**Семь причин детской агрессии или почему ребенок дерется?**

Памятка для родителей

Почему ребёнок дерётся и что делать в таком случае? Очень многие родители сталкиваются с проблемой детской агрессивности. Как же вести себя в данной ситуации. Главное, не реагировать на такой всплеск, ответной злостью и не наказывать ребенка. Папа и мама могут поступить грамотно и помочь своему чаду преодолеть этот сложный период в его жизни. Но для начала необходимо разобраться с причинами данного явления.

1*.Негативная самооценка* («Я плохой и веду себя как плохой»).  
***Ваши действия****.* Как можно чаще хвалить ребенка, не стесняться проявлять любовь к нему. Никогда не осуждать самого ребенка («Ты плохой, потому что так делаешь»), а только его действия («Мне не нравится, что ты поступил плохо, поскольку сделал кому-то больно»). Всегда говорите о поступке ребенка, а не о его личности!

2.*Страх (защитная агрессия)*  
***Ваши действия****.* Научите ребенка защищать себя, словесно выражая свое мнение, определяя собственное эмоциональное состояние (это полезно и во всех других ситуациях).

3.*Реакция на запрет* (ребенок не получает то, что ему нужно).  
***Ваши действия****.* В разумных пределах необходимо разрешать ребенку быть независимым. В случае отказа аргументировано объясните причину запрета. Если желание ребенка несвоевременно, переключите его внимание на что-то другое или предложите компромисс. Устанавливайте правила поведения, заранее их, обговаривая с ребенком.

4. *«Не могу!»*

Ребенок понимает, что ведет себя плохо, но не может справиться со своими чувствами.   
***Ваши действия****.* Остановите ребенка. Для него очень важно, чтобы вы справились с его агрессией: тот, кто тебя защитил от себя самого, сможет защитить и от внешних опасностей. Агрессивность ребенка возросла до высокой степени, и угрожает ему самому или окружающим? Примените «силу объятий», посадив ребенка к себе на колени, обнимите. У малыша должно создаться впечатление: вы сдерживаете его, поскольку хотите успокоить.

5.*Усталость*  
***Ваши действия***. Когда дети устают, их возбуждение начинает нарастать. От этого они устают еще больше, и дело кончается срывом. В таком состоянии ребенок не может успокоиться сам, помогите ему: обнимите, усадите на колени, начните качать, как маленького, нашептывайте на ушко что-то ласковое и спокойное. Все подвижные игры прекращайте за два часа до сна. Старайтесь соблюдать режим дня и строго придерживаться введенных правил.

6. *Переадресация агрессии*

«Как обращались со мной, так и я буду обращаться с другими».  
***Ваши действия***. Если в семье является обычным делом эмоционально выяснять отношения, кричать друг на друга или ребенок оказывается крайним в ссорах родителей, он перенимает этот стиль поведения. В таких семьях детей наказывают часто и несправедливо. Чем более жесткие требования предъявляются ребенку дома, тем более агрессивным он будет в своих проявлениях.  
  
7. *Жажда власти*. Речь идет о детях с так называемыми нарушенными привязанностями («Я никому не нужен, ну и не надо!»).   
Они научились жить, нападая на всех, нарушая правила.  
***Ваши действия****.* Нужно завоевать авторитет: значимыми качествами для такого ребенка являются справедливость и сила. Когда ваш авторитет не вызывает сомнений, следует вовремя твердо сказать ребенку: «Я не позволю тебе это делать».

**Материал подготовила Горюшина А.Н.**