

Советы строгим родителям:

Нельзя наказывать и ругать ребенка:

- когда он болен, плохо себя чувствует или еще не набрался сил после перенесенной болезни. В этот период детская психика особенно уязвима, а реакции непредсказуемы;
- когда он ест, перед сном и после сна;
- сразу после того, как он получил физическую или душевную травму, например, упал, подрался, принес плохую оценку и т.д.;
- если он при всем старании никак не может победить страх, невнимательность, какие-то недостатки;
- если он очень подвижен, чем утомляет и нервнрует вас;
- если он кажется вам несообразительным, неспособным, неповоротливым;
- если вы в плохом настроении, устали, чем-то огорчены или раздражены. Гнев, который вы в таком состоянии обрушиваете на детей, всегда несправедлив. Согласитесь, в таких случаях вы попросту срываете на детях зло.

Куда обратиться за помощью?



областное государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования

«Центр «МОСТ»

*Индивидуальные и групповые
психологические консультации
для детей, родителей и педагогов*

- У Вас есть вопросы,
на которые Вы не можете получить ответ?
- Вы сомневаетесь в правильности
своих действий?
- Не можете самостоятельно найти выход
из сложившейся ситуации?

Мы ждем Вас в Центре «МОСТ»
ЕАО, г. Биробиджан, ул. Пионерская, 35
Тел.: 8 (42622) 6-02-11, 3-82-00
Телефон доверия: 8-800-2000-122

сайт: molodezh79.ru,
Instagram: [@molodezh79.ru](https://www.instagram.com/molodezh79.ru),
e-mail: molodezh79@post.eao.ru



СОВЕТЫ родителям

ЕСЛИ РЕБЕНОК АГРЕССИВЕН



г. Биробиджан, 2021 г.

Рекомендации родителям «Как строить взаимодействие с агрессивным ребенком»

- Старайтесь при ребенке не ссориться со своими близкими и друзьями, не проявлять признаки усталости и раздражения;
- Не кричите на ребенка, старайтесь решать все возникающие проблемы мирно, слушайте ребенка, уважайте его мнение и личное достоинство, сообщайте ребенку о своих чувствах и желаниях, при принятии решения соотносите свои и его потребности;
- Попытайтесь понять причины агрессивности вашего ребенка. Лишь сделав это и устранив источник стресса, вы можете надеяться, что агрессивность удастся преодолеть;
- Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Попробуйте отвлечь ребенка во время вспышки его гнева, предложите ему заняться чем-то интересным. Возможно, ваш неожиданный шаг отвлечет его, и центр внимания сместится с объекта агрессии на новый предмет;
- Если чувствуете, что ребенок вот-вот «взорвется», дайте ему возможность выплеснуть свою агрессию: поколотить подушку, нарисовать человека или предмет, который разозлил его. Такой способ вымещения гнева будет реально способствовать снижению агрессивности ребенка в настоящий момент и поможет ему стать более спокойным в общении с другими детьми;
- Постарайтесь, чтобы ребенок по возможности всегда был спокоен и уравновешен. Используйте расслабляющие упражнения, которые помогут успокоить его, снять психоэмоциональное напряжение, ощутить покой и расслабленность;
- Старайтесь предвидеть и предвосхитить события, которые могут стать причиной проявления агрессии, помогайте ребенку урегулировать свои отношения с друзьями и учителями, обсуждайте вместе с ним все возникающие проблемы и сложности;

- Уделяйте больше внимания своему ребенку. Дайте ему возможность почувствовать, что вы всегда, несмотря ни на что, любите, цените и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз обнять и приласкать ребенка. Пусть он видит, что он нужен вам и важен для вас.

Основные направления в работе с агрессивным ребенком:

1. Учите ребенка выражать свой гнев безопасными способами – дайте ребенку:
 - легкие мячи, которые ребенок может швырять в мишень;
 - мягкие подушки, боксерскую грушу, которые разгневанный ребенок может пинать, колотить;
 - резиновые молотки, которыми можно со всей силы бить по стене и по полу;
 - газеты, которые можно комкать и швырять, не боясь что-либо разбить и разрушить и многое другое, главное – проявить фантазию.
2. Научите ребенка распознавать и контролировать свои негативные эмоции. Следите за тем, чтобы в момент появления негативных эмоций ребенок не напрягал свои мышцы (лица, челюсти, рук, живота), а старался их расслабить.
3. Дайте ребенку знания, как вести себя в конфликтных ситуациях. Обсуждайте с ним случившееся – кто поступил правильно, кто неправильно, как можно было поступить? Обогащайте репертуар неагрессивных реакций ребенка в конфликте.
4. Развивайте у ребенка способность к эмпатии, сочувствию, сопереживанию через совместное чтение сказок, рассказов и последующее их обсуждение; на собственном примере показывайте подобное отношение к людям.

Агрессивность ребенка проявляется, если:

- Ребенка бьют;
- Над ребенком издеваются;
- Над ребенком зло шутят;
- Ребенка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда;
- Родители заведомо лгут;
- Родители пьют и устраивают дебоши;
- Родители воспитывают ребенка двойной моралью;
- Родители нетребовательны и неавторитетны для своего ребенка;
- Родители не умеют любить одинаково всех своих детей;
- Родители ребенку не доверяют;
- Родители настраивают своих детей друг против друга;
- Родители не общаются со своим ребенком;
- Вход в дом закрыт для друзей ребенка;
- Родители проявляют по отношению к своему ребенку мелочную опеку и заботу;
- Родители живут своей жизнью, и в этой жизни нет места их ребенку;
- Ребенок чувствует, что его не любят.

Для преодоления детской агрессии в своем педагогическом арсенале родители должны иметь: **внимание, сочувствие, сопереживание, требовательность, честность, откровенность, открытость, обязательность, доброту, ласку, заботу, доверие, сердечность, понимание, чувство юмора, ответственность, терпение, такт, дружелюбие, надежду, любовь.**