Консультация для родителей

«Что делать с агрессивным ребенком»

*«****Агрессивность ребенка****»* - один из самых частых запросов в практике детского психолога. Начинаешь разбираться в деталях, и становиться заметным, насколько разное поведение **ребенка родители называют агрессивным**.

**Агрессивность ребенка истинная и ложная**.

Какое поведение **ребенка принято объяснять агрессивностью**? Часто дерется со сверстниками, может стукнуть маму или бабушку, рвет и ломает вещи, кричит, ругается, угрожает, обижает животных. Да, все это – внешние признаки **агрессивности поведения ребенка**. Только вот это не причина называть **ребенка агрессивным**.

**Агрессивность ребенка** как черта характера и проблема свойственна не такому большому числу детей. **Агрессия** – это реакция на определенную ситуацию. Причем ситуацию, так или иначе, для **ребенка неблагополучную**. С одной стороны, конечно, эту ситуацию важно увидеть и правильно отнестись к ней. Ведь иначе реакция может закрепиться и превратиться уже в устойчивую черту характера. С другой стороны, не стоит **делать из агрессивного поведения ребенка трагедию**. Нужно помнить о том, что чаще всего такое поведение проявляется в период возрастных кризисов *(3-4 года, 6-7 лет, 13-14 лет)*.

Гнев и злость – нормальные человеческие эмоции. Отрицая их, мы не сможем избавить от них **ребенка**. Довольно часто встречается ситуация, когда спокойный дома **ребенок становится агрессивным в детском саду**. Одно из объяснений, как раз в том, что дома негативные эмоции под запретом.

Иногда поведение **ребенка** может быть лишь похоже на **агрессию**. Посмотрите на годовалого малыша, больно хватающего маму за волосы. Зачастую он вполне расслаблен, а в глазах – не гнев, а искреннее любопытство и азарт. Что **сделает мама**, как отреагирует –  папа, что скажет бабушка – **ребенок исследует мир**. Нормальное исследовательское поведение маленьких детей часто принимают за **агрессию**.

**Ребенок** попадает в большой новый коллектив детского сада и вдруг становится *«****агрессивным****»*. Чаще всего это снова исследовательское поведение. **Ребенок** определяет границы нового пространства: можно ли тут кричать или швырять игрушки, а что будет, если подбежать и ударить **ребенка**, а если кинуть в него песком? И т. д. Задача **родителей – помочь ребенку в его***«исследованиях»*.

О гневе **ребенка**.

Итак, вы обратили внимание, что вашим **ребенком движет гнев**, злость. Первое, что нужно для себя понять самим **родителям**: гнев **ребенка – это нормально**. Другое дело, что нужно учить **ребенка** адекватным формам выражения этой эмоции, ведь все мы живем в обществе. Развитие у **ребенка** эмоционального самоконтроля должно сочетаться с обучением осознанию и выражению эмоций. Если в вашей семье негативные эмоции тоже были под запретом, не так-то просто будет научить **ребенка**. В таком случае хорошо бы обратиться к психологу, чтобы вместе с **ребенком** найти приемлемые способы выражения злости, гнева, обиды.

Гнев и злость возникают как реакция на появление препятствия к удовлетворению потребности. Допустим, вы голодны, вы видите яблоко, понимаете, что хотите его взять, но появляется другой человек и забирает его - вы злитесь. Казалось бы, все просто, но именно этот механизм помогает разобраться с **агрессией ребенка**. **Ребенок** злится на вас и ведет себя **агрессивно**? Это означает, что, во-первых, у него сейчас есть какая-то очень важная потребность, которую он никак не может удовлетворить, а во-вторых, видит причину этой невозможности – в вас. Может быть, **ребенку** необходимо ваше тепло, а вы заняты чем-то другим? А может, наоборот, **ребенок очень увлечен игрой**, а вы его отвлекаете?

Можно попробовать разобраться с проблемой с помощью ролевой игры. Достаньте с **ребенком**  мягкие игрушки или куколы. Предлагайте для разыгрывания разные ситуации из жизни. Та, что болезненна для **ребенка**, зацепит его. К примеру, вы сможете заметить, как **ребенок,** раз от раза проигрывает ситуацию, будто всех забрали из детского сада, а одна игрушка осталась последней. На прямой запрет гнев является еще более естественной реакцией. Запрещают то, чего так сильно хочется, это у любого человека вызовет гнев. Подумайте, что успокоило бы в таком случае ваш собственный гнев? Во-первых, понятное объяснение, почему вы не можете получить желаемое. Во-вторых, предложение альтернативы. Это же успокоит и **ребенка**.

Однако иногда бывают ситуации, когда **агрессивность ребенка** – явление чуть ли не ежедневное и не связано с какими-то стрессами или кризисными периодами. **Ребенок часто***«взрывается»* по малейшему поводу и выплескивает на всем, что попадается, свой гнев: выражена потребность **сделать другому больно**. Особенно стоит насторожиться, если вы неоднократно замечали проявления жесткого обращения с животными. В таком случае **ребенка** необходимо показать хорошему неврологу или психоневрологу и пройти тщательное обследование.

Маленький **ребенок** обычно сам не может осознавать и, тем более, сказать о своей потребности. Но для вас его **агрессивность поведение ребенка** должно стать звонком и поводом разобраться в том, какая же важная потребность сейчас неудовлетворенна. Это не всегда бывает просто. Ориентируйтесь, прежде всего, на свою **родительскую интуицию**.

Игры для снижения **агрессивности**.

*«Игрушка в кулаке»*: Попросите **ребенка закрыть глаза**. Дайте **ребенку** в руку какую-нибудь красивую игрушку, конфетку. Теперь попросите его сильно-сильно сжать куклу и подержать так некоторое время. После этого пусть **ребенок** раскроет ручку и увидит красивую игрушку. Игра способствует снятию напряжения и переключает на положительные эмоции.

*«Мешочек гнева»* Заведите дома *«мешочек гнева»* чтобы **ребенок** мог воспользоваться им для выражения своих **агрессивных эмоций**. Для этого возьмите обыкновенный воздушный шарик, но вместо того, чтоб надуть его, насыпьте туда муку, песок либо какую-то мелкую крупу *(примерно полстакана)*. После чего хорошенько завяжите шарик. Теперь познакомьте **ребенка с новой игрушкой**, объяснив, что *«мешочек гнева»* нужно использовать каждый раз, когда на кого-то злишься. Его можно кидать, бить им о стену или об стол.