

Памятка для родителей  
**«Правила поведения, способствующие снижению детской агрессивности»**

1. Будьте внимательны к чувствам и желаниям ребенка. Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть.
2. Адекватно оценивайте возможности ребенка. Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
3. Стремитесь вовремя, ненавязчиво и без лишних наставлений оказывать малышу необходимую помощь. Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.
4. Предоставляйте ребенку самостоятельность в делах, которые ему по силам. Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
5. Умейте идти на компромисс.
6. Будьте последовательны в воспитании ребенка. Помните: в сложной работе – быть родителем – не бывает выходных. Если есть правила и режим, то они должны быть всегда, не вносите дезорганизацию в жизнь ребенка.
7. Найдите оптимальный путь воспитания ребенка, с которым согласны и папа, и мама, и все, кто участвует в воспитательном процессе.
8. Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих. На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
9. Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям. Никогда не заставляйте его забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь? Ведь ты хороший, добрый».
10. Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научится быть гуманным и добрым.
11. В том случае, если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему предоставляется такая возможность в игре: подраться с подушкой, рвать бумагу, используя «Стаканчик для крика», высказать свои отрицательные эмоции, поколотить стул надувным молотком, громко спеть песню. Можно налить в ванну воду, запустить в нее пластмассовые игрушки и бомбить их мячом, пробежать несколько кругов вокруг дома, покидать мяч об стену, устроить соревнование «Кто громче крикнет?», «Кто выше прыгнет?», «Кто быстрее пробежит?».
12. Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, окликните ребенка.
13. Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ему 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.

Педагог-психолог  
Прокопьева Н.В.