***Агрессивный ребенок***

Агрессия, к сожалению, окружает нас и наших детей. Агрессивность в поведении человека м.б. защитной, часто «агрессивными» называют детей, «неудобных»,у которых проблемы в общении со сверстниками и со взрослыми. Почему ребенок становится агрессивным, всегда ли причинами такого поведения являются внешние факторы, что в таком случае делать родителям, как помочь?

**Советы родителям**

• Упорядочьте систему требований, следите за своими поступками, показывая ребенку личный (положительный) пример.
• Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
• Собственным примером приучайте ребенка к самоконтролю.
• Давайте ребенку понять, что вы его любите таким, какой он есть.
• Направьте его энергию в положительное русло (например, спорт, где ребенок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением (восточные единоборства, бокс, ушу), рисование, пение).
• Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
• Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
• Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивайте его значимость в выполняемом деле.
• На проявление агрессии устанавливайте жесткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
• Научите ребенка жалеть. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдание близким людям.
• Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый. Например, скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый!».
• Практикуйте эмоциональное поощрение за проявление доброты. В этом случае ребенок быстро сумеет перерасти «естественную возрастную агрессивность» и научится быть гуманным и добрым.
• В том случае, если у ребенка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему предоставляется такая возможность в игре. Можно предложить ему следующие игры: подраться с подушкой; рвать бумагу; используя «стаканчик для криков», высказать свои отрицательные эмоции; поколотить стул надувным молотком; громко спеть любимую песню; налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом; пробежать несколько кругов вокруг дома или по коридору; покидать мяч об стену; устроить соревнование «Кто громче крикнет», «Кто выше прыгнет», «Кто быстрее пробежит».
• Если это возможно, сдерживайте агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением, остановите занесенную для удара руку, окрикните ребенка.
•Учите ребенка выражать свои негативные эмоции в социально приемлемой форме. На первом этапе предложите ребенку переносить свой гнев с живого объекта на неживой (Например: «Если ты хочешь ударить, бей лучше не меня, а стул»), а затем научите ребенка выражать свои чувства, переживания в словесной форме.