**Профилактика и коррекция агрессивного поведения в детском возрасте**

**(правила реагирования на проявление агрессии)**

Правило 1. Игнорировать незначительную агрессию.

Если дети проявляют агрессию в допустимых пределах и агрессия не представляет опасности, то целесообразно:

- просто проигнорировать такую реакцию ребенка;

- показать, что Вы понимаете чувства ребенка: «Я понимаю, что тебе обидно», «Я пониманию, что ты злишься»;

- переключить внимание ребенка;

- обозначить состояние и поведение ребенка: «Ты злишься, потому что ты устал».

Правило 2. Акцентировать внимание на поступках (поведении) ребенка, а не на личности ребенка.

При оценке и анализе поступка ребенка следует обсудить только конкретное поведение ребенка по принципу «здесь и сейчас»: что произошло, почему такое поведение неприемлемо, избегая оценки других поступков и личности ребенка в целом, иначе у ребенка возникает ощущение несправедливого к нему отношения (не всегда же он «плохой», «агрессивный», «злой»  и  т.п.). К тому же окружающие начинают воспринимать такого ребенка как агрессивного, ожидая от него соответствующего поведения. Необходимо четко разграничивать поведение и личность ребенка.

Давая оценку поведения  ребенка,  можно  использовать следующие приемы:

- констатировать факт: «Ты ведешь себя агрессивно». «Ты переступаешь допустимую черту»;

- задать констатирующий вопрос: «Ты злишься?»;

- раскрыть мотивы поведения: «Ты хочешь продемонстрировать свою силу?»;

- сообщить о своих чувствах по отношению к нежелательному .поведению: «Мне не нравится, когда со мной так разговаривают»;

- аппелировать к правилам: «Ты нарушаешь правило».

Правило 3. Контролировать собственные негативные эмоции.

Когда ребенок проявляет агрессию, это вызывает у окружающих негативные эмоции (раздражение, гнев, возмущение, беспомощность). Взрослым необходимо признать, что негативные переживания являются нормальными и естественными в данной ситуации. Важно понять характер этих переживаний, их силу и длительность. Взрослые должны контролировать свои негативные эмоции при взаимодействии с агрессивными детьми, иначе они сами становятся источником агрессии и провоцируют детей на проявление агрессии. Дети могут специально вызывать гнев и раздражение педагога, чтобы вывести его из себя, показать его слабость. Особенно это характерно для подростков, желающих противопоставить себя взрослым и утвердиться в глазах сверстников.

Правило 4. Не усиливать напряжение ситуации.

Пытаясь снизить напряженность ситуации, взрослые часто прибегают к способам, которые, наоборот, усиливают напряжение и агрессию:

- повышение голоса, устрашающий тон;

- демонстрация власти: «Учитель здесь я», «Как я сказал, так и будет»;

- крик, негодование;

-агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор «сквозь зубы»;

- сарказм, насмешки;

-оценка личности ученика, его родителей или друзей;

- использование физической силы:

- втягивание в конфликт других людей, непричастных к нему (классного руководителя, завуча, директора);

- настаивание на своей правоте;

- нотации;

- угрозы и наказания;

- оправдания, защиты;

- обобщения типа: «Вы все одинаковые», «С вами со всеми нельзя по-нормальному»;

- придирки;

- передразнивание;

- сравнение ребенка с другими детьми;

- команды, жесткие требования, давление;

- подкуп, награды.

Такие действия взрослых могут остановить проступок лишь на короткое время.

Правило 5. Обсуждать проступок.

Важным в профилактике агрессивного поведения детей является обсуждение такого поведения. При этом анализировать поступок следует не и момент, когда стороны возбуждены, а после того, как они успокоятся. Вместе с тем, обсуждение необходимо проводить как можно быстрее после инцидента. Лучше это делать без свидетелей, а в группе (классе) обсудить потом. Во время обсуждения взрослый должен сохранять (демонстрировать) спокойствие и доброжелательность, оценивать не личность ребенка, а его действия. Важно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения не только для окружающих, но и для самого ребенка.

Правило 6. Сохранять положительную репутацию.

Для ребенка важным является сохранение самоуважения и уважения в глазах других людей. Для этого целесообразно:

- публично минимизировать вину ребенка («Ты  неважно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть»), что не относится к последующей индивидуальной беседе;

- не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить требование взрослого по-своему;

- предложить ребенку компромисс, договор со взаимными уступками.

Правило 7. Демонстрировать модели неагрессивного поведения.

Взрослый должен демонстрировать модели поведения, альтернативные агрессии. Такое поведение, снижающее напряженность отношений, может включать:

- выдерживание паузы (молчаливое заинтересованное выслушивание);

- тайм-аут - предоставить ребенку возможность успокоиться наедине;

- внушение спокойствия невербальными средствами;

- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;

- использование юмора;

- признание чувств и интересов ребенка;

- сообщение о своих чувствах и интересах;

- апелляция к правилам.