

# Памятка для родителей

## Что делать, если ребенок агрессивен?



Проявлять спокойное отношение в случае незначительной агрессии. В тех случаях, когда агрессия детей и подростков неопасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии: полное игнорирование реакций подростка; выражение понимания чувств ребенка; переключение внимания, предложение какого-либо задания.

Акцентировать внимание на поступках, а не на личности. После того, как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки.

Не забывать контролировать собственные негативные эмоции. Когда ребенок или подросток демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает у взрослых сильные отрицательные эмоции - раздражение, гнев, возмущение. Взрослым нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний.



Во время разговора с ребенком избегать повышения голоса, изменения тона на угрожающий, демонстрации власти, применения физической силы.

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность.

Демонстрировать модель неагрессивного поведения. Важное условие воспитания «контролируемой агрессии» у ребенка - демонстрация моделей неагрессивного поведения. Взрослым нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Давать возможность ребенку говорить о своих чувствах – регулярно интересуйтесь у ребенка тем, что его волнует, за что он переживает: «За что ты рассердился?», «За что ты обиделся?», «Почему ты расстроился?» Таким образом, подросток будет чувствовать, что его любят, ценят и понимают.

***Вышеперечисленные рекомендации не приведут к положительным результатам, если будут иметь разовый характер.***

***Родительская любовь, внимание к подростку, его нуждам, потребностям и ваш личный пример – вот что помогает наладить и сохранить доверительные взаимоотношения с ребенком.***



(802130) 5 54 39



211259 г.п. Шумилино, ул. Ленинская, д.22,  
Витебская область