

## **Рекомендации для родителей агрессивных детей**

Прежде чем пытаться корректировать агрессивное поведение ребенка, попробуйте разобраться в его причинах.

Нередко агрессивность ребенка является формой проявления протеста против действий и отношений взрослых. Подумайте, достаточно ли времени вы ему уделяете, много ли общаетесь с ним. Может быть, ребенок чувствует недостаток вашего внимания и пытается привлечь его доступными ему способами?

Подумайте о том, как вы сами ведете себя в присутствии ребенка, часто ли в вашем доме возникают ссоры между членами семьи. «Если папа и мама могут так делать, то почему я не могу вести себя так же?» - думает ребенок. Значительная часть поведения ребенка основывается на механизме подражания.

***Огромное значение для формирования агрессивных реакции имеет популярность ребенка среди сверстников.*** Если ребенок чувствует, что другие дети его отвергают, он стремится «завоевать» авторитет, образно говоря, кулаками расчищая себе место под солнцем. Агрессивное поведение, таким образом, может быть следствием переживаний, связанных с обидой, нанесенной другими детьми, ущемленным самолюбием. Оно возникает в ситуации общения и направлено против того, кого ребенок считает причиной своих неприятных переживаний.

Таким образом, причины агрессивного поведения могут отличаться, но все они обусловлены внутренним, психологическим дискомфортом ребенка, отсутствием стабильности, ощущением собственной неполноценности. Безусловно, если вы замечаете у ребенка проявления агрессии, необходимо, прежде всего, попытаться проанализировать причины их появления, выявить трудности, которые испытывает ребенок при организации своего общения, а затем корректировать их и формировать недостающие коммуникативные умения и навыки.

Как же вести себя в ситуациях, когда у ребенка возникают вспышки гнева? Попробуйте воспользоваться несколькими простыми советами, рекомендациями психологов для родителей агрессивных детей.

Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята.

Попробуйте отвлечь ребенка во время вспышки его гнева, предложите заняться чем-то интересным, покажите новую книжку, игрушку, позовите гулять. Возможно, ваш неожиданный шаг отвлечет ребенка, и центр его внимания сместится с объекта агрессии на новый предмет.

Дайте ребенку выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку или разорвать «портрет» его врага и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.

Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестных высказываний о своих друзьях и коллегах, строя планы «мести».

Пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы любите, цените и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что он нужен и важен для вас. Подсказки родителям в общении с агрессивными детьми:

- обратиться к специалистам для определения причин агрессии;
- быть внимательными к нуждам и потребностям ребенка;
- демонстрировать модель неагрессивного поведения;
- быть последовательными в наказаниях за поступки;
- не применять унижительных наказаний;
- обучать способам выражения гнева;
- учить распознавать свои эмоции, говорить о желании их проявить;
- учить брать ответственность на себя;
- организовать игру "Глаза в глаза": возьмитесь за руки, посмотрите в глаза друг другу и постарайтесь передать свое состояние (я грущу, мне весело, я не хочу разговаривать).

