**Общение с агрессивным ребенком**

Поскольку поведение агрессивных детей часто является связанным с непредсказуемыми эмоциональными вспышками, то необходимо обучить ребенка приемлемым способам выражения гнева:

-научить ребенка прямо заявлять о своих чувствах;

-выражать гнев в косвенной форме, с помощью игровых приемов.

Агрессивным детям зачастую свойственны мышечные зажимы, особенно в области лица и кистей рук. Поэтому этим детям будут полезны любые релаксационные упражнения. Интересные и эффективные упражнения можно найти в книге К. Фопеля «Как научить детей сотрудничать» (1998г.). В процессе обучения можно говорить с ребенком о том, что такое гнев и каковы его разрушительные действия, можно объяснить ребенку, каким злым и некрасивым становится человек в порыве гнева. Агрессивные дети иногда проявляют агрессию лишь потому, что не знают других способов выражения своих чувств. Поэтому необходимо научить ребенка выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами. С этой целью можно обсудить с ребенком наиболее часто встречающиеся конфликтные ситуации. Одним из приемов работы с агрессивными детьми может стать ролевая игра. В этом плане очень полезно совместное чтение родителя с ребенком с последующим обсуждением прочитанного, когда родитель поощряет выражение ребенком своих чувств. Также рекомендуется сочинять с ребенком сказки, истории. Рекомендованы несколько приемов обретения самоконтроля. Например, в карман одежды можно положить нарисованный от руки дорожный знак «Стоп». Как только агрессивного ребенка начнут одолевать незваные мысли и желания, он может достать из кармана картинку и мысленно или шепотом произнести «Стоп». Для того, чтобы прием начал работать необходима многодневная тренировка.

**Как вести себя с агрессивным ребенком?**

Приказы и наказания могут вызывать либо гнев ребенка, либо постоянное подавление этого гнева, поэтому родители должны наказывать ребенка только в крайних случаях. Если гнев ребенка будет постоянно подавляться, то он может перерасти в пассивно-агрессивные формы поведения. Ребенок может начать действовать исподтишка, специально делать что-нибудь назло (медленно выполнять указания родителей). Лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения у детей является умение родителей владеть собой.

***Рекомендации избавления от гнева:***

1. Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно.

2. Следите за собой, особенно в те минуты, когда Вы находитесь под действием стресса и Вас легко вывести из равновесия.

3. Если Вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии.

4. В те минуты, когда Вы расстроены или разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное (примите ванну, послушайте любимую музыку, посмотрите комедию...)
5. Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности.

6. К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь предусмотреть всевозможные нюансы и подготовить ребенка к предстоящим событиям.