

## Семь причин детской агрессии

### ПРИЧИНА 1. НЕГАТИВНАЯ САМООЦЕНКА

**Что делать родителям:** как можно чаще хвалить ребёнка, не стесняться проявлять любовь к нему. Никогда не осуждать самого ребёнка («Ты плохой, потому что так делаешь»), а только его действия («Мне не нравится, что ты поступил плохо, поскольку сделал кому-то больно»).

### ПРИЧИНА 2. СТРАХ

**Что делать родителям:** научите ребёнка защищать себя, словесно выражая свою агрессивность, определяя собственное эмоциональное состояние.

### ПРИЧИНА 3. РЕАКЦИЯ НА ЗАПРЕТ

**Что делать родителям:** в разумных пределах необходимо разрешать ребёнку быть независимым. В случае отказа аргументировано объясните причину запрета. Если желание ребёнка несвоевременно - переключите его внимание на что-то другое или предложите компромисс.

Устанавливайте правила поведения. Заранее обговаривайте с ребёнком правила поведения.

### ПРИЧИНА 4. НЕ МОЖЕТ СПРАВИТСЯ СО СВОИМИ ЧУВСТВАМИ.

**Что делать родителям:** остановите ребёнка. Для него очень важно, чтобы вы справились с его агрессией: тот, кто тебя защитил от себя самого, сможет защитить и от внешних опасностей.

Агрессивность ребёнка возросла до высокой степени, и угрожает увечьями ему самому и окружающим? Проявите взрослую позицию: ограничьте физически ребёнка, задержите руку. У малыша должно создаться впечатление: вы сдерживаете его, поскольку хотите успокоить, а не нападаете, проявляя агрессивность.

### ПРИЧИНА 5. УСТАЛОСТЬ.

**Что делать родителям:** когда дети устают, их возбуждение начинает нарастать. От этого они устают ещё больше, и дело кончается срывом. В таком состоянии ребёнок не может успокоиться сам, помогите ему: обнимите, усадите на колени, начните качать как маленького, нащёптывайте на ушко что-то ласковое и спокойное. Все подвижные игры прекращайте за два часа до сна. Старайтесь соблюдать режим дня и строго придерживаться введённых правил.

### ПРИЧИНА 6. ПЕРЕАДРЕССАЦИЯ АГРЕССИИ.

**Что делать родителям:** если в семье дерутся, кричат друг на друга или ребёнок оказывается крайним в ссорах родителей, он перенимает этот стиль поведения. В таких семьях детей наказывают часто и несправедливо. Чем более жестокие требования предъявляются ребёнку дома, тем более агрессивным он будет в своих проявлениях. В таком случае рекомендуется пересмотреть свой стиль общения и воспитания ребёнка.

### ПРИЧИНА 7. ЖАЖДА ВЛАСТИ.

Речь идет о детях с так называемыми нарушенными привязанностями («Я никому не нужен, ну и не надо!»).

**Что делать родителям:** нужно завоевать авторитет. Значимыми качествами для такого ребёнка являются справедливость и сила. Когда ваш авторитет не вызывает сомнений, следует вовремя твердо сказать ребёнку: «Я не позволю тебе это делать».