# *Как вести себя с агрессивным ребёнком*

*Для предупреждения агрессивного поведения детей существует широкий спектр возможностей. Специалистами (психологами, педагогами) разработаны специальные рекомендации для взрослых по работе над агрессивным поведением детей. Эти правила позволяют в конфликтной ситуации с детьми и подростками обеспечить её позитивное разрешение конфликта и установить партнёрские отношения.*

**Правило 1. Игнорируйте незначительную агрессию.**

Когда агрессия детей не опасна и объяснима, взрослому целесообразно реагировать на поведение ребёнка следующим образом:

✓ просто «не замечайте» реакцию ребёнка (подростка);

✓ выражайте понимание чувств ребёнка: «Я понимаю, что тебе обидно»;

✓ переключайте внимание ребёнка на что-то, например, предложите выполнить какое-либо задание (поиграть);

✓ позитивно обозначьте его поведение: «Ты злишься потому, что устал».

**Правило 2. Акцентируйте внимание на поступках (поведении), а не на личности ребёнка.**

В момент агрессии опишите поведение ребёнка при помощи следующих словесных вариантов:

✓ «Ты ведёшь себя агрессивно» (констатация факта);

✓ «Ты злишься?» (констатирующий вопрос);

✓ «Ты хочешь меня обидеть?», «Ты демонстрируешь мне силу?» (раскрытие мотивов агрессора);

✓ «Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я напрягаюсь, когда кто-то громко кричит» (раскрытие собственных чувств по отношению к нежелательному поведению);

✓ «Ты нарушаешь правила поведения» (апелляция к правилам).

**Правило 3. Контролируйте собственные негативные эмоции.**

Демонстрируя свою агрессию, ребёнок проявляет негативные эмоции: раздражение, гнев, возмущение, страх, беспомощность. При общении с агрессивно настроенным ребёнком аналогичные эмоции могут возникнуть и у взрослого. Но взрослый, должен уметь сдерживаться. Контролируйте себя, демонстрируя положительный пример в обращении со встречной агрессией, и сохраняйте партнёрские отношения, необходимые для дальнейшего сотрудничества. Старайтесь:

✓ не повышать голос, не кричать, не устрашать;

✓ не демонстрировать свою власть: «Будет так, как я скажу»;

✓ не принимать агрессивные позы и жесты (сжатые челюсти, пальцы в кулаки);

✓ не смеяться над ребёнком, не передразнивать его;

- ✓ не оценивать личность ребёнка или его друзей;
- ✓ не использовать физическую силу, не угрожать;
- ✓ не читать нотации, проповеди;
- ✓ не оправдываться, не пытаться защищать себя или подкупать ребёнка.

**Правило 4. Сохраняйте положительную репутацию ребёнка.**

Ребёнку, как и некоторым взрослым, очень трудно признать свою неправоту. Публичное обсуждение может его больно ранить и, как правило, приведёт только к усилению агрессивного поведения в дальнейшем. Чтобы сохранить ребёнку положительную репутацию, используйте следующие варианты поведения с ним:

- ✓ «Ты, возможно, неважно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть» (публично минимизируйте вину ребёнка);
- ✓ позвольте выполнить ваше требование частично, по-своему;
- ✓ предложите ребёнку договор с взаимными уступками.

**Правило 5. Демонстрируйте неагрессивное поведение.**

В результате конфликта обе стороны теряют контроль. Вы должны помнить, что чем меньше возраст ребёнка, тем более доброжелательным должно быть ваше поведение в ответ на агрессию. Поведение взрослого должно быть противоположно плохому поведению ребёнка (подростка). Поэтому здесь возможно использование следующих приёмов:

- ✓ выдерживайте паузу (выслушивайте молча);
- ✓ тайм-аут (предоставьте ребёнку возможность успокоиться в одиночестве);
- ✓ внушайте спокойствие жестами, мимикой;
- ✓ шутите («Ты сейчас выглядишь круче Шварценегера»).

Итак, на начальной стадии агрессивного поведения (при первых незначительных признаках) лучше всего использовать следующие методы борьбы с агрессией:

- ☑ игнорирование;
- ☑ переключение внимания;
- ☑ «изящный уход».

Переключить внимание ребёнка можно на игру. Игра – самый лучший способ весёлого и занимательного времяпрепровождения, а также это лучший способ снять эмоциональное напряжение, тревоги, страх. На смену агрессии в игре приходит уверенность в себе, развивается позитивная самооценка, укрепляется эмоциональная сфера ребёнка.

Изящный уход – это дипломатический манёвр, позволяющий всем участникам спокойно выйти из конфликтной ситуации. Любая оригинальная или нестандартная реакция взрослого на агрессивное поведение ребёнка помогает уладить проблемную ситуацию лучше, чем угрозы и физические меры.