**Советы родителям агрессивного ребенка**

**Как управлять агрессивным поведением ребенка?**

* Сохраняйте спокойствие, даже если это дается с трудом. Не наказывайте его физически или устно.   
  Постарайтесь установить причину его агрессивности. Не является ли это способом, которым он пытается утвердить свою автономию? Не разочарован ли он в чем-то? Или эта агрессия связана с нахождением рядом других детей?
* Поговорите с ним о том, что он чувствует. Он должен знать, что его кто-то понимает.   
  Установите правило: «мы не причиняем боль другим». Дети должны научиться быть хорошими друзьями другим детям, любить животных и людей в целом.
* Приказы и наказания вызывают либо гнев ребенка, либо постоянное подавление гнева. Подавленный гнев ребенка, не могущему противостоять сильному взрослому, может перерасти в пассивно – агрессивные формы поведения – он начнет делать что – то исподтишка, назло, незаметно саботировать просьбы и само общение.  Поэтому наказывать ребенка надо в крайних случаях.
* Модификация агрессивного поведения ребенка проста и общеизвестна. Она состоит в том, чтобы за хорошее поведение [ребенок](http://www.i-kiss.ru/rubrika/children) получал поощрение, а за плохое - наказание в виде лишения чего – то или лишения привилегий. Однако часто это использовать нельзя, т. к. [ребенок](http://www.i-kiss.ru/rubrika/children) вскоре станет «маленьким торгашом» в ваших отношениях.
* Используйте то наказание, которое сходно с обучением. То есть объясните ребенку, почему так нельзя поступать.
* Помогите ему выразить свои чувства словами, если ребенок достаточно взрослый, чтобы поговорить. Этот простой подход часто снижает агрессивность многих детей.
* Попросите его подумать, нет ли других способов получить желаемое.   
  Обнимите его, когда ситуация разрешится. Хвалите ребенка за хорошее поведение, но без излишеств. Особенно это полезно, когда ему удалось преодолеть агрессию.
* Будьте сами хорошим примером управления собственными реакциями на разочарование. Объясните ему, что вы чувствуете, когда пытаетесь получить желаемое без агрессии.
* Читайте ему книги о гневе и агрессивном поведении. Говорите с ним об эмоциях, испытываемых героями этих книг. Задавайте вопросы о том, как эти герои без агрессии вышли из ситуации.
* Создавайте те места, где ребенок мог бы играть, не слыша постоянных запретов типа «не трогай этого!», «не делай этого!». Слишком много запретов может вызвать чувство разочарования и гнева у вашего ребенка.
* Организуйте в вашем присутствии коллективные игры ребенка с другими детьми. Объясните, какие эмоции испытывают другие дети в ответ на его агрессивное поведение или, наоборот, когда он хорошо общается в коллективе.
* Личный пример родителей - лучший гарант хорошего самообладания и адекватного поведения детей. Родителям надо научиться управлять собственным гневом, уметь сдерживать свои порывы, импульсы; выработать в себе самообладание; не прикасаться к ребенку, когда злы, не делать при этом резких движений, не крича на него и не хлопая дверью.
* Одно из средств против агрессии ребенка - "я- сообщение". Нужно говорить не "ты меня убиваешь, когда так делаешь", а "мне очень плохо, когда ты так делаешь"; не "ты мешаешь", а "знаешь, всем детям плохо, когда ты шумишь". Т.е. реагировать не на личность, а на конкретный поступок и помочь ребенку это понять.

И главное в воспитании любого, тем более непослушного, агрессивного ребенка – **набраться терпения в общении с ним и всегда помнить о любви своего ребенка к Вам и своей любви к ребенку!**

Составила педагог-психолог

Земскова Н.В.