**ПОМОЩЬ АГРЕССИВНОМУ РЕБЕНКУ**

*Рекомендации педагога-психолога*

ГЛАВНЫЕ причины детской агрессии в дошкольном возрасте:

* наследственность, которая проявляется в особенностях его темперамента;
* особенности функционирования нервной системы;
* уклад в семье и неправильное воспитание.

Агрессивность у детей проявляется в неспособности контролировать свои эмоции, регулировать свое поведение.

**Как преодолеть агрессивность у детей**

**1.Снятие напряжения.**

* Различные вариации подвижных игр;
* Арттерапевтические методы (пальцами, руками, губкой, большими кистями);
* Игры в «зоопарк» - рычание, бодание, топтание ногами.

**2. Спокойное и уверенное поведение взрослого:**

* равномерный спокойный голос в присутствии ребенка, не оскорблять его и окружающих;
* демонстрация эмпатии (сопереживания) другим людям, животным или героям сказок в присутствии ребенка;
* обучение пониманию эмоций и настроений у окружающих;
* ограничение просмотра ТВ программ и использования телефонов и Интернета;
* поощрение высказывания собственного мнения;
* развитие у ребенка чувства юмора (просмотр смешных мультфильмов, историй).

**3. Особенности совместных игр:**

* по правилам, развивающие самоконтроль, самоорганизацию, умение рефлексировать и планировать свои действия:
* включение проблемных и конфликтных историй для проигрывания;
* настольные и дидактические игры всей семьей;
* сюжетно-ролевые игры, где ребенок берет на себя ответственные роли: учителя , спасателя, разведчика, исследователя или соответствующего героя сказки, фильма.

**4. Контроль эмоционального состояния ребенка**

* помните, что страхи часто являются причиной агрессии;
* упреки, вызывают обиду и враждебность;
* проявляйте внимание к делам и отношениям ребенка, поощряйте любые успехи и достижения, почаще общайтесь с ним;
* проявляйте свою любовь к ребенку в поступках, которые научат его любви, доброте и сочувствию;
* ребенок должен постоянно ощущать вашу поддержку и заботу.

**Краткие рекомендации родителям для уменьшения агрессии ребенка:**

* принимайте ребенка таким, каков он есть;
* предъявляя к ребенку свои требования, учитывайте не свои желания, а его возможности;
* расширяйте кругозор ребенка;
* включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость в выполняемом деле;
* игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.

**Три ваших главных инструмента:**

Бороться с агрессивностью нужно ***терпением.*** Это самая большая добродетель, какая только может быть у родителей.

***Объяснением.*** Подскажите ребенку, чем интересным он может заняться.

***Поощрением.*** Если вы похвалите своего воспитанника за хорошее поведение, то это пробудет в нем желание еще раз услышать эту похвалу.