

Консультация для родителей на тему: Как взрослому реагировать на агрессивные проявления в поведении ребенка?

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии:

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 проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.

- полное игнорирование реакций ребенка;
- выражение понимания чувств ребенка («Конечно, тебе обидно...»);
- переключение внимания, предложение какого-либо задания («Помоги мне, пожалуйста, достать посуду, ведь ты сильнее меня...»)
- позитивное обозначение поведения («Ты злишься потому, что ты устал»)

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Необходимо проводить четкую границу между поступком и личностью. 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. Не читать морали ребенку, а 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:

Давая обратную связь агрессивному поведению ребенка, взрослый должен проявить, по меньшей мере, три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость. Но при этом ребенок должен понять, что родители любят его, но против того, как он себя ведет.

- 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 договорились!»).

3. Контроль за собственными негативными эмоциями.

Взрослым необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми, когда ребенок 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.

4. Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детской агрессией, уменьшить напряжения ситуации. Типичными *неправильными действиями* взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

- повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
- демонстрация власти («будет так, как я скажу»);
- крик, негодование;
- агрессивные позы и жесты;
- сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт посторонних людей;
- непреклонное настаивание на своей правоте;
- нотации, проповеди, «чтение морали»;
- наказание или угрозы наказания;
- обобщения типа: «Вы все одинаковые», «Ты, как всегда...», «Ты никогда не...»;
- сравнение ребенка с другими детьми;
- команды, жесткие требования, давление;

- оправдания, подкуп, награды.

5. Обсуждение поступка.

Анализировать поведение нужно только после того, как ситуация разрешится и все успокоится.

6. Сохранение положительной репутации ребенка.

Не осуждать ребенка публично и не давать негативную оценку личности ребенка (оценивать надо сам поступок, действия). Плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения. Для сохранения положительной репутации целесообразно:

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

- публично минимизировать вину ребенка («Ты не важно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть»), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребенку компромисс, договор с взаимными уступками.

7. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Это является важным условием воспитания «Контролируемой агрессии у ребенка». 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, направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает в себя следующие приемы:

- нерефлексивное слушание (слушание без анализа);
- пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- внушение спокойствия невербальными средствами;
- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- использование юмора;
- признание чувств ребенка.

Дети быстро перенимают неагрессивные модели поведения.

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