



Откажись от насилия.  
Стань ответственным  
родителем.

## **ЕСЛИ РЕБЕНОК АГРЕССИВЕН...**

### **Признаки агрессивности:**

- по темпераменту ребенок: вспыльчив, непокорен, непредсказуем;
- по характеру: самоуверен, недостаточно внимателен к чувствам окружающих, дерзок, проявляет негативизм.

### **Причины:**

- Нарушения эмоционально-волевой сферы:
  - неумение ребенка управлять своим поведением;
  - недостаточное усвоение ребенком общественных норм поведения, общения.
- Неблагополучная семейная обстановка:
  - отчуждение, постоянные ссоры, стрессы;
  - нет единства требований к ребенку;
  - ребенку предъявляются слишком суровые или слабые требования;
  - физические (особенно жестокие) наказания;
  - асоциальное поведение родителей;
  - плохие жилищно-бытовые условия, материальные затруднения;
- Трудности обучения.
- Психологический климат в дошкольном учреждении.



### **КАК БЫТЬ?**

- Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, показывая ребенку личный (положительный) пример.
- Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
- Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
- Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть.
- Направьте его энергию в положительное русло (например, спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (восточные единоборства, бокс, ушу), рисование, пение).
- Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
- Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.

- На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
- Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
- Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!».
- Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научится быть гуманным и добрым.
- В том случае, если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему предоставляется такая возможность в игре. Можно предложить ему следующие игры:  
 подраться с подушкой; рвать бумагу;  
 используя «стаканчик для криков»;  
 высказать свои отрицательные эмоции;  
 поколотить стул надувным молотком;  
 громко спеть любимую песню;  
 налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом;  
 пробежать несколько кругов вокруг дома или по коридору; покидать мяч об стену;  
 устроить соревнования «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
- Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, окриknите ребенка.
- Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку 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.



**Помните, что бороться с агрессивностью нужно терпением, объяснением, поощрением.**



Рекомендуем прочитать книгу  
 о грамотном взаимодействии с ребенком:  
 Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как?

Сайты для заботливых родителей

<http://artpsiholog.ru/>  
<http://psycabi.net/>

<http://ivanovomama.ru/>  
<http://www.tvoyrebenok.ru>

