***Если ребенок проявляет агрессию…***

***Советы любящим родителям***

***Если Вы заметили у ребенка проявления агрессивно­сти, 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, навыки***

******

***С этой целью внимательно прислушайтесь к со­ветам для родителей:***

* *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 гнева, предложите ему заняться чем-то интересным. Возможно, ваш неожиданный шаг отвлечет ребенка и центр внимания сместить­ся с объекта агрессии на новый предмет.*
* *Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить по­душку или разорвать «портрет» его врагов, и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.*
* *Показывайте личный пример эффективного поведения. Не допускайте при детях 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 его и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что он нужен, что он важен для вас.*

Чтобы устранить нежелательные проявления агрессии, необ­ходимо учить детей приемлемым способам выражения гнева, например:

* *Громко спеть любимую песню.*
* *Пометать дротики в мишень.*
* *Попрыгать на скакалке.*
* *Используя стаканчик для криков, высказать отрицатель­ные эмоции.*
* *Пускать мыльные пузыри.*
* *Устроить «бой» с боксерской грушей.*
* *Полить цветы.*
* *Быстрыми движениями руки стереть с доски.*
* *Поиграть в настольный футбол, баскетбол, хоккей.*
* *Отжаться от пола несколько раз.*
* *Устроить соревнования «Кто громче кричит», «Кто выше прыгнет».*
* *Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбро­сить.*
* *Слепить из пластилина фигуру обидчика и сломать ее.*

**«Золотые правила» воспитания:**

1. Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.
2. Не давайте своему ребёнку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
3. Не ставьте своему ребёнку каких бы то не было условий.
4. Будьте тактичны в проявлении воздействия на ребёнка.
5. Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе.
6. Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребёнку в угоду чему – либо.
7. Не шантажируйте ребёнка своими отношениями друг с другом.
8. Не бойтесь поделиться с ребёнком своими чувствами и слабостями.
9. Не ставьте свои отношения с собственным ребёнком в зависимость от его учебных успехов.
10. Помните, что ребёнок – это воплощённая возможность!