

## Рекомендации родителям по предупреждению агрессивного поведения

«Агрессивность — это отчаяние ребёнка, который ищет признания и любви.» Г. Эберлейн.

### Профилактика агрессии и жестокости у детей:

- Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.
- Не давайте своему ребенку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
- Не ставьте своему ребенку каких бы то ни было условий.
- Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребенка.
- Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяете делать себе.
- Не изменяйте своих требований по отношению к ребенку в угоду чему-либо.
- Не шантажируйте ребенка своими отношениями друг с другом.
- Не бойтесь поделиться со своим ребенком своими чувствами и слабостями.
- Не меняйте своё отношение к ребенку в зависимости от его учебных успехов.

### Принципы общения:

1. Пусть ребёнок в каждый момент чувствует, что Вы его любите, цените и принимаете, что он Вам нужен. Не стесняйтесь его лишний раз приласкать и пожалеть.
2. Показывайте личный пример эффективного поведения, не допускайте вспышек гнева и нелестных высказываний о других людях.
3. Запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения ребёнка, можно надеяться на улучшение.
4. Формируйте способности к сопереживанию и сочувствию (способности к эмпатии).
5. Обучайте ребёнка распознавать собственные эмоциональные состояния и состояния окружающих людей. Расширяйте поведенческий репертуар ребёнка.
6. Будьте последовательны в наказаниях ребёнка, наказывайте за конкретные поступки. Наказания не должны унижать ребёнка.
7. Дайте ребёнку возможность выплеснуть свою агрессию, сместить её на другие объекты (например, поколотить подушку).
8. Не подавляйте попытки «самоутверждения» ребёнка, отнеситесь с пониманием, старайтесь спокойно договориться.
9. Замечайте, когда ребёнок в конфликтных ситуациях ведёт себя неагрессивно и поощряйте его за это.
10. Отрабатывайте навыки реагирования в конфликтных ситуациях. Учите ребёнка брать ответственность на себя.