

**Консультация для родителей
«Агрессия порождает агрессию:
можно ли ее предотвратить»**

Подготовила педагог-психолог

Лужная К.И.

Латинское слово «*агрессия*» означает нападение, «*приступ*». В психологическом словаре «*агрессия*» определяется как деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический или моральный ущерб людям, или вызывающий у них психологический дискомфорт.

На становление агрессивного поведения большое влияние оказывает характер наказаний, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего чада. Как правило, это полярные методы - либо снисходительность, либо чрезмерная строгость. Как не парадоксально, агрессивные дети одинаково часто встречаются и у слишком мягких родителей, так и у слишком строгих.

Психологические наблюдения показали, что родители, резко подавляющие агрессивность у своих детей, вопреки своим ожиданиям не устраняют это качество, а напротив, возвращают его, развивая, в своём сыне или дочери чрезмерную агрессивность, которая будет проявляться даже в зрелые годы. Ведь всем известно, что зло порождает только зло, а агрессия - агрессию.

Если же родители вовсе не обращают внимания на агрессивные реакции ребёнка, то он скоро начинает считать, что такое поведение дозволено, и одиночные вспышки гнева незаметно перерастают в привычку действовать агрессивно.

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

Как выявить агрессивного ребёнка?

Агрессивные дети нуждаются в понимании и поддержке взрослых, поэтому главная наша задача заключается не в том, что бы поставить «точный» диагноз, или «приклеить ярлык», а в оказании посильной и своевременной помощи ребёнку.

Психологами разработаны критерии определения агрессивности, которые можно применить как схему наблюдения за ребёнком.

Критерии агрессивности ребёнка:

1. Часто теряет контроль над собой.
2. Часто спорит, ругается с взрослыми.
3. Часто отказывается выполнять правила.
4. Часто специально раздражает людей.
5. Часто винит других в своих ошибках.

6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо.
7. Часто завистлив, мстителен.
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых, которые нередко раздражают его).

Предположить, что ребёнок агрессивен, можно лишь в том случае, если в течении не менее чем 6 месяцев в его поведении проявлялись хотя бы 4 из перечисленных признаков.

Возможно ли избежать детской агрессии?

Трудно ответить на этот вопрос. Но скорее всего, агрессия неизбежна, ведь так дети познают мир. Но есть некоторые правила родительского поведения, способствующие снижению детской агрессивности.

Будьте внимательны к чувствам и желаниям своего ребенка.

Адекватно оценивайте возможности ребенка.

Стремитесь вовремя, ненавязчиво и без лишних наставлений оказывать ребенку необходимую помощь.

Предоставляйте ребенку самостоятельность в делах, которые ему по силам.

Умейте идти на компромисс.

Будьте последовательны в воспитании ребенка. Помните: в сложной работе быть родителем не бывает выходных. Если есть правила и режим, то они должны быть всегда, не вносите дезорганизацию в жизнь ребенка.

Помните, что агрессивный ребенок – это испуганный ребенок. Агрессия становится способом управления страхами, ребенок находит то решение, которое может. Ваша задача как родителей помочь ему найти другие способы преодоления страха или ситуации – более адекватные и спокойные.

А самое главное любите свое чадо - это самый лучший способ избежать чрезмерный способ избежать чрезмерной агрессивности в ребенке. Ведь если малыш чувствует Вашу любовь, разве будет он агрессивным.

Рекомендации родителям:

Способы выражения (*выплескивания*) гнева

1. Налить в ванну воды, запустить в неё несколько пластмассовых игрушек и бомбить их каучуковым мячом.
2. Пускать мыльные пузыри.
3. Устроить бой с боксёрской грушей.
4. Забить несколько гвоздей в мягкое бревно.
5. Полить цветы.
6. Быстрыми движениями руки стереть с доски.
7. Пробежать несколько кругов вокруг дома.
8. Передвинуть в квартире мебель (например, журнальный столик).
9. Поиграть в настольный футбол (*баскетбол, хоккей*).
10. Постирать белье (*платочки, носочки или кукольную одежду*).
11. Отжаться от пола максимальное количество раз.
12. Устроить соревнование «Кто громче крикнет. Кто выше прыгнет. Кто быстрее пробежит».
13. Отстучать ритм карандашом по столу.
14. Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить.