

## Рекомендации для родителей

### «Агрессивное поведение: как помочь ребенку?»

Слово «Агрессия» (от лат. aggressio – нападение) – это деструктивное, разрушающее и враждебное поведение в отношении окружающих людей. А вот агрессивность – это черта личности, которая, с одной стороны, определяется врожденными особенностями темперамента ребенка, а с другой – стилем общения и воспитания в семье.

Из многочисленных видов агрессии в детском возрасте чаще всего встречаются следующие:

- **физическая** – использование физической силы против кого-либо или чего-либо;
- **вербальная (словесная)** – проявление грубости в речи, отрицательное речевое воздействие, обидное общение, выражение негативных эмоций и намерений в неприемлемой, оскорбительной для собеседника форме;
- **аутоагрессия** – агрессия, направленная на себя, проявляющаяся в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений вплоть до самоубийства.

*Основными причинами проявлений детской агрессивности являются:*

- стремление привлечь к себе внимание сверстников;
- стремление получить желаемый результат;
- стремление быть главным;
- защита и месть;
- с целью подчеркнуть свое превосходство.

### **Коррекция агрессивного поведения подростков**

Отношения «Взрослый – Агрессивный подросток» имеют свои правила, позволяющие обеспечивать разрешение конфликтов и одновременно целенаправленно корректировать поведение таких детей:

1. Спокойная реакция взрослого на агрессию подростка. Это может быть полное игнорирование его реакций способом выхода в другую комнату при разговоре;

- ухудшение самочувствия, конфликты со сверстниками. Возможно, в такой ситуации целесообразно будет вспомнить свое негативное поведение в период взросления. Но примеры из личного опыта не должны стать для вашего ребенка указателем к действиям.

2. Акцентирование внимания взрослого на поступке подростка, а не на его личности. Анализируя поведение сына или дочери, важно ограничиться конкретным фактом и ни в коем случае не вспоминать, что это уже было, что вчера или позавчера были другие агрессивные действия. Только беседуя о конкретной ситуации, подросток сможет критично оценить себя. Нужно убедить, что агрессия вредит, прежде всего, ему самому. Ребенок должен из ваших бесед понимать, что вы осуждаете его поступок, а не личность. То есть вы любите ребенка и хотите ему только добра.

3. Контроль над своими негативными эмоциями. Родители – первый авторитет для детей. И поэтому надо каждую минуту контролировать свои

эмоции, не давая малейшего повода подросткам для копирования негатива. Если же такое случается, то при подростке нужно признать, что вы были неправы, не сдержались, и попросить прощения.

4. Снижение напряженных ситуаций. Если вы конфликтуете с ребенком, то нельзя допускать таких действий: переходить на угрозы, втягивать в спор посторонних людей, обзывать подростка, использовать физическую силу, сравнивать его с другими детьми, подкупать его будущими покупками или вольностями.

5. Личная демонстрация неагрессивного поведения. Спокойствие взрослых в конфликтной ситуации – лучший нейтрализатор агрессии подростков. Дайте возможность детям высказаться и объяснить свое поведение. Выслушайте ребенка. Используйте юмор, будьте искренними с детьми. Беседуйте с ними так, как с партнерами, взрослыми личностями, а не вашими подчиненными без опыта, знаний и права на собственное мнение.

**Терпения Вам и удачи,  
дорогие родители!**

