

Консультация для родителей «Как помочь ребенку справиться с агрессией»

Дошкольный возраст - время, когда формируются межличностные и социальные отношения ребёнка. Правильному поведению в обществе и взаимоотношениям дети учатся именно у самых близких им людей.

Агрессия – это любая форма поведения, нацеленная на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

На становление агрессивного поведения влияет множество факторов. Немаловажную роль играют семейные взаимоотношения. Если сами родители часто ссорятся, то и дети, скорее всего, будут вспыльчивыми и раздражительными. Родители, которые подавляют ребёнка и реагируют на проступки лишь вспышками гнева, рискуют вскоре увидеть своё «отражение» - дети быстро усваивают эти формы поведения и начинают вести себя так же, как и родители.

Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, они всегда готовы разозлить взрослых, сверстников. Они не успокаиваются до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку. Как помочь ребёнку научиться справляться с естественными агрессивными импульсами, не доводя их до возникновения серьёзной проблемы? Помните главное – любовь побеждает зло, поэтому любите и уважайте своего ребёнка, и вы сможете избавить его от агрессии! Чаще играйте с ним. Во время совместных игр восстанавливается связь между родителями и детьми. Агрессия будет проявляться всё реже, и ребёнок сможет спокойно общаться с вами и близкими ему людьми. Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные ниже. Это можно сделать в кругу семьи, с друзьями своего ребёнка. И попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.

«Падающая башня»

Из подушек строится высокая башня. Задача каждого участника – штурмом взять её (запрыгнуть, издавая победные крики: «А-а-а», «Ура!»), и т.д. Побеждает тот, кто запрыгивает на башню, не разрушив её стены. После каждого штурма «болельщики» издают громкие крики одобрения и восхищения: «Молодец!», «Здорово!»», «Победа!» и т.д.

«Детский футбол»

Вместо мяча – подушка. Играющие разбиваются на две команды. Количество играющих от 2-х человек. Судья – обязательно взрослый. Играть можно руками и ногами, подушку можно пинать, кидать, отнимать. Главная цель – забить в ворота гол.

Примечание: взрослый следит за соблюдением правил - нельзя пускать в ход руки, ноги, если нет подушки. Штрафники удаляются с поля.

«Выбиваем пыль»

Каждому участнику даётся *«пыльная подушка»*. Он должен, усердно колотя руками, хорошенько *«выбить пыль»*.

«Час тишины и час «можно»

Договоритесь с ребёнком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребёнок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час *«можно»*, когда ребёнку разрешается делать почти всё: прыгать, кричать, брать мамины наряды и папины инструменты, обнимать родителей и виснуть на них и т. д.

Примечание: *«часы»* можно чередовать, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

«Ругаемся овощами»

Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а ...овощами: "Ты – огурец", "А ты – редиска", "Ты – морковка", "А ты – тыква" и т. д.

Примечание: Прежде, чем поругать ребёнка плохим словом, вспомните это упражнение.

"Жужа"

"Жужа" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг неё, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до неё, щекочут. "Жужа" терпит, но когда ей всё это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за "обидчиками" вокруг стула, стараясь отхлестать их полотенцем по спинам.

Примечание: взрослый следит за формой выражения "дразнилок". Они не должны быть обидными и болезненными

Удачи вам, уважаемые родители!