

Причины агрессии у детей



Далеко не всегда вспышки агрессии у детей могут быть объяснимы особенностями врождённого темперамента и нервной системы. Чаще всего причины такого поведения кроются в другом.

Обида или борьба за внимание родителей

Ребёнок не всегда может высказать свою обиду за что-либо, а вместо этого просто начинает вести себя агрессивно. Кроме допущенной по отношению к нему несправедливости (с точки зрения ребёнка), причиной может стать недостаток любви и душевной теплоты, который ребёнок почувствует по отношению к нему.



Компенсация неуверенности в себе

Агрессия становится защитной реакцией, когда ребёнок ощущает себя ненужным, либо просто чувствует себя «не в своей тарелке», испытывает страх или стресс.

«Выученное поведение»

Дети часто поступают агрессивно, просто копируя соответствующее поведение родителей, других близких людей, а ещё чаще – персонажей мультфильмов, героев кино, комиксов, телепередач, компьютерных игр. К сожалению, современные медиаресурсы предоставляют детям такие дурные примеры в изобилии.

Помните, что ребёнок вовсе не «кривляется», а искренен в этих чувствах, и ему самому справиться с ними непросто. Проявите терпение, не спешите наказывать «маленького злоку». А самое главное – просто подавайте хороший пример. Наиболее часто агрессия у детей проявляется именно в таких семьях, где внутренняя обстановка регулярно балансирует на грани ссоры.



Игры помогающие победить детскую агрессию

Если вспышки агрессивного поведения повторяются у ребёнка регулярно, надо направить эту «скверную энергию» в другое русло. Предлагаем несколько игр, помогающих справиться с детской агрессией.

«Мешочек гнева»

Изготовить для ребёнка специальный «мешочек гнева» и познакомить его с этой новой игрушкой – которую можно и **нужно бросать, пинать** и т.д., когда ты зол.

«Ругаемся овощами»

Можно предложить ребёнку **поругаться**, но не плохими словами, а «овощами» (редиска, морковь, тыква и т.п.)

«Игрушка в кулаке»

Нужно попросить ребёнка закрыть глаза, после чего вложить в его руку маленькую красивую игрушку или конфету и попросить сжать кулак. Открыв глаза, ребёнок увидит в ладони эту красивую вещь.

Рассматривайте детскую агрессию не как раздражающий фактор, а как **сигнал ребёнка о помощи**. Забота, тепло и поддержка – вот что должен почувствовать такой ребёнок.

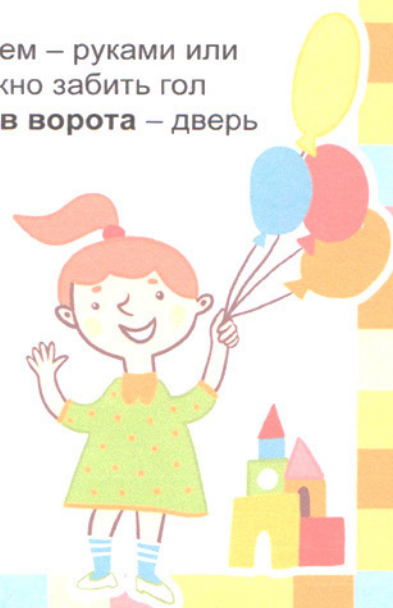
«Тух-тиби-дох»

Когда ребёнок напряжён или агрессивен, нужно вместе с ним ходить по комнате и говорить эту **«волшебную фразу»** как можно более злым тоном.

Надо подбадривать ребёнка, чтобы он выговаривал её как можно агрессивнее, выражая в ней всю свою злость и напряжение. Очень скоро **злость сменится смехом**.

«Футбол диванной подушкой»

Не важно чем – руками или ногами, нужно забить гол **подушкой в ворота** – дверь комнаты.



Электронные ресурсы: [Сайт « МААМ. RU](http://сайт.маам.ру)

[САЙТ- «Учебно – методический кабинет»](#)

Литература:



Анна Корниенко "Детская агрессия. Простые способы



Книга Агрессивный ребенок (2015), Виктория Нерета, ISBN

