**Как преодолеть агрессию ребенка?**

Агрессия – деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический или моральный ущерб людям, или вызывающее у них психологический дискомфорт.

У детей с ограниченными возможностями здоровья повышенная агрессивность является одной из наиболее частых проблем в коллективе. Она волнует не только педагогов, но и родителей. Те или иные формы агрессии характерны для большинства детей с ограниченными возможностями здоровья. Практически все дети ссорятся, дерутся, обзываются и т. д. Но обычно с усвоением правил и норм поведения, эти непосредственные проявления детской агрессивности уступают место другим, более миролюбивым формам поведения. Однако у детей с интеллектуальной недостаточностью частые конфликты с окружающими и агрессивное поведение носят более стойкий характер и сложнее поддаются коррекции. Такие дети не желают и не умеют признавать свою вину, у них доминируют защитные формы поведения, они не способны конструктивно разрешать конфликты.

Дети с интеллектуальной недостаточностью имеют ряд психологических особенностей, провоцирующих их агрессивное поведение:

* недостаточное развитие коммуникативных навыков;
* сниженный уровень саморегуляции поведения;
* неразвитость игровой деятельности;
* сниженную самооценку;
* нарушения в отношениях со сверстниками.

*Как нужно вести себя родителям в случае проявления их детьми агрессивного поведения:*

* + Не оскорбляйте ребенка, не обзывайте его. Осуждайте именно действие, поступок, а не личность ребенка в целом.
  + Постарайтесь исключить агрессию из окружающего мира ребенка (наказания, сверстники, телефильмы, грубые фразы в разговоре и т.д.). Особое место уделяйте формированию круга интересов детей, учитывая особенности его характера и способностей. Привлекайте к положительно формирующим личность занятиям: чтению, музыке, спорту и т.д.
  + Старайтесь чаще общаться «на равных», чтобы вовремя заметить тревожные «звоночки» и понять, чем они вызваны. Прислушивайтесь к чувствам своего ребѐнка, поощряя их откровенность. Но потом не используйте эту информацию для наказания или для упреков. Важно, чтобы и сам взрослый умел описать и выразить свое эмоциональное состояние.
  + Если ребенок просит вас уделить ему внимание, а вы в данный момент не можете этого сделать, то не отмахивайтесь, тем более, не раздражайтесь на него за назойливость. Будьте внимательны к желаниям своего ребенка, постарайтесь выделить время на общение с ним.
  + Контролируйте собственные агрессивные импульсы. Помните, что дети учатся приемам социального взаимодействия, прежде всего, путем наблюдения за поведением окружающих людей (в первую очередь, родителей). Старайтесь, чтобы Ваши слова не расходились с делами.
  + Не подавляйте проявление агрессии ребенком, иначе подавленные агрессивные импульсы могут нанести серьезный вред его здоровью. Научите его выражать свои враждебные чувства социально приемлемым способом: словом или в рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих, в спорте.
  + Уважайте личность в вашем ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства.
  + Не забывайте хвалить ребенка за старательность. Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими.
  + Беседуйте с ребенком о его поступке без свидетелей (класса, родственников, других детей и др.). В беседе старайтесь использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.).
  + Предоставляйте возможность ребенку получить эмоциональную разрядку в игре, спорте и т.д. Можно завести специальную «сердитую подушку» для снятия стресса. Если ребенок чувствует раздражение, он может поколотить эту подушку.
  + Любите ребенка просто за то, что он у вас есть, без каких-либо условий.

В заключение отметим, что агрессивное поведение – своеобразный крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми ребенок не в силах справится самостоятельно, и таким образом борется за свое психологическое выживание.

Проявляя агрессию, дети словно говорят: «Дорогие мама и папа…. Любите меня просто за то, что я есть, и я стану еще лучше; когда вы кричите и обзываете меня, мне кажется, что я самый плохой на свете, тогда рушатся все мои надежды, и я перестаю верить в себя; когда я надолго остаюсь один, я чувствую себя брошенным и никому не нужным; не требуйте от меня того, чего я еще не умею; когда вы говорите: «Ты мне всю жизнь испортил», я чувствую себя виноватым, но ведь я не отвечаю за проблемы взрослых; когда вы хотите сделать мне замечание, поговорите со мной наедине, мне очень больно и обидно, когда вы делаете это в присутствии других; когда вы сравниваете меня с другими, я считаю, что меня предают, я у вас единственный и неповторимый, я имею право быть таким, какой я есть.

***Рекомендации:***

1. Работа с гневом. Обучите агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева.
2. Помогите ребенку осваивать конструктивные способы преодоления препятствий, разрешения проблем; покажите, что есть более эффективные и безопасные для всех способы, чем физическое нападение; объясните, что агрессия дает только временный успех.
3. Не заражайте ребенка собственными агрессивными реакциями на какие-то события.
4. Формируйте способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию и т.д.
5. Помогите ему лучше узнать себя и других людей. Не исключено, что ребенок ведет себя агрессивно, потому что не видит другого способа самоутвердиться или воспринимает мир как враждебный. Не унижайте и не оскорбляйте ребенка; обеспечьте ему чувство защищенности.