



Рекомендации по снижению уровня агрессии у детей!

Причины возникновения агрессии:

1. *Отвержение.* Ребёнок чувствует себя покинутым, незащищённым и поэтому не принимает родительского убеждения, не имеет положительного примера, как себя вести.
2. *Сверхтребовательность.* Чрезмерная критика, наказывание за малейшие провинности
3. *Гиперопека.* (Сверхзаботливое отношение). Ребёнок лишается самостоятельности, инфантилен, не может противостоять стрессам, не может постоять за себя, может стать жертвой агрессии и вымещать агрессию на предметах.
4. *Привлечение к себе внимания* (ущемление достоинств другого человека, с целью подчеркнуть свое превосходство; защита и месть; стремление быть главным; стремление получить желаемый предмет.)

Рекомендации родителям:

1. Контролировать ребёнка и одновременно учить его контролировать свою агрессию и выражать свои эмоции приемлемыми способами, не нанося вред другим.
2. Замечать когда ребёнок ведёт себя не агрессивно и поощрять его за это.
3. Работу по коррекции агрессивного поведения детей следует начинать с родителей, так как ребёнок не может измениться к лучшему, пока не произойдут необходимые изменения в семье.
4. Пусть ребёнок в каждый момент чувствует, что его любят, ценят и принимают, что он нужен.
5. Родителям необходимо показывать личный пример эффективного поведения, не допускать вспышек гнева и нелесных высказываний о других людях.
6. Запрет и повышения голоса, самые неэффективные способы преодоления агрессии.
7. Формируйте способность к сопереживанию и сочувствию.
8. Дайте ребёнку возможность выплеснуть свою агрессию, сменить её на другие объекты.
9. Не подавляйте попытки «самоутверждения» ребёнка, отнеситесь с пониманием, старайтесь спокойно договориться.