

Шпаргалка для родителей

Как снизить агрессию ребенка к семье

Игнорируйте агрессию. Если агрессия ребенка носит легкие незначительные формы, чтобы привлечь ваше внимание к себе, – используйте прием «игнорирования 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 останется без родительской любви.