**Если ваш ребенок проявляет признаки агрессивного поведения.**

Зачастую так случается, что в коллективе есть ребенок с признаками агрессивного поведения. Он нападает на детей, обзывает их, намеренно употребляет грубые выражения, т.е. становится «грозой» всего коллектива. Этого ершистого, драчливого, грубого ребенка трудно принять, а еще труднее понять. Однако агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Бывает что отстраненность родителей приводит к нарушению детско-родительских отношений и вселяет в душу ребенка уверенность, что его не любят. «Как стать любимым и нужным» - неразрешимая проблема, стоящая перед ребенком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. К сожалению, эти поиски не всегда заканчиваются так, как хотелось бы нам и ребенку, но как сделать лучше – он не знает.  Родителям и педагогам не всегда понятно, чего добивается ребенок и почему он ведет себя так, хотя заранее знает, что со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых – наказание. В действительности, это порой лишь отчаянная попытка завоевать свое «место под солнцем». Ребенок не имеет представления, как другим способом можно бороться за выживание в этом странном и жестоком мире, как защитить себя. Агрессивные дети часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность, они  не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь, боятся их. У агрессивных детей количество реакций даже на стандартные ситуации очень ограничено. Чаще всего это защитные реакции. К тому же дети не могут посмотреть на себя со стороны и адекватно оценить свое поведение. Зачастую дети перенимают агрессивные формы поведения у родителей. Почему дети кусаются, дерутся, толкаются, «взрываются» и бушуют? Зачастую дети поступают так потому, что не знают, как поступить иначе. Их поведенческий «репертуар» довольно скуден. Агрессивным детям необходимо предоставить возможность выбора социально приемлемых способов  поведения.

***Научить:***

***1.Выражать гнев «хорошими» способами.***

***2.Уметь владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.***

***3.Учить сочувствию, сопереживанию, доверию.***

***Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию.***

Агрессивные дети, как правило, имеют низкий уровень эмпатии.

***Эмпатия***– это способность чувствовать состояние другого человека, умение вставать на его позицию. Агрессивных же детей чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо. Считается, что если агрессор сможет посочувствовать «жертве», его агрессия в следующий раз будет слабее. Научившись сопереживать окружающим людям, агрессивный ребенок сможет избавиться от подозрительности и мнительности, которые доставляют так много неприятностей и самому «агрессору», и тем, кто находится с ним рядом. Научиться брать на себя ответственность за совершенные им действия, а не сваливать вину на других. Правда, взрослым, взаимодействующим с агрессивным ребенком, тоже не помешает избавиться от привычки обвинять его во всех смертных грехах. Например, если ребенок швыряет в гневе игрушки, можно, конечно, сказать ему: *«Ты – негодяй! От тебя одни проблемы. Ты всегда мешаешь всем!»* Но вряд ли такое заявление снизит эмоциональное напряжение «негодяя». Наоборот, ребенок, который и так уверен, что он никому не нужен и весь мир настроен против него, обозлится еще больше. В таком случае гораздо полезнее сказать ребенку о своих чувствах, используя при этом местоимение «я», а не «ты». Например, вместо: «Ты, почему не убрал игрушки?», можно сказать: *«Я расстраиваюсь, когда игрушки разбросаны».* Таким образом, вы ни в чем не обвиняете ребенка, не угрожаете ему, даже не даете оценки его поведению. Вы говорите о себе, о своих ощущениях. Как правило, такая реакция взрослого сначала шокирует ребенка, ожидающего града упреков в свой адрес, а затем вызывает у него чувство доверия. Все предлагаемые способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения ребенка. Внимание к ребенку, его нуждам, потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими – вот что поможет наладить взаимоотношения с сыном или дочерью.

**Стили родительского воспитания**

*(в ответ на агрессивные действия ребенка)*

|  |
| --- |
| ***Стратегия воспитания***Резкое подавление агрессивного поведения ребенка***Конкретные примеры стратегии***«Прекрати!», «Не смей так говорить». Родители наказывают ребенка***Стиль поведения ребенка***Агрессивный (ребенок может прекратить сейчас, но выплеснет свои отрицательные эмоции в другое времяи в другом месте)***Почему ребенок так поступает***Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения |
| ***Стратегия******воспитания*** Игнорирование агрессивных вспышек ребенка***Конкретные примеры стратегии*** Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают, что ребенок еще мал***Стиль поведения ребенка*** Агрессивный (ребенок продолжает действовать агрессивно)***Почему ребенок так поступает***Ребенок думает, что делает все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются как черта характера |
| ***Стратегия******воспитания***Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме***Конкретные примеры стратегии*** запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим ***Стиль поведения ребенка*** Если родители видят, что ребенок разгневан, они могут вовлечь его в деятельность, которая снимет его гнев.***Почему ребенок так поступает*** Родители объясняют ребенку, как надо вести себя в определенных ситуациях Скорее всего, ребенок научится управлять своим гневом. Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих тактичных родителей. |

***Конструктивные способы выражения***

***гнева***

Обучать агрессивных детей конструктивным способам выражения гнева рекомендуют в двух направлениях:

* учим детей прямо заявлять о своих чувствах
* и выражать гнев в косвенной форме, с помощью игровых приемов.

Многие психологи считают, что одним из лучших способов выражения гнева является прямое высказывание своих чувств человеку, который стал источником гнева. Следует выражать гнев прямо, словесно и в вежливой форме. Если же это невозможно, то лучше все же достигнуть примирения и взаимопонимания с партнером по общению. А чтобы гнев или обида не остались неотреагированными, взрослые могут поделиться своими чувствами с друзьями, родственниками, а дети – с родителями. Для того чтобы помочь ребенку необходимо научить его выражать или выплескивать свой гнев. Чем больше гнева выплеснется в словах, тем меньше его останется, чтобы проявиться потом через ложь, воровство, наркотики и все другие образцы столь распространенного сегодня пассивно-агрессивного поведения. Когда ребенок выражается в грубой форме, используя ругательства и подобные способы следует установить с ним зрительный контакт, спокойно посмотреть на него и дать ему выговориться. После этого надо рассказать ему, как можно выразить гнев по-другому – в позитивной форме. К позитивным способам выражения гнева относятся:

* Умение направить гнев на объект. При этом выражается основная жалоба, без уклонений в сторону.
* Вежливость в обращении.
* Стремление найти конструктивное решение.

Для того чтобы добиться результатов взрослый должен сам подавать положительный пример и демонстрировать образцы зрелого поведения.

Другой способ выражения гнева:

* перенос чувств на неодушевленные предметы, предназначен для маленьких детей, которые не могут выразить свои мысли.

Для проработки способов выражения гнева с такими детьми можно использовать резиновые игрушки, шарики, которые можно бросать в ванну, наполненную водой, подушки, поролоновые мячи, мишень с дротиком, «стаканчик для крика», спортивный инвентарь. Все эти предметы нужны для того, чтобы ребенок не направлял гнев на людей, а на предметы в игровой форме.

**Обучение детей приемам с**

**саморегуляции, самообладания**

Агрессивным детям зачастую свойственны мышечные зажимы, особенно в области лица и кистей рук. Поэтому для данной категории детей будут полезны любые релаксационные упражнения.

В процессе общения можно говорить с ребенком о том, что такое гнев и каковы его разрушительные действия, можно объяснить ребенку, каким злым и некрасивым становится человек в порыве гнева. Поэтому важно работать над собой, управлять и владеть своими эмоциями.

**Пример приема обретения самоконтроля**.

В карман одежды можно положить нарисованный от руки дорожный знак «Стоп». Как только агрессивного ребенка начнут одолевать незваные мысли и желания, он может достать из кармана картинку и мысленно или шепотом произнести: «Стоп». Для того чтобы данный прием начал работать, необходима многодневная тренировка.

**Отработка навыков общения**

Агрессивные дети иногда проявляют агрессию лишь потому, что не знают других способов выражения своих чувств. Задача взрослого – научить их выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами. С этой целью можно с ребенком дома обсудить наиболее часто встречающиеся конфликтные ситуации. Например, как поступить, если ребенку нужна игрушка, в которую кто-то уже играет, или в классе, если кто-то уже занял твое место. Такие беседы помогут ребенку расширить поведенческий репертуар – набор способов реагирования на определенные события. Иногда дети поступают так или иначе не потому, что им это нравится, а из-за того, что не знают, как можно сделать по-другому. Один из приемов – ролевая игра. Иногда дети предлагают агрессивные способы выхода из ситуации (закричать на друга, ударить, отобрать игрушку, припугнуть). В этом случае взрослый не должен критиковать и давать оценку предложению ребенка. В процессе обсуждения ребенок должен сам убедится в неэффективности такого подхода к проблеме.

**Формирование позитивных качеств личности**

**(эмпатии, доверия к людям, доброты и т.д.)**

Считается, что развивать эмпатию и формировать другие качества личности можно во время совместного чтения взрослого и ребенка. Обсуждая прочитанное, взрослый поощряет выражение ребенком своих чувств. Кроме этого, очень полезно сочинять с ребенком сказки, истории. Можно самим составить рассказ и на основании его составить свой эмоциональный словарь.

*Добрый* – когда все добрые ко мне.

*Расслабленный* – когда сделал все задания.

*Довольный* – когда тебе разрешили пойти погулять.

*Самодовольный* – когда твоя шутка понравилась собеседнику и т.д.

***Удачи уважаемые родители!***

***Все в ваших руках!***