

Советы психолога

«Взаимодействие с агрессивными детьми»



Первым шагом на пути борьбы с агрессивностью ребенка является попытка сдерживать его порывы непосредственно перед их проявлением.

В отношении физической агрессии это сделать легче, чем в отношении вербальной. Можно остановить ребенка окриком, создать физическое препятствие агрессивному акту (отвести руку, удержать за плечи). Если этот порыв предотвратить не удалось, надо обязательно дать понять ребенку, что такое поведение абсолютно неприемлемо. Провинившийся подвергается суровому осуждению, в то время как его "жертва" окружается повышенным вниманием и заботой взрослого.

Вербальную агрессию предотвратить трудно, поэтому почти всегда приходится действовать после того, как обидные слова ребенком уже сказаны. Если эти слова он адресовал взрослому, то целесообразно вообще проигнорировать их, но при этом попытаться понять, какие чувства и переживания ребенка за ними стоят. Может быть, он хочет испытать приятное чувство превосходства над взрослым, а может быть, в гневе не знает более мягкого способа выражения своих чувств. Иногда взрослые могут превратить оскорбления ребенка в комическую перепалку, что позволит снять напряжение и сделать саму ситуацию ссоры смешной.

А для получения данного результата я хочу научить вас некоторым методикам, которые вы можете использовать в общении со своими детьми для снятия агрессии. Вот некоторые из них:

«Обзывалки»

Цель: снять словесную агрессию, помочь ребёнку выплеснуть гнев в приемлемой форме.

«Когда накаляется обстановка, можно заранее договориться называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: «А ты, ..., морковка!» Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительной пикировке обязательно следует сказать что-нибудь приятное, например: «А ты, ..., солнышко!»

«Мешочек для криков»

Цель: помочь детям доступным способом выразить гнев.

Когда закипает гнев, можно подойти к «Мешочку для криков» и как можно громче покричать в него. Таким образом, он «избавляется» от своего гнева и агрессии.

«Бумажные мячики»

Цель: вернуть бодрость и активность после напряжения, снизить беспокойство и напряжение, войти в новый жизненный ритм.

Перед началом игры ребенок должен скомкать большой лист бумаги (газеты) так, чтобы получился плотный мячик. А этот мячик нужно закинуть в импровизированную корзину или в цель.

«Рисунок»

Цель: выразить свою агрессию.

Нарисовать портрет человека, к которому испытываешь агрессию. Потом подписать его корявыми буквами, порвать и выбросить.

И В ЗАКЛЮЧЕНИИ.....

1. Важно избегать негативного воздействия на самооценку ребенка, нужно стремиться ее стабилизировать.

2. Понять, что самое главное в общении с ребенком, это уважительное отношение к его личности, положительное внимание к внутреннему миру. Постараться принять все недостатки ребенка, полюбить его таким, какой он

есть! Ни в коем случае нельзя внушать ребенку, что он плохой, это может снижать его самооценку, что негативно сказывается на взаимодействии с окружающим миром.

3.Нельзя унижать ребенка, загонять в угол, ожесточая его. Необходимо обучать ребенка осознавать его собственные чувства, мысли и желания в каждый момент времени и согласовывать их с окружением.

4.Очень важно нормализовать психологическую атмосферу в семье. Ребенок не должен быть свидетелем ссор и скандалов.

5.Также родителям желательно придерживаться одного стиля воспитания.

6.Ликвидировать все агрессивные формы поведения среди близких ребенку людей, помня, что ребёнок, подражая, видит все.

7.Не наказывать ребенка физическими способами, ведь чем более жестоко наказывают ребенка в семье, тем более он жесток к окружающим.

8.Не учить ребенка подавлять свой гнев, загонять его в себя. Детям нужно разрешить выражать свои чувства. Эти чувства сильны, и их нельзя отвергать. Поэтому необходимо учить ребенка освобождаться от гнева, приемлемыми для наших социальных норм способами. Например, можно разрешить ребенку остаться одному, поплакать или закричать. С ребенком можно сочинить сказку, в которой появится возможность выплеснуть ему свои негативные эмоции, или поиграть в спортивные игры.

