**Як правильно поводитися з агресивною дитиною ?**

Несприятливі фактори які впливають на поведінку:

1 . погіршенням соціальних умов життя дітей ;

2 . кризою сімейного виховання ;

3 . неувагою школи до нервово - психічному стану дітей ;

4. збільшенням частки патологічних пологів , що залишають наслідки у вигляді ушкоджень головного мозку дитини.

Свою частку вносять і засоби масової інформації , кіно-і відеоіндустрії , регулярно пропагують культ насильства.

Особливо важливою є допомога дошкільнятам , агресивність яких знаходиться тільки у стадії становлення. Це дозволяє вжити своєчасних коригуючі заходи .

У даній статті наводяться конкретні практичні рекомендації батькам і педагогам по тому , як правильно вести себе з дітьми , які проявляють агресію відносно дорослих або однолітків.

***Екстрене втручання при агресивних проявах.*** Наступні правила екстреного втручання дозволять в конфліктній ситуації забезпечити позитивне вирішення конфліктів .

***1 . Спокійне ставлення у разі незначної агресії.***

У тих випадках , коли агресія дітей та підлітків не небезпечна і з'ясовна , можна використовувати наступні позитивні стратегії:

- Повне ігнорування реакцій дитини / підлітка - вельми потужний спосіб припинення небажаної поведінки ;

- Вираз розуміння почуттів дитини ( "Звичайно , тобі прикро ...") ;

- Перемикання уваги , пропозицію якого-небудь завдання ( "Допоможи мені , будь ласка , дістати посуд з верхньої полиці , ти ж вищий за мене " ) ;

- Позитивне позначення поведінки ("Ти злишся тому, що ти втомився " ) .

Так як агресія природна для людей , то адекватна і безпечна агресивна реакція часто не вимагає втручання з боку . Діти нерідко використовують агресію просто для залучення до них уваги . Якщо дитина / підліток проявляє гнів у допустимих межах і за цілком з'ясованими причин , потрібно дозволити йому відреагувати , уважно вислухати і переключити його увагу на щось інше.

***2 . Акцентування уваги на вчинках ( поведінці ) , а не на особистості.***

Проводити чітку межу між вчинком і особистістю дозволяє техніка об'єктивного опису поведінки . Після того як дитина заспокоїться , доцільно обговорити з ним його поведінку. Слід описати , як він поводився під час прояву агресії , які слова говорив, які дії вчиняв , не даючи при цьому ніякої оцінки . Критичні висловлювання , особливо емоційні , викликають роздратування і протест , і відводять від вирішення проблеми .

Аналізуючи поведінку дитини , важливо обмежитися обговоренням конкретних фактів , тільки того , що відбулося " тут і зараз », не пригадуючи минулих вчинків . Інакше у дитини виникне почуття образи , і він буде не в змозі критично оцінити свою поведінку. Замість поширеного , але неефективного " ​​читання моралі" , краще показати йому негативні наслідки його поведінки , переконливо продемонструвавши , що агресія найбільше шкодить йому самому. Дуже важливо також вказати на можливі конструктивні способи поведінки в конфліктній ситуації.

Один з важливих шляхів зниження агресії - встановлення з дитиною зворотного зв'язку. Для цього використовуються такі прийоми:

- Констатація факту ( "ти ведеш себе агресивно " ) ;

- Констатуючий питання ( "ти злишся ? " ) ;

- Розкриття мотивів агресивної поведінки ("Ти хочеш мене образити ? " , "Ти хочеш продемонструвати силу? " ) ;

- Виявлення своїх власних почуттів по відношенню до небажаного поведінки ( "Мені не подобається , коли зі мною говорять в такому тоні " , "Я серджуся , коли на мене хтось голосно кричить" ) ;

- Апеляція до правил ( "Ми ж з тобою домовлялися !") .

Даючи зворотний зв'язок агресивної поведінки дитини / підлітка , доросла людина повинна проявити , щонайменше , три якості : зацікавленість , доброзичливість і твердість. Остання стосується тільки конкретного проступку , дитина / підліток повинен зрозуміти , що батьки люблять його , але проти того , як він себе веде.

***3 . Контроль над власними негативними емоціями .***

Батькам і фахівцям необхідно дуже ретельно контролювати свої негативні емоції в ситуації взаємодії з агресивними дітьми. Коли дитина або підліток демонструє агресивну поведінку , це викликає сильні негативні емоції - роздратування , гнів , обурення , страх або безпорадність. Дорослим потрібно визнати нормальність і природність цих негативних переживань , зрозуміти характер , силу і тривалість взяла гору над ними почуттів .

Коли доросла людина управляє своїми негативними емоціями , то він не підкріплює агресивну поведінку дитини , зберігає з ним хороші відносини і демонструє , як потрібно взаємодіяти з агресивним людиною.

***4 . Зниження напруги ситуації.***

Основне завдання дорослого , яка стикається з дитячо - підліткової агресією - зменшити напругу ситуації. Типовими неправильними діями дорослого , підсилюють напругу і агресію , є:

- Підвищення голосу , зміна тону на загрозливий ;

- Демонстрація влади ( " Учитель тут поки ще я " , " Буде так , як я скажу " ) ;

- Крик , обурення ;

- Агресивні пози і жести : стислі щелепи , перехрещені або зчеплені руки , розмова " крізь зуби " ;

- Сарказм , глузування , висміювання і передражнювання ;

- Негативна оцінка особистості дитини, її близьких або друзів ;

- Використання фізичної сили ;

- Втягування в конфлікт сторонніх людей ;

- Непохитне наполягання на своїй правоті ;

- Нотації , проповіді , "читання моралі" ,

- Покарання або загрози покарання ;

- Узагальнення типу : "Ви всі однакові " , "Ти , як завжди ..." , "Ти ніколи не ...";

- Порівняння дитини з іншими дітьми - не на його користь ;

- Команди , жорсткі вимоги , тиск ;

- Виправдання , підкуп , нагороди.

Деякі з цих реакцій можуть зупинити дитину на короткий час , але можливий негативний ефект від такої поведінки дорослого приносить куди більше шкоди , ніж саме агресивна поведінка .

***5 . Обговорення проступку .***

Аналізувати поведінку в момент прояву агресії не потрібно , цим варто займатися тільки після того , як ситуація вирішиться і все заспокояться. У той же час , обговорення інциденту необхідно провести якнайскоріше . Краще це зробити наодинці , без свідків , і тільки потім обговорювати в групі або сім'ї (і то не завжди). Під час розмови важливо зберігати спокій і об'єктивність. Потрібно детально обговорити негативні наслідки агресивної поведінки , його руйнівність не тільки для оточуючих , але , перш за все , для самого маленького агресора.

***6 . Збереження позитивної репутації дитини.***

Дитині , тим більше підлітку , дуже важко визнати свою неправоту і поразку. Найстрашніше для нього - публічне засудження і негативна оцінка . Діти та підлітки намагаються уникнути цього за всяку ціну , використовуючи різні механізми захисної поведінки . І дійсно , погана репутація і негативний ярлик небезпечні: закріпившись за дитиною / підлітком , вони стають самостійною спонукальною силою його агресивної поведінки .

*Для збереження позитивної репутації доцільно :*

- Публічно мінімізувати провину підлітка ( "Ти не важливо себе почуваєш " , "Ти не хотів його образити" ) , але в бесіді віч-на-віч показати істину ;

- Не вимагати повного підпорядкування , дозволити підлітку / дитині виконати вашу вимогу по-своєму ;

- Запропонувати дитині / підлітку компроміс , договір з взаємними поступками .  
Наполягаючи на повному підпорядкуванні (тобто на тому , щоб дитина не тільки негайно зробив те , що ви хочете , а й тим способом , яким ви хочете ) , можна спровокувати новий вибух агресії.

***7 . Демонстрація моделі неагресивнї поведінки .***

Важлива умова виховання " контрольованої агресії" у дитини - демонстрація моделей неагресивної поведінки . При проявах агресії обидві сторони втрачають самовладання , виникає дилема - боротися за свою владу або вирішити ситуацію мирним способом. Дорослим потрібно поводитися не агресивно , і чим менше вік дитини , тим більше миролюбним має бути поведінка дорослого у відповідь на агресивні реакції дітей .

*Поведінка дорослої , що дозволяє показати зразок конструктивної поведінки і спрямоване на зниження напруги в конфліктній ситуації , включає такі прийоми:*

- Слухання нерефлексії ( слухання нерефлексії - це слухання без аналізу ( рефлексії ) , що дає можливість співрозмовнику висловитися. Воно полягає в умінні уважно мовчати. ​​Тут важливі обидва слова . Мовчати - оскільки співрозмовнику хочеться , щоб його почули , і менше всього цікавлять наші зауваження ; уважно - інакше людина образиться і спілкування перерветься або перетвориться в конфлікт. Все, що потрібно робити - підтримувати протягом промови співрозмовника , намагаючись, щоб він повністю виговорився . ) ;

- Пауза , яка дає можливість дитині заспокоїтися ;

- Навіювання спокою невербальними засобами ;

- Прояснення ситуації з допомогою навідних питань ;

- Використання гумору;

- Визнання почуттів дитини.

Діти досить швидко переймають неагресивні моделі поведінки. Головна умова - щирість дорослого, відповідність його невербальних реакцій словами .