**Детская агрессия: причины и последствия**

 В один прекрасный день родители замечают, что на ребенка постоянно поступают жалобы соседских детей, педагогов, других родителей, а бегающие во дворе собачки и киски разбегаются, едва увидев ваше чадо на горизонте, кроме того в комнате полно сломанных игрушек.

Что  же такое детская агрессия, ее причины и последствия? Агрессивность часто проявляется и как защитная реакция на опасность и незащищенность. Она может выражаться как в отношении любых неживых предметов, так и к людям и животным.

Большинство родителей сталкивались с подобной проблемой и первая их реакция – паника. Гнев, злость, обида, раздражение, страх – все это необходимо выплеснуть. Но очень важно, что ребенок научился социально правильно выражать свои негативные эмоции, и вы непременно должны ему в этом помочь.

Агрессивное поведение выступает для родителей предупреждением, бессознательным криком души ребенка, попыткой привлечь внимание к какой-либо проблеме. Для начала нужно понаблюдать за малышом, когда и при каких условиях он агрессивен? Как протекает эта вспышка гнева? Проанализировав ситуацию, выведите закономерность, это поможет вам определить причины, которые заставляют ваше чадо вести себя таким образом. Самой распространенной причиной агрессии у детей являются различные нарушения эмоциональных внутрисемейных отношений. Ведь с самого своего зачатия ребенок полностью зависит от родителей, причем как физически, так и эмоционально. Любовь, доверие и чувство защищенность, как  между родителями, так и по отношению к ребенку являются важнейшими составляющими правильного развития ребенка. К сожалению, часто родители просто срываются на своих детях после тяжелого трудового дня. Также агрессию ребенка может вызвать и  некорректная критика, ведь зачастую мамы любят делать унизительные замечания или наказывать детей в самом неподходящем для этого месте. Представьте, что так поступили с вами! Вы ведь можете постоять за себя, а ваш ребенок еще нет, и учитывая, что он еще не полностью сформировался психологически, это заметно пошатнет его самомнение и чувство собственного достоинства.

Никогда не забывайте, что ребенок берет пример, прежде всего, с вас, с того, как вы выражаете свои эмоции окружающим. И если в порыве гнева вы не научились себя контролировать, от ребенка ожидайте того же.

Стоит помнить и о том, что многим детям свойственна гиперактивность, их энергия должна находить свой выход. Таких детей не стоит ограничивать в их непоседливости и постоянной активности, им обязательно нужно выплескивать свои силы и энергию: пусть бегает, шумит, играет. Если же такого ребенка постоянно ограничивать, то рано или поздно у него проявятся агрессивные выпады.Начало формыКонец формы

Предотвратить излишне грубое поведение у ребенка под силу  каждому любящему и заботливому родителю.  Необходимо только  заранее продумать стратегию общения с ребенком. Малыш должен каждый день чувствовать вашу любовь и заботу. Он должен осознавать свою нужность. Никогда не говорите ребенку, что если он плохо себя ведет, то вы его разлюбите —  это главная причина детской нервозности и  проблем во взаимоотношениях с окружающими. Если вы устали на работе, спокойно объясните это малышу, он должен знать, что его вины здесь нет. На вашем примере  ребенок научится  проговаривать чувства, а это отличный способ снять  негатив. Ваша система наказаний не должна меняться в зависимости от вашего настроения. Недопустимо, если за один и тот же поступок ребенка наказывают по-разному. Ребенка нужно хвалить на людях, а ругать только  наедине. Нельзя  подвергать малыша  унижению публичного наказания. Хвалите ребенка каждый день, по малейшему поводу. Если ребенок слишком активный и энергичен, запишите его в спортивную секцию. Выбирайте такие секции, где можно будет бегать, и кричать: футбол, к примеру.

Негативные эмоции — это необходимость и норма для  человека. Психически здоровый малыш непременно  в определенные моменты будет испытывать злость, гнев или обиду. Нельзя запретить ребенку испытывать негативные эмоции, но нужно научить его снимать напряжение социально допустимыми и безопасными способами.

Контролируйте себя и свой гнев, ребенок всегда копирует родителей. Если вы чувствуете, что не способны самостоятельно справиться с детской агрессией, обязательно обратитесь к специалисту. Он подскажет вам верные решения в борьбе с агрессией в вашем конкретном случае.