

## **Рекомендации воспитателям и родителям по снижению агрессивности у детей**

Проблема обучения и воспитания – одна из самых острых важных проблем, стоящих перед взрослыми. Много зависит от того, как педагоги и родители понимают внутренний мир ребенка.

Я предлагаю воспользоваться открытыми письмами агрессивных детей.

### ***Открытое письмо агрессивных детей воспитателям***

*Мы, агрессивные дети планеты, требуем от воспитателей:*

- 1. Играйте с нами почаще (а не то мы будем драться)*
- 2. Защитите нас от всех злых детей планеты и нашей группы (а то мы будем защищаться).*
- 3. Прекратите ругать нас так часто и без всякой причины (а то ведь мы тоже умеем ругаться, и не хуже вас).*
- 4. Накажите всех детей в группе, которые постоянно хотят нас обидеть (а то придется нам самими заняться этим).*
- 5. Не смейте жаловаться на нас родителям (а то мы скажем, что вы нас бьете каждый день).*
- 6. Любите нас, ну пожалуйста, а то ведь нас и так никто не любит.*
- 7. Принимайте нас такими, какие мы есть, и вы увидите, что мы хорошие.*

### ***Открытое письмо агрессивных детей родителям***

#### ***Мы хотим!***

- 1. Чтобы нам не делали постоянно замечаний.*
- 2. Знать, почему вам можно кричать, а нам - нет.*
- 3. Делать, то, что хочется нам, а не вам.*
- 4. Знать, почему вы считаете виноватыми нас, а не других.*
- 5. Чтобы вы нас научили справляться с гневом.*
- 6. Знать, почему нельзя ломать игрушки, давать сдачи, громко кричать, визжать, обзывать, если очень хочется.*
- 7. Но больше всего мы хотим, чтобы вы нас любили!*

*Поговорите с нами об этом!*

Чтобы устранить нежелательные проявления агрессии, необходимо учить детей приемлемым способам выражения гнева. Примеры специальных способов выражения (выплескивания) гнева:

1. Громко спеть любимую песню.
2. Пометать дротики в мишень.
3. Попрыгать на скакалке.
4. Используя стаканчик для криков, высказать отрицательные эмоции.
5. Пускать мыльные пузыри.
6. Устроить «бой» с боксерской грушей.
7. Пробежать по коридору школы.
8. Полить цветы.
9. Быстрыми движениями руки стереть с доски.
10. Пробежать несколько кругов вокруг дома.
11. Поиграть в настольный футбол, баскетбол, хоккей.
12. Постирать белье.
13. Отжаться от пола несколько раз.
14. Устроить соревнования «Кто громче кричит», «Кто выше прыгнет».
15. Скомкать несколько листов бумаги, а затем их выбросить.
16. Слепить из пластилина фигуру обидчика и сломать ее.

Если родители заметили у ребенка проявления агрессивности, необходимо прежде всего попытаться проанализировать причины их проявления, выявить трудности, которые испытывает ребенок при организации своего общения, а затем корректировать их и формировать недостающие коммуникативные умения, навыки. С этой целью следует внимательно прислушаться к советам для родителей, которые обозначены в памятке.

### **Памятка для родителей**

- Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв, причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность будет снята.

- Попробуйте отвлечь ребенка во время вспышки гнева, предложите ему заняться чем-то интересным. Возможно ваш

неожиданный шаг отвлечет ребенка и центр внимания сместится с объекта агрессии на новый предмет.

- Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку и нарисовать, а потом разорвать «портрет» его врагов, и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.

- Показывайте личный пример эффективного поведения. Не допускайте при детях вспышек гнева или нелестных высказываний о своих друзьях и коллегах, строя планы «мести».

- Пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы любите, цените его и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что он нужен, что он важен для вас.