

КАК ПЕРЕВЕСТИ ГНЕВ РЕБЁНКА В МИРНОЕ РУСЛО

Работа воспитателей 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.

Рекомендации по работе с агрессивными детьми

1. Учить ребенка выражать свое неудовольствие в социально приемлемых формах.
2. Придерживаться постоянства и последовательности в реализации выбранного типа поведения по отношению к ребенку.
3. Сдерживать агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением (отвлечь игрой, занятием, создать физическое препятствие агрессивному акту (отвести руку, удержать за плечи).
4. Пресекать любые агрессивные действия: останавливать спокойно, с невозмутимым лицом, действуя при минимуме слов.
5. Обсуждать поведение только после успокоения.
6. Обязательно показывать ребенку, что такое поведение абсолютно неприемлемо.
7. Учить нести ответственность за свои поступки.
8. Нельзя угрожать и шантажировать, так как в какой-то момент это перестает действовать. Вы будете неубедительны и бессильны.
9. Дать ему понять, что есть иные способы проявления силы и привлечения внимания.
10. Для преодоления и предупреждения агрессивного поведения можно использовать коллективные игры, способствующие выработке у них терпимости и взаимовыручки.
11. Сохранять спокойный эмоциональный тон.
12. Никогда не позволять себе оскорблять ребенка, свое плохое настроение не разряжать на нем.
13. Хвалить позитивные поступки для закрепления нового стиля поведения.

14. Не стремиться угодить, не попадать под влияние и не позволять манипулировать собой.

15. Давайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, смещайте ее на другие объекты (пусть нарисует своего врага и разорвет портрет и т. п.)

16. Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения.

17. Четко ориентировать в понятиях «хорошо», «плохо», «надо».

18. Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины такого поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность ребенка будет снята.

Как перевести гнев в мирное русло:

Шаг первый: озвучить состояние ребенка. Это очень важно, ведь ребенок учится распознавать свои эмоции при условии, что взрослый ему их называет. Если ребенок явно на что-то или на кого-то разозлился, то важно сказать ему, что вы видите его состояние: «По-моему, ты злишься на что-то».

Шаг второй: присоединиться к чувствам ребенка. К сожалению, очень часто мы обходим этот момент и сразу начинаем давать советы, нравоучения. Дело в том, что только присоединившись к чувствам ребенка мы помогаем ему от них освободиться, успокоиться. Когда ребенок сердится, он часто говорит о том, как хотел бы отомстить обидчику. В таких случаях следует говорить, что вы понимаете сильные эмоции ребенка: «Чувствуется, что ты зол и готов доставить обидчику много неприятностей» и т.п. Такими комментариями вы, с одной стороны, показываете ребенку, что действительно готовы выслушать и помочь, а с другой – расширяете его представления о том, что конкретно задело и стало причиной агрессии.

Шаг третий: помочь ребенку выразить гнев адекватным способом. Агрессию ребенок в той или иной форме должен выместить, он не сможет долго сдерживаться. Понятно, что драка, укусы, плевки, ругань – это запрещенные приемы. Однако важно, чтобы было произведено реальное действие. Можно попросить ребенка звуком или движением выразить злость, которую он испытывает в данный момент. Пусть это будет вопль, рычание, топание ногами, биевание подушки, швыряние мягких кубиков в стену. Рекомендуется нарисовать свой гнев, а потом лист скомкать или разорвать. Хорошо, если взрослый сделает тоже самое вместе с ребенком. Если удастся действительно искренне позлиться, то ребенок быстро успокоится.

Шаг четвертый: обсудить случившееся. Теперь стоит в спокойном тоне обговорить все.