

Агрессивный подросток

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем в обществе. Актуальность темы несомненна, поскольку число детей с таким поведением стремительно растет. Это вызвано рядом неблагоприятных факторов:

1. ухудшением социальных условий жизни детей;
2. кризисом семейного воспитания;
3. невниманием школы к нервно-психическому состоянию детей;
4. увеличением патологических родов, оставляющих последствия в виде повреждений головного мозга ребенка
5. средства массовой информации, кино- и видеоиндустрия, регулярно пропагандирующие культ насилия. За школьные годы дети проводят у телевизора более 15 тыс. часов и из них 13 тыс. часов наблюдается на экране насилие, смерть и жестокость, что заражает их агрессивностью «всерьез и надолго».

Агрессия - деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее физический и психический вред людям.

Агрессия в той или иной степени присуща каждому человеку, так как является инстинктивной формой поведения, основной целью которой является самозащита и выживание в мире. Но человек, в отличие от животных, с возрастом приучается трансформировать свои природные агрессивные инстинкты в социально приемлемые способы реагирования, т.е. у нормальных людей происходит социализация агрессии.

Те же люди, которые не научились контролировать свои агрессивные импульсы, испытывают сложности при общении с людьми. В более тяжелых случаях, когда агрессивное поведение становится противоправным, такие люди подвергаются уголовному наказанию и изолируются от общества в места не столь отдаленные.

Здесь важно сделать акцент на том, что взрослым ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в своих детях, так как агрессия - это необходимое и естественное для человека чувство. Запрет или силовое подавление агрессивных импульсов ребенка очень часто может привести к аутоагрессии (т.е. вред будет наноситься самому себе) или перейти в психосоматическое расстройство.

Родителям и педагогам важно научить ребенка не подавлять, а контролировать свою агрессию; отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда. Для этого необходимо, в первую очередь, разобраться с основными причинами агрессивного поведения.

Причины агрессивного поведения:

1. семейные причины;
2. личные причины;

Семейные причины:

1. Разрушение эмоциональных связей в семье

К повышенной агрессивности ребенка может привести разрушение положительных эмоциональных связей как между родителями и ребенком, так и между самими родителями. Когда супруги сосуществуют в постоянных ссорах. В конце концов, ребенок либо живет в постоянном напряжении, страдая от нестабильности в доме и конфликта между двумя самыми близкими ему людьми, либо черствеет душой или становится манипулятором.

2. Неуважение к личности ребенка.

Агрессивные реакции могут быть вызваны некорректной и нетактичной критикой, оскорбительными и унижительными замечаниями, - в общем, всем тем, что способно пробудить не только гнев, но и откровенную ярость у ребенка. Принебрежение, высказанное публично, порождает в нем глубокие и серьезные комплексы, вызывает неуверенность в себе и в своих силах.

3. Чрезмерный контроль. Отказ в праве на личную свободу.

Чрезмерный контроль над поведением ребенка или гиперопека. Вспышки агрессивного поведения ребенка напрямую спровоцированы установками или запретами взрослых. Может сработать накопительный эффект, выход эмоций наружу. Как только ребенок начинает осознавать свое "Я", у него должно быть свое личное пространство, ему нужны определенные нравственные нормы и границы, чтобы он сумел выстроить свой внутренний моральный кодекс, умел отвечать за свои поступки и принимать решения.

4. Жестокий характер матери или отца.

Жестокосердные, чрезмерно властные родители стремятся во всем управлять своим ребенком, подавляя его волю, не допуская никакого проявления его личной инициативы и не предоставляя ему возможности быть собой. Они вызывают у ребенка не столько любовь, сколько страх. Особенно опасно, если в качестве наказания практикуется моральная изоляция, лишение ребенка родительской любви. Результатом такого воспитания станет направленное на окружающих агрессивное поведение "угнетаемого" ребенка.

5. Избыток или недостаток внимания со стороны родителей

Когда в семье ребенку уделяется чрезмерное внимание, он становится избалованным и привыкает к тому, что его капризам всегда потакают. Стремление родителей угодить малышу и предугадать каждое его желание оборачивается против них. Если родители не исполняют очередной каприз такого дитя, они получают в ответ вспышку агрессии.

Диаметральная природа возникновения агрессии - у детей вечно занятых родителей. Их агрессия - это способ привлечь к себе любые, пусть даже негативные проявления родительского внимания, в котором дети так нуждаются.

Личные причины

Подсознательное ожидание опасности

Повышенная тревожность и страхи. Ребенок все время подсознательно ждет нападения, видит во всем потенциальную опасность и старается защититься от нее, как может и как умеет. Иногда поведение ребенка диктуется страхом. Мы знаем по себе, что очень испуганный человек в большинстве случаев мыслит и действует неадекватно ситуации. Когда ребенок напуган, он иногда перестает понимать, кто ему друг, а кто враг.

Неуверенность в собственной безопасности.

Когда родители заняты собой или выяснением собственных отношений, а ребенок предоставлен самому себе, у него может возникнуть неуверенность в собственной безопасности. Он начинает видеть опасность даже там, где ее нет, становится недоверчивым и подозрительным. Семья и дом не дают ему необходимой степени защиты и гарантии стабильности.

Личный отрицательный опыт

Агрессивная реакция может быть связана с личностными особенностями ребенка, его характером и темпераментом.

Естественной склонностью к активной агрессии обладают холерики вследствие их крайней неуравновешенности как нервной, так и эмоциональной. Холерики чрезмерно раздражительны, вспыльчивы, их очень легко вывести из терпения. Повышенная возбудимость и быстрота ответных реакций приводят к тому, что многим детям-холерикам свойственно сначала сделать и только потом подумать, как нужно было поступать.

Эмоциональная нестабильность

Источником агрессивности у детей может быть их эмоциональная нестабильность. Многие дети подвержены колебаниям эмоций, которые взрослые часто называют капризами. Настроение ребенка может меняться под влиянием усталости или плохого самочувствия.

Еще одна причина агрессивности: Недовольство собой.

Самое жестокое наказание не наносит ребенку такого непоправимого вреда, как отсутствие любви к себе и поощрения. Если ребенок не любит себя, считает себя недостойным любви, то он не любит и других. И потому агрессивное отношение к миру с его стороны вполне логично.

Повышенная раздражительность

Такие личностные особенности, как повышенная раздражительность, устойчивая тенденция обижаться даже на нейтральные, казалось бы, высказывания и действия других людей, также могут являться провокаторами проявления агрессивности. Дети с подобной личностной характеристикой во всех случайных происшествиях склонны видеть намеренное причинение вреда себе, а во всех негативных поступках, в том числе своих собственных, обвинять кого угодно и что угодно, но только не себя.

Длительное наблюдение психологов за детьми и подростками, проявляющими агрессивное поведение, позволило выявить несколько наиболее часто встречаемых типов детской агрессии в школе.

1. Агрессия при гиперактивности.

Проявляется в виде приставаний к другим детям, бессмысленных драк, неадекватных реакций, вспыльчивости, возбудимости, вторжения на чужую территорию, порчи имущества и т.д. Это связано с трудностями адаптации ребенка в той среде, которая предъявляет слишком высокие требования для его уровня зрелости, а также характеризует неспособность ребенка структурировать свою деятельность, видеть в ней смысл, ставить цели. Для такого ребенка мир - это хаос и он беспорядочно откликается на «что попало».

Позиция учителя: обязательное сотрудничество с психологом и родителями. Ребенок нуждается в правильном понимании его проблем, поддержке со стороны взрослых и наблюдении специалистов. Учитель может взять на себя роль того, кто помогает ребенку обнаруживать смыслы, выстраивать картину мира, понимать мир человеческих отношений, направлять его деятельность, осознавать себя, свои чувства, желания, действия.

2. Агрессия лидерства.

Проявляется в виде эгоцентричного стремления к лидерству и власти (и несогласия с ролью «второго плана»), соперничества, попытки подавить соперника, (включая порой и учителя), вызывающего поведения, нарушения дисциплины. Иногда – это свойства темперамента, которые станут ценными чертами характера в процессе социализации. Иногда таким становится ребенок в семье, где процветает авторитарный стиль отношений. Иногда потребность власти есть компенсация нереализованной потребности в любви и признании.

Позиция учителя: воспитательные воздействия, развитие эмпатии (т.е., способности к сопереживанию), внимания к другим и понимания того, что лидер не тот, кто громче командует, а тот, кто умеет вызвать уважение и доверие, кто организует других и берет на себя ответственность. Учитель может передавать часть своих полномочий и власти, давать ему поручения и просить о какой-то помощи. Затем важно выразить свою благодарность и уважение, т.е., удовлетворить потребность в значимости.

Если поведение ребенка или подростка «переходит границы», возникает необходимость напомнить ему о существовании правил и последствиях их невыполнения (т.е. о санкциях, принятых в данной школе или по данному случаю), при этом учитель должен быть твердым и последовательным, сдерживать свое слово. В особо трудных случаях в школе может практиковаться проведение консилиумов или супервизорских групп, где учителя могут получать от коллег профессиональную помощь.

3. Агрессия демонстративности.

Проявляется в виде постоянных попыток привлечь к себе внимание любой ценой, включая агрессивные выходки. Вызывающее поведение явно рассчитано на зрителя. Ученик может принимать роль клоуна, «супермена», умника и пр.

Получение внимания таким способом свойственно маленьким детям (когда родители не замечают ребенка, он привлекает их внимание какой-нибудь выходкой, после чего его наконец-то замечают), и если это происходит часто, такое поведение закрепляется. Иногда такое инфантильное поведение является следствием реального дефицита любви и внимания к ребенку с детства.

Позиция учителя: оказывать знаки внимания при положительном поведении. Вызывающее поведение игнорировать или применять санкции, не играя с ним в его игру. Доносить до сознания цель его поведения и необходимость ответственности за свои действия.

4. Агрессия мести.

Проявляется во враждебности, мстительности, подозрительности, недоверии. Это - способ восстановления справедливости, желание защитить себя от «врагов». Иногда ребенок растет в неблагополучной семье, где нет любви. Иногда его отвергают как нежеланного или «несоответствующего». Иногда ребенок не нравится другим детям или учителю из-за своей необычности, «неудобности».

Позиция учителя: т.к. эти дети не верят в любовь и доброту и при этом нуждаются в ней, то взрослый может попытаться найти «ключик» к такому ребенку, давая ему любовь и заботу без всяких условий.

5. Агрессия страха.

Страхи заставляют ребенка или подростка «быть во всеоружии», т.е. быть готовым отразить нападение или другую опасность. Как правило, страхи носят преувеличенный характер (например, боясь насекомых, человек раздавит паука или жука, даже если тот совершенно безвреден) и агрессивная реакция нередко бывает чрезмерной и опережающей.

Позиция учителя: обычно у этих детей повышенная агрессивность сочетается с трусливостью, поэтому коррекция агрессивности невозможна без работы со страхами. Т. е, здесь тоже необходима помощь психолога. Учитель помогает ребенку отреагировать страхи «как нормальное явление» и затем набирать «арсенал» возможных реагирований на них.

6. Агрессия тревоги.

Т.к. тревога не имеет осознанного источника, часто необъяснима («что-то гнетет», «что-то плохо», что-то «не так»), то агрессия или направляется внутрь («на тревогу») и проявляется в переедании, употреблении сладостей, жевательных резинок и т.п. (как кричащего по неизвестной причине младенца мать нетерпеливо «затыкает» соской или грудью), а также в пустой трате времени, просиживании у телевизора, компьютера, игровых автоматов (попытка обмануть или заглушить тревогу), или направляется вовне в виде

раздражения, ворчания, сплетен, передаче слухов, «страшной» информации, недовольстве «всеми и вся», (маленькие дети могут злиться и вредничать без видимой причины). Агрессия не выражается прямо, направляясь куда-то в пространство, иногда запуская раздражение (т.е. агрессию) у слушающего.

Позиция учителя: коррекция агрессии невозможна без осознания тревоги. Иногда этому способствуют доверительные беседы с ребенком или подростком на темы, касающиеся его отношений со одноклассниками, с другими ребятами, с родителями, его успеваемости, его отношения к себе и т. д. Иногда ребенок с готовностью идет на такие беседы, в беседе осознает свои страхи и они перестают носить характер тревоги. Иногда он стесняется учителя, но соглашается говорить с психологом. Вообще, работа с тревогой обычно требует компетентности и значительных затрат времени.

7. Агрессия вины.

Т.к. чувство вины вызывает душевное страдание, то человек скорее всего желает избавиться от него, либо искупив вину поступком, либо направив агрессию на источник страданий (если нет сил, способностей, желания, возможностей что-то изменить). Агрессия может быть направлена вовне - на того, кто обвиняет. Если же это опасно – например, если это мать или отец, а ребенок не посмеет даже подумать, что он зол на родителей, тогда агрессия направится на младшего брата, на кошку или на другой объект. Таким объектом может стать одноклассник и даже учитель, особенно, если учитель «не опасен» или «натравил» родителей на подростка.

Если обвиняющий - сам учитель, и он не допустит агрессию в свой адрес, то объектом нападения станет самый слабый в классе. Появление в классе «белой вороны» - просто необходимость при наличии смещенной агрессии. Если «белую ворону» родители переведут в другой класс, тогда довольно быстро на ее роль найдется другой человек. Агрессия может быть направлена внутрь – на самого себя, «я – плохой, я – виновник, я должен быть наказан». Наказание принимает форму самобичевания, самообвинения или саморазрушающего поведения, например, в виде какой-то зависимости или делинквентного (нарушающего закон) поведения.

Позиция учителя: понимание собственной ответственности при использовании обвинений в качестве воспитательных мер. Очень редко чувство вины сопровождается у детей и подростков «исправлением поведения». Если такового не произошло, вина направилась в виде агрессии внутрь или вовне. Требование должного нельзя превращать в обвинение. Педагогическое требование – это особое искусство, отражающее профессионализм учителя.

8. Агрессия низкой самооценки.

Часто проявляется в виде повышенной обидчивости, вспыльчивости, ранимости. Формируется в атмосфере критичности, придиорок, насмешек, издевок. Особенно склонны к этому дети, чувствительные к оценке других, когда оценка исходит от значимых людей. Если такой ребенок оказывается в ситуации, которая угрожает его самооценке, он может стать агрессивным.

Смысл его агрессии примерно таков: «вы заставляете чувствовать мое ничтожество, я ненавижу вас за это».

Позиция учителя: ребенок нуждается в чутком и тактичном отношении. Ему не хватает веры в себя, знания своих сильных сторон и силы духа, чтоб переживать свои трудности или свою особенность. Он также может стать «белой вороной» из-за своей уязвимости.

Учитель может помочь ему найти свои сильные стороны, осознать и поверить в себя, обнаружить в себе способность нести свою судьбу, если он чем-то обделен и, кроме того, помочь увидеть других и не сосредотачиваться на себе. Худшее, что делает учитель – это «навешивание ярлыков» и ироническое отношение к такому ребенку, высмеивание при всех, а также крики и угрозы. Такие дети сильно страдают, и даже бывают склонны к суициду (самоубийству), т. к. не ценят себя и свою жизнь (как говорила одна девочка: «я ненавижу себя, боюсь учительницу и не хочу больше жить!»). Такие дети также нуждаются в помощи психолога. Важно и сотрудничество с семьей.

9. Агрессия неадекватно завышенной самооценки.

Проявляется в высокомерии, уверенности в своей значимости, избранности, «гениальности». Такие дети часто уверены в том, что их не ценят, не понимают, несправедливо относятся. От этого они или принимают заносчивый вид, оставляя рядом с собой только восхищенных почитателей, или замыкаются и обособливаются, превращаясь в «белую ворону», или становятся чрезвычайно агрессивными, приходя в ярость в любой ситуации, где их «гениальность» подвергается сомнению. Кроме того они порой преследуют тех, кто слабее, испытывая удовольствие от их страданий.

Позиция учителя: Быть очень осторожным, т.к. этот вид агрессии труднее всего поддается коррекции. В ее основе лежат глубокие нарушения ранних отношений ребенка со значимыми людьми, а возможно и другие причины, не лежащие на поверхности. В ярко выраженных случаях нужно рекомендовать родителям обязательно проконсультироваться у психолога (лучше не только школьного) и психиатра. При этом учитель все же помогает ребенку в рефлексии своих отношений с другими людьми, подчеркивая ценность проявления его заботы и внимания к ним. С другой стороны учитель часто напоминает детям о том, что в каждом человеке добро и зло уживаются вместе и нужно самому каждый раз принимать решение, как возобладаст над злом.

Эта типология не исчерпывает всех видов агрессии, но все же позволяет увидеть неоднозначность ее проявления у детей и подростков. Если рассматривать агрессию детей и подростков не как злой умысел, а как неблагоприятное внутреннее состояние, с которым дети сами не умеют адекватно справляться, то профессиональной позицией педагога будет поддержка. Это непросто, т.к. одинаковые внешние проявления могут иметь разный смысл и его «расшифровка» требует как психологической компетентности, так и эмпатии самого педагога.

По-видимому, решение проблемы лежит не в плоскости поиска «подходящих технологий борьбы с детской агрессией», а в плоскости расширения педагогического сознания и, в частности, понимания того, что каждый ребенок «агрессивен по-своему», поэтому всякий раз нужно настраиваться на конкретного человека, используя и развивая свою способность к наблюдательности, сочувствию и пониманию.

Виды агрессии:

1. физическая;
2. вербальная;
3. косвенная;
4. раздражение;
5. негативизм;
6. инструментальная;
7. враждебная;
8. аутоагрессия.

Рассмотрим каждый вид агрессии:

физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица или объекта;

вербальная агрессия - выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань)

косвенная агрессия - действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топание ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.)

раздражение - готовность к проявлению при малейшем возбуждении вспыльчивости, резкости, грубости.

негативизм - оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

инструментальная агрессия - являющаяся средством достижения какой-либо цели.

Враждебная агрессия – выражается в действиях, целью которых является причинение вреда объекту агрессии.

Аутоагрессия – проявляющаяся в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений вплоть до самоубийства.

Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

В тех случаях, когда агрессия детей и подростков неопасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:

полное игнорирование реакций ребенка/подростка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;

выражение понимания чувств ребенка («Конечно, тебе обидно...»);

переключение внимания, предложение какого-либо задания («Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня»); позитивное обозначение поведения («Ты злишься потому, что ты устал»). Так как агрессия естественна для людей, то адекватная и неопасная агрессивная реакция часто не требует вмешательства со стороны. Дети нередко используют агрессию просто для привлечения к ним внимания. Если ребенок/подросток проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.

Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности. Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест и уводят от решения проблемы.

Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло «здесь и сейчас», не припоминая прошлых поступков. Иначе у ребенка возникнет чувство обиды, и он будет не в состоянии критично оценить свое поведение. Вместо распространенного, но неэффективного «чтения морали», лучше показать ему негативные последствия его поведения, убедительно продемонстрировав, что агрессия больше всего вредит ему самому. Очень важно также указать на *возможные конструктивные способы* поведения в конфликтной ситуации.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие приемы:

констатация факта («Ты ведешь себя агрессивно»);

констатирующий вопрос («Ты злишься?»);

раскрытие мотивов агрессивного поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь продемонстрировать силу?»);

обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению («Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит»);

апелляция к правилам («Мы же с тобой договаривались!»).

Давая обратную связь агрессивному поведению ребенка/подростка, взрослый человек должен проявить, по меньшей мере, *три качества*:

заинтересованность,

доброжелательность,

твердость.

Последнее касается только конкретного проступка, ребенок/подросток должен понять, что его любят, но против того, как он себя ведет.

Контроль над собственными негативными эмоциями.

Родителям и специалистам необходимо очень тщательно контролировать

свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми. Когда ребенок или подросток демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции — раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослым нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний, понять характер, силу и длительность возобладавших над ними чувств.

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией — уменьшить напряжение ситуации.

не повышать голос, не менять тон на угрожающий;

не демонстрировать власть ("Будет так, как я скажу");

не кричать;

не принимать агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор "сквозь зубы";

не использовать сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;

не использовать негативную оценку личности ребенка, его близких или друзей;

не использовать физическую силу;

не втягивать в конфликт посторонних людей;

не настаивать на своей правоте;

не читать нотации, проповеди;

не делать обобщения типа: "Вы все одинаковые", "Ты, как всегда...", "Ты никогда не...";

не сравнивать ребенка с другими детьми - не в его пользу.

Обсуждение проступка.

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. В то же время, обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, и только затем обсуждать в группе или семье (и то не всегда). Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но прежде всего для самого маленького агрессора. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него — публичное осуждение и негативная оценка. Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком/подростком, они становятся самостоятельной побудительной силой

его агрессивного поведения.

Для сохранения *положительной репутации* целесообразно:

публично минимизировать вину подростка («Ты неважно себя чувствуешь».
«Ты не хотел его обидеть»), но в беседе с глазу на глаз показать истину;

не требовать полного подчинения, позволить подростку/ребенку выполнить ваше требование по-своему;

предложить ребенку/подростку компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении (т.е. на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитания «контролируемой агрессии» у ребенка — демонстрация моделей неагрессивного поведения. При проявлениях агрессии обе стороны теряют самообладание, возникает дилемма — бороться за свою власть или разрешить ситуацию мирным способом. Взрослым нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;

внушение спокойствия невербальными средствами;

прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;

использование юмора;

признание чувств ребенка.

Дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения.

Главное условие — искренность взрослого, соответствие его невербальных реакций словам.

8. Предупреждение агрессивных действий детей

никогда не следует поощрять ребенка за проявленную агрессивность;

в необходимых случаях такого ребенка успокаивает временная изоляция с кратким разъяснением причины;

если конфликт возникает среди детей, то стоит его временно оставить среди них: пусть почувствует, что такое проявить агрессивность без явной причины на нее;

если ребенок готов к нанесению удара (укусу и т.д.), то лучше быстро остановить его и резко предупредить его «Нельзя!».

изредка стоит дать ребенку почувствовать и испытать подобное действие со стороны близких с последующим разъяснением.

9. Обращение с ребенком после агрессивного поведения:

подыскать адекватную форму наказания после четкого объяснения его проступка;

искать выход по переориентации его энергии по социально правильному

руслу;

следует помнить: частые наказания неэффективны, а безнаказанность еще больше портит;

придумать новые приемы

переключения ребенка на новые виды

отношений (игра, самообслуживание и т.д.).

10. Обучение ребенка техникам и способам управления собственным гневом.

Развитие контроля над деструктивными эмоциями.

Комкать и рвать бумагу.

Бить подушку или боксерскую грушу.

Топать ногами.

Написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу.

Втирать пластилин в картонку или бумагу.

Посчитать до десяти.

Самое конструктивное - спортивные игры, бег.

Вода хорошо снимает агрессию.

Педагог-психолог

Пшеничная В.В.