**Рекомендации для родителей по профилактике детской агрессивности**

1. Проследите, чтобы агрессивное поведение ребенка не поощрялось

окружающими, чтобы он не получал видимой выгоды от агрессии.

2. Не допускайте бесконтрольного просмотра телепередач, видеофильмов, т. к.

даже некоторые мультфильмы имеют высокий уровень агрессии.

3. Не допускайте чрезмерного увлечения играми на компьютере, компьютерной

приставке, выбирайте видеоигры без элементов насилия, агрессии.

4. Объясняйте ребенку, что есть множество способов разрешения любых

конфликтов (рассказы подкрепляйте собственным поведением).

Американские психологи установили, что дети, проявляющие агрессию,

иногда просто не знают иных способов выйти из конфликта или не допустить

его.

5. Старайтесь сохранять в своей семье атмосферу открытости и доверия.

6. Не давайте своему ребенку нереальных обещаний.

7. Не ставьте своему ребенку каких бы то ни было условий.

8. Будьте тактичны, применяя меры воздействия к ребенку.

9. Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяете делать себе.

10. Не изменяйте своих требований по отношению к ребенку в угоду чему- либо.

11. Не шантажируйте ребенка своими отношениями друг с другом.

12. Не бойтесь поделиться с ребенком своими чувствами и слабостями.

13. Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависимость от его

учебных успехов.

**Упражнение «Прогноз погоды»**

Цель: научиться уважать чувства и эмоции других людей.

Материалы: Бумага и восковые мелки.

Инструкция: Иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим

собой. Может быть, вы слишком рано встали и чувствуете себя не выспавшимися,

может быть, что-то испортило вам настроение. И тогда вполне нормально, если

другие оставят вас на некоторое время в покое, чтобы вы смогли восстановить

свое внутреннее равновесие.

Если с вами случится такое, вы можете дать нам понять, что вам хочется побыть

в одиночестве, чтобы к вам никто не подходил. Сделать это можно так: вы

можете показать одноклассникам свой "прогноз погоды". Тогда всем будет

понятно, что на какое-то время вас нужно оставить в покое.

Возьмите лист бумаги и восковые мелки и нарисуйте рисунок, который будет

соответствовать вашему настроению в таких случаях. Или просто напишите

большими раскрашенными буквами слова "Штормовое предупреждение". Таким

способом вы можете показать другим, что у вас сейчас "плохая погода", и вас

лучше не трогать. Если вы чувствуете, что вам хочется покоя, вы можете

положить такой лист перед собой на парту, чтобы все знали об этом. Когда вы

почувствуете себя лучше, можете "дать отбой". Для этого нарисуйте небольшую

картинку, на которой из-за дождя и туч начинает проглядывать солнце или

покажите своим рисунком, что для вас солнце уже светит.

**Упражнение «Спустить пар»**

Цель: научиться слушать других, брать на себя ответственность за свое поведение.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста в один общий круг. Я хочу предложить вам игру,

которая называется "Спустить пар". Играют в нее так.

Каждый из вас может сказать остальным, что ему мешает или на что он сердится.

Пожалуйста, обращайтесь при этом к конкретному человеку. Например: "Алена, мне

обидно, когда ты говоришь, что все мальчишки придурковаты"; или: "Федя, я выхожу

из себя, когда ты назло мне сбрасываешь вещи с моей парты".

Пожалуйста, не оправдывайтесь, когда на вас будут жаловаться. Просто внимательно

выслушайте все, что вам хотят сказать. До каждого из вас дойдет очередь "спустить

пар". Если кому-то из вас будет совершенно не на что пожаловаться, то можно

просто сказать: "У меня пока ничего не накипело и мне не нужно "спускать пар".

Когда круг "спускания пара" завершится, дети, на которых жаловались, могут

высказаться по этому поводу.

А теперь подумайте о том, что вам сказали. Иногда вы можете изменить в себе то,

что мешает другим, иногда вы не можете или не хотите ничего менять. Услышали ли

вы о чем-то таком, что можете и хотите изменить в себе? Если да, то вы можете

сказать, например: "Я не хочу больше называть всех мальчишек придурками... Я

больше не хочу сбрасывать твои вещи с парты".