**Агрессия у ребёнка: как не допустить превращения защитной эмоции в негативную черту характера**

Александр Сазерленд Нилл, английский педагог, новатор в области образования, основатель школы Саммерхилл, как-то сказал: «Когда отсутствует давление страха и дисциплины, дети не проявляют агрессии». Многие психологи утверждают, что это ёмкое выражение отражает всю суть данного явления. Драки, девиантное поведение, мстительность, живодёрство, истерики — всё это есть не что иное как протест против окружения, ответная реакция на жестокость, подавление, насилие, несправедливость.

Родителям нужно знать, чем именно продиктована агрессия у ребёнка, чтобы помочь в решении возникшей проблемы. Без этого борьба с ней будет однозначно проиграна.

**Причины**

Самые частые психоэмоциональные причины агрессии у детей:

* слепое копирование агрессивных взрослых и антигероев;
* самозащита в ответ на конфликтные ситуации;
* дефицит внимания;
* сильная эмоциональная привязанность к кому-либо, которая выражается через агрессию;
* [низкая самооценка](https://ponervam.ru/nizkaya-samoocenka.html);
* неумение контролировать эмоции;
* ревность;
* проблемы с социальной адаптацией, межличностные конфликты, асоциальное окружение;
* просмотр передач и фильмов, переполненных сценами жестокости и насилия;
* повышенная возбудимость;
* психотравма, стрессовая ситуация.

Однако причины агрессивного поведения у детей могут быть продиктованы и физиологией:

* соматические заболевания;
* органические поражения головного мозга;
* недостаточно развитые когнитивные способности: рассеянное внимание, низкий интеллект;
* наследственные заболевания;
* переутомление, усталость.

Часто в агрессивности ребёнка виноваты родители, которые:

* сами ведут себя агрессивно;
* непоследовательны в воспитании;
* придерживаются системы жестоких наказаний, чрезмерно строги: бьют, унижают, постоянно критикуют.

В каждом отдельном случае срабатывает свой комплекс причин. Если родители затрудняются ответить, какой из вышеперечисленных факторов стал отправной точкой, не лишним будет посетить психотерапевта. Он подскажет, что делать, чтобы помочь ребёнку справиться с агрессией, пока она не перешла из разряда устойчивого паттерна поведения в черту характера.

**Симптомы**

Базовые проявления агрессии наблюдаются у младенцев до года. У малышей 1-3 лет конфликты возникают из-за присвоения игрушек, других личных вещей. Дети кусаются, толкаются, дерутся, кидаются предметами, плюются, кричат. Попытки родителей пресечь реакции ребенка наказаниями усугубляют ситуацию. У дошкольников физическое выражение агрессии наблюдается реже, поскольку активно развивается речь, осваивается ее коммуникативная функция.

Нарастает потребность в общении, но продуктивному взаимодействию препятствует эгоцентричность, неумение принимать чужую точку зрения, объективно оценивать ситуацию взаимодействия. Возникают недопонимания, обиды, порождающие вербальную агрессию – ругань, оскорбления, угрозы. Младшие школьники имеют базовый уровень самоконтроля, способны подавлять агрессию как способ выражения обиды, неудовольствия, страха.

Вместе с тем, они активно используют ее для защиты интересов, отстаивания точки зрения. Начинают определяться гендерные особенности агрессивности. Мальчики действуют открыто, применяют физическую силу – дерутся, ставят подножки, «щелкают» по лбу. Девочки выбирают косвенные и вербальные способы – насмешки, присвоение прозвищ, сплетни, игнорирование, молчание. У представителей обоих полов определяются признаки заниженной самооценки,депрессии.

В кризисные периоды очень важно проявлять наибольшее принятие и любовь к своему ребенку. Негативизм и агрессивное поведение, действительно, часто проявляется в этом возрасте. Важно помочь ребенку перестроится под новую обстановку, помочь ему понять и принять свои чувства. Постепенно расширять границы, доверять ребенку, но делать это своевременно и постепенно.

Также частой причиной бывает копирование поведения сверстников. Это обычно свойственно подросткам. Если в компании что-то является «крутым», то и ваш ребенок может начать использовать то, что принято сверстниками, дабы не быть белой вороной.

Иногда ребенок ведет себя агрессивно, когда просто устал, не выспался, голоден и даже любая мелочь может вывести его из себя. Если такое поведение ситуативное и оно эпизодично, не надо вешать ярлыков, что ваш ребенок агрессивный и непослушный.

В каждом случае надо разбираться индивидуально. Может быть ребенок ведет себя так по ряду разных причин. Главное понять — что дает ребенку такое поведение, какая у него цель? И помочь достигнуть этого же результата другими способами.