***Если ребенок стал агрессивным*.**

Агрессия – это поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям.

Агрессия, как правило, не возникает неожиданно. Она может появиться в результате различных межличностных взаимодействий, провокаций.

Пренебрежительное, попустительское отношение взрослых к агрессивным вспышкам ребенка также приводит к формированию у него агрессивных черт личности. Дети часто используют агрессию и непослушание для того, чтобы привлечь к себе внимание взрослого. Неуверенность и колебания родителей при принятии каких-либо решений провоцирует ребенка на капризы и вспышки гнева, с помощью которых дети могут влиять на дальнейший ход событий и при этом добиваться своего.

Агрессивным детям зачастую свойственны мышечные зажимы, особенно в области лица и кистей рук.

* для расслабления мышц лица можно использовать релаксационные

упражнения, например, в игре **«Теплый, как солнце, легкий, как дуновение ветра»** дети с закрытыми глазами представляют себе чудесный день. Над их головами проплывает серое облачко, на которое они поместили все свои горести и заботы. Ярко – голубое небо, легкий ветерок, мягкие лучи солнца помогают расслабить мышцы не только лица ребенка, но и всего тела.

Другая игра – **«Улыбка»** - способствует расслаблению мышц лица. Выдыхая воздух и многократно улыбаясь лучу солнца, дети становятся чуть – чуть добрее. В неприятных жизненных ситуациях они могут вспомнить свои ощущения, отработанные в этих и других подобных играх, и вернуться к ним, заменяя негативные эмоции на нейтральные или положительные.

* формирование позитивных качеств личности (эмпатии, доверия к людям,

доброты и т.д.) Считается, что развивать эмпатию и формировать другие качества личности можно во время совместного чтения взрослого и ребенка. Обсуждая прочитанное, взрослый поощряет выражение ребенком своих чувств. Кроме этого, очень полезно сочинять с детьми сказки, истории.

Агрессивные дети нуждаются в понимании и поддержке взрослых, поэтому главная наша задача заключается не в том, чтобы поставить «точный « диагноз и тем более «приклеить ярлык», а в оказании посильной и своевременной помощи ребенку.