

## Несколько шагов по преодолению агрессивного поведения у ребенка

(рекомендации педагогам и родителям)

1-й шаг — стимуляция гуманных чувств:

- стимулируйте у агрессивного ребенка умение признавать собственные ошибки, переживание чувства неловкости, вины за агрессивное поведение;
- учите его не сваливать свою вину на других;
- развивайте у ребенка чувство эмпатии, сочувствия к другим: сверстникам, взрослым и живому миру.

2-й шаг — ориентация на эмоциональное состояние другого:

- стремитесь обратить, привлечь внимание к состоянию другого, не выражая оценочного отношения к случившемуся.

Например, «Ты сейчас чувствуешь себя победителем?», «Кому сейчас плохо, как ты думаешь?», «Как ты думаешь, сейчас только тебе плохо или еще кому-то?», «Тебе сейчас грустно?», «Ты злишься?», «Ты чувствуешь усталость и ни с кем не хочешь разговаривать?».

3-й шаг — осознание агрессивного и неуверенного поведения или состояния:

- помогите агрессивному ребенку адекватно оценивать эмоциональное состояние ребенка-жертвы, а не только собственное;
- постарайтесь понять характер агрессивности — защитный или более похожий на жестокость без сочувствия к обиженным;
- стимулируйте осознание особенностей вспыльчивого и неуверенного поведения ребенка;
- стремитесь поставить агрессивного ребенка на место ребенка-жертвы;
- чаще спрашивайте у ребенка о вариантах выхода из конфликтной ситуации;
- объясняйте, какими другими не агрессивными способами он может самоутвердиться;
- расскажите, что такое вспышка гнева, что означает «контролировать» собственную агрессию, зачем это необходимо делать;
- спрашивайте у ребенка, в каких случаях он чаще всего становится сердитым, теряет над собой контроль.