

Правила родительского поведения,

способствующие снижению детской агрессивности:

- Помогите ребенку осваивать конструктивные способы преодоления препятствий, разрешения проблем. Покажите, что есть более эффективные и безопасные для всех способы, чем физическое нападение.
- Не переносите на ребенка собственные агрессивные реакции на какие-то события.
- Помогите ему лучше узнать себя и других людей. Не исключено, что ребенок ведет себя агрессивно, потому, что не видит другого способа самоутвердиться или воспринимает мир как враждебный.
- Не унижайте и не оскорбляйте ребенка, особенно при посторонних; обеспечьте ему чувство защищенности.
- Вспомните причины собственных агрессивных поступков в детском возрасте. Например, из-за чего происходили ваши стычки с братом или сестрой, или собственными родителями, или одноклассниками. Возможно, вы сможете лучше понимать своего ребенка и сможете помочь ему.
- Будьте внимательны к чувствам и желаниям своего ребенка
- Адекватно оценивайте возможности ребенка
- Умейте идти на компромисс
- Найдите оптимальный путь воспитания ребенка, с которым согласны и папа, и мама, и все, кто участвует в воспитательном процессе
- Любите ребенка просто за то, что он у вас есть, без каких-либо условий

Психологический настрой для родителей

с целью преодоления гнева и вспышек жестокого обращения с ребенком

- Я способен контролировать свой гнев, сдерживая мысли, которые его вызывают

- Я умею вовремя остановиться
- Я сохраняю спокойствие
- В следующий раз я справлюсь с гневом лучше
- Я способен признавать свои ошибки