**Памятка для родителей: Если ребенок агрессивен…**

•          Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть.

 •          Помните, что ребенок всегда подражает тому, за кем (чем) привык наблюдать, поэтому ни вы, ни другие родные и близкие ребенка не должны проявлять агрессию.

 •          Предъявляя ребенку требования, учитывайте не свои желания, а его возможности.

 •          Гасите конфликт, направляя интерес ребенка в другое русло.

 •          Учите ребенка правильному общению со сверстниками и взрослыми.

 •          Расширяйте кругозор ребенка.

 •          Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость.

 •          Игнорируйте легкие проявления агрессивности ребенка, не фиксируйте на этом внимание окружающих.

  **Бороться с агрессивностью нужно…**

**•          Терпением.** Это самая большая добродетель, какая только может быть у родителей.

 **•          Объяснением.** Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратким.

 **•          Отвлечением.** Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что он пытается делать.

 **•          Неторопливостью.** Не спешите наказывать ребенка – подождите, пока поступок повторится.

 **•          Наградами.** Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение – это пробудит в нем желание еще раз услышать ваши добрые слова.

**Правила родительского поведения, способствующего снижению детской агрессивности**

 •          Помогайте ребенку осваивать конструктивные способы преодоления препятствий, разрешения проблем. Покажите, что есть более эффективные и безопасные способы, чем физическое нападение.

 •          Свои собственные агрессивные реакции на какие-то события не переносите на ребенка.

 •          Помогайте ему лучше узнать себя и других людей. Не исключено, что ребенок ведет себя агрессивно, потому, что не видит другого способа самоутвердиться или воспринимает мир как враждебный.

 •          Не унижайте и не оскорбляйте ребенка, особенно при посторонних; обеспечьте ему чувство защищенности.

 •          Вспомните причины собственных агрессивных поступков в детском возрасте. Например, из-за чего происходили ваши стычки с братом или сестрой, или собственными родителями, или одноклассниками.  Возможно, вы сможете лучше понять своего ребенка и помочь ему.

 •          Будьте внимательны к чувствам и желаниям своего ребенка.

 •          Адекватно оценивайте возможности ребенка.

 •          Умейте идти на компромисс.

 •          Найдите оптимальный путь воспитания ребенка, с которым согласны все, кто участвует в этом процессе.

 •          Любите ребенка просто за то, что он у вас есть, без каких-либо условий.

**Психологический настрой для родителей, помогающий преодолеть гнев**

 •          Я способен контролировать свой гнев, сдерживая мысли, которые его вызывают.

 •          Я умею вовремя остановиться.

 •          Я сохраняю спокойствие.

 •          В следующий раз я справлюсь с гневом лучше.

 •          Я способен признавать свои ошибки.