**Консультация для родителей**

**«Агрессивные дети и как с этим «бороться»**

Сначала о терминологии. Когда мы говорим “бить”, то имеем в виду физическое воздействие, выражающее злость. Физическое воздействие одно, а чувства, его вызвавшие, разные. Физически выражая свою злость, дети на своем примере учат этому и других детей. В нашей жизни, к сожалению, происходит много событий, которые сами по себе могут ожесточить, озлобить, довести до отчаяния и вызвать негативные переживания. Дети чётко улавливают настроения окружающих. Поэтому родителям не стоит при ребёнке допускать обсуждение неприятностей, смотреть передачи про катастрофы и фильмы про убийство и безысходность, оценивать отрицательно поступки других, укорять и угрожать расправой обидчикам.

Мы часто видим, как дети, играя между собой, не уступают друг другу, и делают это с большой агрессией. Например, один ребенок, проходя мимо другого играющего на ковре ребенка нечаянно зацепил его постройку— и вот уже тот ребенок налетел на него, шипя, вопя, брызгая слюной и размахивая руками. Вот тут нам надо остановить эмоции ребенка, но как это сделать? Сказать ему: «Нельзя драться!». Но он много раз видел, как это делают другие дети, а может быть ему даже доводилось видеть, как «выясняют отношения» взрослые люди (не дай Бог родители!)

Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка - большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, "гроза" дворов, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть. Детская агрессивность - признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.

Если вы стали замечать, что ваш ребёнок наэлектризован злостью, обзывается, дерётся, обижает и жестоко относится к животным, то первое, что вы должны сделать, это задать себе вопросы:

* Когда это началось?
* Как ребёнок проявляет агрессию?
* В какие моменты ребёнок проявляет агрессию?
* Что явилось причиной агрессивности?
* Что изменилось в поведении ребёнка с того времени?
* Что на самом деле хочет ребёнок?
* Чем вы реально можете ему помочь?

Вот теперь переходим к практике! Например, оказалось, что если набрать в ванну несколько сантиметров горячей, холодной или теплой воды, в зависимости от погоды на улице, и походить по ней туда-сюда, то это здорово помогает сбросить напряжение и поднять настроение.

Поиграйте с ним в игры, почитайте ему книжку, дайте ему листок бумаги и карандаш (пусть «выплеснет» свои эмоции на ней). А еще лучшего результата можно добиться, если делать это в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры), а также с друзьями своего ребёнка.

*Примеры игр на снятия агрессии:*

**"ДЕТСКИЙ ФУТБОЛ"**

(для детей с 4 лет)

Вместо мяча - подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья - обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель - забить в ворота гол.

**Примечание:** взрослый следит за соблюдением правил - нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

**"ПАДАЮЩАЯ БАШНЯ"**

(для детей с 5 лет)

Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника - штурмом взять её (запрыгнуть), издавая победные крики типа:

"А-а-а", "Ура!" и т.д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив её стены.

**Примечание:**каждый участник может сам себе построить башню такой высоты, которую, по его мнению, он способен покорить. После каждого штурма "болельщики" издают громкие крики одобрения и восхищения: "Молодец!", "Здорово!", "Победа!" и т.д.

**"ШТУРМ КРЕПОСТИ"**

(для детей с 5 лет)

Из попавшихся "под руку" небьющихся предметов строится крепость (тапки, стулья, кубики, одежда, книги и т.д. - всё собирается в одну большую кучу). У играющих есть "пушечное ядро" (мяч). По очереди каждый со всей силой кидает мяч во вражескую крепость. Игра продолжается, пока вся куча - "крепость" - не разлетится на куски. С каждым удачным попаданием штурмующие издают громкие победные кличи.

**"ПО КОЧКАМ"**

(для детей с 5 лет)

Подушки раскладываются на полу на расстоянии, которое можно преодолеть в прыжке с некоторым усилием. Играющие - "лягушки", живущие на болоте. Вместе на одной "кочке" капризным "лягушкам" тесно. Они запрыгивают на подушки соседей и квакают: "Ква-ква, подвинься!" Если двум "лягушкам" тесно на одной подушке, то одна из них прыгает дальше или сталкивает в "болото" соседку, и та ищет себе новую "кочку".

**Примечание:** взрослый тоже прыгает по "кочкам". Если между "лягушками" дело доходит до серьёзного конфликта, он подскакивает и помогает найти выход.

**"ЖУЖА"**

(для детей с 6 лет)

"Жужа" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг неё, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до неё, щекочут. "Жужа" терпит, но, когда ей всё это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за "обидчиками" вокруг стула, стараясь отхлестать их полотенцем по спинам.

**Примечание:** взрослый следит за формой выражения "дразнилок". Они не должны быть обидными и болезненными.

Эти игры можно организовывать не только в стенах дома, но и на открытом воздухе (на даче, в лесу).

И не забывайте при «борьбе» с агрессией ребенка начинать всегда с себя. Попробуйте раскрепоститься сначала сами, чтобы ребенок не чувствовал напряжения с вашей стороны.

***Запомните «золотые» правила воспитания:***

* Учитесь слушать и слышать своего ребенка;
* Постарайтесь сделать так, чтобы только Вы снимали его эмоциональное напряжение;
* Не запрещайте детям выражать отрицательные эмоции;
* Умейте принять его и любить таким каков он есть.