Дети с агрессивным поведением

**Что такое агрессия?**

«Агрессия» -это намеренные действия, направленные «на причинение ущерба другому человеку, группе людей или животному».

Агрессия - это действие, агрессивность – готовность совершать такие действия.

Агрессивное поведение – любая форма поведения, нацеленная но оскорбление или причинение вреда другому человеку.

**Причины появления агрессивности у детей могут быть разнообразными**

Огромную роль играет воспитание в семье. На становление агрессивного поведения влияет характер наказаний, которые чаще выбирают родители в ответ на проявление гнева своего ребенка. Агрессивные дети одинаково встречаются часто у слишком «мягких» родителей и чрезмерно строгих. Если родители не обращают внимание на агрессивные вспышки ребенка и такое поведение остается не замеченным, то такие дети начинают понимать, что он ведет себя дозволенным образом. В дальнейшем единичные вспышки гнева незаметно перерастают в привычку действовать агрессивно. Так же некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга могут способствовать проявлению агрессивных качеств.

**Портрет агрессивного ребенка.**

Агрессивный ребенок очень часто ощущает себя отверженным. Неправильный стиль воспитания родителей вселяет в душу ребенка чувство, что его не любят. Такой ребенок часто подозрителен и насторожен, любит сваливать вину на других. Они часто не могут сами оценивать свою агрессивность, не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Агрессивный ребенок имеет низкий уровень эмпатии. Эмпатия – это умение чувствовать состояние другого человека, умение вставать на его позицию. Таких детей чаще всего не волнует страдания окружающих, они не понимают, как другим может быть плохо. Агрессивный ребенок – как и любой другой нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что агрессия- это, прежде и всего отражение внутреннего дискомфорта, неумение адекватно реагировать на происходящее вокруг.

**Виды** **агрессии**

А.Басс и А. Дарки выделяют 5 видов агрессии: физическая агрессия (физическое действие против кого-либо), раздражение (вспыльчивость, грубость), Вербальная агрессия (угрозы, крики, ругать и т.д.), косвенная агрессия: направленная (сплетни, злобные шутки) и ненаправленная (крики в толпе и топанье и т.д.), негативизм (оппозиционная мера поведения).

**Диагностика агрессивного ребенка**

Существуют разные методики диагностики агрессивного поведения, которые используют специалисты в своей практике. Но самый простой для родителей является следующий.

Родителям ребенка нужно ответить на следующие вопросы:

1. Ребенок часто теряет контроль над собой?

2. Часто спорит, ругается со взрослым?

3. Часто отказывается выполнять правила и просьбы?

4. Часто специально раздражает людей?

5. Часто винит других в своих ошибках и поведении?

6. Чувствителен, он быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его?

7. Часто сердиться и отказывается делать что-либо?

8. Часто завистлив, мстителен?

Чтобы предположить, что ребенок является агрессивным, необходимо, чтобы в течении не менее 6 месяцев он проявлял 4-8 критериев. В случае, если большое количество перечисленных критериев все же появляются в поведении ребёнка – это значит, что этому ребенку необходима помощь специалиста: психолога или врача.

**Рекомендации родителям агрессивного ребенка**

Лучшим гарантом хорошего и адекватного поведения у детей является умение родителей владеть собой.

Наладьте взаимоотношение со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно:

- интересуйтесь чем он занимался в течении дня;

- слушайте своего ребенка, разговаривайте с ним на различные темы (следует говорить не только о том, что ребенку нравиться и что у него получается, но и о его трудностях и неудачах. Каждый раз можно и нужно помогать ребенку вырабатывать стратегию поведения в таких неприятных ситуациях и находить причины их возникновения);

- обращайте внимание в какие интернет игры он играет и чем интересуется;

- какие видео и трансляции смотрит в гаджетах;

- с кем дружит;

- проводите с ним как можно больше времени;

- делитесь с ним своим опытом;

-рассказывайте ему о своем детстве, детских поступках, победах и неудачах.

Для того чтоб научить ребенка не сваливать свою вину на других, родители должны свои обращения к ребенку начинать не с местоимения «ты» и обвинения («ты почему не убрал игрушки?»...), а с местоимения «я» и описания собственных чувств «я расстраиваюсь когда вижу как разбросаны твои игрушки». Для того чтобы овладеть такой формой общения можно поиграть в такие игры – « Я вижу ….», « Я слышу…», « А я умею…».

Игры и упражнения для снятия агрессии у детей.

Предлагаю внимаю несколько игр и упражнений. Данные игры и упражнения являются общей рекомендацией. Для каждого ребенка в зависимости от ситуации необходим свой индивидуальный подход.

Игры, направленные для снятия агрессии, помогают выплеснуть гнев, снять лишнее мышечное и эмоциональное напряжение, направить энергию в нужное, «созидающее русло», настроить на спокойный и позитивный лад.

Дети делятся га две команды и становятся поодаль друг от друга. Каждый ребенок берет лист бумаги и скомкивает его таким образом, чтобы получился мячик. По команде дети начинают перекидывать мячики на сторону противника. Цель – как можно быстрее забросить мячи на территорию противника. Выигрывает та команда, не чьей стороне окажется больше мячиков.

2. Игра «жу-жа»

Цель: научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают.

«Ведущий выбирает жу-жу, которая садиться на стул, остальные дети начинают дразнить жу-жу, и кривляться перед ней.»

Жу-жа, жу-жа выходи, жу-жа догони. Жу-жа смотрит из окошка своего домика (стула), показывает кулаки, топает от злости ногами, а когда дети заходят за волшебную черту жу-жа и ловит детей. Кого поймала жу-жа, тот попадает в плен.

3. Игра «Каратист» ( снятие физической агрессии)

Дети образуют круг, в центре которого лежит обруч – «волшебный круг». В нем происходит «превращение» ребенка в каратиста (движение ногами). Дети, стоящие вокруг обруча, вместе с ведущим хором произносят: «Сильнее, сильнее, сильнее……», - помогая игроку выплеснуть агрессивную энергию максимально интенсивными действиями.

4. Упражнение «Брыкание» ( упражнение способствует эмоциональной разрядке и снятию мышечного напряжения)

Ребенок ложиться на спину на ковер. Ноги свободно раскинуты. Медленно он начинает брыкаться, касаясь пола всей ногой. Ноги чередуются и высоко поднимаются. Постепенно увеличивается сила и скорость брыкания. На каждый удар ребенок говорит «Нет», увеличивая интенсивность удара. Чтобы малыш не стеснялся, лучше выполнять это упражнение вместе с ним.