

Как вести себя с агрессивным ребёнком.

Существует широкий спектр возможностей предотвращения агрессивного поведения детей. Психологи разработали специальные рекомендации для взрослых по работе с агрессивным ребенком.

Правило 1 . Игнорируйте незначительную агрессию . Когда агрессия ребенка безопасна и понятна, взрослые должны относиться к поведению ребенка следующим образом : просто « игнорировать »;

сказать ребенку : « Ты обиделся, я тебя понимаю »; обратить внимание на другое , например , предложить выполнить задание (поиграть); оценивайте его поведение положительно : « Ты злишься, потому что устал ». Внимание взрослого – необходимость для ребенка и подростка . Часто эта невнимательность приводит к агрессивному поведению . Помните , игнорирование агрессии – мощный способ изменить нежелательное поведение .

Правило 2 . Обращайте внимание на действия (порядок) , а не на личность ребенка .

Опишите поведение ребенка во время агрессии, используя следующие слова :

« Вы ведете себя агрессивно » (заявление); " Ты сердишься ?" (вопрос на определение); « Ты хочешь сделать мне больно ?», « Ты хочешь показать мне силу ?» (открытый воздух для атаки);

« Мне не нравится, что ты говоришь таким голосом » (ненужная дисциплина и раскрытие своих чувств в отношениях);

« Вы нарушаете правила порядка » (обращение к правилам).

При этом взрослые должны быть терпеливыми, добрыми и твердыми . Акцент следует делать только на действии , чтобы ребенок не знал, что вы против него . Никогда не напоминайте о таком поведении в прошлом . После того, как ребенок успокоится , необходимо поговорить с ним о порядке и объяснить его более подробно.

Правило 3 . Контролируйте свои собственные негативные эмоции . Проявляя свою агрессию, ребенок выражает свои отрицательные эмоции : разочарование , гнев, гнев , страх , беспомощность . Подобные эмоции могут появиться и у взрослых при общении с агрессивным ребенком. Но взрослым нужно учиться самоконтролю. Контролируйте себя, подавая положительный пример в борьбе с контрагрессией. *Пытаться:*

не повышать голос, не кричать, не угрожать; не показывать свой авторитет: «Как я говорю, так и будет»; не использовать агрессивных выражений и движений (сжатый кулак, сжимание бока); не смеяться над ребенком, не подшучивать над ним; не осуждать личность ребенка или друзей; не применять физическую силу, не угрожать оружием; ум, не произносить религиозные заповеди; Не пытайтесь оправдываться, защищаться или покупать ребенка.

Правило 4 . Поддерживайте положительный имидж ребенка. Ребенку, как и некоторым взрослым, очень сложно признать свою ошибку. Публичное обсуждение является для него большим стрессом, что обычно приводит к агрессивному поведению. Для поддержания положительного образа ребенка используйте с ним следующие варианты дисциплинарного воздействия: «Ты чувствуешь себя

ничтожным», «Ты не хотел его обидеть» (минимизируй чувство вины ребенка на публике); позвольте нам шаг за шагом выполнить ваш запрос; предложите ребенку договор с взаимной выгодой. Можно спровоцировать новый взрыв агрессии в надежде убедить в полном подчинении.

Правило 5. Будьте неагрессивны. В результате конфликта обе стороны теряют контроль. Вы должны помнить, что чем младше ребенок, тем добрее должна быть ваша реакция на агрессию. Поведение взрослого должно быть противоположно плохому поведению ребенка (подростка). Поэтому здесь лучше использовать следующие методы: сделать перерыв (слушать молча); тайм-аут (дайте ребенку успокоиться одному); обеспечивать тишину движениями и жестами; просто шучу. Дети быстро усваивают неагрессивную модель дисциплины. Но главное условие – правдивость старшего и соответствующий тон голоса, движений и жестов.

Агрессивті баламен өзінді қалай ұстау керек

Балалардың агрессивті тәртібінің алдын алу үшін мүмкіндіктердің кең спектрі табылады. Психологтер агрессивті баламен жұмыс бойынша үлкендер үшін арнайы ұсыныстар әзірледі.

1-ереже. Елеулі емес агрессияны елеменіздер. Баланың агрессиясы қауіпсіз және түсінікті болғанда, үлкендерге баланың тәртібіне келесі түрде қараған жөн: жай ғана "елеменіз";

балаға былай деңіз: "саған ренішті, мен сені түсінемін"; басқа затқа назарын аударыңыз, мысалы, бір тапсырманы орындауды ұсыныңыз (ойнауды); оның тәртібін оң бағалаңыз: "Сен ашулысың, өйткені шаршадың ғой". Үлкеннің назары – необходимость бала мен жасөспірім үшін қажеттілік. Көбінесе осындай назардың кемшілігі агрессивті тәртіпке әкеледі. Естеріңізде болсын, агрессияны елемеу – қажетсіз тәртіпті өзгертудің мықты тәсілі.

2-ереже. Әрекеттеріне (тәртібіне) назар аударыңыз, баланың тұлғасына емес.

Агрессия кезінде келесі сөздердің көмегі арқылы баланың тәртібін суреттеңіз:

"Сен өзінді агрессивті ұстайсың ба" (мәлімдеме); "Сен ашулысың ба?" (анықтау сұрағы); "Сен мені ренжіткің келе ме?", "Сен маған күш көрсетесің бе?" (шабуыл жасау ауанын ашу);

"Мұндай дауыспен сөйлегенің маған ұнамайды" (қажетсіз тәртіпке қатынас бойынша өз сезімдерін ашу);

"Сен тәртіп ережелерін бұзасың" (ережелерге шағым).

Осыларды айтқанда, үлкендер сабырлық, мейірімділік және қаттылық сақтау қажет. Екпінді тек әрекетке жасау қажет, баланың оған сіздің қарсы екеніңізді білмеуі үшін. Ешқашан өткендегі осындай тәртібін еске салмаңыз. Бала тынышталған соң, онымен тәртібі туралы айтып, толығырақ түсіндіру қажет.

3-ереже. Өзіңіздің меншікті негативті эмоцияңызды бақылаңыз. Өзінің агрессиясын көрсету үстінде бала негативті эмоцияларын білдіреді: жай таппау, ашу, ыза, қорқу, дәрменсіздік. Агрессивті күйдегі баламен қатынас кезінде үлкендерде де осындай эмоциялар пайда болуы мүмкін. Бірақ үлкендер өзін ұстай алуды білуі қажет. Өзіңізді бақылаңыз, қарсы агрессиямен қатынаста оң мысал көрсету арқылы. **Тырысыңыз:**

дауыс көтермеуге, айғайламауға, қорқытпауға; өз билігіңізді көрсетпеуге: "Мен қалай айтсам, солай болады" деп; агрессивті кейіп пен қимыл қолданбау (жұмылған жұдырық, жағын қысу); баланың үстінен күлмеуге, оны мазақтамауға; баланың тұлғасына немесе достарына баға бермеу; физикалық күш көрсетпеу, қарумен қорқытуға; ақыл, діни өсиет айтпауға; ақталмауға, өзіңізді қорғауға немесе баланы сатып алуға тырыспаңыз.

4-ереже. Баланың оң беделін сақтаңыз. Балаға, кейбір үлкендер сияқты, өзінің қатесін мойындау өте қиын. Көпшілік алдындағы талқылау оны қатты жәбірлейді, әдетте, бұл оны агрессивті тәртіпке әкеледі. Баланың оң беделін сақтау үшін, онымен келесі тәртіп нұсқаларын пайдаланыңыз: "Сен өзінді маңызды емес сезініп тұрсың ғой", "Сен оны ренжіткің келген жоқ" (көпшілік алдында баланың кінәсін ықшамдаңыз); өзіңізше, сіздің талабыңызды бірен-саран орындатуға мүмкіндік беріңіз; балаға өзара жеңілдіктермен шарт жасауды ұсыныңыз. Толық бағынуға көндіремін деп, агрессияның жаңа жарылуын тудырып алу мүмкін.

5-ереже. Агрессивті емес тәртіп көрсетіңіз. Жанжал нәтижесінде екі жақ та бақылауды жоғалтады. Сіз есіңізде сақтауға тиіссіз, баланың жасы қаншалықты кіші жаста болса, соншалықты агрессияға сіздің жауабыңыз мейірімдірек болуы тиіс. Үлкеннің тәртібі баланың (жасөспірімнің) нашар тәртібіне қарама-қарсы болуы тиіс. Сондықтан бұл жерде келесі тәсілдерді пайдаланған жөн: үзіліс ұстаңыз (үндемей тыңдаңыз); тайм-аут (баланың өзі жалғыз болып тынышталуына мүмкіндік беріңіз); тыныштықты қимылмен, ым-ишарамен сендіріңіз; әзілдеңіз. Балалар тәртіптің агрессивті емес моделін өте тез қабылдайды. Бірақ басты шарт – үлкеннің шындығы және оған сәйкес дауыс ырғағы, қимылы, ым-ишарасы.