



Зафиксировать  
реакцию тела на  
гнев



Переключить  
внимание с предмета,  
вызвавшего эмоции,  
на что-то другое

**ПРАВИЛА УПРАВЛЕНИЯ  
ГНЕВОМ**



Перенаправить  
энергию



Закрывать глаза,  
отвернуться, уйти в  
другое место



Сделать паузу



Снять «точку  
зажима»

# АГРЕССИВНЫЙ

# РЕБЕНОК

1  
НАПАДАЕТ НА  
ДРУГИХ ДЕТЕЙ

2  
ПЕРЕКЛАДЫВАЕТ  
СВОЮ ВИНУ НА ДРУГИХ

3  
В ОКРУЖАЮЩИХ  
ВИДИТ УГРОЗУ, ОБИДУ

4  
ЧАСТО ИСПЫТЫВАЕТ  
НЕГАТИВ

5  
НЕ СТРЕМИТСЯ  
ПОНИМАТЬ ДРУГИХ

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

СОХРАНЯЙТЕ  
В СЕМЬЕ  
ДОВЕРИЕ И  
ОТКРЫТОСТЬ

НЕ ДАВАЙТЕ  
РЕБЕНКУ  
НЕСБЫТОЧНЫХ  
ОБЕЩАНИЙ

НЕ НАКАЗЫВАЙТЕ  
РЕБЕНКА ЗА ТО, ЧТО  
ПОЗВОЛЯТЕ ДЕЛАТЬ  
СЕБЕ

ДЕЛИТЕСЬ  
СВОИМИ  
ЧУВСТВАМИ  
С РЕБЕНКОМ

НЕ СТАВЬТЕ  
ОТНОШЕНИЯ С  
РЕБЕНКОМ В  
ЗАВИСИМОСТЬ  
ОТ ЕГО УЧЕБНЫХ  
УСПЕХОВ

НЕ ШАНТАЖИРУЙТЕ  
РЕБЕНКА СВОИМ  
ОТНОШЕНИЕМ К НЕМУ



# КАК СПРАВИТЬСЯ С ДЕТСКОЙ АГРЕССИЕЙ

## Факторы, провоцирующие агрессивность у ребёнка



### Здоровье и характер

- предрасположенность к агрессивному поведению;
- тревожность и гиперактивность;
- травмы головного мозга, особенности нервной системы и другие заболевания



### Социально-бытовые

- неблагоприятные условия воспитания;
- жесткий родительский контроль;
- конфликт между супругами



### Ситуационные

- ответная агрессия на присутствие новых взрослых или сверстников;
- чувствительность к оценке, осуждению, порицанию;
- введение жестких ограничений;
- новизна, увеличивающая тревогу;
- утомление и пресыщение у ребёнка

## Как вести себя родителям, когда ребенок проявляет агрессивное поведение



Проявить любовь и понимание: обнять его, прижать к себе, взять за руку



Поговорить с ребенком, когда все успокоится, но не читать нравоучений



Разработать систему ограничений и запретов, которая должна быть четкой и стабильной



Контролировать собственные агрессивные импульсы



Научите ребенка выражать чувства неагрессивным способом: словом, рисунком, в спорте, при помощи игрушек



Нельзя подавлять проявление агрессии



# ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК ПРОЯВЛЯЕТ АГРЕССИЮ

## НЕЛЬЗЯ

- применить физические наказания
- передразнивать, насмехаться
- давать оценку личности ребенка, а не его поступку
- проявлять агрессию «в ответ» (угрожающая мимика, жесты, крик)
- сравнивать ребенка с другими детьми - «А Маша никогда бы так не поступила»
- ругать и наказывать ребенка в присутствии посторонних людей
- требовать безоговорочного подчинения
- игнорировать агрессивное поведение ребенка

## НУЖНО

- оградить чувства ребенка «Ты сейчас злишься»
- дать ребенку время успокоиться
- позволить ребенку высказаться, задавая проясняющие вопросы
- выслушать какое чувство стоит за агрессивным поведением (злость, обида)
- поделиться собственными чувствами «Я сержусь, когда со мной разговаривают в таком тоне»
- наедине с ребенком обсудить его поведение, избегая унижительных фраз и приклеивания ярлыков
- научить ребенка, как проявлять агрессию социально приемлемым способом (поколотить подушку, постучать ногами, разорвать бумагу, устроить бой подушками)
- обсудить с ребенком всевозможные конструктивные способы поведения
- поиграть с глиной, песком, водой (это поможет снять напряжение)