**Памятка родителям по предупреждению детской агрессивности.**

Агрессивность ребёнка проявляется, если:

-ребёнка бьют

-над ребёнком издеваются

-над ребёнком зло шутят

-ребёнка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда

-родители заведомо лгут

-родители пьют и устраивают дебоши

-родители воспитывают ребёнка двойной моралью

-родители не требовательны и неавторитетны для своего ребёнка

-родители не умеют любить одинаково своих детей

-родители ребёнку не доверяют

-родители настраивают детей друг против друга

-родители не общаются со своим ребёнком

-вход в дом закрыт для друзей ребёнка

-родители проявляют по отношению к ребёнку мелочную опёку и заботу

-родители живут своей жизнью, ребёнок чувствует, что его не любят

Памятка №1

Не давайте своему ребёнку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд

Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия

Не ставьте своему ребёнку каких бы то ни было условий.

Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребёнка.

Не наказывайте ребёнка за то, что позволяете себе делать.

Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребёнку в угоду чему-либо

Не шантажируйте ребёнка своими отношениями друг с другом.

Не бойтесь поделиться со своим ребёнком своими чувствами и слабостями.

Не ставьте свои отношения с ребёнком в зависимость от его учебных успехов.

Шесть рецептов избавления от гнева (для родителей)

|  |  |
| --- | --- |
| содержание | Пути выполнения |
| Наладьте взаимоотношения со своим ребёнком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно. | Слушайте ребёнка, проводите с ним как можно больше времени. Делитесь с ним своим опытом. Рассказывайте о своём детстве, детских поступках, победах и неудачах |
| Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под воздействием стресса и вас легко вывести из равновесия | Отложите или отмените вовсе совместные дела с ребёнком. Старайтесь не прикасаться к ребёнку в минуты раздражения. |
| В те минуты, когда вы разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить. | Примите тёплую ванну, душ  Выпейте чаю  Позвоните друзьям  Просто расслабьтесь, лёжа на диване. |
| Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии | Говорите детям о ваших желаниях и трудностях «Я очень расстроена, хочу побыть одна. Поиграй пожалуйста в соседней комнате.», или «Дела на работе вывели меня из себя. Через несколько минут я успокоюсь, а сейчас, пожалуйста не трогай меня.» |
| Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев. | Не давайте ребёнку играть с теми вещами и предметами, которыми вы дорожите.  Не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать наступление собственного эмоционального срыва и не допускайте этого, управляя собой и ситуацией. |
| К некоторым особо нужным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь предусмотреть всевозможные нюансы и подготовить ребёнка к предстоящим событиям. | Изучайте силы и возможности вашего ребёнка. |

1. Учитесь слушать и слышать своего ребёнка.
2. Постарайтесь сделать так, чтобы только вы снимали его эмоциональное напряжение.
3. Не запрещайте детям выражать отрицательные эмоции.
4. Умейте принимать и любить его таким, каков он есть.
5. Повиновение, послушание и исполнительность будут там, где они разумны.
6. К агрессивным проявлениям в поведении ребёнка приводит агрессивность семьи

Психолог МБОУ «СОШ № 32» Вершинина Л. А.