**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ**

**Если ребёнок агрессивен. Как общаться с агрессивными детьми**

      Агрессивность - это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Агрессия по форме подразделяется на физическую (избиение, ранение) и вербальную (словесную: клевета, отказ от общения, оскорбление). Агрессия всегда сопровождается негативными эмоциями и намерением причинить зло. Согласно некоторым теориям, агрессия является неотъемлемой частью человеческой природы.

     Характер агрессивного поведения во многом определяется возрастными особенностями. Переход от возраста к возрасту сопровождается естественными пиками агрессивности (возрастные кризисы в 3--4 года, 6--7 лет и 14--15 лет.). Возрастные кризисы связаны с появлением новых потребностей, которые не удовлетворяются по различным причинам.

    Становление агрессивного поведения - сложный и многогранный процесс, в котором действует множество факторов. Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, а также средств массовой информации. Подростки учатся агрессивному поведению посредством прямых подкреплений так же, как и путем наблюдения агрессивных действий. Что касается семьи, на становление агрессивного поведения влияют степень сплоченности семьи, близости между родителями и ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семейного руководства. Дети, у которых в семье сильный разлад, чьи родители отчуждены и  холодны, сравнительно более склоны к агрессивному поведению. Подростки, которые встречаются с насилием у себя дома и которые сами становятся жертвами насилия, склонны к агрессивному поведению.

     Подросток получает сведения об агрессии также из общения со сверстниками. Дети учатся вести себя агрессивно, наблюдая за поведением других детей. Игра со сверстниками дает детям возможность научиться агрессивным реакциям (например, пущенные в ход кулаки или оскорбления). Шумные игры - в которых подростки толкаются, догоняют друг друга, дразнятся, пинаются, и стараются причинить друг другу какой-то вред - фактически могут оказаться сравнительно "безопасным" способом обучения агрессивному поведению. Однако те, кто чрезвычайно агрессивен, скорее всего, окажутся отверженными большинством в своей возрастной группе. С другой стороны, эти агрессивные подростки, видимо, найдут друзей среди других агрессивных сверстников. Разумеется, это создает дополнительные проблемы, так как в агрессивной компании происходит взаимное усиление агрессивности ее членов.

     Для предупреждения агрессивного поведения детей существует широкий спектр возможностей. Специалистами (психологами, педагогами) разработаны специальные рекомендации для взрослых по работе над агрессивным поведением детей. Эти правила позволяют в конфликтной ситуации с детьми и подростками обеспечить её позитивное разрешение конфликта и установить партнёрские отношения.

 **Правила общения с агрессивными детьми:**

-Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих;

-выражайте понимание чувств ребенка: "Я понимаю, что тебе обидно";

 -Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила;

- Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть;

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

-Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания;

-Акцентируйте внимание на поступках (поведении), а не на личности ребёнка;

        - В момент агрессии опишите поведение ребёнка при помощи следующих словесных вариантов:

             "Ты ведёшь себя агрессивно" (констатация факта);

            "Ты злишься?"(констатирующий вопрос);

            "Ты хочешь меня обидеть?", "Ты демонстрируешь мне силу?" (раскрытие мотивов агрессора);

            "Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я напрягаюсь, когда кто-то громко кричит" (раскрытие собственных чувств по отношению к нежелательному поведению);

            "Ты нарушаешь правила поведения" (апелляция к правилам);

-Контролируйте собственные негативные эмоции.

Старайтесь:

            не повышать голос, не кричать, не устрашать;

            не демонстрировать свою власть: "Будет так, как я скажу";

            не принимать агрессивные позы и жесты (сжатые челюсти, пальцы в кулаки);

            не смеяться над ребёнком, не передразнивать его;

            не оценивать личность ребёнка или его друзей;

            не использовать физическую силу, не угрожать;

            не читать нотации, проповеди;

            не оправдываться, не пытаться защищать себя или подкупать ребёнка.

Зачастую агрессивное поведение детей связано с желанием вызвать гнев взрослого, тем самым показав его слабость. Если взрослые попадаются на эту "удочку" -- они теряют свой авторитет в глазах детей и возможность устанавливать партнёрские отношения. Взрослый должен проявить усилия, чтобы снизить напряжение и агрессию.

 -Демонстрируйте неагрессивное поведение. Поведение взрослого должно быть противоположно плохому поведению ребёнка (подростка). На начальной стадии агрессивного поведения (при первых незначительных признаках) лучше всего использовать следующие методы борьбы с агрессией:

     игнорирование;

     переключение внимания.

 -Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой (Например: «Если ты хочешь ударить, бей лучше по подушке, стулу и т.п.»), а затем научите ребенка выражать свои чувства, переживания в словесной форме («Я разозлён, потому что меня обидел …», «Я чувствую раздражение, потому что …»)

 Помогает снять состояние агрессии, страхи

**ИГРА "КЛЯКСЫ"**

Оборудование: чистые листы бумаги, акварельные краски

Ход игры

Ребёнку предлагают взять немного краски  того цвета, который ему нравиться и плеснуть "кляксу" на лист. Затем сложить  лист вдвое так, чтобы "клякса" отпечаталась на второй половине листа. Развернуть лист и постараться  понять, на кого или на что похожа полученная двухсторонняя "клякса".

Агрессивные или подавленные дети выбирают тёмные цвета и видят в своих "кляксах" агрессивные сюжеты (чудовищ, страшных пауков и т. д.). Через обсуждение "страшного рисунка" агрессия ребёнка выходит, он освобождается от отрицательный энергии.

Родители должны брать для своей "кляксы" обязательно светлые краски и придумывать приятные, спокойные ассоциации (бабочки, сказочные цветы, деревья и т. д.)