

КАК ПОМОЧЬ АГРЕССИВНОМУ РЕБЕНКУ?

**Семинар – практикум для
воспитателей ДОУ**

Педагог-психолог Н.В. Фомина

□ **Как вы думаете, почему дети дерутся, кусаются и толкаются, а иногда в ответ на какое-либо, даже доброжелательное, обращение «взрываются» и бушуют? Причин такого поведения может быть много. Но часто дети поступают именно так потому, что не знают, как поступить иначе. К сожалению, их поведенческий репертуар довольно скуден, и если мы предоставим им возможность выбора способов поведения, дети с удовольствием откликнутся на предложение, и наше общение с ними станет более эффективным и приятным для обеих сторон. Этот совет (предоставление выбора способа взаимодействия) особенно актуален, когда речь идет об агрессивных детях.**

- Согласно многочисленным исследованиям, сейчас проявления детской агрессивности являются одной из наиболее распространенных форм нарушения поведения, с которыми приходится иметь дело взрослым - родителям и специалистам (воспитателям, психологам, психотерапевтам). Сюда относятся вспышки раздражительности, непослушание, избыточная активность, драчливость, жестокость.
- У подавляющего большинства детей наблюдается прямая и косвенная вербальная агрессия.
- У многих детей отмечаются случаи смешанной физической агрессии - как косвенной (разрушение чужих игрушек, порча одежды сверстника, лежащей возле его постели и пр.), так и прямой (дети бьют сверстников кулаком по голове или лицу, кусаются, плюются и т. п.).
- Такое агрессивное поведение всегда инициативно, активно, а иногда и опасно для окружающих, и потому требует грамотной коррекции.

Что такое агрессивность?

- Слово "агрессия" произошло от латинского "agressio", что означает "нападение", "приступ". В психологическом словаре приведено следующее определение данного термина: "Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.)".

Причины агрессивности

- Причины появления агрессии у детей могут быть самыми разными. Возникновению агрессивных качеств способствуют некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга.
- Следует отметить, что огромную роль играет воспитание в семье, причем с первых дней жизни ребенка.

□ **На становление агрессивного поведения большое влияние оказывает характер наказаний, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего чада. В таких ситуациях могут быть использованы два полярных метода воздействия: либо снисходительность, либо строгость. Как это ни парадоксально, агрессивные дети одинаково часто встречаются и у слишком мягких родителей, и у чрезмерно строгих.**

□ **Только родители, которые умеют находить разумный компромисс, “золотую середину”, могут научить своих детей справляться с агрессией.**

Портрет агрессивного ребенка

□ Почти в каждой группе детского сада, в каждом классе встречается хотя бы один ребенок с признаками агрессивного поведения. Он нападает на остальных детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения, одним словом, становится "грозой" всего детского коллектива, источником огорчений воспитателей и родителей. Этого ершистого, драчливого, грубого ребенка очень трудно принять таким, какой он есть, а еще труднее понять.

□ Однако агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия — это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.

□ Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Жестокость и безучастность родителей приводит к нарушению детско-родительских отношений и вселяет в душу ребенка уверенность, что его не любят. “Как стать любимым и нужным” — неразрешимая проблема, стоящая перед маленьким человечком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. К сожалению, эти поиски не всегда заканчиваются так, как хотелось бы нам и ребенку, но как сделать лучше — он не знает

- **Агрессивный ребенок, используя любую возможность, ... стремится разозлить маму, воспитателя, сверстников. Он "не успокаивается" до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку.**
- **Родителям и педагогам не всегда понятно, чего добивается ребенок и почему он ведет себя так, хотя заранее знает, что со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых — наказание. В действительности это порой лишь отчаянная попытка завоевать свое "место под солнцем". Ребенок не имеет представления, как другим способом можно бороться за выживание в этом странном и жестоком мире, как защитить себя.**

□ **Агрессивные дети очень часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Например, играя во время прогулки в песочнице, двое детей подготовительной группы подрались. Рома ударил Сашу совком. На вопрос воспитателя, почему он это сделал, Рома искренне ответил: "У Саши в руках была лопата, и я очень боялся, что он ударит меня". По словам воспитателя, Саша не проявлял никаких намерений обидеть или ударить Рому, но Рома воспринял эту ситуацию как угрожающую.**

□ **Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность. Они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь боятся их.**

Как выявить агрессивность у ребенка

- Агрессивные дети нуждаются в понимании и поддержке взрослых, поэтому главная наша задача заключается не в том, чтобы поставить “точный” диагноз и тем более “приклеить ярлык”, **а в оказании сильной и своевременной помощи ребенку.**

Критерии агрессивности (схема наблюдения за ребенком)

Ребенок:

- ☐ 1. Часто теряет контроль над собой.
- ☐ 2. Часто спорит, ругается со взрослыми.
- ☐ 3. Часто отказывается выполнять правила.
- ☐ 4. Часто специально раздражает людей.
- ☐ 5. Часто винит других в своих ошибках.
- ☐ 6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо.
- ☐ 7. Часто завистлив, мстителен.
- ☐ 8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

☐ Предположить, что ребенок агрессивен можно лишь в том случае, если в течение не менее чем 6 месяцев в его поведении проявлялись хотя бы 4 из 8 перечисленных признаков.

☐ Ребенку, в поведении которого наблюдается большое количество признаков агрессивности, необходима помощь специалиста: психолога или врача.

Работа воспитателей и учителей с данной категорией детей должна проводиться в трех направлениях:

- 1. Работа с гневом. Обучение агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева.**
- 2. Обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.**
- 3. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию и т.д.**

Работа с гневом

□ Что такое гнев? Это чувство сильного негодования, которое сопровождается потерей контроля над собой. К сожалению, в нашей культуре принято считать, что проявление гнева — недостойная реакция. Уже в детском возрасте нам внушают эту мысль взрослые — родители, бабушки, дедушки, педагоги. Однако психологи не рекомендуют каждый раз сдерживать эту эмоцию, поскольку таким образом мы можем стать своеобразной “копилкой гнева”. Кроме того, загнав гнев внутрь, человек, скорее всего, рано или поздно все же почувствует необходимость выплеснуть его. Но уже не на того, кто вызвал это чувство, а на “подвернувшегося под руку” или на того, кто слабее и не сможет дать отпор. Даже если мы очень постараемся и не поддадимся соблазнительному способу “извержения” гнева, наша “копилка”, пополняясь день ото дня новыми негативными эмоциями, в один прекрасный день все же может “лопнуть”. Причем не обязательно это завершится истерикой и криками. Вырвавшись на свободу негативные чувства могут “осесть” внутри нас, что приведет к различным соматическим проблемам: головным болям, желудочным и сердечнососудистым заболеваниям

Помощь воспитателя

- **Поскольку чувство гнева чаще всего возникает в результате ограничения свободы, то в момент наивысшего “накала страстей” необходимо разрешить ребенку сделать что-то, что, может быть, обычно и не приветствуется нами. Причем тут многое зависит от того, в какой форме — вербальной или физической выражает ребенок свой гнев. (Метод В. Оклендер)**

□ Метод, предложенный В. Оклендер, может помочь избежать многих неприятностей и будет способствовать разрешению конфликтной ситуации.

Помощь воспитателя

□ Еще один способ помочь детям легально выразить вербальную агрессию — поиграть с ними в игру “Обзывалки”. Опыт показывает, что у детей, получивших возможность выплеснуть с разрешения педагога негативные эмоции, а вслед за этим услышавших что-то приятное о себе, уменьшается желание действовать агрессивно.

Помощь воспитателя

- Помочь детям доступным способом выразить гнев, а педагогу — беспрепятственно провести занятие может так называемый “Мешочек для криков” (в других случаях — “Стаканчик для криков”, “Волшебная труба “Крик”” и др.). Перед началом урока каждый желающий ребенок может подойти к “Мешочку для криков” и как можно громче покричать в него. Таким образом он “избавляется” от своего крика на время занятия. После занятия дети могут “забрать” свой крик обратно. Обычно в конце урока дети с шутками и смехом оставляют содержимое “Мешочка” учителю на память.

Помощь воспитателя

- **В арсенале каждого педагога, безусловно, есть множество способов работы с вербальными проявлениями гнева. Здесь приведены лишь те, которые оказались эффективными в практике. Однако далеко не всегда дети ограничиваются вербальной (словесной) реакцией на события. Очень часто импульсивные дети сначала пускают в ход кулаки, а уж потом придумывают обидные слова. В таких случаях нам также следует научить детей справляться со своей физической агрессией.**

Помощь воспитателя

- **Воспитатель или учитель, видя, что дети “распетушились” и уже готовы вступить в “бой”, может мгновенно отреагировать и организовать, к примеру, спортивные соревнования по бегу, прыжкам, метанию мячей. Причем обидчики могут быть включены в одну команду или находиться в командах-соперницах. Это зависит от ситуации и от глубины конфликта. По завершении соревнований лучше всего провести групповое обсуждение, во время которого каждый ребенок сможет выразить чувства, сопутствующие ему при выполнении задания.**

Помощь воспитателя

- Конечно, проведение соревнований и эстафет не всегда целесообразно. В таком случае можно воспользоваться подручными средствами, которыми необходимо оборудовать каждую группу детского сада и каждый класс.
- Легкие мячи, которые ребенок может швырять в мишень;
- мягкие подушки, которые разгневанный ребенок может пинать, колотить;
- резиновые молотки, которыми можно со всей силы бить по стене и по полу;
- газеты, которые можно комкать и швырять, не боясь что-либо разбить и разрушить, — все эти предметы могут способствовать снижению эмоционального и мышечного напряжения, если мы научим детей пользоваться ими в экстремальных ситуациях.

Помощь воспитателя

- - Из глины или пластилина можно слепить фигурку своего обидчика (а можно даже нацарапать чем-то острым его имя), разбить, смять ее, расплющить между ладошками, а затем при желании восстановить. Причем именно то, что ребенок по собственному желанию может уничтожать и восстанавливать свое произведение, и привлекает детей больше всего.

Помощь агрессивному ребенку

□ - Игра с песком, как и с глиной, тоже очень нравится ребятам. Рассердившись на кого-либо, ребенок может закопать фигурку, символизирующую врага, глубоко в песок, попрыгать на этом месте, налить туда воды, прикрыть кубиками, палками. С этой целью дети часто используют маленькие игрушки из "Киндер-сюрпризов". Причем иногда они сначала помещают фигурку в капсулу и только после этого закапывают.

□ Закапывая-раскапывая игрушки, работая с сыпучим песком, ребенок постепенно успокаивается, возвращается к играм в группе или приглашает сверстников поиграть в песок вместе с ним, но уже в другие, совсем не агрессивные игры. Таким образом, мир восстанавливается.

Помощь агрессивному ребенку

- - Небольшие бассейны с водой, размещенные в группе детского сада, — настоящая находка для воспитателя при работе со всеми категориями детей, особенно с агрессивными.
- О психотерапевтических свойствах воды написано много хороших книг, и каждый взрослый, вероятно, умеет использовать воду в целях снятия агрессии и излишнего напряжения детей. Вот несколько примеров игр с водой, которые придумали сами дети.
 - 1. Одним каучуковым шариком сбивать другие шарики, плавающие на воде.
 - 2. Сдувать из дудочки кораблик.
 - 3. Сначала топить, а затем наблюдать, как “выпрыгивает” из воды легкая пластмассовая фигурка.
 - 4. Струёй воды сбивать легкие игрушки, находящиеся в воде (для этого можно использовать бутылочки из-под шампуня, наполненные водой).

□ Мы рассмотрели первое направление в работе с агрессивными детьми, которое условно можно назвать “работа с гневом”. Хотелось бы отметить, что гнев не обязательно приводит к агрессии, но чем чаще ребенок или взрослый испытывает чувство гнева, тем выше вероятность проявления различных форм агрессивного поведения.

Обучение навыкам распознавания и контроля негативных эмоций

- Следующим очень ответственным и не менее важным направлением является обучение навыкам распознавания и контроля негативных эмоций. Далеко не всегда агрессивный ребенок признается, что он агрессивен. Более того, в глубине души он уверен в обратном: это все вокруг агрессивны. К сожалению, такие дети не всегда могут адекватно оценить свое состояние, а тем более состояние окружающих.

□ **Еще один способ научить ребенка распознавать свое эмоциональное состояние и развить потребность говорить о нем — рисование. Детей можно попросить сделать рисунки на темы: “Когда я сержусь”, “Когда я радуюсь”, “Когда я счастлив” и т.д. С этой целью разместите на мольберте (или просто на большом листе на стене) заранее нарисованные фигурки людей, изображенных в различных ситуациях, но без прорисованных лиц. Тогда ребенок сможет при желании подойти и завершить рисунок.**

□ **Для того чтобы дети могли верно оценивать свое состояние, а в нужный момент и управлять им, необходимо научить каждого ребенка понимать себя, и прежде всего — ощущения своего тела. Сначала можно потренироваться перед зеркалом: пусть ребенок скажет, какое настроение у него в данный момент и что он чувствует. Дети очень чутко воспринимают сигналы своего тела и с легкостью описывают их. Например, если ребенок злится, он чаще всего определяет свое состояние так: “Сердце колотится, в животе щекотно, в горле кричать хочется, в пальцах на руках как будто иголки колют, щекам горячо, ладошки чешутся и т. д.”.**

Приемы и упражнения для снятия агрессивности

- **1. «Возьми себя в руки»**
- **Ребенку говорим: «Как только ты почувствуешь , что забеспокоился, хочется кого-то стукнуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди – это поза выдержанного человека»**

Приемы и упражнения для снятия агрессивности

□ 2. «Заряд бодрости»

- Это упражнение лучше выполнять, сидя на полу. Детям дается инструкция: «Сядьте свободно. Вытяните руки вперед и приготовьте два пальчика: большой и указательный. Возьмитесь пальчиками за самые кончики ушей – один сверху, другой – снизу уха. Помассируйте ушки, приговаривая: «Ушки, ушки слышат все!» 5 раз в одну сторону и 5 раз – в другую. А теперь опустите руки. Встряхните ладошки.
- Приготовьте указательный палец, вытяните руку и прислоните пальчик ко лбу между бровей над носом. Помассируйте эту точку 10 раз круговыми движениями со словами: «Просыпайся, третий глаз!». Встряхните ладошки.
- Соберите пальцы руки в горсточку, найдите внизу шеи ямку, прикоснитесь к ней рукой со словами: «Я дышу, дышу, дышу!», помассируйте ямку 5 раз в одну сторону и 5 раз – в другую.
- *Предостережение: взрослый следит за силой нажима на важные точки жизнедеятельности и правильностью нахождения детьми точек.*

Приемы и упражнения для снятия агрессивности

□ **Упражнение «Дыши и думай красиво»**

- «Когда ты волнуешься, попробуй красиво и спокойно дышать. Закрой глаза, глубоко вздохни и скажи:
- - «Я – лев», произнося «Я», делай вдох, «лев» –выдох;
- - «Я – птица» Вдох – выдох.
- - «Я – спокоен». Вдох – выдох.

Психогимнастика для воспитателей

- Мы с вами очень обеспеченные люди, у нас при себе всегда имеется дорогостоящий тренажер воспитания детей – наше собственное детство.
- Я передаю по кругу маленькую куклу. Этот малыш – мы сами в детстве. Скажите ему сейчас (или покажите) то, что говорили вам ваши родители, когда вы почувствовали, что они вас любят, или то, что вы хотели от них услышать.
- Выполняем по кругу.
- Не забывайте сказать эти слова любви вашим детям.

Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию

- **Агрессивные дети, как правило, имеют низкий уровень эмпатии. Эмпатия — это способность чувствовать состояние другого человека, умение вставать на его позицию. Агрессивных же детей чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо. Считается, что если агрессор сможет посочувствовать “жертве”, его агрессия в следующий раз будет слабее. Поэтому так важна работа педагога по развитию у ребенка чувства эмпатии.**

□ **Одной из форм такой работы может стать ролевая игра, в процессе которой ребенок получает возможность поставить себя на место других, оценить свое поведение со стороны. Например, если в группе произошла ссора или драка, можно в кругу разобрать эту ситуацию, пригласив в гости Котенка и Тигренка или любых известных детям литературных героев. На глазах у ребят гости разыгрывают ссору, похожую на ту, которая произошла в группе, а затем просят детей помирить их. Дети предлагают различные способы выхода из конфликта.**

- **Какую бы конкретную форму проведения ролевой игры вы ни выбрали, важно, что в конечном итоге дети приобретут умение вставать на позицию другого человека, распознавать его чувства и переживания, научатся тому, как вести себя в сложных жизненных ситуациях. Общее обсуждение проблемы будет способствовать сплочению детского коллектива и установлению благоприятного психологического климата в группе.**
- **Во время подобных обсуждений можно разыгрывать и другие ситуации, которые чаще всего вызывают конфликты в коллективе: как реагировать, если товарищ не отдает нужную тебе игрушку, что делать, если тебя дразнят, как поступить, если тебя толкнули и ты упал и др. Целенаправленная и терпеливая работа в этом направлении поможет ребенку с большим пониманием относиться к чувствам и поступкам других и научиться самому адекватно относиться к происходящему.**

□ - Кроме того, можно предложить детям организовать театр, попросив их разыграть определенные ситуации, например: “Как Мальвина поссорилась с Буратино”. Однако прежде чем показать какую-либо сценку, дети должны обсудить, почему герои сказки повели себя тем или иным образом. Необходимо, чтобы они попытались поставить себя на место сказочных персонажей и ответить на вопросы: “Что чувствовал Буратино, когда Мальвина посадила его в чулан?”, “Что чувствовала Мальвина, когда ей пришлось наказать Буратино?” и др.

□ Подобные беседы помогут детям осознать, как важно побыть на месте соперника или обидчика, чтобы понять, почему он поступил именно так, а не иначе. Научившись сопереживать окружающим людям, агрессивный ребенок сможет избавиться от подозрительности и мнительности, которые доставляют так много неприятностей и самому “агрессору”, и тем, кто находится с ним рядом. А как следствие — научится брать на себя ответственность за совершенные им действия, а не сваливать вину на других.

Правда, взрослым, работающим с агрессивным ребенком, тоже не помешает избавиться от привычки обвинять его во всех смертных грехах. Например, если ребенок швыряет в гнев игрушки, можно, конечно, сказать ему: "Ты — негодник! От тебя одни проблемы. Ты всегда мешаешь всем детям играть!" Но вряд ли такое заявление снизит эмоциональное напряжение "негодника". Наоборот, ребенок, который и так уверен, что он никому не нужен и весь мир настроен против него, обозлится еще больше. В таком случае гораздо полезнее сказать ребенку о своих чувствах, используя при этом местоимение "я", а не "ты". Например, вместо "Ты почему не убрал игрушки?", можно сказать: "Я расстраиваюсь, когда игрушки разбросаны".

Таким образом вы ни в чем не обвиняете ребенка, не угрожаете ему, даже не даете оценки его поведению. Вы говорите о себе, о своих ощущениях. Как правило, такая реакция взрослого сначала шокирует ребенка, ожидающего града упреков в свой адрес, а затем вызывает у него чувство доверия. Появляется возможность для конструктивного диалога.

Работа с родителями агрессивного ребенка

- **Работая с агрессивными детьми, воспитатель или учитель должен прежде всего наладить контакт с семьей. Он может либо сам дать рекомендации родителям, либо в тактичной форме предложить им обратиться за помощью к психологам.**
- **Как ладить с ребенком, который постоянно ведет себя вызывающе? Полезные рекомендации родителям мы нашли на страницах книги Р. Кэмпбелла “Как справиться с гневом ребенка” (М., 1997). Советуем прочитать эту книгу и педагогам, и родителям. Р. Кэмпбелл выделяет пять способов контроля поведения ребенка: два из них — позитивные, два — негативные и один — нейтральный.**

- **К позитивным способам** относятся просьбы и мягкое физическое манипулирование (например, можно отвлечь ребенка, взять его за руку и отвести и т.д.).
- Модификация поведения — **нейтральный способ контроля** — предполагает использование поощрения (за выполнение определенных правил) и наказания (за их игнорирование). Но данная система не должна использоваться слишком часто, так как впоследствии ребенок начинает делать только то, за что получает награду.

□ Частые наказания и приказы относятся к **негативным способам контролирования поведения ребенка**. 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, причем ребенок может причинять вред не только окружающим, но и себе. Он начнет специально плохо учиться, в отместку родителям надевать те вещи, которые им не нравятся, будет капризничать на улице безо всякой причины. Главное — вывести родителей из равновесия. 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 сына или дочери. 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.

□ - Существует еще один способ эффективной работы с гневом ребенка, хотя он может быть применен далеко не всегда. Если родители хорошо знают своего сына или дочь, они могут разрядить обстановку во время эмоциональной вспышки ребенка **уместной шуткой**. Неожиданность подобной реакции и доброжелательный тон взрослого помогут ребенку достойно выйти из затруднительной ситуации.

Таблица “Позитивные и негативные способы выражения гнева”

(рекомендации доктора Р. Кэмпбелла)

ПОЗИТИВНЫЕ	НЕГАТИВНЫЕ
вежливость	Выражение гнева в громкой и невежливой форме
Стремление найти решение	Использование ругательств и угроз
Выражение основной жалобы без уклонения в сторону	Использование словесных оскорблений

Шпаргалка для взрослых или правила работы с агрессивными детьми

- **1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.**
- **2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения.**
- **3. Быть последовательным в наказаниях ребенка, наказывать за конкретные поступки.**
- **4. Наказания не должны унижать ребенка.**
- **5. Обучать приемлемым способам выражения гнева.**
- **6. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.**
- **7. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.**
- **8. Развивать способность к эмпатии.**
- **9. Расширять поведенческий репертуар ребенка.**
- **10. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.**
- **11. Учить брать ответственность на себя.**

Внимание!

□ **Все перечисленные способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения ребенка. Терпение и внимание к ребенку, его нуждам и потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими — вот что поможет родителям наладить взаимоотношения с сыном или дочерью.**

□ **Терпения и удачи родителям!**

Экстренное вмешательство при агрессивных проявлениях

Следующие правила экстренного вмешательства позволят в конфликтной ситуации обеспечить позитивное разрешение конфликтов

- **Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.**
- **В тех случаях, когда агрессия детей и подростков неопасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:**
 - **- 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.**

Как научить детей сотрудничать

- В книге К.Фопеля «Как научить детей сотрудничать» представлена игра «Камушек в ботинке». Сначала игра может показаться довольно сложной для дошкольников. Однако, практика показала, что игра понравилась дошкольникам. Причем очень скоро она должна перейти из разряда игр в разряд ежедневных ритуалов, проведение которых станет совершенно необходимым для успешного течения жизни в группе.

□ - В эту игру полезно играть, когда кто-то из детей обижен, сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ребенку заниматься делом, когда назревает конфликт в группе. Каждый участник имеет возможность в процессе игры вербализовать, то есть выразить словами, свое состояние и сообщить о нем окружающим. Это способствует снижению его эмоционального напряжения. Если зачинщиков назревающего конфликта несколько, они смогут услышать о чувствах и переживаниях друг друга, что, возможно, позволит сгладить ситуацию.

- Игра проходит в два этапа.

□ **1-й этап (подготовительный).** Дети сидят в кругу на ковре. Воспитатель спрашивает: «Ребята, случалось ли, что вам в ботинок попадал камушек?» Обычно дети очень активно отвечают на вопрос, так как практически каждый ребенок 6—7 лет имеет подобный жизненный опыт. По кругу все делятся своими впечатлениями о том, как это происходило. Как правило, ответы сводятся к следующему: «Сначала камушек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть его, найти удобное положение для ноги, но постепенно нарастают боль и неудобство, может даже появиться ранка или мозоль. И тогда, даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок и вытряхивать камушек. Он почти всегда совсем крошечный, и мы даже удивляемся, как такой маленький предмет смог причинить нам такую большую боль. Нам-то казалось, что там огромный камень с острыми, как лезвие бритвы, краями».

□ Далее воспитатель спрашивает детей: «Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а, придя домой, просто снимали ботинки?» Дети отвечают, что и такое уже бывало у многих. Тогда в освободившейся от ботинка ноге боль стихала, происшествие забывалось. Но наутро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Боль, причем более сильная, чем накануне, обида, злость — вот такие чувства испытывают обычно дети. Такая маленькая проблема становится большой неприятностью.

□ **2-й этап. Воспитатель говорит детям:
«Когда мы сердимся, чем-то озабочены,
взволнованы, нами это воспринимается
как маленький камушек в ботинке. Если
мы сразу же почувствуем неудобство,
вытащим его оттуда, то нога останется
невредимой. А если оставим камушек на
месте, то у нас скорей всего возникнут
проблемы, и немалые. Поэтому всем
людям — и взрослым, и детям — полезно
говорить о своих проблемах сразу, как
только они их заметят.**

- **Давайте договоримся: если кто-то из вас скажет: «У меня камушек в ботинке», — мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом.**
- **Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то неудовольствия, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете, скажите нам, например: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег ломает мои постройки из кубиков».** Расскажите, что вам еще не нравится. Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: «У меня нет камушка в ботинке».

□ Дети по кругу рассказывают, что же мешает им в данный момент, описывают свои ощущения; отдельные «камушки», о которых дети будут говорить, полезно обсудить в кругу. В этом случае каждый участник игры предлагает сверстнику, попавшему в затруднительную ситуацию, способ, при помощи которого можно избавиться от «камушка».

□ Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем испытывают потребность рассказывать о своих проблемах. Кроме того, игра помогает педагогу беспрепятственно проводить учебный процесс. Ведь если детей что-то волнует, это «что-то» не даст им спокойно сидеть на занятиях и воспринимать информацию. Если же дети получают возможность выговориться, «выпустить пар», то можно спокойно приступать к занятиям

- **Игра «Камушек в ботинке» особенно полезна для тревожных детей. Во-первых, если ежедневно играть в нее, даже очень стеснительный ребенок привыкнет и постепенно начнет рассказывать о своих трудностях (поскольку это не новая и не опасная, а знакомая и повторяющаяся деятельность).**
- **Во-вторых, тревожный ребенок, слушая рассказы о проблемах сверстников, поймет, что не только он страдает от страхов, неуверенности, обид. Оказывается, и у других детей такие же проблемы, как у него. Значит, он такой же, как все, не хуже всех. Не надо замыкаться в себе, ведь любую, даже самую трудную, ситуацию можно разрешить совместными усилиями. А дети, которые окружают его, совсем не злые и всегда готовы прийти на помощь.**

□ Когда ребенок научится распознавать собственные эмоции и говорить о них, можно перейти к следующему этапу работы: формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию



**УСПЕХОВ ВАМ В
РАБОТЕ!**

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**