**Причиной агрессии, как правило, становятся переполняющие ребенка негативные эмоции и гнев, связанные с определенной ситуацией. Разбирая причины возникновения агрессивных проявлений у детей, можно условно выделить несколько групп:**

1. **Вина родителей.** Эта группа причин занимает лидирующую позицию по той причине, что все берется из семьи. Нередко встречаются случаи, когда виновником появления агрессивных действий становятся сами родители, в частности сама мать. Такой ситуацией может стать **жестокость**, отчуждение и равнодушие матери, рукоприкладство или же **издержки воспитания**, когда родители стараются не замечать первых звоночков агрессии. Насилие в семье, унижение человеческого достоинства, жесткая авторитарность и деспотичность в воспитании, аморальный образ жизни родителей так же не проходит мимо детской психики. Иногда родители, сами того не желая, становятся инициаторами агрессии. К таким случаям можно отнести такие случаи, когда отсутствует единство в воспитании: один родитель разрешает, а второй – категорически против, тогда для ребенка авторитетом будет тот, кто много позволяет, а тот, кто не разрешает – объект агрессии.
2. **Заболевания.** В эту группу можно отнести соматические и хромосомные заболевания, приводящие к нарушению работы головного мозга, к задержке умственного и психо-моторного развития, нарушению социализации, гиперактивности, повышенной нервной возбудимости, дефициту внимания и интеллекта. Список можно продолжать до бесконечности, но есть ли в этом смысл? Скажем только то, что здесь нет вины родителей (если только они не спровоцировали наступление заболевания), все происходит не от капризов и прихоти ребенка, а от того, что действия эти неконтролируемы и всегда сопровождаются повышенной нервной возбудимостью, истериками, чрезмерной плаксивостью, подавленным состоянием. Работать здесь нужно опытным врачам, психотерапевтам и психологам, а родители могут поддерживать и любить ребенка несмотря ни на что.
3. **Социальные факторы.** В эту группу отнесем просмотр провокационных фильмов и сериалов, игры в жестокие компьютерные игры, агрессию со стороны сверстников.
4. **Возрастные особенности –**  кризис 3 и 7 лет, попытка узнать границы дозволенного, способы достижения цели несмотря ни на что. Следует отметить, что у детей с интеллектуальными нарушениями происходит смещение сензитивных периодов развития на более поздние сроки, может быть на 2-3 года и более. Таким образом, кризис 7 лет происходит в возрасте 10 лет.

**Способы борьбы с агрессией у ребенка**

Конечно, с агрессивными приступами можно и нужно бороться. Мы не будем брать в расчет вторую группу причин агрессивных проявлений, как уже говорилось ранее, здесь требуется лечение и контроль опытных медиков, психологов и коррекционных педагогов.

Рассматривая первую группу причин**,** скажем, что самый основной способ устранения агрессивности у ребенка – начать с себя, пересмотреть свое отношение к ребенку и окружающим людям, изменить методы воспитания и посетить семейного и детского психолога. Пройдет время и все забудется, важно дать понять ребенку, что его любят. Для третьей группы разрешением ситуации станет ограничение просмотра телевизора, неразрешение играть в компьютерные игры, проведение эмпирических бесед с разъяснением, почему так стоит или не стоит поступать и посещение психолога, который поможет ребенку разобраться в себе, избавиться от комплексов и поменять тактику поведения со сверстниками.

На возрастные проявления агрессии стоит реагировать спокойно, но настороженно. Для начала стоит разобраться в том, почему именно так ведет себя малыш: ему недостаточно внимания родителей, и он так пытается привлечь к себе внимание? Он ревнует маму или папу к младшему (старшему) брату (сестре)? Он хотел поиграть именно этой игрушкой, но игрушка не принадлежала крохе? Поговорите с ребенком, объясните, почему вы уделили младшему ребенку немного больше времени, что он беззащитный и нуждается в уходе, предложите помочь вам. Скажите, что сейчас он вам поможет, а потом вы почитаете вместе книгу, порисуете, пойдете погулять и т.д. Психологи предлагают такие **методики борьбы с агрессивными проявлениями у детей:**

1. Попросите малыша нарисовать на альбомном листе причину агрессии и предложите порвать листок.
2. Вдохнуть и досчитать до 10.
3. Выплеснуть всю злость на подушки, то есть побить ее, как боксерскую грушу.
4. Переключите внимание на что-то другое.
5. Займите ребенка спортивной игрой (гимнастикой, футболом).

Таким образом, прежде чем решиться, как бороться в агрессией ребенка, стоит для начала определить ее причину. Нервозность – признак нездоровья, наличия соматического или психиатрического заболевания, бороться с которыми могут только узкоспециализированные специалисты.

**23 совета арт-терапевта Виктории Назаревич**

1. Устал – рисуй цветы.
2. Злой – рисуй линии.
3. Болит – лепи.
4. Скучно – заполни листок бумаги разными цветами.
5. Грустно – рисуй радугу.
6. Страшно – плети макраме или делай аппликации из тканей.
7. Ощущаешь тревогу – сделай куклу-мотанку.
8. При возмущении – рвите бумагу на мелкие кусочки.
9. Чувствуешь беспокойство – складывай оригами.
10. Хочешь расслабиться – рисуй узоры.
11. Важно вспомнить – рисуй лабиринты.
12. Ощущаешь неудовольствие – сделай копию картины.
13. Чувствуешь отчаяние – рисуй дороги.
14. Надо что-то понять – нарисуй мандалы (вид раскрасок).
15. Надо быстро восстановить силы – рисуй пейзажи.
16. Хочешь понять свои чувства – рисуй автопортрет.
17. Важно запомнить состояние – рисуй цветовые пятна.
18. Если надо систематизировать мысли – рисуй соты или квадраты.
19. Хочешь разобраться в себе и своих желаниях – сделай коллаж.
20. Важно сконцентрироваться на мыслях – рисуй точками.
21. Для поиска оптимального выхода из ситуации – рисуй волны и круги.
22. Чувствуешь, что «застрял» и надо двигаться дальше – рисуй спирали.
23. Хочешь сконцентрироваться на цели – рисуй сетки и мишени.