**Консультация для родителей**

**«Детская агрессия виды, причины, последствия и рекомендации родителям»**

 **Агрессия (от лат. aggression «нападение»)** – деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам поведения людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящим физический или моральный ущерб людям или вызывающие у них психологический дискомфорт (отрицательное переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т. д.).

**Агрессия –** это действие. **Агрессивность –** готовность к совершению таких действий.

 Сразу определимся, представляет ли собой агрессия полностью негативное явление. Казалось бы, какие здесь могут быть плюсы? Вот минусы очевидны: такое поведение, прежде всего, нацелено на нанесение физического или морального ущерба окружающим. Но вред ребенок наносит не только другим, но и себе, ведь агрессорусложно выстраивать взаимоотношения с другими людьми. Но, с другой стороны, агрессия – это качество, необходимое для самозащиты в случае опасности, инстинкт самосохранения. Правда, большинство взрослых людей может контролировать свой гнев и выражать его в неопасной для окружающих форме, а дети этому еще не научились. Также можно отметить, что агрессия для ребенка в какой-то мере является выходом эмоций. Согласитесь, было бы гораздо хуже, если бы ребенок просто замыкался в себе, а родителям было бы непонятно, что происходит в его душе. А когда он выражает свои негативные эмоции, можно вовремя сориентироваться и принять меры, устранив причины, которые заставляют его переживать и вести себя таким образом.

 Агрессия проявляется у деток уже в грудном возрасте и выражается громким и гневным плачем. Конечно же, у такого плача всегда есть причины.Но родители, понимая, чем может быть обусловлено агрессивное поведение, не беспокоятся, а просто устраняют раздражающие ребенка факторы.

 Тревожиться они начинают позднее, когда кроха обретает больше возможностей для открытого выражения своей агрессии. Происходит это примерно после первого годика: тогда малыш уже часто покидает привычный мир своей кроватки и свободно передвигается по комнате. А вокруг столько интересных предметов, которые обязательно надо потрогать, рассмотреть поближе, взять в руки…И тут начинаются запреты со стороны родителей и воспитательные беседы, к которым ребенок еще не готов.В такие моменты лучше всего взять ребенка на руки и крепко прижать к себе, не позволять ему драться и брыкаться. При этом сказать ему, что знаете, что он злится, и понимаете также, почему это происходит. Маленькому человечку важно знать, что его понимают.

 Детская агрессия активно развивается лет до 6-7, а потом идет на спад. Объясняется это тем, что малыш беззащитен перед окружающим миром, он только к нему приспосабливается, поэтому ему часто может казаться, что другие хотят причинить ему вред. А лет в 6-7 ребенок уже способен адекватно выразить свое неудовольствие, если это необходимо, мирно решить конфликт, контролирует свои эмоции и, что важно, способен поставить себя на место другого человека. Но очень важно в период активного проявления агрессии (то есть до 6-7 лет) помогать ребенку справляться с этим явлением, объяснять ему, что правильно, что нет. В противном случае и к школьному возрасту у него могут остаться проблемы с выражением негативных эмоций.

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

**Классификация видов агрессии**

**Разделение по направленности на объект**

1. Гетероагрессия–агрессия направлена на окружающих.
2. Аутоагрессия–агрессия направленная на себя: самоуничижение вплоть до самоубийства, саморазрушающее поведение, психосоматические заболевания.

**Разделение по причине появления**

1. Реактивная агрессия - представляет собой ответную реакцию на какой-то внешний раздражитель (ссора, конфликт и пр.).
2. Спонтанная агрессия - появляется без видимой причины, обычно под влиянием каких-то внутренних импульсов (накопление отрицательных эмоций, неспровоцированная агрессия при психических заболеваниях).

**Разделение по целенаправленности**

1. Инструментальная агрессия - совершается как средство достижения результата: спортсмен, добивающийся победы; стоматолог, удаляющий больной зуб; ребенок, громко требующий от матери, чтобы она купила ему игрушку и пр.

2. Целевая (мотивационная) агрессия - выступает как заранее спланированное действие, цель которого - нанесение вреда или ущерба объекту: обида и как следствие причинение физического вреда другому человеку; специально нецензурная брань в сторону другого человека.

**Разделение по открытости проявлений**

1. Прямая агрессия - направляется непосредственно на объект, вызывающий раздражение, тревогу или возбуждение: открытое хамство, применение физической силы или угрозы расправы и пр.
2. Косвенная агрессия - обращается на объекты, непосредственно не вызывающие возбуждение и раздражение, но более удобные для проявления агрессии (они доступны и проявление агрессии в их адрес безопасно): отец, придя с работы не в духе, срывает злость на всей семье, непонятно за что; мать после конфликта с соседкой начинает практически без повода кричать на ребенка и пр.

**Разделение по форме проявлений**

1. Вербальная - выражена в словесной форме: угрозы, оскорбления, содержание которых прямо говорит о наличии отрицательных эмоций.
2. Экспрессивная - проявляется невербальными средствами: жестами, мимикой, интонацией голоса и пр. В таких случаях человек делает угрожающую гримасу, машет кулаком или грозит пальцем в сторону противника, громко извергает ненормативную лексику.
3. Физическая - прямое применение силы для нанесения морального и физического ущерба противнику.

**Виды агрессивных реакций по опроснику Басса-Дарки**

**Физическая агрессия** — использование физической силы против другого лица.

**Косвенная** — агрессия, окольным путём направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

**Раздражение** — готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

**Негативизм** — оппозиционная манера поведения от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

**Обида** — зависть и ненависть к окружающим за действительные или вымышленные действия.

**Подозрительность** — в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

**Вербальная агрессия** — выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

**Чувство вины** — выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает плохо, а также ощущаемые им угрызения совести.

 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.

 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 заболевания.

2. Агрессивное поведение может быть связано с личностными особенностями ребенка, его характером и темпераментом.

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

4. Ссоры, конфликты, грубость в семье.

5. Регулярное проявление у родителей агрессивного поведения.

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

7. Неуважение к личности ребенка

 Агрессивные реакции могут быть вызваны некорректной и нетактичной критикой, оскорбительными и унизительными замечаниями.

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

9. Недостаточное время, уделяемое родителями ребенку

 Дети часто используют агрессию и непослушание для того, чтобы привлечь к себе внимание взрослого.

10. Избыток внимания со стороны родителей

 Когда в семье ребенку уделяется чрезмерное внимание, он становится избалованным и привыкает к тому, что его капризам всегда потакают. Такие дети перестают чувствовать меру, нарушают правила. Проявляют раздражительность, эгоистичность и др. Дело в том, что следующим этапом станет агрессия.

11.Чрезмерный контроль или полное отсутствие его

 Чрезмерный контроль над поведением ребенка (гиперопека) и его собственный чрезмерный контроль над собой не менее вреден, чем полное отсутствие такового (гипоопека).

12. Дети, родители которых отличаются чрезмерной уступчивостью, неуверенностью, а иногда и беспомощностью в воспитательном процессе, начинают видеть опасность даже там, где ее нет, становится недоверчивым и подозрительным. Таким образом не чувствуют себя в полной безопасности и также становятся агрессивными.

13. Колебания родителей при принятии каких-либо решений, отсутствие четкой линии воспитания провоцирует ребенка на агрессивное поведение, с помощью которого он может влиять на дальнейший ход событий и при этом добиваться своего.

14. Недовольство собой, заниженная самооценка

 Еще одна причина агрессивности - недовольство собой. Часто это вызывается не объективными причинами, а отсутствием эмоционального поощрения от родителей, которое приводит к тому, что дети не научаются любви к себе. Для ребенка (как и для взрослого) жизненно важно, чтобы его любили не за что-то, а просто за сам факт существования - немотивированно. Если ребенок не любит себя, считает себя недостойным любви, то он не любит и других. И потому агрессивное отношение к миру с его стороны вполне логично.

**15. Желание стать лидером**. Потребность в признании, желание занять лидерские позиции часто заставляют ребенка действовать агрессивно: сегодня такое поведение лидеров приветствуется обществом. Желание получить признание сверстников побуждает даже неагрессивного ребенка вести себя иначе.

16. Ревность, зависть к другим детям.

17. Ситуативные причины

 Плохое самочувствие, переутомление; влияние продуктов питания; влияние шума, вибрации, тесноты, температуры воздуха.

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

**Последствия детской агрессии могут быть следующими**

* ребенок может стать изгоем в коллективе (садике, школе).
* он и во взрослом возрасте не будет уметь себя контролировать, будет использовать ту же модель поведения.
* агрессивные дети могут объединяться, третируя остальных, что чревато формированием антисоциального поведения.
* во взрослом возрасте такому человеку будет сложно строить отношения с другими людьми(проблемы в личной жизни; проблемы в общении с родственниками, друзьями, коллегами и т.д.)
* проблемы с законом.

**Профилактика и коррекция детской агрессии**

Важную роль в проявлении детской агрессивности играет поведение родителей и их восприятие собственного ребенка, поэтому в основе профилактики лежит коррекция и именно родительского поведения и подходов к воспитанию. Несколько простых правил:

* чуткость;
* понимание;
* терпение;
* заинтересованность в развитии ребенка;
* нежность, доброта;
* умеренная строгость;
* внимание и общение.

Регулярное посещение невролога, детского психолога, коррекция поведения с дефектологом, а также прием прописанных врачами лекарств в равной степени является, как профилактикой вспышек агрессии, так и ее полным устранением.

Работа с ребенком со стороны родителей, их адекватный подход к воспитанию, открытость к проблемам малыша являются самыми надежными помощниками в борьбе с детской агрессивностью.

**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 ребенку! Это позволяет ему почувствовать, 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). Старайтесь общаться с ребенком на равных.

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. Помогите ребенку, если у него возникают проблемы в общении со сверстниками (ролевые коррекционные игры, консультации психолога, развитие коммуникативных навыков).

7. Объясните ребенку, почему нельзя драться, обзываться, а также бросать в других детей что-либо. Затем расскажите и покажите ребенку, какого поведения вы от него ждете: поцелуйте его, обнимите, поговорите с ним. Объясните ребенку, как чувствует себя тот, кого ударили или обозвали. Расскажите, почему нужно вести себя дружелюбно.

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

 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 ребенка, может быть помочь ему отстоять его интересы, а также объяснить, как можно это делать конструктивным способом.

9. Обучите ребенка способам выражения гнева в приемлемой форме. 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 и другие образцы агрессивного поведения.

- 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.

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

11. 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.

12. 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 вышеуказанные рекомендации оказались все же недостаточными для решения проблемы агрессивного поведения у вашего ребенка, вы можете обратиться к специалисту, который поможет вам определить причины такого поведения и научить вашего ребенка осознавать свои чувства и эмоции, выражать гнев приемлемыми, неразрушительными способами и начать учиться управлять им.