

Источник информации:
<https://open-lesson.net>



Как вести себя взрослым с агрессивным ребенком



1. В случае незначительной агрессии – спокойное отношение.

- переключение внимания, например предложение какого-либо задания: «Помоги мне, пожалуйста достать книгу, ты же выше меня»;

- позитивное обозначение поведения: «Ты сердишься потому, что ты утомился»;

- полное игнорирование реакций.

2. Акцентирование внимания на поведение, а не на личность.

После того, как ребенок успокоится, можно обсудить с ним его поведение. Следует описать его действия, слова, не давая при этом никакой оценки. Обсуждать только конкретные факты, которые происходили «здесь и сейчас». Постараться продемонстрировать, что агрессия больше всего вредит ему самому.

Один из приемов снижения агрессии – это установление обратной связи:

- констатация факта («Ты ведешь себя агрессивно»);

- констатирующий вопрос («Ты злишься?»);

- раскрытие мотивов поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь показать, что ты сильнее?»);

- озвучивание своих чувств по отношению к поведению ребенка («Мне не нравится, когда со мной грубо разговаривают», «Я злюсь, когда на меня громко кричат»);

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

Давая обратную связь, взрослый должен проявить заинтересованность, твердость и доброжелательность. Ребенок должен понять, что родители

3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Несмотря на то, что когда ребенок демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает у взрослых негативные эмоции, взрослым нужно признать естественность и нормальность этих переживаний. Когда взрослый управляет своими эмоциями, то не подкрепляет агрессивное поведение ребенка и сохраняет с ним хорошие отношения. А также транслирует, как можно и нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

4. Снижение напряжения ситуации.

Это одна из главных задач взрослого, которая стоит на первом месте. Однако, взрослые часто допускают ошибки, которые только усиливают напряжение и агрессию:

- повышение голоса;

- демонстрация власти («Будешь делать так, как я скажу!»);

- высмеивание, сарказм;

- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;

- использование физической силы;

- непреклонное настаивание на своей правоте;

- «чтение морали»;

- наказание или угроза наказания;

- сравнения ребенка с другими детьми не в его пользу;

5. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку очень трудно признавать свою неправоту. Страшнее всего для него – публичное осуждение. Используя различные защитные механизмы поведения, дети стараются этого избежать. Необходимо:

- публично минимизировать вину («Ты не хотел его обидеть», «Ты плохо себя чувствуешь»), но в личной беседе показать истину;

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

- предложить компромисс.

6. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Это самое важное условие воспитания «контролируемой агрессии» у ребенка. Чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей. Поведение взрослого, позволяющего показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- внимательное (активное) слушание. Это слушание, без анализа и оценок, позволяющее собеседнику высказаться. Все, что необходимо – это поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился.

- пауза, дающая ребенку возможность успокоиться;

- прояснение ситуации наводящими вопросами;

- признание чувств ребенка;

- юмор.

Дети очень быстро и охотно перенимают модели конструктивного поведения. Главное – искренность взрослого и соответствующие действия со стороны

