

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

ПО СНЯТИЮ АГРЕССИИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1. «Ребёнок в любом моменте должен чувствовать, что Вы его любите, цените и принимаете, что он Вам нужен. Не стесняйтесь его лишний раз приласкать и пожалеть».

2. «Научите малыша выражать эмоции более приемлемыми методами. Постарайтесь вместе, в спокойной обстановке, разобраться, что вызвало у него проявление злобы или агрессии. Разработайте вместе план, как себя вести в следующий раз, когда он сердится – например: отойти в сторону, глубоко дышать, слушать успокаивающую музыку».

3. «Дайте ребёнку возможность выплеснуть свою агрессию, сместить её на другие объекты (например, поколотить подушку).

4. «Воспринимайте эмоции малыша такими, как есть. Объясните ему, что испытывать гнев, также как и радоваться, волноваться или переживать – это бывает со всеми. Предоставляйте ребенку возможность выразить свои эмоции в игровой форме (например, с помощью кукол, игрушек или рисунков). Научите ребенка словам, обозначающим эмоции: «я разозлился», «мне грустно», «у меня плохое настроение», и т.д. Эти простые выражения помогут ребенку передать происходящее в его внутреннем мире.

5. «Показывайте личный пример эффективного поведения, не допускайте вспышек гнева и нелестных высказываний о других людях».

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

В тех случаях, когда агрессия детей не опасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:

- полное игнорирование реакций ребенка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- выражение понимания чувств ребенка ("Конечно, тебе обидно...");
- переключение внимания, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста...");
- позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты...").

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло "здесь и сейчас", не припоминая прошлых поступков.

3. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить ваше требование по-своему;

- предложить ребенку компромисс, договор с взаимными уступками.

4. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Т.е. Поведение педагога должно быть направленно на снижение напряжения в конфликтной ситуации. Она заключается в таких приёмах как:

- нерефлексивное слушание - это слушание без анализа, дающее возможность ребёнку высказаться. Все, что нужно делать - поддерживать речь ребёнка, стараясь, чтобы он полностью выговорился;

- пауза, дающая возможность ребёнку успокоиться;
- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- признание чувств ребенка.

- **Исключите агрессию из окружающего мира ребенка**(наказания, сверстники, телефильмы, грубые фразы в разговоре и т.д.)

- **Помогите ребенку научиться контролировать свои негативные эмоции и “выплескивать” их адекватно, без вреда для окружающих (и себя).**

- Помните: взяв на себя агрессивную роль в игре, ребенок защищается от агрессии в реальной жизни, компенсирует неумение общаться, маскирует застенчивость, смущение.

- **Повышайте самооценку ребенка.**

- Старайтесь чаще **общаться “на равных”**, чтобы вовремя заметить тревожные “звоночки” и понять, чем они вызваны.

- **Не наказывайте ребенка за агрессивное поведение!** Агрессия с Вашей стороны провоцирует закрепление агрессивного поведения у ребенка. Попробуйте отвлечь его, и только когда ребенок успокоится, нужно начинать разговор.

- **Старайтесь, чтобы Ваши слова не расходились с делами!**
 (“Надо беречь природу”, - говорит мама, а позже обламывает ветки у дерева: “Чтобы не мешало на дороге”.

- “Драться нехорошо”, - говорит папа, но после ссоры ребенка с товарищем учит: “Надо было дать сдачи”)

- **Помогите ребенку, если у него возникают проблемы в общении со сверстниками** (ролевые коррекционные игры, консультации психолога, развитие коммуникативных навыков). **За агрессию бесполезно наказывать, запрещать ее тоже ни к чему – это загонит проблему в глубь. Необходимо искать причину ее возникновения.**