**Памятка для родителей**

**Агрессивность**

*Агрессия* – это мотивированное диструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние тревожности, страха).

# Причины появления агрессии

* соматические заболевания или заболевания головного мозга;
* особенности воспитания ребенка в семье;
* характер наказаний, которые применяют родители в ответ на проявления гнева у своего ребенка. В таких случаях могут быть использованы два полярных метода воздействия: либо строгость, либо снисходительность. Как это не парадоксально, агрессивные дети часто встречаются у мягких родителей, и у чрезмерно строгих.

Родители, резко подавляющие агрессивность у своих детей, вопреки своим ожиданиям, не устраняют это качество, а напротив, взращивают его, всем известно, что зло порождает только зло, а агрессия – агрессию.

Если родители вовсе не обращают внимания на агрессивные реакции своего ребенка, то он начинает считать, что такое поведение дозволено, и одиночные вспышки гнева незаметно перерастают в привычку действовать агрессивно. Только родители, которые умеют находить разумный компромисс, золотую середину, могут научить своих детей справляться с агрессией.

**Портрет агрессивного ребенка**

Легко распознать ребенка с признаками агрессивного поведения. Он нападает на детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения. Этого ершистого, драчливого, грубого ребенка очень трудно принять таким, какой они есть, а еще труднее понять.

Однако 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. Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. К сожалению, эти поиски не всегда заканчиваются так, как хотелось бы родителям 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».

Агрессивные дети очень часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину на затеянную ими ссору на других. Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность.

Эмоциональный мир агрессивных детей недостаточно богат, в палитре их чувств преобладают мрачные тона количество реакций даже на стандартные ситуации очень ограничены. Чаще всего это защитные реакции. К тому же дети не могут посмотреть на себя со стороны и адекватно оценить свое поведение.

Как правило, для воспитателей и учителей не составляет труда определить у кого из детей повышен уровень агрессивности, такой ребенок:

* часто теряет контроль над собой;
* спорит, ругается со взрослыми;
* специально раздражает других людей;
* винит других в своих ошибках;
* часто сердиться и отказывается делать что-либо;
* завистлив и мстителен;
* чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

**Рекомендации**

* Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
* Демонстрировать детям модель неагрессивного поведения.
* Быть последовательным в наказаниях ребенка (наказывать за конкретные поступки).
* Наказание не должно унижать ребенка.
* Обучать ребенка способам выражения гнева.
* Давать ребенку возможность проявлять гнев сразу после фрустрирующих событий.
* Обучать распознаванию собственных эмоциональных состояний и состояний окружающих людей.
* Развивать способность к эмпатии (сопереживанию).
* Расширять поведенческий репертуар ребенка.
* Отрабатывать навыки реагирования в конфликтных ситуациях.
* Учить ребенка брать ответственность на себя.
* «Воинственность» ребенка можно успокоить своим спокойствием.
* Находить повод хвалить ребенка, особенно это хорошо спустя некоторое время после наказания. Ребенок убедится, претензии были к его поступку, а не к личности в целом.