

## Памятка для родителей «Если ваш ребенок проявляет агрессию»

### Если ребенок начал проявлять агрессию:

- **Помните**, что ребенок всегда подражает тому, за кем привык наблюдать, поэтому ни вы, ни другие родные и близкие не должны проявлять агрессию.
- **Старайтесь** не конфликтовать, направляя интерес ребенка в другое русло.
- **Включайте** ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость.
- **Игнорируйте** легкие проявления агрессивности ребенка, не фиксируйте на этом внимание окружающих.

#### Как бороться с агрессией?

- Терпением.
- Объяснением.
- Отвлечением.
- Неторопливостью наказания.
- Наградами.



### Правила родительского поведения, способствующего снижению детской агрессивности:

1. Помогайте ребенку осваивать конструктивные способы преодоления препятствий, разрешения проблем. Покажите, что есть более эффективные и безопасные способы, чем физическое нападение.
2. Свои собственные агрессивные реакции на какие-то события не переносите на ребенка.
3. Помогайте 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.
4. Не унижайте и не оскорбляйте ребенка, особенно при посторонних.
5. Будьте внимательны к чувствам и желаниям своего ребенка.
6. Адекватно оценивайте возможности ребенка.
7. Умейте идти на компромисс.
8. Найдите оптимальный путь воспитания ребенка, с которым согласны все, кто участвует в этом процессе.

### **Стратегия на отреагирование агрессивного поведения:**

- помогите ребёнку выражать негативные эмоциональные состояния не гневом и враждебностью, а другими эмоциями и поведением;
- учите выплёскивать гнев в приемлемой форме;
- учите агрессивного ребёнка говорить словами о том, что ему нравится или не нравится;
- учите ребёнка выражать агрессию словами, а не физической агрессией;
- стремитесь использовать чувство юмора, объяснять ребёнку, склонному к агрессии, следующее: «Если кто-то на тебя лаят, то не надо лаять (реагировать) в ответ».

### **Стратегия на переключение состояния:**

- Стимулируйте положительные эмоции у ребёнка с целью переключения с агрессивного состояния на иное.
- Используйте новизну, необычность, неожиданность игрового и неигрового поведения и действий с предметами, чтобы переключить ребёнка на неагрессивное поведение.
- 

### **Стратегия на предупреждение агрессивных состояний:**

- у ребёнка: не навешивайте ярлыки на агрессивного ребёнка: злой, забияка, драчун, вредина и более обидные;
- у взрослого: помните, что у вас есть много способов изменения поведения.

И самое главное –

*любите ребенка просто за то, что он у вас есть,  
без каких-либо условий!*