

## **Как помочь агрессивному или пассивному ребенку.**

1. Разумные рассуждения и минимум физических наказаний не пробуждают агрессию.
2. Дети, родители которых чаще прибегают к помощи слов, чем шлепков, легче входят в среду сверстников и активнее сотрудничают с ними, потому что они лучше умеют общаться и договариваться. Они реже спорят и нападают
3. Некоторым агрессивным детям требуется больше занятий, чтобы избежать неприятностей. Им необходимо придерживаться расписания, а вам - находить для них занятия.
4. Все дети: и агрессивные, и пассивные, нуждаются в позитивной поддержке, чтобы успешно изменить свое поведение. Такой поддержкой могут быть словесные и физические знаки одобрения, похвалы, объятия, улыбки. Призовите всех членов семьи не скупиться на одобрение.
5. Поговорите с родителями детей, имеющих такую же проблему, как и у вашего ребенка. Вы почувствуете себя не такими одинокими в своих трудностях, и такое обсуждение поможет выработать правильную линию поведения с детьми.
6. Игнорируйте драчуна и уделяйте внимание жертве - так, чтобы агрессор/не получил никакой оценки своего поведения - ни положительной, ни отрицательной.
7. Не принимайте поспешные и охотные извинения ребенка, если вы неоднократно предупреждали, что драться нельзя. Некоторым детям известно, что слова "я больше не буду"- удобный способ избежать наказания. Дети должны усвоить, что извинения без изменения своего поведения бессмысленны.
8. Временная изоляция агрессивного ребенка помогает изменить его поведение, если обсудить этот вопрос с ребенком

## **Как эффективно воспитывать ребенка.**

1. Прибегайте к помощи юмора, но не для того, чтобы подразнить ребенка, а чтобы разрядить напряжение. Даже если вы подумаете о чем-нибудь забавном, не упоминая о нем вслух, это поможет вам расслабиться.
2. Не пытайтесь манипулировать ребенком, упрекая в том, что он ранит ваши чувства. Скажите, что его поступок "разочаровал" вас.
3. Если вы раздражены чем-либо, не имеющим отношения к вашему ребенку, объясните своему малышу, что у вас выдался тяжелый день. Малыши умеют быть чуткими.
4. Не забывайте о физических упражнениях - хорошая форма важна для общего ощущения бодрости нас самих и наших детей.
5. Не обсуждайте с другими людьми поведение своего ребенка так, как будто его нет рядом. Вы можете невольно спровоцировать вспышку непослушания. Относитесь к ребенку с уважением.
6. Не просите посторонних людей сделать замечание вашему ребенку и не ждите, что они сделают это сами. Дети чувствуют себя увереннее, если эту обязанность берут на себя родители.
7. Один из способов отказаться от разрушительной дисциплины - избегать возможных конфликтов, определите что влияет на непослушание ребенка и старайтесь устранять это или придумайте новый подход.
8. Как родители вы имеете право установить несколько обязательных правил.
9. Если ваш ребенок опрокинул тарелку с едой на себя, если вам не удастся найти его последнюю пару носков и вы чувствуете, что у вас лопается терпение, помните: завтра наступит новый день. Никто из нас не совершенен.

## Как слушать ребенка.

1. Спросите у ребенка, почему он вел себя таким образом. Возможно, окажется, что у него была весома причина для подобных действий. Расскажите, как иначе можно было справиться с такой ситуацией.
2. Дайте ребенку выговориться. Не перебивайте его.
3. Пока ребенок говорит, смотрите ему в глаза, чтобы он понял: вы внимательно его слушаете.
4. Обратите внимание, какими жестами ребенок сопровождает свою речь. Жесты помогут вам уяснить, трудно ли ему дается рассказ, а также укажут на необходимость задать уточняющие вопросы.
5. Спросите у ребенка: "Как ты думаешь, что ты почувствуешь, если Вася ударит тебя?" Такие вопросы учат ребенка понимать чужие эмоции. Мы способны научиться правильно решать проблемы, если осознаем реакцию и чувства других людей.
6. Выслушав ребенка, предложите другие решения. Направляйте ребенка, а не подсказывайте готовые ответы. Весь смысл в том, чтобы научить ребенка самостоятельно решать подобные проблемы.

## **Советы о словах, которые дети должны понимать для успешного решения проблем:**

1. Пользуйтесь словами "доволен", "недоволен", "сердит", чтобы дети знали, что ощущают люди и как меняются их чувства.
2. Прибегайте к слову "или", давая ребенку возможность сделать выбор: мы можем поступить так или по-другому.
3. Употребляйте слова "почему" и "потому что". Эти важные слова учат детей различать причину и следствие, увязывать свои поступки с последствиями.
4. Пользуйтесь оборотами "мог бы" и "можно". Они тоже учат определять последствия и разрабатывать варианты: "Как еще ты мог бы поступить?"