

Памятка для родителей по профилактике агрессивного поведения детей

Агрессия – это поведение или действие, направленное на нанесение физического или психического вреда другим людям.

Выделяют несколько видов агрессивных реакций:

- **физическая агрессия** – использование физической силы против другого лица;
- **вербальная агрессия** – выражение негативных чувств через словесное содержание (угрозы) и через форму (визг, крик);
- **косвенная** – агрессия ни на кого не направленная;
- **раздражение** – готовность, при малейшем возбуждении, к проявлению негативных чувств (вспыльчивость, грубость);
- **обида** – зависть и ненависть к окружающим за реальные или вымышленные действия;
- **подозрительность** – недоверие или убеждение в том, что другие люди планируют и приносят вред;
- **негативизм** – открытое проявление недовольства кем-либо или кем-либо.

Рекомендации родителям:

1. Учитесь слушать и слышать своего ребенка.
2. Учите детей брать ответственность за свои поступки на себя.
3. Развивайте у детей (особенно агрессивных) чувство эмпатии(сочувствия к другим) к сверстникам, взрослым, к живому миру.
4. Учите детей различать свои чувства, понимать их и анализировать.
5. Не запрещайте детям проявлять отрицательные эмоции, учите правильно их выражать.
6. Помогайте адекватно оценивать как собственное эмоциональное состояние, так и состояние «ребенка-жертвы».
7. Расширяйте его представления о том, какие существуют способы самоутверждения.
8. Учите ребенка выплескивать гнев приемлемыми способами (нарисовать ее, ответить на вопрос: «На что она похожа?», рассказать о своих ощущениях, а затем порвать листок; можно представить горящую свечу, в пламени которой сгорает все плохое) или полезными способами (в спортивной секции).

9. Умейте принять и любить своего ребенка таким, какой он есть.
10. Повиновение, послушание и исполнительность будут там, где они предъявляются разумно.

Социальный педагог: М.А. Белоусова