**Мой ребенок ведет себя агрессивно!**

**Что делать?**

Упорядочить систему требований, следите за своими поступками, показывая личный (положительный) пример. Не допускайте при нем вспышек гнева и ярости, оскорблений своих коллег, разработок планов мести.

* Поддерживайте дисциплину, выполняйте установленные правила.
* Дайте понять ребёнку, что вы его любите таким, какой он есть.
* Собственным примером приучайте ребёнка к самоконтролю.
* Направьте его энергию в положительное русло: в спорт, где ребёнок может научиться контролировать эмоции, управлять своим поведением или в творчество (бокс, ушу, рисование, пение, плаванье, бег).
* Предъявляя ребёнку свои требования, учитывайте его возможности, а не свои желания.
* Игнорируйте лёгкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.
* Включайте ребёнка в совместную трудовую деятельность, подчёркивайте его значимость в выполняемом деле.
* На проявление агрессии, устанавливайте жёсткий запрет в том случае, когда агрессия, не являясь защитной реакцией, служит для ребенка своеобразным «развлечением».
* Научите ребёнка состраданию. Он должен понять, что своим поведением доставляет огорчение, причиняет страдания близким людям.
* Никогда не заставляйте ребенка забывать, что он добрый (скажите ему: «Зачем ты так делаешь, ведь ты хороший, добрый! Давай вместе сделаем по-другому»).
* Не прибегайте к любым физическим и угрожающе-словесным наказаниям.
* Если у ребёнка имеется потребность выплеснуть агрессивные эмоции, ему можно предложить громко спеть любимую песню, пробежать несколько кругов возле дома или вокруг сада, покидать мяч об стену, порвать бумагу.
* Если профилактика агрессивного поведения детей будет проводиться постоянно, то агрессия ребёнка может и не коснуться.
* Нужно следить за содержанием фильмов и мультфильмов, которые просматривает ваш ребёнок.
* Следить за друзьями ребёнка, их поведением. А также ознакомиться с играми, в которые играют дети.
* Развивайте любовь и доброжелательные отношения с братиками и сестренками.
* И главное – любите и понимайте своего ребенка.

Обнаружив у своего ребёнка признаки агрессивного поведения, поиграйте с ним в игры, представленные выше. Это можно сделать в кругу семьи, при участии близких родственников (братья, сёстры), а также с друзьями своего ребёнка.

Самое главное – попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.