

Как помочь агрессивному ребёнку?

Как вы думаете, почему дети дерутся, кусаются, толкаются, а иногда в ответ на какое-либо, даже доброжелательное, обращение, взрываются и бушуют? Причин такого поведения может быть много.

Но часто дети поступают так потому, что не знают, как поступить иначе.

К сожалению, их способы поведения, так называемый, поведенческие репертуар, довольно скуден, и, если мы предоставим им возможность выбора способов поведения, дети с удовольствием откликнутся на предложение. Предоставление выбора способа взаимодействия особенно актуально, когда речь идет об агрессивных детях. Работа с данной категорией детей должна проводиться в 3-х 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.

В основном это работа психолога в ходе индивидуальной и психологической консультации. Но кое-какие рекомендации можно принять к сведению и родителям.

Работа с гневом.

Человек, постоянно подавляющий свой гнев, более подвержен риску психосоматических расстройств. По мнению американского психолога Холста, невыраженный гнев может стать одной из причин таких заболеваний как ревматический артрит, крапивница, псориаз, язва желудка, мигрень, гипертония и др.

- Именно поэтому от гнева необходимо освобождаться. Конечно, это не означает, что всем дозволено драться и кусаться. Просто мы должны научиться сами и научить детей выражать гнев приемлемыми, неразрушительными способами,

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 оттого, в какой форме – словесной или физической – выражает ребенок свой гнев.

Например, в ситуации, когда ребенок рассердился на сверстника, и обзывает его, можно вместе с ним нарисовать обидчика, изобразить его в том виде и в той ситуации, в которой хочется “оскорбленному”. Если ребенок умеет писать, можно позволить ему подписать рисунок так, как он хочет, если не умеет – сделать подпись под его диктовку. Безусловно, подобная работа должна проводиться один на один с ребенком, вне поля зрения соперника. Этот метод работы со словесной агрессией рекомендует В.Оклендер в своей книге “Окна в мир ребенка”.

Правда, в нашем обществе не приветствуется такое “вольное” общение,

Тем более употребление бранных слов и выражений детьми в присутствии взрослых. Но как показывает практика, не высказав всего, что накопилось в душе и на языке, ребенок не успокоится. Скорее всего, он будет выкрикивать оскорбления в лицо своему “врагу”, провоцируя его на ответную брань. Привлекая все новых и новых “зрителей”. В результате конфликт двоих детей перерастет в общегрупповой или даже в жестокую драку.

Еще один способ помочь детям легально выразить вербальную агрессию – поиграть с ними в игру “Обзывалки”.

Опыт показывает, что у детей, получивших возможность выплеснуть негативные эмоции, а вслед за этим услышавших что-то приятное о себе, уменьшается желание действовать агрессивно.

“Обзывалки”.

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

“Когда накаляется обстановка, можно заранее договориться называть друг друга разными необходимыми 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!”

В течение многих веков русский народ использовал дразнилки, и обзывали для установления с ребенком эмоционального контакта, общения. Незатейливые по содержанию и простые по форме образцы народного поэтического творчества хранят в себе большие речевые, смысловые богатства и служат для снятия агрессивности у детей.

1. Андрей – ротозей,

Не гоняй голубей.

Голуби боятся,

На крышу не садятся,

Крыша ломается.

Хозяин ругается.

2. Борис-барбарис.

На веревочке повис.

Как веревка оборвется,

Так Борис перевернется.

3. Валя, Валя, простота,

Кислая капуста!

Съела мышку без хвоста.

И сказала: “Вкусно”!

“Мешочек для криков”:

Также помочь детям доступным способом выразить гнев, может так называемый “Мешочек для криков”: когда закипает гнев, можно подойти к “Мешочку для криков” и как можно громче покричать в него. Таким образом, он “избавляется” от своего крика.

Однако далеко не всегда дети ограничиваются (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.

Видя, что дети распетушились и уже готовы вступить в бой можно мгновенно отреагировать и организовать, к примеру, спортивные соревнования по бегу, прыжкам, метанию мячей.

Легкие мяч, 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.

Подготовил воспитатель Белецкая В.М.