Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение

«Детский сад № 6 «Чебурашка»

**Консультация для родителей**

**На тему:**

**«Агрессивное поведение у ребенка : что делать родителям»**

Подготовила

педагог-психолог:

Балобанова Н.Н.

Ессентуки, 2020 г.

Рождаясь, ребенок имеет лишь два способа реагирования - это удовольствие и неудовольствие.

Когда ребенок сыт, у него ничего не болит, пеленки сухие - тогда он испытывает положительные эмоции, которые проявляются в виде улыбки, довольного гуления, спокойного и безмятежного сна.

Если же ребенок испытывает по какой-либо причине дискомфорт, то он свое недовольство проявляет плачем, криком, брыканием. С возрастом ребенок начинает проявлять свои протестные реакции в виде деструктивных действий, направленных на других людей (обидчиков) или ценные для них вещи.

Агрессия в той или иной степени присуща каждому человеку, так как является инстинктивной формой поведения, основной целью которой является самозащита и выживание в мире. Но человек, в отличие от животных, с возрастом приучается трансформировать свои природные агрессивные инстинкты в социально приемлемые способы реагирования, т.е. у нормальных людей происходит социализация агрессии.

Те же люди, которые не научились контролировать свои агрессивные импульсы, испытывают сложности при общении с людьми. В более тяжелых случаях, когда агрессивное поведение становится противоправным, такие люди подвергаются уголовному наказанию и изолируются от общества в места не столь отдаленные.

Здесь важно сделать акцент на том, что взрослым ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в своих детях, так как агрессия - это необходимое и естественное для человека чувство. Запрет или силовое подавление агрессивных импульсов ребенка очень часто может привести к аутоагрессии (т.е. вред будет наноситься самому себе) или перейти в психосоматическое расстройство.

Родителям важно научить ребенка не подавлять, а контролировать свою агрессию; отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда. Для этого необходимо, в первую очередь, разобраться с основными причинами агрессивного поведения.

Можно выделить три основных источника деструктивного поведения:

1. чувства страха, недоверия к окружающему миру, угрожающие безопасности ребенка;

2. столкновение ребенка с невыполнением его желаний, запретами на удовлетворение определенных потребностей;

3. отстаивание своей личности, территории, обретение независимости и самостоятельности.

К первому году жизни у ребенка формируется либо базовое чувства доверия к окружающему миру и людям, ощущение безопасности, либо недоверия, страха и тревоги.

На формирования отношения к миру влияет много причин.

В первую очередь, это душевное состояние матери в период беременности и после родов. Представим простой пример: ребенок появляется на свет в тот момент, когда его мать переживает личную драму, находится в тревоге за свое, а, следовательно, и его будущее, испытывает отчаяние и тоску.

Малыш, для которого еще нет разделения на я и не-я, наполняется теми же чувствами, и его первый опыт взаимодействия с окружающим говорит ему о том, что здесь не так уж безопасно, здесь много боли и непредсказуемости, любой может нанести вред.

В будущем это перерастает в недоверие ко всем и ко всему, для него теперь любое проявление извне может означать нападение. Страх и тревога, которые ребенок испытывает при контакте с другими, ведут к тому, что любой сигнал истолковывается им как осуществление его самых худших опасений. Агрессивные вспышки у таких детей выглядят очень неожиданными и непонятными.

Также на формирование отношения к миру оказывает влияние проявление родителями безусловной любви к своему ребенку, либо отсутствие таковой. Если родители проявляли искреннюю любовь к своему малышу в любой ситуации, если ребенок понимал, что, не смотря ни на что, его любят, то у него возникало чувство доверия к окружающим.

Если же ребенок убеждается в том, что его не любят, или даже ненавидят, то он решает, что хуже уже и быть не может и поэтому становится способным на все. Ему не нужно переживать, что он может потерять объект любви. Зачем ему тот, кто его не любит? Он может ожесточиться, может начать мстить. На этом построены многие триллеры о маньяках-убийцах, где, копаясь в его прошлом, обнаруживают забитого, презираемого, униженного ребенка.

Травмирующее влияние на психику детей оказывают также ссоры взрослых между собой. Когда папа и мама изо дня в день ссорятся, у малыша возникает ощущение приближающейся катастрофы. Несмотря на то, что в семье стараются избегать открытых скандалов, и ссоры происходят "за закрытой дверью", маленький человечек все равно чувствует напряженную атмосферу. И это неудивительно, ведь окружающие малыша взрослые - это его мир, единый и неделимый, такой же, каким был мамин уютный животик. Поэтому любая конфликтная ситуация воспринимается ребенком как угроза для него самого.

Вторая причина агрессивности связана с тем, что взрослые вынуждены в некоторых ситуациях запрещать ребенку вести себя определенным образом или с тем, что не всегда родители могут или хотят удовлетворять бесконечные желания своих детей. Здесь родителям важно учитывать два момента.

Во-первых, они должны научиться грамотно, устанавливать запреты и, в случае необходимости, применять наказания.

И, во-вторых, важно помнить, что главной потребностью любого ребенка является необходимость чувствовать, что его любят и ценят.

Если ребенок начинает испытывать сомнения по этому поводу, то он будет стараться всячески подкрепить свое чувство ненужности. Поэтому постоянное нытье детей купить им что-нибудь часто является провокацией с их стороны. При этом отказ в желаемом ребенок сразу же трактует так, что его никто не любит, и он никому не нужен. При этом он, конечно, страшно злится. Ведь ребенок любит искренне и не желает допускать, что его любовь безответная.

С другой стороны, проблему не решает и выполнение любой прихоти вашего чада, ведь его сомнения могут появляться снова и снова, например, когда он столкнется с невниманием к его переживаниям. Чтобы не допускать такого искаженного взаимодействия, стоит искренне говорить ребенку о том, что вы его любите.

Третья причина - это установление личных границ. Ребенок рождается полностью зависимым от своих родителей, и его основная задача на протяжении всей жизни - это обретение независимости (в первую очередь, от родителей) и самостоятельности.

Очень часто этот процесс происходит очень болезненно для обеих сторон и может иметь печальные последствия. Родителям важно понимать, что их дети - это не их частная собственность, и они им не принадлежат. Ребенок призван стать равноправным и равноценным человеческим существом. Есть наиболее важные периоды, когда ребенок решает эту задачу: это 3 года, начало школьной жизни и подростковый период.

В эти периоды дети особенно остро реагируют на внедрение в их жизнь, что находит свое выражение в протестных реакциях. Мудрые родители должны это учитывать и предоставить ребенку разумную свободу и независимость.

Но в тоже время дети не должны ощущать себя заброшенными, ребенок должен чувствовать, что родители готовы всегда, в случае необходимости, оказать поддержку и помощь.

Также желательно, чтобы у ребенка была своя комната (или хотя бы уголок). Он должен знать, что его границы уважают и не нарушают без его ведома.

Существует два вида агрессии: «доброкачественная» и «злокачественная». Первая появляется в момент опасности и носит оборонительный характер. Как только опасность исчезает, затухает и данная форма агрессии. «Злокачественная» агрессия представляет собой жесткость и деструктивность и бывает спонтанной и связанной со структурой личности.

**Существует 5 видов агрессии:**

1. Физическая агрессия (физические действия против кого-либо)

2. Раздражение (вспыльчивость, грубость)

3. Вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань и т.д.)

4. Направленная агрессия (сплетни, злобные шутки)

5. Ненаправленная агрессия (крики в толпе, топание и т.д.)

6. Негативизм (оппозиционная манера поведения)

Все эти виды агрессии можно наблюдать у людей всех возрастов, а иногда они проявляются с самого раннего детства.

Агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия — это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.

Такой ребенок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. «Как стать любимым и нужным» — неразрешимая проблема, стоящая перед маленьким человечком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. К сожалению, эти поиски не всегда заканчиваются так, как хотелось бы нам и ребенку, но как сделать лучше — он не знает.

Давайте рассмотрим возможные причины проявления агрессивного поведения у детей. Ведь только понимая причины возникновения не желательных ситуаций, мы можем предотвратить их появление или исправить то, что уже произошло.

**Возможные причины появления агрессии у ребенка:**

1. Проявлению агрессивных качеств у ребенка могут способствовать некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга.

2. Просмотр агрессивных телепередач, компьютерные игры со сценами насилия.

3. Ссоры, конфликты, грубость в семье.

4. Регулярное проявление у родителей одного или нескольких из вышеуказанных видов агрессивного поведения.

5. Неразумные, не соответствующие возрасту требования, ограничения и наказания, накладываемые родителями по отношению к ребенку.

6. Строгое наказание, без проведения разъяснительных бесед, за любое проявление агрессивности у ребенка. В этом случае ребенок учится скрывать свой гнев в присутствии родителей, но это не гарантирует подавления агрессии в любых других ситуациях. Напротив такое поведение родителей взращивает, развивает в своем сыне или дочери чрезмерную агрессивность, которая будет проявляться даже в зрелые годы. Ведь всем известно, что зло порождает только зло, а агрессия — агрессию.

7. Пренебрежительное, попустительское отношение взрослых к агрессивным вспышкам ребенка также приводит к формированию у него агрессивных черт личности.

8. Недостаточное время, уделяемое родителями ребенку. Дети часто используют агрессию и непослушание для того, чтобы привлечь к себе внимание взрослого.

9. Ревность к другим детям.

10. Малыши, родители которых отличаются чрезмерной уступчивостью, неуверенностью, а иногда и беспомощностью в воспитательном процессе, не чувствуют себя в полной безопасности и также становятся агрессивными.

11. Неуверенность и колебания родителей при принятии каких-либо решений провоцирует ребенка на капризы и вспышки гнева, с помощью которых дети могут влиять на дальнейший ход событий и при этом добиваться своего.

Только родители, которые умеют находить разумный компромисс, «золотую середину», могут научить своих детей справляться с агрессией.

**Рекомендации родителям по устранению и профилактики агрессивного поведения у детей:**

1. Прежде всего, проанализируйте собственное поведение и стиль отношений между членами семьи. Дети копируют поведение своих родителей.

2. Исключите просмотр агрессивных импортных мультфильмов, и тем более взрослых фильмов ужасов или триллеров, за исключением детских мультфильмов с «доброкачественной» агрессией, в которых учат, как постоять за себя.

3. Уделяйте время и внимание своему малышу! Это позволяет почувствовать ребенку, что для вас он самый важный и любимый человечек в мире. Ощущение собственной значимости и ценности для родителей формирует у ребенка здоровую нервную систему, самооценку и дружелюбное настроение. Хотя бы 15-20 минут в день родители должны посвящать своему ребенку и только ему, забыв про свои "взрослые" дела. Это может быть и игра, и беседа, и чтение книги, какое-либо общее занятие. Ничто не должно отвлекать взрослого (телевизор, телефон, домашние дела и т.д.).

Так же необходимо личное дружеское (хотя бы полный час) общение «тет-а-тет» хотя бы раз в неделю, с проведением времени именно так, как хочет ваш ребенок (выбранная им игра, поход в парк, кино, кафе, совместный просмотр детского фильма).

4. Не злоупотребляйте замечаниями. Вместо того, чтобы говорить как не надо делать, говорите как надо делать.

5. Не следует вести разговоры об агрессивности ребенка при посторонних людях и уж тем более — при сверстниках. Это только повысит сосредоточенность ребенка на данной особенности своего характера, и придаст чувство обреченности и неприятия себя значимыми близкими. Пусть это его качество станет вашей совместной работой. Это придаст ребенку чувство уверенности, защищенности, эмоциональной близости и доверия к вам.

6. Объясните ребенку, почему нельзя драться, кусаться, обзываться, а также бросать в других детей игрушки и книжки. Затем расскажите и покажите малышу, какого поведения вы от него ждете: поцелуйте его, обнимите, поговорите с ним. Объясните ребенку, как чувствует себя тот, кого ударили или укусили. Расскажите, почему нужно вести себя дружелюбно.

7. Пресекайте агрессию, как со стороны своего ребенка, так и со стороны других детей, направленную на вашего малыша.

Если вы видите, что ваш малыш дерется, то наиболее эффективным будет замечание, состоящее из трех частей: приказания прекратить неподобающее поведение («Перестань драться!»), причины, по которой это нужно сделать («Детям больно, когда ты их бьешь»), и альтернативного варианта поведения. Само собой разумеется, что необходимо узнать, какова причина нападения вашего ребенка. Ведь может быть, что он справедливо защищал себя или свою собственность. В таком случае необходимо морально поддержать своего малыша, может быть помочь ему отстоять его интересы, а также объяснить, как можно это делать конструктивным способом.

8. Обучите ребенка способам выражения гнева в приемлемой форме. В практике психологов при обучении агрессивных детей конструктивным способам выражения гнева используются следующие направления:

- учат детей прямо заявлять о своих чувствах «…Чем больше гнева выплеснется в словах, тем меньше его останется, чтобы проявить потом через ложь, воровство, секс, наркотики и все другие образцы столь распространенного сегодня пассивно-агрессивного поведения» (Р. Кэмпбелл);

- выражать гнев в косвенной форме, с помощью игровых терапевтических приемов;

- перенос чувств на неопасные объекты (этому рекомендуется обучать в основном маленьких детей, которые не всегда могут оформить в слова свои мысли и тем более чувства). Здесь в арсенале взрослого должны иметься резиновые игрушки, каучуковые шарики, которые можно бросать в ванну, наполненную водой, подушки, поролоновые мячи, мишень с дротиком, «стаканчик для крика», кусок мягкого бревна, молоток и гвозди, спортивный инвентарь и т.д.

Все эти предметы нужны для того, чтобы ребенок не направлял гнев на людей, а переносил его на неодушевленные предметы, выплескивал его в игровой форме.

9. Не применяйте силу. Применяя по отношению к ребенку телесные наказания, вы тем самым разрешаете ему бить других.

10. Не теряйте самообладания. Если каждый раз, когда ребенок начинает драться, вы выходите из равновесия, вскоре он поймет, что можно привлечь ваше внимание с помощью агрессивного поведения.

11. Не прикасайтесь к ребенку в тот момент, когда вы злы на него. В таких ситуациях лучше уйти в другую комнату. Там вы сможете освободиться от гнева способами, о которых не будете потом сожалеть. Например, проговорив свой гнев или продышав его.

Научитесь сами освобождаться от гнева конструктивными способами. Мэтью Мак - Кей, Питер Роджерс, Юдис Мак - Кей в книге «Укрощение гнева» дают взрослым рекомендации по развитию способности к самообладанию. Полезные рекомендации родителям можно найти на страницах книги Р.Кэмпбелл «Как справляться с гневом ребенка».

Если мы будем помнить, что за любыми вспышками ярости или гнева у детей скрывается боль, обида или разочарование, то нам будет легче справиться со своей агрессивностью, удержать свои негативные эмоции для того, чтобы понять своего ребенка и помочь ему.

В заключение отметим, что родителям важно помнить следующее: агрессия - это не только деструктивное поведение, причиняющее вред окружающим, приводя к разрушительным и негативным последствиям, но также это еще и огромная сила, которая может служить источником энергии для более конструктивных целей, если уметь ей управлять. И задача родителей - научить ребенка контролировать свою агрессию и использовать ее в мирных целях.