

# Я злой, я плохой

Любой родитель время от времени сталкивается с детской агрессией. Некоторые мамы и папы даже испытывают при этом легкий шок: старались ничего не упустить, воспитывали правильно, а ребенок вдруг проявил себя совершенно с неожиданной стороны.

Агрессия – это один из способов проявления эмоций. Присуща она всем людям, но взрослые в большинстве случаев могут сдерживать себя, а ребенку еще предстоит этому научиться. Детская агрессия – это совсем не обязательно зло, это могут быть и другие негативные эмоции: страх, обида, беспомощность.

## Причины агрессивного поведения:

- Первая агрессия проявляется у детей между 2 – 3 годом жизни. У ребенка появляются новые способности, и он жаждет большей самостоятельности. Ведь это один из важных периодов в развитии ребенка. Не стоит ему мешать, наоборот следует всячески помогать и подстраховывать.
- Нередко проявление агрессии - это своеобразный способ обратить на себя внимание. Психологи утверждают, что родительская любовь должна быть безусловной, то есть не зависеть ни от каких обстоятельств. Ребенок должен быть уверен, что его любят даже тогда, когда он ошибается или делает даже тогда, когда он ошибается или делает что – то наперекор родителям.
- Для маленького ребенка семья – это его вселенная если в ней происходит что-то для него непонятное, это может отражаться на его поведения. Например, мама с утра в плохом настроении, она неважно себя чувствует, а он требует внимания и не понимает, почему она не в состоянии уделить ему время в полной мере. Правильнее всего – объяснить малышу свои чувства понятным ему языком но нередко мама при очередной просьбе погулять отмахивается или даже срывается на крик, а после сама себя корит за свой поступок. А в некоторых семьях такое общение – норма взрослые не должны ни при каких обстоятельствах вымещать свои проблемы на собственных детях.
- Дети – это глаза и уши. Они впитывают в себя поведение окружающих часто даже неосознанно, а потом поступают так же. Вот только то, что взрослые считают нормальным, в детском воспроизведении может казаться ужасным. Родители даже не замечают, что ругают ребенка за то, что с легкостью позволяют сами себе.
- Бывают, что агрессию в ребенке провоцируют особенности его характера. Активный ребенок должен иметь возможность выплескивать свою чрезмерную энергию. Если постоянно одергивать его и ограничивать, он будет протестовать с помощью агрессивного поведения. В распорядок дня такого ребенка нужно включить больше активных занятий, но их обязательно следует чередовать с теми, где требуется усидчивость.

- Агрессивное поведение может стать привычным, если оно помогает ребенку добиваться желаемого от родителей. Некоторые мамы и папы готовы на все, лишь бы чадо успокоилось и стало вести себя хорошо. Конечно, получив желаемое, ребенок затихнет, но ненадолго. Наткнувшись на запрет, он вновь прибегнет к излюбленному методу.

#### ***Как справиться с детской агрессией?***

- Первым делом стоит проанализировать, с чем связано такое поведение. Может быть, оно возникает при определенных обстоятельствах: при походе к врачу, замечаниях в публичных местах, отъезде или ссоре родителей.
- Никогда нельзя отвечать агрессией на агрессию. Семьи, в которых родители постоянно общаются с детьми, реже сталкиваются с этой проблемой.
- Родителям стоит объяснять детям, что негативные эмоции вполне естественны, и ничего страшного нет, но необходимо также учить ребенка правильно снимать напряжение, избавляться от негатива. Если делать это настойчиво и терпеливо, то в конце концов ребенок поймет, что любую проблему можно решить без истерик, без топая ногами и ломания игрушек.