***Рекомендации педагогам по профилактике агрессивного поведения детей:***

1. Гнев – это обычное и вполне естественное чувство. Здоровый человек устроен так, что он веселится, когда ему радостно, плачет, когда ему грустно, злится и кричит, когда он в гневе. И это нормально. Однако, агрессивное поведение – это неэффективный способ решения возникающих проблем, оно может быть причиной неприятностей и даже трагедий. Поэтому человеку важно уметь чувствовать свой гнев и научиться вести себя уверенно, защищая свои интересы, но не агрессивно.
2. Важно показать ребенку, что гнев бывает разным и может проявляться с разной силой. В качестве измерительных инструментов можно использовать упражнение «Надувание воздушного шарика гнева» (Кривцова С. В.). Если гнева у человека много, то шарик можно надуть так, чтобы он лопнул. Объясните ребенку, что то же самое происходит и с гневом. В то время, когда мы копим гнев в себе, не выражая его, он растет, увеличивается и может лопнуть. Дайте ребенку возможность почувствовать напряжение в шарике, и то, как оно снижается, если выпустить из него немного воздуха.
3. Важно помочь детям осознать, что гневом можно управлять, а в ситуации сильного гнева, его можно уменьшать. Обсудите с ребенком разные способы уменьшения гнева: побить боксерскую грушу, побороться с подушкой, постоять под душем, послушать музыку, поговорить с родителями, порисовать, посчитать от 1 до 10, сконцентрироваться на дыхании, вспомнить что-нибудь приятное. Также с целью снятия агрессивного импульса, можно предложить детям поиграть в игру «Кастрюлька злости» (Млодик И. Ю.). Расскажите ребенку, что у каждого из нас есть такая кастрюлька, в которую попадают разные невысказанные чувства, многие из них почему-то считаются «плохими». Нас кто-то обидел, или разозлил, мы не ответили на это чувство, и не поделились этим чувством ни с кем, и вот они прямиком попадают в нашу кастрюльку. Можно с легкостью догадаться, что произойдет, когда кастрюлька наполнится. С большой вероятностью она взорвется от последней капли. И на того, кто оказался рядом с человеком, обрушится все, что копилось в кастрюльке годами и к нему не имеет никакого отношения. Сообщите ребенку, что пора браться за очистку кастрюли. Предложите ему со всей силы и страшными воплями покидать в стенку какой-нибудь матерчатый мячик или мягкую игрушку, вспоминая всех тех, кто его обидел. При выполнении упражнений на активное отреагирование чувства гнева и злости важно помнить, **что они обязательно должны заканчиваться расслабляющими видами деятельности, такими как релаксация, легкий массаж, поглаживания, принятие теплой ванны, рисование на песке и пр.** Завершите активную игру расслаблением.
4. Используйте рисование гнева, как в профилактике, так и в диагностике агрессивности детей. Можно создавать любой рисунок на тему гнева или рисовать просто линии, цветные пятна – все, что может выражать злость и раздражение. С целью определения количества гнева и злости у детей, можно использовать рисование агрессии в виде вулкана (Млодик И. Ю.). Предложите ребенку сделать такой рисунок. Замечено, что на рисунке агрессивного ребенка вулкан непременно извергается ярко-красной лавой, и ее ровно столько же, сколько агрессии у ребенка. У детей с подавленной агрессией — тихих и пассивных, лава вся внутри вулкана, и лишь изредка извергается наружу. При этом лава окрашена в темные, неяркие тона. Поговорите с ребенком о жизни вулкана-агрессии. Как справляется вулкан с лавой – любит ли он ее копить или любит извергаться, что происходит со всем, что вокруг вулкана, во время его извержения. Обсудите новые способы извержения лавы, при которых никто вокруг не пострадает.

Демонстрируйте собственное неагрессивное поведение в общении с ребенком и другими членами семьи. Это одно из самых важных условий формирования у детей навыков контроля над агрессией. Если родители демонстрируют конструктивное поведение в конфликтной ситуации, в частности, умеют выслушивать собеседника и «внимательно молчать», с помощью мимики выражают свое понимание, используют юмор, то дети довольно быстро перенимают неагрессивное поведение своих родителей. Главное условие – искренность взрослого, и соответствие мимики, несловесных реакций словам.