

* отчуждение, постоянные ссоры, стрессы;
* нет единства требований к ребенку;

***Рекомендации для родителей МБОУ СОШ № 45:***

***«Агрессивный ребенок –***

***какой он?»***

# Признаки агрессивности:

* по темпераменту ребенок: вспыльчив, непокорен, непредсказуем;
* по характеру: самоуверен, недостаточно внимателен к чувствам окружающих, дерзок, проявляет негативизм.

# Причины.

* Нарушения эмоционально-волевой сферы:
* неумение ребенка управлять своим поведением;
* недостаточное усвоение ребенком общественных норм поведения, общения.
* Неблагополучная семейная обстановка:
* ребенку предъявляются слишком суровые или слабые требования;
* физические (особенно жестокие) наказания;
* асоциальное поведение родителей;
* плохие жилищно-бытовые условия, материальные затруднения;
	+ Трудности обучения.
	+ Психологический климат в дошкольном учреждении.

# Рекомендации родителям по воспитанию агрессивного ребенка.

* + Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, показывая ребенку личный (положительный) пример.
	+ Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
	+ Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
	+ Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть.
	+ Направьте его энергию в положительное русло (например, спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (восточные единоборства, бокс, ушу), рисование, пение).
	+ Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
	+ Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.
	+ На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным

«развлечением».

* + Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
	+ Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему:

«Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!».

* + Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научится быть гуманным и добрым.
	+ В том случае, если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему предоставляется такая возможность в игре. Можно предложить ему следующие игры: подраться с подушкой; рвать бумагу; используя «стаканчик для криков»,

высказать свои отрицательные эмоции; поколотить стул надувным молотком; громко спеть любимую песню; налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом; пробежать несколько кругов вокруг дома или по коридору; покидать мяч об стену; устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».

* + Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой (Например: «Если ты хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул»), а затем научите ребенка выражать свои чувства, переживания в словесной форме.

Помните, что бороться с агрессивностью нужно терпением, объяснением, поощрением. Можно выделить несколько шагов по преодолению агрессивного поведения у ребенка. 1 ш а г – стимуляция гуманных чувств:

* + стимулируйте у агрессивных детей умение признавать собственные ошибки, переживание чувства неловкости, вины за агрессивное поведение;
	+ учите его не сваливать свою вину на других;
	+ развивайте у ребенка чувство эмпатии, сочувствия к другим, сверстникам, взрослым и живому миру.
1. ш а г – ориентация на эмоциональное состояние другого.

Стремитесь обратить, привлечь внимание к состоянию другого, не выражая оценочного отношения к случившемуся.

Например:

1. ш а г – осознание агрессивного и неуверенного поведения или состояния:
	* помогите агрессивному ребёнку адекватно оценивать эмоциональное состояние ребёнка-жертвы, а не только собственное;
	* постарайтесь понять характер агрессивности – защитный или более похожий на жестокость без сочувствия к обиженным;
	* стимулируйте осознание особенностей вспыльчивого и неуверенного поведения детьми;
	* стремитесь поставить агрессивного ребёнка на место ребёнка-жертвы;
	* чаще разговаривайте с агрессивным ребёнком о палитре его собственных эмоциональных состояний;
	* чаще спрашивайте у него о вариантах выхода из конфликтной ситуации;
	* объясняйте, какими другими неагрессивными способами он может самоутвердиться;
	* расскажите, что такое вспышка гнева и что означает «контролировать» собственную агрессию, и зачем это необходимо делать.
	* спрашивайте у ребенка, в каких случаях он чаще всего становится сердитым, теряет над собой контроль;
	* объясните ребенку, зачем необходимо и что означает «контролировать» собственную агрессию.