

Консультация для родителей «Агрессивный ребенок»

Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.

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. Не правда ли очень странный способ получения **внимания**? Но это для данного ребёнка **единственный механизм "выхода" психоэмоционального напряжения**, скопившейся внутренней тревожности.

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.

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 агрессивности почти **всегда внешние: семейное неблагополучие, лишение чего-то желаемого, разница между желаемым и возможным**. Поэтому работу с агрессией своего ребёнка необходимо начать с самостоятельного анализа **внутрисемейных отношений**. Это будет главным шагом в решении существующей проблемы.

Советы:

1. Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, **показывая ребенку личный (положительный) пример**

2. Никогда не заставляйте **ребенка забывать, что он добрый**. Например, скажите ему: *«Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!»*.

3. Практикуйте эмоциональное **поощрение за проявление доброты**. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти *«естественную возрастную агрессивность»* и научится быть гуманным и добрым.

4. Направьте его **энергию в положительное русло** (например, **спорт**, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (*восточные единоборства, бокс, ушу, рисование, пение*)).

5. **Игнорируйте легкие** проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.

6. **Включайте** ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его **значимость** в выполняемом деле.

7. Предложите ребенку **переносить свой гнев** с живого объекта на неживой. Например, можно сказать ребёнку: *«Если ты хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул»*.

8. Помните, что бороться с агрессивностью нужно терпением, объяснением, поощрением.

9. В том случае, если у ребенка имеется потребность **выплеснуть агрессивные эмоции**, ему предоставляется такая возможность в игре.

Можно предложить ему следующие игры: подраться с подушкой; рвать бумагу; используя *«стаканчик для криков»*, высказать свои отрицательные эмоции; поколотить стул надутым молотком; громко спеть любимую песню; налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом; пробежать несколько кругов вокруг дома или по коридору; покидать мяч об стену; устроить соревнование *«Кто громче крикнет»*, *«Кто выше прыгнет»*, *«Кто быстрее пробежит»*.

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

Можно выделить несколько **шагов** по преодолению **агрессивного поведения у ребенка**.

- стимулировать умение признавать собственные ошибки
- учите его не **сваливать** свою **вину** на других;
- развивайте у ребенка **сочувствия к другим**, сверстникам, взрослым и живому миру.

Например:

«Миша, неужели тебе не жалко других детей?»

«Давай пожалеем Лену!»

«Как ты думаешь, сейчас только тебе плохо или еще кому-то?», *«Тебе сейчас грустно?»*, *«Ты злишься?»*, *«Ты чувствуешь усталость и ни с кем не хочешь разговаривать?»*.

- чаще спрашивайте у него о **вариантах выхода** из конфликтной ситуации.

"ВЫБИВАЕМ ПЫЛЬ"

Каждому участнику даётся "пыльная подушка". Он должен, усердно колотя руками, хорошенько её "почистить".

"ДЕТСКИЙ ФУТБОЛ"

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья – обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.

Примечание: взрослый следит за соблюдением правил – нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

"ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС "МОЖНО""

Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час "можно", когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и висеть на них и т.д.

Примечание: "часы" можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

"ПАДАЮЩАЯ БАШНЯ"

Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника – штурмом взять её (запрыгнуть), издавая победные крики типа:

"А-а-а", "Ура!" и т.д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив её стены.

Примечание:

- Каждый участник может сам себе построить башню такой высоты, которую, по его мнению, он способен покорить.
- После каждого штурма "болельщики" издают громкие крики одобрения и восхищения: "Молодец!", "Здорово!", "Победа!" и т.д.

"ШТУРМ КРЕПОСТИ" Из попавшихся "под руку" небьющихся предметов строится крепость (тапки, стулья, кубики, одежда, книги и т.д. – всё собирается в одну большую кучу). У играющих есть "пушечное ядро" (мяч). По очереди каждый со всей силой кидает мяч во вражескую крепость. Игра продолжается, пока вся куча – "крепость" - не разлетится на куски. С каждым удачным попаданием штурмующие издают громкие победные кличи.

"РУГАЕМСЯ ОВОЩАМИ" Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а ... овощами: "Ты – огурец", "А ты – редиска", "Ты – морковка", "А та – тыква" и т.д.

Примечание: Прежде, чем поругать ребёнка плохим словом, вспомните это упражнение.