***Профилактика детской агрессивности***

Помните, что на поведение ребенка влияет атмосфера, в которой он растет. Психологами установлено, что дети, проявляющие агрессию, иногда просто не знают иных способов разрешения конфликта. Оградите ребенка от восприятия агрессивного поведения в семье. Станьте достойным примером для него. Проявляйте по отношению ко всем членам семьи и близким доброжелательность, заботу и доверие.

**Ваше собственное поведение способствует формированию у ребенка стереотипов и моделей поведения, которые он неосознанно будет применять в будущем, уже став взрослым.**

 Поэтому родителям следует научиться управлять своими негативными эмоциями, чтобы не срываться на ребенке, овладев простыми техниками. Переключив свое внимание на собственное дыхание, или сильно сжав руки в «замок», можно заметно уменьшить свой гнев.

 Часто агрессивное поведение детей более старшего возраста связано с желанием вызвать гнев взрослого, тем самым показав его слабость. Если взрослые попадаются на эту «удочку» - они теряют авторитет в глазах детей и возможность устанавливать партнёрские отношения. Вы должны проявить усилия, чтобы снизить напряжение и агрессию, полезно сообщить детям о своих чувствах, о необходимости побыть одному.

 Этот **психологический настрой** поможет Вам в преодоления гнева.

**Я сохраняю спокойствие. Я способен признавать свои ошибки.**

**Я умею вовремя остановиться.**

**Я способен контролировать свой гнев, сдерживая мысли,**

**которые его вызывают.**

 Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы раздражены:

* скажите себе «стоп» и посчитайте до 10;
* отложите совместные дела с ребенком;
* в эти моменты избегайте резких движений, двигайтесь намеренно медленно; дышите глубже и медленнее, намеренно сбавьте громкость и тон голоса, не хлопайте дверью, не прикасайтесь к ребенку;
* лучше выйти в другую комнату.

***Бороться с агрессивностью дошкольника 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 – сделайте это только, если поступок повторится.

* ***Наградами.***

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

•Проследите, чтобы агрессивное поведение ребенка не поощрялось окружающими, чтобы он не получал видимой выгоды от агрессии.

•Не допускайте бесконтрольного просмотра телепередач, фильмов, т. к. даже некоторые мультфильмы имеют высокий уровень агрессии.

•Не давайте малышу нереальных обещаний.

•Не ставьте ребенку каких бы то ни было условий.

•Будьте тактичны, применяя меры воздействия к детям.

•Не наказывайте ребенка за то, что позволяете делать себе.

•Не изменяйте своих требований по отношению к ребенку в угоду чему-либо.

•Не шантажируйте детей своими отношениями друг с другом.

•Делитесь с ребенком своими чувствами и слабостями.

 •Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависимость от его успехов.