

«Что делать, если ребёнок проявляет агрессию?»

Педагог-психолог Манохина С. В

Агрессивность, или склонность ребенка к агрессивному поведению, является основным симптомом при нарушении поведения. Агрессия, как и голод - один из основных инстинктов.

Агрессивность распространяется на большой спектр реакций – от вербальной критики до физического насилия.

Существует две основные формы проявления агрессии – открытая и скрытая. При открытой агрессивности ребенок может драться, кусаться, плевать, ругаться плохими словами, дразнить детей, ломать вещи. Скрытая агрессия может проявляться аутоагрессией, т.е. агрессией направленной на самого себя. Такой ребенок может биться головой об стену, бить себя руками, срывать заусенцы на пальцах, царапать самого себя.

Агрессия может проявиться и в рамках истерического невротического конфликта «хочу во что бы то ни стало», когда единственной целью симптома будет привлечение внимания окружающих. Однако такое же поведение может быть последней попыткой внешне «беспроблемного» ребенка хоть как-нибудь достучаться до своих занятых родителей.

Стремление подавлять всяческие проявления детской агрессивности – одна из самых больших и распространенных ошибок родителей. Подавленная агрессия не исчезает, а накапливается в ребенке. В один день она вырывается наружу в виде яростного взрыва, причем обычно достается детям невиновным. При этом детская агрессивность вызывает встречную агрессию у взрослых и сверстников, и образует порочный круг, выбраться из которого без помощи специалиста участники часто не могут.

Следующие правила экстренного вмешательства позволят в конфликтной ситуации обеспечить позитивное решение конфликтов.

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

Игнорирование таких реакций ребенка – весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения - позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.

2. Акцентирование внимания на поступках, а не на личности.

Взрослый человек должен проявить три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость (понимает ребенка, но против его поступка). констатация факта («Ты ведешь себя агрессивно»); констатирующий вопрос («Ты злишься?»); раскрытие мотивов агрессивного поведения («Ты хочешь меня обидеть?»); апелляция к правилам («Мы же с тобой договаривались»).

3. Контроль взрослого над собственными негативными эмоциями.

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

4. Снижение напряжения ситуации.

Типичными неправильными действиями взрослого являются: повышение голоса, изменение тона на угрожающий, демонстрация власти (будет так, как я скажу), крик, негодование, разговор «сквозь зубы», насмешки, высмеивание, негативная оценка личности ребенка, непреклонное настаивание на своей правоте, наказание или угрозы наказания, обобщения типа «Ты как всегда», сравнение ребенка с другими детьми не в его пользу. Некоторые из этих реакций могут остановить ребенка на короткое время, но возможный отрицательный эффект от такого поведения приносит куда больше вреда, чем само агрессивное поведение.

5. 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. 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.

6. Сохранение положительной репутации ребенка.

Публично минимизировать вину ребенка («Ты неважно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть»); предложить ребенку компромисс, договор взаимными уступками. Настаивая а полном подчинении, (т.е. на том, что бы ребенок не только немедленно, сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

7. Демонстрация моделей неагрессивного поведения.

Слушать без анализа поступка, дать возможность ему высказаться, 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.

Частые наказания и приказы относятся к негативным способам контролирования поведения детей. Они заставляют его чрезмерно подавлять свой гнев, что способствует появлению в характере пассивно-агрессивных черт. Что же такое пассивная агрессия и какие опасности она в себе таит? Это скрытая форма агрессии, ее цель – вывести из себя, расстроить родителей или близких людей. Чтобы устранить такие формы поведения, система поощрений и наказаний должна быть продумана в каждой семье. Наказывая ребенка необходимо помнить, что эта мера воздействия ни в коем случае не должна унижать достоинство ребенка. Наказание должно следовать непосредственно за проступком, а не через день, не через неделю. Наказание будет иметь эффект только в том случае, если ребенок сам считает, что заслужил его. Кроме того, за один проступок нельзя наказывать дважды. Ребенок должен понимать, за что он наказан, как и чего он лишен, и – главное – должен понимать, что при отсутствии таких поступков в течение, к примеру, следующей недели, поощрение может к нему вернуться.

На первых этапах работы с агрессивными детьми рекомендуется подбирать такие игры и упражнения, с помощью которых ребенок мог выплеснуть свой гнев. Приведем несколько игр.

Обзывалки. Цель – снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме. Скажите детям следующее: «Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разным необидными словами» (Заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели. Каждое обращение должно начинаться со слов: «А ты... (имя ребенка) морковка!»). И в заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное. Игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

Два барана. Цель – снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность «легальным образом» выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло. Дети разбиваются на пары и читается текст: «Рано-рано два барана повстречались на мосту». Участники игры, широко расставив ноги, склонив в перед тулове упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издавать звуки «бе-е-е!». Необходимо соблюдать технику безопасности, внимательно следить, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

Все перечисленные способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер. Непоследовательность поведения родителей и воспитателей может привести к ухудшению поведения ребенка. Терпение и внимание к ребенку, его нуждами потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими – вот что поможет родителям наладить взаимоотношения со своими детьми.