непослушный, то ему ничего не остается, как вести себя в соответствии с тем, что о нем говорят: шалить, шуметь, ломать и бить все вокруг.

Ребенок непосредственно передает свои эмоции, он только приобретает свой первый опыт, и делает свои первые выводы. А вот научить контролировать свое поведение и владеть своими эмоциями - это задача для взрослых.

Очень часто взрослые не догадываются, что их ребенку, чтобы получить внимание и любовь, сначала нужно за них побороться. То есть ребенок осознает: для того, чтобы завоевать внимание, следует сделать что-то такое, что обязательно сработает. Если ребенок кричит, толкает игрушки вокруг, ругает всех, то это обязательно привлечет внимание. Поэтому, еще одной из причин детской агрессии, мы можем назвать недостаток внимания со стороны взрослого.

### Как распознать агрессию у ребенка?

Дошкольников можно назвать агрессивными, если они:

- Часто теряют контроль над собой;
- Часто спорят и ссорятся с окружающими;
- Отказываются выполнять просьбы взрослых;
- Могут намеренно вызывать у других чувство злости и раздражения;
- Обвиняют других в своих ошибках и неудачах (могут выливать свой гнев на неодушевленных вещах – пинать стулья, бросать игрушки);
- Часто испытывают чувство злости, гнева и зависти;
- Не способны забыть об обиде, не отплатив (отомстив) должным образом;

Итак, **агрессивность - это внешнее проявление, прежде всего внутреннего дискомфорта.** Как правило, агрессивным детям свойственна повышенная

тревожность, чувство ненужности, несправедливости окружающего мира и неадекватная самооценка (часто занижена).

Бурные злобные реакции маленького «агрессора» является его способом привлечения внимания окружающих к своим проблемам, невозможности справиться с ними в одиночку. Первое, что нужно сделать взрослому, который пытается помочь агрессивному ребенку - это проявить истинную симпатию, принять его как личность, интересоваться его внутренним миром, понимать чувства и мотивы поведения.

Старайтесь акцентировать внимание на положительных качествах ребенка и его успехах в преодолении трудностей (как внешних, так и внутренних), учите его этому. Попробуйте сделать все возможное, чтобы вернуть мальчику или девочке самоуважение и положительную самооценку.

Очень важно чувствовать своего ребенка, относиться к нему с пониманием. Помните, если он сердится, значит, у него что-то не так, это своеобразный сигнал о помощи. И задача, нас, взрослых, не наказывать, не оставлять в беде, а помочь и поддержать.

Не бойтесь высказываться о своих чувствах и спрашивайте о чувствах своего ребенка, учите и учитесь сами распознавать свои переживания, говорите о важности, уметь владеть чувствами и адекватно их выражать! И обязательно, сами станьте примером адекватного поведения для своего малыша! Старайтесь не приказывать, а договариваться с ребёнком!

педагог-психолог: Блошкина Т.А.

