**АГРЕССИЯ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

С каждым годом агрессия детей становится намного глобальнее. Это проблема касается не только самого ребёнка, но и окружающих его людей. Страдает и психическое и эмоциональное состояние ребёнка. Как с этим бороться и какие меры помогут предотвратить истерическое поведение на эти вопросы поможет ответить данная памятка.

Агрессивное поведение детей – вербальная и физическая активность, направленная на причинение вреда собственному здоровью, людям, животным, внешним объектам. Основано на негативных эмоциях, желании навредить. Проявляется непослушанием, раздражительностью, жестокостью, оскорблениями, клеветой, угрозами, отказами от общения.

Причины агрессии разнообразны – накопившееся эмоциональное напряжение, неумение выражать словами обиду, недостаток внимания взрослых, желание получить чужую игрушку или показать силу сверстникам. Часто дети причиняют вред окружающим или себе, потому что чувствуют беспомощность, грусть, обиду, но не могут разобраться в собственном состоянии, не владеют коммуникативными навыками для разрешения проблемы. При воздействии раздражителя преобладает возбуждение, «запаздывает» процесс торможения. Психологическая база детской агрессивности – низкая способность к саморегуляции, отсутствие развитых навыков общения, зависимость от взрослых, неустойчивая самооценка.

Критерии агрессивного ребёнка:

• Часто теряет контроль над собой.

• Часто спорит, ругается с взрослыми.

• Часто отказывается выполнять правила.

• Часто специально раздражает людей.

• Часто винит других в своих ошибках.

• Часто сердится и отказывается сделать что-либо.

• Часто завистлив, мстителен.

• Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих, которые нередко раздражают его.

Что влияет на агрессивность ребёнка?

Неуважение к личности ребёнка

Если взрослый (особенно родители) позволяет себе оскорбления, унижения, некорректные высказывания в сторону маленького человека, то это приводит к развитию глубоких комплексов. Итогом такого общения может стать не только агрессия, но и вспышки сильнейшей ярости.

Гипероопека и гипоопека

Полное отсутствие контроля, как и его чрезмерное проявление, несут большую опасность влияния на формы поведения ребёнка и в частности на уровень проявления агрессивного поведения. Чрезмерность контроля со стороны родителей может порождать страх, тревогу, которые, аккумулируясь в ребёнке, приведут к неизбежному протесту против существующих правил. Часто это происходит именно в форме агрессии.

Что же следует делать, когда заметна агрессия у ребёнка?

Для выхода накопившейся агрессии ребёнку можно предложить:

• комкать и рвать бумагу;

• подраться с подушкой или боксёрской грушей;

• использовать «мешочек / стаканчик для криков»;

• использовать надувные дубинки, водяной пистолет, батут;

• пинать ногой консервную банку;

• втирать пластилин в картон.

• изотерапия (можно использовать различные способы рисования: кляксотерапия, рисование пальчиками, ладонями, стопами);

• песочная терапия;

• сказкотерапия (сочинение сказок самим ребёнком и для ребёнка. Важно предлагать для ребёнка роль с позитивной силовой характеристикой, к примеру: рыцари, богатыри и др.

• танцевальная терапия и др.

Эти виды терапии позволяют через образы отработать трудности, прожить травмирующий опыт, найти внутренние ресурсы и новые способы взаимодействия с миром.

Следует обратить внимание на подвижные игры, способствующие снятию напряжения и нейтрализации агрессии. Игры на развитие коммуникации ребёнка и позитивной модели поведения будут способствовать уменьшению агрессии в ребёнке.

Будьте сами примером спокойствия и правильной реакции на происходящее и тогда ребёнок будет брать с вас пример.