

## **В помощь родителям: пути устранения детской агрессии**

В отдел по делам семьи и детей администрации города Кировское стали обращаться родители с просьбой оказать помощь их ребенку, который стал себя вести агрессивно, и при этом нет явных причин данным проявлениям. Сталкивались с подобной проблемой первой реакцией родителей является – паника, они приходят в ужас и совершенно не знают, как себя вести и что с этим делать.

Причиной агрессии, как правило, становятся переполняющие ребенка негативные эмоции, связанные с определенной ситуацией. Гнев, злость, обида, раздражение, страх – все это необходимо выплеснуть. Для родительского успокоения хочется сказать о том, что в мире не существует таких родителей, которые бы не столкнулись с проявлениями детской агрессии. В случае, неоднократного проявления ребенком отрицательных эмоций «бурным» способом, можно говорить о **детской агрессии** – способе активного выражения недовольства и гнева, проявляющегося через отрицание окружающих и попытку причинения ущерба (предметам) или увечий (людям, животным).

Агрессивных проявлений у детей, можно **условно** выделить в несколько групп:

**1. Вина родителей:** эта группа причин занимает лидирующую позицию по той причине, что все берется из семьи. В каждом втором случае детская агрессия – ошибки родителей: недостаточное или чрезмерное внимание, нежелание общаться и вникать в проблемы детей, нехватка времени, отчуждение и равнодушие, унижение человеческого достоинства, жесткая авторитарность и деспотичность в воспитании, неблагоприятная атмосфера в семье, (например, родители постоянно ссорятся и срывают злость на ближайшем окружении) рукоприкладство, аморальный образ жизни родителей. Агрессию ребенка может вызвать и некорректная критика, ведь зачастую мамы любят делать унижительные замечания или наказывать детей в самом неподходящем для этого месте. Иногда родители, сами того не желая, становятся инициаторами агрессии. К таким случаям можно отнести такие случаи, когда отсутствует единство в воспитании: один родитель разрешает, а второй – категорически против, тогда для ребенка авторитетом будет тот, кто много позволяет, а тот, кто не разрешает – объект агрессии.

**2. Социальные факторы:** в эту группу можно отнести просмотр провокационных фильмов и сериалов, игры в жестокие компьютерные игры, агрессию со стороны сверстников.

**3. Возрастные особенности** – это кризис 3 и 7 лет. В это время от ребенка можно ожидать все, что угодно. Может возникнуть необоснованный каприз (хочет идти пешком пять остановок, а не проехать это расстояние на автобусе), случиться истерика (которая обычно следует за неудовлетворенным капризом), начнется приступ агрессии, во время которой ребенок начнет бить родителей, окружающих детей, кидаться во взрослых предметами, плевать на них, пинать ногами, царапать.

**4. Заболевания:** проявления агрессии сопровождаются нервозностью. В эту группу можно отнести соматические и хромосомные заболевания, приводящие к нарушению работы головного мозга, к задержке умственного и психо-моторного развития, нарушению социализации, гиперактивности, повышенной нервной возбудимости, дефициту внимания и интеллекта и т.д. В данном случае можно отметить: здесь нет вины родителей (если только они не спровоцировали наступление заболевания), все происходит не от капризов и прихоти ребенка, а от того, что действия эти неконтролируемы и всегда сопровождаются повышенной нервной возбудимостью, истериками, чрезмерной плаксивостью, подавленным состоянием.

С агрессивными приступами детей можно и нужно бороться. Последствия агрессии, оставленной без профилактики и своевременной коррекции, могут быть самыми печальными – от конфликтов со сверстниками до асоциального поведения во взрослом возрасте.

Рассматривая первую группу причин, можно отметить, что самый основной способ устранения агрессивности у ребенка – начать с себя, пересмотреть свое отношение к ребенку и окружающим людям, изменить методы воспитания и посетить семейного и детского психолога. Хвалите ребенка каждый день, по малейшему поводу. Пройдет время и все забудется, важно дать понять ребенку, что его любят.

Для второй группы разрешением ситуации станет ограничение просмотра телевизора, не разрешение играть в компьютерные игры, проведение эмпирических бесед с разъяснением, почему так стоит или не стоит поступать и посещение психолога, который поможет ребенку разобраться в себе, избавиться от комплексов и поменять тактику поведения со сверстниками.

На возрастные проявления агрессии стоит реагировать спокойно, но настороженно. Для начала стоит разобраться в том, почему именно так ведет себя малыш: ему недостаточно внимания родителей, и он так пытается привлечь к себе внимание? Он ревнует маму или папу к младшему (старшему) брату (сестре)? Он хотел поиграть именно этой игрушкой, но игрушка не принадлежала крохе? Поговорите с ребенком, объясните, почему вы уделите младшему ребенку немного больше времени, что он беззащитный и нуждается в уходе, предложите помочь вам. Скажите, что сейчас он вам поможет, а потом вы почитаете вместе книгу, порисуете, пойдете погулять и т.д.

Нервозность – признак нездоровья, наличия соматического или психиатрического заболевания, бороться с которыми могут только узкоспециализированные специалисты. В таких ситуациях не стоит утешать себя детским сложным возрастом, стоит немедленно обратиться к опытным специалистам: невропатологам, возможно, к психиатрам, психотерапевтам и психологам, а родители могут поддерживать и любить ребенка несмотря ни на что.

#### **Вот несколько способов вывода ребенка из состояния агрессии:**

- попросите ребенка нарисовать на альбомном листе причину агрессии и предложите порвать листок;
- вдохнуть и досчитать до 10.
- выплеснуть всю злость на подушки, то есть побить ее, как боксерскую грушу.
- переключите внимание на что-то другое;
- займите ребенка спортивной игрой (гимнастикой, футболом, боксом).

**Уважаемые родители, если Вы чувствуете, что не способны самостоятельно справиться с проявлениями агрессии у вашего ребенка, возможно получить квалифицированную помощь специалиста-психолога из Российской Федерации, который проведет групповые коррекционные занятия.**

**Для формирования группы необходимо обращаться в отдел по делам семьи и детей администрации города Кировское, либо по телефону 6-45-02**

**ОДСД администрации г.Кировское**