

«ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА» ВОСПИТАНИЯ, С ЦЕЛЬЮ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНЫХ ФОРМ ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА

1. Не давайте своему ребёнку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
2. Не ставьте своему ребёнку, каких бы то не было условий, ищите компромиссы.
3. Будьте тактичны в проявлении воздействия на ребёнка.
4. Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе.
5. Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребёнку в угоду чему-либо.
6. Не шантажируйте ребёнка своими отношениями друг с другом.
7. Не бойтесь поделиться с ребёнком своими чувствами и слабостями.
8. Не ставьте свои отношения с собственным ребёнком в зависимость от его учебных успехов.

Таким образом, самое главное — научить ребенка разряжаться — избавляться от накопившегося раздражения, дать ему возможность использовать переполняющую его энергию «в мирных целях».

Таким детям необходимо предложить социально приемлемые методы для выражения подавленного гнева.

Пусть ребенок останется один в комнате и выскажет все, что накопилось, в адрес того, кто его разозлил.

Предложите ему, когда сложно сдержаться, бить ногами и рукам специальную подушку, рвать газету, комкать бумагу, пинать консервную банку или мяч, бегать вокруг дома, писать все слова, которые хочется высказать в гневе.

Дайте ребенку совет: в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, несколько раз глубоко вдохнуть или сосчитать до десяти. Это помогает успокоиться.

Можно попросить ребенка нарисовать чувство гнева. Тогда агрессия найдет выход в творчестве.

Родители могут научиться управлять поведением своих агрессивных детей, для этого следует:

- обратить особое внимание на игры ребенка. В играх дети осуществляют свои мечты, фантазии и страхи;
- обсуждать с ребенком, на кого он хочет быть похож, какие качества характера его привлекают, а какие отталкивают;
- следить за тем, какой пример вы подаете ребенку. Если ребенок судит других людей, награждает их «ярлыками», возможно, он повторяет ваши слова;
- быть готовым внимательно выслушать ребенка, если он хочет рассказать вам свой сон. Во сне дети часто видят то, чего им не хватает в жизни. Особое внимание обращайте на повторяющиеся сюжеты сновидений;
- поощрять ребенка говорить о том, что его волнует, что он переживает;
- научить ребенка прямо говорить о своих чувствах, о том, что ему нравится, а что нет.

Очень активным и склонным к агрессии детям следует создать условия, позволяющие им удовлетворить потребность в движении, а также заняться интересующим их делом. Например, можно предложить им занятия в спортивных секциях, участие в соревнованиях или в постановке спектаклей, организовывать для них разные игры, длительные прогулки или походы.

Ребенок должен уметь сказать «нет», не поддаваться на провокации окружающих, с юмором относиться к неудачам и знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться с ними самостоятельно.

Только личным примером, развивая у ребенка сочувствие, сопереживание, стремление помогать тем, кто слабее, противостоять волне агрессии, захлестывающей детей с экранов телевизоров, мониторов компьютеров и страниц популярных газет и журналов.