



Вместе справляемся с агрессией

Агрессия – это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленными неодушевленным), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т. п.) [1].

- 1. Будьте внимательным к нуждам и потребностям ребенка.*
- 2. Демонстрируйте модель неагрессивного поведения*
- 3. Будьте последовательным в наказаниях ребенка, наказывать необходимо только за конкретные поступки.*
- 4. Наказания не должны унижать ребенка.*
- 5. Обучайте приемлемым способам выражения гнева.*
- 6. Давайте ребенку возможность проявлять гнев не посредственно после фрустрирующего события.*
- 7. Обучайте распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.*
- 8. Развивайте способность к эмпатии.*
- 9. Расширяйте поведенческий репертуар ребенка.*
- 10. Отрабатывайте навык реагирования в конфликтных ситуациях.*
- 11. Учите брать ответственность на себя.*

Список использованных источников

*1. Лотова Е.К., Моница Г. Б.
Шпаргалка для родителей:
Психокоррекционная работа с гиперактивными,
агрессивными, тревожными и аутичными детьми. СПб., 2013.*

