**Детская агрессия: причины, последствия и пути преодоления**

Агрессия (от латинского «agressio» — нападение, приступ) – это физическое или вербальное (словесное) поведение, направленное на причинение вреда кому-либо или чему-либо.

**Какие могут быть проявления агрессии у детей?**

1. Злость и возмущение, которые выражаются в отчаянном плаче младенца, причина которых проста: не удовлетворены физиологические потребности ребенка. Агрессивная реакция в этом случае - это реакция борьбы за выживание.
2. Вспышка ярости и физическое нападение на сверстника, конфликты из-за обладания игрушками у малыша 1,2-5 лет.
3. Если родители в этом возрасте относятся нетерпимо к  поведению ребенка, то в результате могут сформироваться символические формы агрессивности: нытье; непослушание, упрямство и др.
4. Крик, плач, кусание, топанье ногами у ребенка 3-х лет могут быть связаны с ограничением его «исследовательского инстинкта», с конфликтом между ненасытной любознательностью и родительским «нельзя».
5. Драчливость у мальчика, плач, визгу девочек дошкольного возраста. Мальчики в этом возрасте проявляют больше агрессивных тенденций, чем девочки, так как последние боятся их проявления из-за страха наказания, в то время как к агрессии мальчиков окружение относится более благосклонно и терпимо.
6. В младшем школьном возрасте наиболее часты акты физического нападения у мальчиков и более «социализированные» формы агрессии у девочек: оскорбление, дразнилки, соперничество.
7. У подростков-мальчиков продолжает доминировать физическая агрессия (нападения, драки), а у девочек - негативизм и вербальная агрессия (сплетни, критика, угрозы, ругань).

**Чем полезна агрессия?**

В агрессивности есть свои положительные, здоровые черты, которые необходимы для жизни – это настойчивость, упорство в достижении цели, стремление к победе, преодоление препятствий. Поэтому воспитательные мероприятия должны быть направлены не на полное исключение агрессивности из характера детей, а на ограничение и контроль ее разрушительных, асоциальных форм, и поощрение ее положительных проявлений, таких как целеустремленность, настойчивость, умение постоять за себя, сказать «нет» тому, что неприятно или вредно для ребенка

**В чем причины детской агрессивности?**

**Агрессия может возникать в следующих случаях:**

1. как реакция на фрустрацию - это попытка преодолеть препятствие на пути к удовлетворению потребностей, достижению эмоционального равновесия;
2. как крайняя мера, когда ребенок исчерпал все другие возможности для удовлетворения своих потребностей;
3. как «выученное» поведение, когда ребенок поступает агрессивно, следуя образцу (чаще всего поведение родителей или значимых взрослых, литературных, кино- и телегероев).

Также на проявление агрессивности влияют биологические факторы (особенности нервной системы, наследственность, биохимические факторы).

Также на проявление агрессивности влияют биологические факторы (особенности нервной системы, наследственность, биохимические факторы).

**Специального вмешательства требуют следующие типы агрессивности ребенка:**

**1. Ребенок старше пяти лет получает удовольствие, му­чая других детей и животных.**Такой проявление встречается редко, но всегда требует специального лечения у психотерапевта и  психолога.

**2. Агрессивность гиперактивного ребенка.**Такой ребе­нок беспокоен, агрессивен, все задевает его, за ним тянется «шлейф» разрушений и обид. Поведение его от­личается импульсивностью, необдуманными поступками, нарушением запретов. Такой ребенок может быть в душе любящим, великодушным, милым, но биохимический дисбаланс коры головного мозга делает его поведение сверхактивным, а регулирование его – предметом забот врача.

**3. Ребенок проявляет немотивированную, ничем не обусловленную агрессию, а воспитательные меры не помогают.**

**4. Агрессивное поведение детей с особенностями пси­хофизического развития.**

Как предотвратить разрушительное проявление агрессивности у ребенка?

* Лучший способ избежать чрезмерной агрессивности в ребенке - проявлять к нему любовь.
* Родители должны постараться понять причины агрессивного поведения ребенка и устранить их.
* Давайте ребенку возможность выплескивать свою энергию - пусть он порезвится один или с приятелем; не давайте сверхреактивному ребенку сидеть без дела – пусть его энергия расходуется в «мирных» целях (спорт, научные кружки, «мастерилки» ит.п.).
* Исключите просмотр фильмов и телепередач со сценами насилия и жестокости.
* Помогите ребенку найти друзей, научите его общаться с ровесниками - в совмест­ных занятиях дети быстрее усвоят нормы общепринятого поведения.
* Не прибегайте к физическим наказани­ям!
* Показывайте ребенку личный пример эффективного доброже­лательного поведения: не допускайте при нем вспышек гнева и ярости, оскорблений, разговоров о мести обидчикам и т.п.

«Лечение» агрессивности

Для коррекции агрессивного поведения детей годятся примерно те же способы, что и для предупреждения. Для ребенка такого типа одно лишь ласковое слово может снять его озлобление. Не считайте такого ребенка «испорченным». Если вы начинаете так думать, у вас может возникнуть чувство отчуждения, неприятия ребенка. Это обязательно почувствует и он, а ощущение одиночества среди самых близких может привести к тому, что ребенок станет еще более  трудным.

Если вам сложно справиться с агрессией ребенка, попробуйте обратиться за помощью к специалистам: врачам-психотерапевтам и психоневрологам, психологам, педагогам.

Основные выводы

От агрессивности больше всего страдает сам ребенок: он в ссоре с родителями, он теряет друзей, он живет в постоянном раздражении, и чаще всего в страхе. Все это делает ребенка несчастным. Забота и тепло для такого ребенка лучшее лекарство. Пусть он в каждый момент времени почувствует, что родители любят, ценят и принимают его. Пусть ребенок видит, что он нужен и важен для **вас.**

**Мой ребенок ведет себя агрессивно!**

**Что делать?**

Упорядочить систему требований, следите за своими поступками, показывая личный (положительный) пример. Не допускайте при нем вспышек гнева и ярости, оскорблений своих коллег, разработок планов мести.

* Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
* Дайте понять ребёнку, что вы его любите таким, какой он есть.
* Собственным примером приучайте ребёнка к самоконтролю.
* Направьте его энергию в положительное русло: в спорт, где ребёнок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением или в творчество (бокс, ушу, рисование, пение, плаванье, бег).
* Предъявляя ребёнку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
* Игнорируйте лёгкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
* Включайте ребёнка в совместную трудовую деятельность, подчёркивайте его значимость в выполняемом деле.
* На проявление агрессии, устанавливайте жёсткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
* Научите ребёнка состраданию. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдания близким людям.
* Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый (скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый! Давай вместе сделаем по-другому»).
* Не прибегайте к любым физическим и угрожающе-словесным наказаниям.
* Если у ребёнка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему можно предложить громко спеть любимую песню, пробежать несколько кругов возле дома или вокруг сада, покидать мяч об стену, порвать бумагу.
* Если профилактика агрессивного поведения детей будет проводиться постоянно, то агрессия ребёнка может и не коснуться.
* Нужно следить за содержанием фильмов и мультфильмов, которые просматривает ваш ребёнок.
* Следить за друзьями ребёнка, их поведением. А также ознакомиться с играми, в которые играют дети.
* Развивайте любовь и доброжелательные отношения с братиками и сестренками.
* И главное – любите и понимайте своего ребенка.

Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные выше. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры), а также с друзьями своего ребёнка.

Самое главное – попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.