

Профилактика и коррекция агрессивного поведения



1. Исключить ситуации, в которых ребенок видит нежелательное агрессивное поведение родителей.

2. Исключить контакт ребенка с телевизором и компьютером, особенно, если там транслируется негативная, агрессивная информация.

3. Больше давать ребенку эмоциональной обратной связи, давать максимальное количество тактильного контакта.

4. Для детей важно, чтобы их любили, безусловно, не за хорошие или плохие поступки, а просто так, независимо ни от чего.

5. Помочь в осознании своих чувств. Помочь понять ребенку свои чувства. Порой фраза: «Ты злишься на меня, за то, что я не позволила тебе прыгать на кровати» позволяет ребенку принять свои чувства и справиться с ними.

6. Оценивайте не личность, а поступок. Важно давать ребенку понять, что, что бы он ни делал, его все равно любят, но его действия огорчают.

7. Говорите вместо: «ты опять разбросал свои игрушки» - «я расстраиваюсь, когда вижу игрушки не на своем месте».

8. Покажите детям, как можно выражать агрессию безопасно: побить подушку, порисовать, покидать мяч об стену и т.д.

9. Если ребенок капризничает, злится, кричит, бросается на вас с кулаками - обнимите его, прижмите к себе, важно чтобы Вы были в спокойном состоянии. Если вы внутренне раздражены, то данный поступок может усилить реакцию ребенка. Позже, когда он успокоится, вы можете поговорить с ним о его чувствах. Но, ни в коем случае не стоит читать нравоучения при таком разговоре.

10. Необходимо устанавливать социальные правила поведения в доступной для ребенка форме. Например, "Мы живем дружно".