



Детская агрессия. Причины и способы ее преодоления.

Среди существующих нарушений у детей дошкольного возраста данная проблема самая распространенная. Детская агрессивность выражается в готовности к поведению, которое противоречит нормам поведения в обществе и может приводить к нанесению физического и морального ущерба. При этом дети дошкольного возраста, проявляющие агрессивное поведение, чаще всего, не имеют самого агрессивного мотива.

Следует обратить внимание на то, что агрессия это выражение эмоции, а эмоция – это то, что мы испытываем вне зависимости от наших желаний и тем более желаний окружающих нас людей. Эмоции, в том числе и эмоции гнева, нельзя запретить. Как говорят психологи, очень важно дать ребёнку «отреагировать» на свой гнев. Поскольку мы видим, что гнев – это реакция, следовательно, её, эту реакцию, надо отрегулировать, дать ей выход, как и любой другой эмоции.

Чаще всего ребенок бывает агрессивным из-за психологических проблем, с которыми он не справляется. При этом за агрессивным поведением могут стоять разные причины. Хочется заметить, что любое негативное поведение ребенка, будь то капризы, слезы, драки и т. д., свидетельствуют не о том, что ребенок что-то хочет сделать назло взрослым, а о том, что в его жизни что-то не так. Практика показывает, что на агрессивность ребенка больше воздействуют социальная среда и его окружения.

Что же нужно делать с агрессивным поведением?

- 1. Реагируйте быстро.** Если ребёнок поступает неправильно, лучше сразу ему сказать об этом. Главное, что необходимо донести до ребёнка – это связь между его поведением и последствиями. Как бы вы не были рассержены сами, старайтесь не кричать на ребёнка, не шлёпать его и не ругать за непослушание. Такие меры не заставят ребёнка изменить своему поведению, зато вы наглядно покажете, что физическая и вербальная агрессия допустимы, если человек злится. В избежание этого, лучше покажите ему хороший пример – возьмите себя в руки и спокойно отведите его в сторону и поговорите «на равных».
- 2. Награждайте за хорошее поведение.** Чаще хвалите его за хорошие поступки. Скажите, что вы им гордитесь, причём объясните за что именно.
- 3. Старайтесь всегда реагировать на агрессивное поведение одинаково.** Если вы ведёте себя предсказуемо (например, «Ты снова толкнул Наташу, так что посиди на скамейке ещё раз») – ваш ребёнок быстро к этому привыкнет и в итоге осознает, что из-за плохого поведения он лишает себя радости. Это станет для него первым шагом на пути к самоконтролю.
- 4. Укрепляйте у ребёнка ответственность.** Если, например, в порыве своей агрессии ребёнок что-то разбил или раскидал, он должен помочь привести

всё в порядок. Только не нужно обозначать это как наказание, скорее это будет последствие за агрессивное поведение. Кроме того, ребёнок должен осознать, что за свои проступки **нужно извиняться.**

5. Ограничьте просмотр телевизора. Так как агрессивное состояние могут вызвать мультфильмы со злыми героями, игрушки, а также сказки-страшилки, фильмы ужасов. С детства учите справедливости, доброте и пониманию, при помощи добрых сказок и ролевых игр с позитивными персонажами.

В заключение хотелось бы сказать, дети - это наше отражение.

Они копируют наше поведение, поэтому в первую очередь, начните воспитание с себя. Прививайте любовь к животным, например объясните, что кошка и собака друг человека, и ни при каких обстоятельствах их нельзя обижать. Уделяйте больше времени своим детям, общайтесь, интересуйтесь его увлечениями, играйте вместе, в коллективе других детей.

Избавиться от агрессивного поведения помогут такие методы, как игры с водой, рисование, лепка разных фигурок из пластилина, сказкотерапия.

Помните! При любой агрессии, необходимо соблюдать спокойствие. Крики и наказания, лишь усугубляют возникшую ситуацию. Постарайтесь в первую очередь успокоить ребёнка и только потом провести воспитательную беседу.

<https://missbagira.ru/themes/psihologiya/prichiny-detskoj-agressii-i-ee-posledstviya-kak-borotsya-s-detskoj-agressiej-roditelyam-korrekcija-detskoj-agressii>