**«Детская агрессия»**

Злость и агрессия - это совершенно нормальные проявления человеческой психики. С одной стороны - выраженность этих проявлений является врожденной и обусловлена физиологически через особенности нервной системы, с другой стороны - они закрепляются в процессе воспитания в виде определенных способов реагирования на определенные ситуации.

В период раннего детства происходит развитие головного мозга, прочное закрепление причинно-следственных связей и способов реагирования. Если связь реакции закреплена в детстве, то изменить ее во взрослой жизни будет весьма проблематично.

Поэтому в этом возрасте очень важно правильно реагировать на поведение ребенка, на проявления его разрушительных эмоций гнева и агрессии.

Первое проявление злости и гнева направлено, конечно же, на самые значимые фигуры в жизни ребенка – на родителей. Это первые проявления разрушительных, деструктивных эмоций в жизни человека.

Если попустительски реагировать на эмоции ребенка, игнорировать их, то мы можем получить так называемый «синдром императора», который проявляется в детской тирании и манипулировании родителями. Велика вероятность, что такой человек будет неспособен контролировать свои эмоции во взрослой жизни. Как следствие он может получить значимые проблемы в отношениях и вообще трудности социализации в целом.

Если же, наоборот, очень жестко и радикально тормозить гнев и злость ребенка, то это может привести к закреплению такого поведения, когда, будучи взрослым, человек вообще не будет проявлять злость и агрессию. Его психика будет жестко контролировать малейшие проявления агрессии. В таком случае целостность всего психического аппарата будет находится под угрозой разрушения своими же деструктивными эмоциями.

И мы постепенно приходим к выводу, что здесь, как и везде, существует золотая середина.

***Возможны два конструктивных варианта:***

**Этот метод больше подходит для более спокойных усидчивых детей, ориентированных на логическое мышление:**

При появлении первых признаков раздражения и злости можно выводить ребенка на разговор о своих переживаниях. Переключая такого ребенка с эмоций на логическое последовательное изложение своих переживаний, мы, тем самым, упорядочиваем его мысли и приучаем ребенка к управлению своим эмоциональным состоянием.

**Этот вариант является более подходящим для подвижных, творческих, эмоциональных детей:**

Можно попробовать трансформировать разрушительные эмоции в созидающие. При проявлении злости и агрессии можно обнимать ребенка, перевести напряжение в шутку, спеть вместе с ним про его переживания, дать выход через движение, например пробежаться наперегонки или поспорить, кто сможет больше раз подтянуться на турнике.

В любом случае, жесткий запрет на проявление злости или устрашение ребенка, являются крайне деструктивными способами реагирования на проявления агрессии. В таком случае, злость будет блокироваться и разрушать ребенка изнутри.

Конечно, идеальных родителей не бывает и не всегда получается конструктивно реагировать на поведение ребенка. И это вполне нормально. Родитель тоже иногда имеет право на плохое настроение и раздражительность.

Все дело в том, чтобы не накладывать постоянный запрет на проявление агрессии, т.к. это приведет к формированию определенного поведения, но иногда вспоминать и о конструктивных способах реагирования на злость со стороны ребенка.