**Приложение 2**

**Памятка для родителей.**

* Будьте внимательны к своему ребёнку, чувствуйте его эмоциональное напряжение.
* Учитесь слушать и слышать своего ребёнка.
* Умейте принимать и любить своего ребёнка таким, какой он есть.
* Предъявляйте к ребёнку разумные требования.
* Не давайте своему ребенку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
* Не критикуйте действия учителей в присутствии ребёнка, а предъявите своё неудовольствие при личной встрече с ними.
* Агрессивность в семье приводит к агрессивности ребёнка.
* Поощряйте своего ребёнка взглядом, жестом, действием, ласковым словом и т.д.
* Наказание допустимо, если оно: следует немедленно за поступком, объяснено ребёнку (хотя может быть и суровым); оценивает действия ребёнка, а не его человеческие качества; не унижает ребёнка, а способствует пониманию негативности его поступка.
* Не ставьте своему ребенку, каких бы то ни было условий.
* Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребенку в угоду чему-либо.
* Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависимости от его учебных успехов.
* Постарайтесь сохранить в семье атмосферу открытости и доверия.

**Агрессивность ребенка проявляется если:**

* ребенка бьют;
* над ребенком издеваются;
* над ребенком зло шутят;
* ребенка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда;
* родители заведомо лгут;
* родители пьют и устраивают дебоши;
* родители воспитывают ребенка двойной моралью;
* родители нетребовательны и неавторитетны для своего ребенка;
* родители не умеют любить одинаково своих детей;
* родители ребенку не доверяют;
* родители настраивают ребенка друг против друга;
* родители не общаются со своим ребенком;
* вход в дом закрыт для друзей ребенка;
* родители проявляют к ребенку мелочную опеку и заботу;
* родители живут своей жизнью, ребенок чувствует, что его не любят.

Для преодоления детской агрессии в педагогическом арсенале родители должны иметь: внимание, сочувствие, терпение, требовательность, честность, доверие, понимание, чувство юмора, ответственность, такт.

**КАК НЕ НАДО вести себя родителям с агрессивным ребенком**

1. Постоянно внушать ему, что он плохой. Помните, что отрицательная оценка взрослых формирует отрицательную самооценку у малыша и затрудняет его общение с внешним миром.
2. Негибкими воспитательными мероприятиями загонять ребенка в угол, ожесточая его.
3. Использовать агрессивные методы воспитания и наказания (шлепки, угол, ремень). Не забывайте, что агрессивность — это следствие враждебности, а воспитательные мероприятия — не орудия сражения.
4. Позволять ребенку даже нарочно стрелять во взрослых игрушечным пистолетом.
5. Учить мучить домашних животных.
6. Преднамеренно разжигать романтические чувства к одному из родителей.
7. Все время подчеркивать и напоминать, что новорожденный лучше его.
8. Культивировать вражду между ним и сверстниками.
9. Оскорблять достоинство малыша грубыми словами.
10. Не любить его или любить только «оценочной» любовью.
11. Когда нет видимых причин для агрессии малыша, обратитесь к психологу и психоневрологу

**Девять «Если…» воспитания.**

1. Если ребёнка постоянно критикуют, то он учится ненавидеть
2. Если ребёнок живёт во вражде, то он учится агрессивности
3. Если ребёнка высмеивают, то он становится замкнутым
4. Если ребёнок растёт в упрёках, то он учится жить с чувством вины
5. Если ребёнок растёт в терпимости, то он учится понимать других
6. Если ребёнка подбадривать, то он учится верить в себя
7. Если ребёнка хвалят, то он учится быть благодарным.
8. Если ребёнок растёт в честности, то он учится быть справедливым.
9. Если ребёнок живёт в безопасности, то он учится верить в людей.

Родители должны показывать пример своим детям. Лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения у детей является умение родителей владеть собой. Чтобы избавить ребёнка от гнева существуют рецепты.

**«Шесть рецептов избавления от гнева».**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | **Пути выполнения** |
| 1. Наладьте взаимоотношения со своим ребёнком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно. | - слушайте своего ребёнка;  - проводите с ним как можно больше времени;  - делитесь с ним своим опытом;  - рассказывайте ему о своём детстве; детских поступках, победах и неудачах;  - если в семье несколько детей, постарайтесь общаться не только со всеми вместе, но и уделяйте своё безраздельное внимание каждому из них в отдельности. |
| 2. Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса и вас легко вывести из равновесия. | - Отложите или отмените вовсе совместные дела с ребёнком (если это, конечно, возможно),  - старайтесь не прикасаться к ребёнку во время раздражения. |
| 3. Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии | - говорите детям прямо о своих желаниях, чувствах и потребностях;  «я очень расстроена, хочу побыть одна. Поиграй, пожалуйста, в соседней комнате» или «Дела на работе вывели меня из себя. Через несколько минут я успокоюсь, а сейчас, пожалуйста, не трогайте меня» |
| 4. В те минуты, когда вы расстроены или разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить. | - примите тёплую ванну, душ;  - выпейте чаю,  - позвоните друзьям,  - сделайте успокаивающую маску для лица;  - просто расслабьтесь, лёжа на диване;  - послушайте любимую музыку |
| 5. Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые могут вызвать ваш гнев | - не давайте играть ребёнку теми вещами, которыми вы дорожите,  - не позволяйте выводить себя из равновесия. Умейте предчувствовать поступление собственного эмоционального срыва и не допускайте этого, управляя собой и ситуацией |
| 6. К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь предусмотреть все возможные нюансы и подготовить ребёнка к предстоящим событиям | - изучайте силы и возможности вашего ребёнка;  - – если вам предстоит сделать первый визит к врачу, отрепетируйте всё загодя,  - если ребёнок капризничает в тот момент, когда он голоден, подумайте, как накормить его во время длительной поездки и т.д. |