***Рекомендации для родителей по воспитанию агрессивного ребенка***

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

· 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.

· Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.

· 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; покидать мяч об стену;  устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».

· Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, окрикните ребенка.

·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.

· Предложите помириться с обиженным ребенком («Мирись, мирись и больше не дерись…»)

*2  ш а г* – ориентация на эмоциональное состояние другого.

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

Например:

· «Ты сейчас чувствуешь себя победителем?», «Кому сейчас плохо, как ты думаешь?»

· Если агрессивный ребенок стал свидетелем того, как обидели Лену, то взрослый предлагает ему: «Давай пожалеем Лену!»

· «Как ты думаешь, сейчас только тебе плохо или еще кому-то?», «Тебе сейчас грустно?», «Ты злишься?», «Ты чувствуешь усталость и ни с кем не хочешь разговаривать?».

*3 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.