**Почему дети в 5 лет бывают агрессивными**

Причинами агрессивного поведения малыша в таком возрасте могут быть и обстановка в семье, и темперамент, и социально-биологические причины, и возрастная составляющая, и даже «личные» обстоятельства. С каждым ребенком необходимо разбираться индивидуально. Но систематизировать причины все-таки можно.

***Семейная обстановка***

Нелады в семье – это одна из серьезных причин, вызывающей гневливость у ребенка в 5 лет. Частые ссоры, семейные разбирательства провоцируют гнев ребенка. Он проецирует отношения в семье на окружающую среду.

Безразличие со стороны родных – это еще один повод для агрессивного поведения малыша. В атмосфере равнодушия не налаживается эмоциональная связь ребенка и родителей. В пятилетнем возрасте детям такая связь очень нужна.

Отсутствие уважения к ребенку. Вследствие этого малыш не уверен в себе, начинает комплексовать и самоутверждаться.

**Как правило, все эти чувства выражаются в проявлении гнева к окружающим и самому себе.**

Чрезмерность контроля либо отсутствие такового также ведут к проявлению агрессии.

**Причины личного характера**

Личные причины, вызывающие агрессию, кроются в нестабильности и неустойчивости  психоэмоционального состояния ребенка. Наиболее распространены следующие:

* Страх опасности. На уровне подсознания ребенок ожидает опасность. Бывает, что кроху терзают страхи, он не может определить, откуда ждать опасности, ему тревожно. Защитной реакцией в данном случае становится агрессивное поведение.
* Эмоциональную нестабильность часто называют причиной гнева детей пятого-шестого года жизни.  В этом возрасте эмоциональное состояние дети контролировать не могут. Агрессия может скрывать плохое самочувствие или обычную усталость. Если в таком возрасте ребенку не давать возможность «сбросить» эмоции, то малыш будет справляться с ними путем  немотивированных вспышек  гнева. Причем, агрессия будет направляться на то, что попадется под руку.
* Недовольство собой. Бывает, что ребенок не доволен собой. Здесь следует сказать, что присутствует вина родителей, которые не смогли научить своего ребенка самоуважению. Да и себя малыш не умеет любить. А тот, кто не умеет себя любить, не может любить и окружающих. Поэтому к окружающему миру он относится отрицательно.
* Защитная реакция на чувство вины. Бывает, что агрессия детей вызвана чувством вины. Ребенок в пять лет уже может понять, что кого-то несправедливо обидел, может испытывать стыд за какие-то поступки. Но признать их он не может, поэтому чувство вины выражается так же в агрессивном поведении, причем, в адрес того, кого он обидел.

***Причины ситуативного характера***

Детскую агрессию могут спровоцировать определенные ситуации. Например, ребенок переутомился, его захлестнули впечатления от увиденного или услышанного, он просто плохо выспался. Все это может вылиться во вспышку гнева.

Иногда агрессию могут вызвать определенные продукты питания. Например, в крови может понизиться уровень холестерина, вследствие чего повысится агрессивность (это официально доказанный наукой факт).

Или, к примеру, вследствие   чрезмерного употребления шоколада у ребенка могут наблюдаться вспышки гнева. Количество шоколада и агрессия у детей взаимосвязаны.

Окружающие условия так же способны стать причинами гнева детей. Сильный шум, вибрации, духота или пребывание в тесном помещении могут вызвать раздражение ребенка.

***Влияние темперамента на проявление агрессии***

Тип темперамента так же оказывает влияние на проявление агрессии. Здесь есть один нюанс – исправить темперамент нельзя. Но, зная признаки каждого типа темперамента, можно скорректировать поведение ребенка.

Ребенку-меланхолику свойственно испытывать стрессы от участия в соревновании, от разных нововведений. Данные условия вызывают у них чувство гнева, но выражаются эмоции пассивно.

У флегматиков агрессия так же выражается, можно даже сказать, спокойно. Уравновешенность нервной системы позволяет обладателям данного типа темперамента держать себя в руках. Внешние проявления ярости встречаются у таких детей очень редко.

Сангвиники склонны к миролюбию и проявлять агрессию по отношению к другим детям не склонны. Агрессивен малыш сангвиник  только тогда, когда исчерпает все возможности мирного решения вопросов.

**А вот холерики** с детства подвержены приступам ярости. Ребенок такого психотипа отличается крайней неуравновешенностью, нервозностью и вспыльчивостью. Чаще всего, они сначала совершают действия, а потом уже обдумывают свои поступки.

***Причины социально-биологического характера***

Признаки агрессии в пять лет  у мальчиков  бывают намного чаще, чем у их сверстниц. Именно в этом возрасте у детей начинается градация по половому признаку. Общественный стереотип о том, что мальчик должен быть сильнее, а значит воинственнее, чем девочка играет немаловажную роль.

Причины социального плана в этой возрастной категории, так же имеют значение. Дети в 5 лет наблюдательны, они усваивают те системы ценностей, которые приняты в их окружении.

Так, ребенок из семьи, где к людям относятся в зависимости от их положения и социального статуса, может быть агрессивен по отношению к уборщице, а по отношению к воспитателю будет сдерживаться. Если в семье культ материального благосостояния, то ребенок уже в 5 лет примет эти ценности, как должное и будет направлять свою агрессию на тех, кто зарабатывает немного, к тем детям, у кого нет дорогих игрушек.

***Формы и цели проявления агрессии у пятилетних детей***

Агрессия детей пятого года жизни может выражаться, как в физической, так и в словесной форме. Причем, агрессивное поведение может иметь либо психическую основу, либо  эмоциональную. В чем причина агрессивности  пятилетних детей? Чего они хотят добиться своим  воинственным поведением?

А цели у детей могут быть следующие:

* выражение своего гнева и враждебности;
* попытка показать свое превосходство;
* запугать окружающих;
* добиться желаемого любым путем;
* попытка преодолеть какие-либо страхи.

***Что советуют психологи***

С ребенком должен быть налажен позитивный контакт, родители должны хвалить его за хорошее поведение.

**В 5 лет ребенка нельзя наказывать физически. Агрессивного ребенка такое наказание не остановит, наоборот, проблема усугубится. Если детей, склонных к агрессии, наказывают, то они начинают хулиганить чаще, но утаивают свои поступки.**

Психологами считается, что общая проблема  родителей – это ссоры детей со своими сестричками и братиками. Если ребенок так себя ведет по отношению к родным, то с незнакомыми детьми, он просто может стать неуправляемым.

**Задача родителей – научить ребенка 5 лет основам социального поведения и навыкам управления эмоциями.**

***Методы устранения агрессии***

Когда Вы увидите, что поведение  ребенка становится агрессивным, он раздражается, то предложите ему  нарисовать свои чувства или слепить их из пластилина или соленого теста. В процессе работы, расспрашивайте ребенка о том, что он делает, какие чувства испытывает. Эти действия отвлекают от агрессивного настроя.

Одной из распространенных ошибок воспитания является запрет на открытое выражение негативных эмоций ребенком. В результате они накапливаются и рано или поздно выходят наружу, но уже в более крупных масштабах. Вместо подавления агрессии, необходимо обучать детей конструктивным способам выражения гнева.

Вместе с ребенком изготовьте небольшую подушку «для злости» Как только ребенок начинает раздражаться, попросите его не нервничать, а просто поколотить руками по подушке. Истерика постепенно сойдет на «нет».

Занятия спортом – способ снять агрессивность

Дайте разъяснения, что драться и нападать на других – это не решение проблем. Если он будет агрессивным и злым, то с ним никто не будет дружить.

**Другие способы:**

* Ребенка в 5 лет пора ознакомить с правилами поведения дома и вне дома.  В 5 лет ребенок уже сможет  выполнять основные требования и подчиняться установленным правилам.
* Если вы знаете, что ребенок прислушивается к Вам, то чаще его хвалите.
* Очень эффективна и сказкотерапия. На примерах действий сказочных героев можно научить ребенка понимать, какие поступки дурные и как не надо себя вести.
* «Мешочек с гневом»: Дома надо завести «мешочек гнева». В этот мешочек ребенок буде «складывать» свои агрессивные эмоций. Если взять обычный шарик, но вместо воздуха закачать его крупой или песком, то появится емкость, где прячутся отрицательные моменты. Этим мешочком пользуются, чтобы избежать агрессии.
* «Тух-тиби-дох». Если ребенок начал злиться, то надо предложить ему походить по комнате, произнося фразу: «Тух-тиби-дох».Слова должны произноситься очень активно, со злостью. Как только малышу станет смешно, надо перестать говорить эти слова.
* Агрессивному ребенку 5 лет необходима физическая нагрузка. Если дети будут заниматься спортом или получать иные физические нагрузки, то на гнев не останется времени.
* Если ребенку надо «скинуть» отрицательны эмоции, то направьте его гнев на…старые газеты: пусть он порвет их на мелкие кусочки.
* Можно купить ему молоточки из пластика или дерева и дать возможность стать «барабанщиком» – пусть стучит по подушкам.
* Дайте ребенку 5 лет лист ватмана и разрешите маркером нарисовать то, что он желает. Затем пусть изобразить хорошие, добрые чувства.