

Агрессия – это склонность к причинению другим морального и физического ущерба.

Те или иные проявления агрессии встречаются у многих детей младшего школьного возраста. На их появление большое влияние оказывают три фактора:

- первый – это *семья*, которая может одновременно демонстрировать агрессивное поведение и обеспечивать его закрепление;

- второй - агрессии они также обучаются при взаимодействии со сверстниками, зачастую узнавая о преимуществах агрессивного поведения («я самый сильный – и мне все можно») во время игр;

- третий - дети учатся агрессивным реакциям не только на реальных примерах, но и на символических. В настоящее время практически не вызывает сомнения тот факт, что сцены насилия, демонстрируемые с экранов телевизоров, способствуют повышению уровня агрессивности зрителя, и в первую очередь детей.

В своей книге «Откажитесь от привычки к телевизору» Дж.А. Вилкинз пишет, что за каждый час телевизионного времени на экране совершается 9 актов насилия, и 21 акт (!) приходится на каждый час детских мультфильмов. **ПОМНИТЕ ОБ ЭТОМ!**

Модели поведения родителей и детей

Поведение	Реакция	Результат
Родители систематически проявляют физическую или вербальную агрессию по отношению к ребенку.	Вероятность проявления у ребенка защитной агрессивности и или подражания модели поведения родителей.	Ребенок часто конфликтует, дерется; применяет агрессивную модель поведения в жизни.
Родители применяют слишком суровые, несоотнесимые с проступком наказания.	Уровень агрессивности и у ребенка повышается, возрастает готовность к агрессивным действиям.	Вероятность ответной агрессивности в более старшем возрасте; проявления защитной агрессивности.
Родители не обращают внимания на агрессивное поведение ребенка, не контролируют его.	Вседозволенность.	Проявление агрессивности в дальнейшем как типичной поведенческой черты.

Родители не дают возможности ребенку проявить способность к самостоятельному выбору, запрещают любые проявления детского гнева.	Ребенок избегает открытого проявления гнева, систематически подавляет свои эмоции.	Деструктивная агрессивность, насмешки над окружающими, побуждение к агрессивным действиям других, воровство, внезапные вспышки гнева.
Родители проявляют агрессию по отношению к окружающим в присутствии ребенка.	У ребенка закрепляется уверенность, что окружающие люди являются виновниками всех их бед.	Вероятно, что ребенок возьмет эту модель за основу своего дальнейшего поведения, проявления агрессии.
Конфликты между родителями, развод.	Демонстративная агрессивность (привлечение внимания к своей персоне).	Формирование агрессивной модели «выяснения отношений».

Рекомендации родителям:

- Будьте последовательны в воспитании ребенка;
- Старайтесь быть внимательными к нуждам ребенка;
- Старайтесь вводить меньше запретов и не повышать голоса на ребенка, помните, что это самые неэффективные способы преодоления агрессивности;
- Все вводимые вами запреты должны высказываться в тактичной форме;
- Давайте возможность ребенку выплескивать свой гнев, смещайте его на другие объекты;
- Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения;
- Старайтесь не допускать при ребенке вспышек вашего собственного гнева;
- Если вы все же в гневе – старайтесь не прикасаться к ребенку, лучше уйдите в другую комнату;
- Наказывайте ребенка только за конкретные проступки, наказания не должны унижать ребенка;
- Не стесняйтесь лишний раз пожалеть, приласкать ребенка, он должен чувствовать, что вы любите и принимаете его таким;
- Обратитесь к психологу, если сами не справляетесь с ситуацией.

***Самая важная задача,
которую может
возложить
на нас Бог, -
это возможность
быть родителями.***

(Г.Л.Лэндрет)



Детская агрессивность

Буклет для родителей

Памятка для родителей

по формированию

здорового образа жизни

у своих детей

1. Новый день начинайте с улыбки и с утренней разминки.
2. Соблюдайте режим дня.
3. Помните: лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.
4. Любите своего ребенка, он – Ваш. Уважайте членов своей семьи, они – попутчики на Вашем пути.
5. Обнимать ребенка следует не менее 4 раз в день, а лучше – 8 раз.
6. Положительное отношение к себе – основа психологического выживания.
7. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
8. Личный пример по здоровому образу жизни лучше всякой морали.
9. Используйте естественные факторы закаливания – солнце, воздух и воду.

10. Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусственные яства.

11. Лучший вид отдыха – прогулка с семьей на свежем воздухе, лучшее развлечение для ребенка – совместная игра с родителями.

Семь советов родителям

Совет 1. Внимательно и систематически наблюдайте за состоянием здоровья ребенка, его физическим, умственным и психическим развитием;

Совет 2. Своевременно обращайтесь к специалистам в случае отклонений в состоянии здоровья, а также для профилактики заболеваний ребенка;

Совет 3. Составьте режим дня с учетом индивидуальных особенностей, состояния здоровья, а также занятости ребенка и строго соблюдайте основные режимные моменты: сон, труд, отдых, питание;

Совет 4. Помните, что движение – это жизнь. Подберите своему ребенку комплекс утренней гимнастики, совершайте совместные прогулки и подвижные игры на свежем воздухе вместе с ребенком;

Совет 5. Контролируйте физическое развитие ребенка: рост, вес, формирование костно – мышечной системы, следите за осанкой, исправляйте ее нарушение физическими упражнениями;

Совет 6. Если ребенок раздражен, отвлеките его внимание от «раздражителя», переключите на другой вид деятельности или дайте ему возможность отдохнуть. Главное – не усугублять конфликт;

Совет 7. Читайте научно – популярную литературу по проблемам здоровья детей и его сбережения.

Формы совместного отдыха детей и родителей:

1. Совместная интеллектуальная деятельность: интеллектуальные семейные игры, разгадывание кроссвордов, ребусов, загадок, составление собственных кроссвордов.

2. Совместная творческая деятельность: оформление поздравления родственникам, подготовка квартиры к празднику, выполнение каких-либо художественных работ.

3. Совместная трудовая деятельность: уборка в квартире, благоустройство территории вокруг своего дома, выполнение работ на приусадебном участке.

4. Совместная спортивная деятельность: посещение тренажерного зала, бассейна, спортивные занятия на стадионе всей семьей, лыжные семейные прогулки.

5. Совместные подвижные, сюжетно-ролевые игры.

Хорошее здоровье - это образ жизни. Это стиль жизни, который человек выбирает для себя, если хочет достичь наивысшего благополучия. Считается, что все, что ни делает человек, так или иначе отражается на состоянии его здоровья.

Хорошее здоровье - это не фиксированное состояние, а непрерывно протекающий процесс. Человек может двигаться к доброму здоровью, будучи практически здоровым или даже инвалидом. Доброе здоровье включает в себя все цели в жизни человека, его интересы и привычки. В нем всему есть место.

