

Чек-лист для родителей

**Как скорректировать агрессивное
отношение к животным
и предметам**

Следить за режимом дня

Организовать правильное питание

Ограничить сладости

**Одевать ребенка в удобную одежду и
обувь по сезону**

Пройти обследование у педиатра

**Соблюдать этические принципы при
ребенке: не допускать ссор, конфликтов,
агрессии**

Шпаргалка для родителей «Как снизить агрессию ребенка к семье»

Игнорируйте агрессию. Если агрессия ребенка носит легкие незначительные формы, что бы привлечь ваше внимание к себе, – используйте прием «игнорирование агрессии», когда взрослые просто не замечают агрессивность в поступках. Ребенок поймет, что такой способ манипуляции не эффективен.

Акцентируйте внимание. Если агрессивное поведение выходит за рамки приличия, констатируйте для ребенка факт, скажите: «ты ведешь себя некрасиво». Задайте констатирующий вопрос: «Ты злишься?», «Ты хочешь меня обидеть?», а затем раскройте свое отношение к поведению ребенка: «Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я напрягаюсь, когда кто-то громко кричит» и подтвердите свою реакцию правилами: «Ты нарушаешь правила поведения».

Не осуждайте. Акцент делайте только на поступке, не оценивайте личность малыша. Не вспоминайте аналогичное поведение в прошлом. После того как ребенок успокоится, обсудите с ним его поведение подробно и объясните. Почему его поступок неприемлем. Делайте акцент на том, что агрессия больше вредит самому ребенку, чем окружающим. Подумайте вместе, без свидетелей, как вести себя в данном случае.

Проявляйте заботу. Если агрессия – борьба малыша за внимание родителей, компенсируйте дефицит такого внимания, дайте почувствовать, что ребенок никогда не остается без родительской любви.

**Чек –лист для родителей
«Как смягчить аутоагрессию
ребенка»**

Соблюдать режим дня

**Не повышать на ребенка голос, не
проявлять агрессию**

Выбрать оптимальный стиль воспитания

Продумывать досуг ребенку

**Обеспечить двигательную активность на
свежем воздухе**

**Позаботиться о регулярной оптимальной
мышечной нагрузке**

**Хвалить ребенка за успехи или старание и
желание сделать что-то**