**Рекомендации родителям**

**Воспитание ребенка. Агрессивное поведение детей**

Почти все дети в какой-то момент проявляют агрессию. Родителям важно правильно реагировать именно на первые такие поступки. Основной метод - сдерживание ребенка. Агрессивные действия должны быть просто непросто остановлены, сдержаны. Придержите ручку, которая готова нанести удар. Действия детей неточны, медлительны, поэтому обычно заранее видно, когда малыш вознамерился кого-то ударить. Соотношение сил взрослого и ребенка настолько очевидно неравно, что взрослый просто не должен допускать, чтобы ребенок его бил. Физически удерживайте ребенка от нежелательного поведения. Не нужно сопровождать свои действия развернутыми комментариями, оценками ребенка. Ваша задача- просто сделать проявления агрессии невозможными. Коротко скажите6 « У нас не принято драться!» И достаточно.

Если ребенок ударил кого-то в вашем присутствии и вы не смогли его удержать, проявите внимание к тому, кого ударили, поведение же ребенка при этом игнорируйте. Ребенок не должен получать повышенное внимание в результате агрессивного поведения.

**Если ребенок играет в группе детей и вы знаете что он склонен проявлять агрессию, нужно сделать следующее:**

1. В период частых вспышек агрессии старайтесь находиться поблизости от ребенка, пока он играет.
2. Предупредите родителей других детей, скажите, что сейчас настал такой период у вашего ребенка, что он периодически дерется. Сделайте это так, чтобы ребенок вас не слышал;
3. Следите за настроением ребенка: если он начинает более агрессивно играть (кидать игрушки и т.п.), уведите ребенка, поиграйте с ним в подвижные или любые другие игры отдельно.
4. Если ребенок один раз кого-то ударил, извинитесь перед этим ребенком, пожалейте его игнорируя действия обидчика.
5. Если агрессии становится много, малыш не прекращает драки, спокойно скажите ему что так себя не ведут и вы вынуждены отойти от компании. Отведите и удерживайте ребенка около трех минут в стороне от других детей.

В целом удерживайте ребенка от агрессивных действий, но не давайте в ответ на них повышенного внимания. Агрессивное поведение не должно становиться центром внимания окружающих.

**Случаи, в которых проявления агрессии закрепляются:**

1. Родители бездействуют, списывая агрессивное поведение ребенка на его возраст;
2. Родители умиляются поведением ребенка, им кажется, что это очаровательная игра или видят в этом проявление силы ребенка.
3. Родители реагируют агрессивно, злобно. Начинают кричать, бить и прочее.
4. Родители выясняют при ребенке отношения, начинают спорить о методах воспитания.
5. Родители реагируют театрально: демонстративно уходят, делают вид. Что плачут, или имитируют переживания боли.
6. Родители хотят, чтобы ребенок головой понял, что его поведение недопустимо. При этом обычно много времени посвящается чтению морали, которую ребенок не в состоянии понять.

Задача взрослых – не давать ребенку бить и кусать людей. Не стоит останавливать битье предметов, топанье ногами и прочее. Это лучше просто игнорировать, то есть не делать ничего вообще, даже не менять выражение лица.

Если сдерживать ребенка без эмоций. Он скоро просто перестанет вас бить. Любой взрослый человек способен контролировать агрессивное поведение ребенка.

Чувство гнева, ярости должно иметь какой-то выход, и запрещая агрессивное поведение, направленное на людей, вы должны дать ребенку какой-то способ свои чувства выплёскивать.

Важно озвучивать чувства ребенка. Вы видите, что ребенок разозлился, что-то требует. Прежде чем решить ситуацию с самим требованием, признайте его чувства, скажите ему: «Мне кажется ты очень злишься, когда приходится так много одежды на себя надевать». Постепенно ребенок научится такому способу сообщения о своем состоянии. Называние чувства, переживания – это уже само по себе способ снижать его интенсивность.

Также учите ребенка снимать напряжение через игры: «Догони меня», «Перепрыгни» и другие. После снятия напряжения( после подвижной игры) предложите ребенку спокойную игру. Расслабление должно занимать всего пару тройку минут.

Используйте предметы, с которыми можно обращаться грубо. Сшейте или купите мягкую игрушку или подушку. Придумайте простое и удобное имя «жу-жу», «бо-бо». Когда у ребенка появится желание драться, толкаться и т.п., скажите СТРОГО, НО БЕЗ ЗЛОСТИ « Людей бить нельзя! А вот есть игрушка которая всегда рада подраться». Научите ребенка как можно драться с этой игрушкой. Таким образом агрессия будет иметь свой выход и направляться на на игрушку, а не на людей. Также когда ребенок злится, можно предложить ему рвать или комкать бумагу, пинать мячик, нарисовать свою злость. Обязательно нужно обеспечить ребенку игры с такими природными материалами, как песок, камни, вода. Это также способствует снятию напряжения.

Если ребенок часто дерется и вы не в состоянии справиться с этим, используйте специальную технику. Применяйте этот метод каждый раз, когда ребенок ударит вас или кого-то в вашем присутствии. Применяйте данную технику, только если ребенку исполнилось два года.

**После того как ребенок кого-то ударил:**

1. Встаньте лицом к ребенку и возьмите его за запястья. Держать запястья нужно крепко, чтобы он не мог вырваться, но не причиняя ребенку боли. Расположите так, чтобы ребенок не мог доставать вас ногами.
2. Глядя в глаза ребенку, серьёзно скажите : «Драться нельзя!» говорить нужно только эти слова, ничего не добавляя, не убавляя. Старайтесь чтобы в вашем голосе не было серьёзности. Старайтесь, чтобы в вашем голосе не было эмоций. Старайтесь, чтобы ваш взгляд не передавал ребенку злобы, возмущения и не подавлял его.
3. Поверните голову в сторону, отведите взгляд от ребенка и в нормальном темпе досчитайте до 20 про себя.
4. Повернитесь опять к ребенку и поверните: «Драться нельзя!»
5. Отпустите запястья ребенка.

Если ребенок тут же вас ударил, нужно повторить в точности всю процедуру. Это делается столько раз, сколько необходимо. Нельзя вносить какие-то изменения в эту технику, иначе она не будет действовать. Если родители выполняют все в точности, техника срабатывает.

**Основные причины, почему техника не работает или наносит вред:**

1. Родители используют технику не каждый раз, а в наиболее серьёзных случаях или в местах. Где это удобнее. Например, стесняются делать что-то при других людях.
2. Родители по своему усмотрению меняют действия, предписанные техникой, или последовательность этих действий.
3. Взрослые спорят при ребенке о целесообразности такого метода.

Обращайте внимание на ребенка в те моменты, когда он хорошо играет. Говорите ребенку, что вам нравится, когда он вот так вежливо и мягко себя ведет. Ребенок должен понимать, какое поведение вы предпочитаете и поощряете. Иначе складывается ситуация. Когда на плохое поведение взрослые выдают очень много реакции, а на хорошее никакой. Помните! Закрепляется то поведение е. которое поддерживается вниманием. Поэтому старайтесь акцентировать свое внимание на хорошем поведении ребенка и поощрять его!