

Профилактика агрессивных проявлений в школьной среде

Найти общий язык со всеми своими одноклассниками не так уж просто. Ввиду разного воспитания, характера, разных взглядов на жизнь среди учащихся часто происходят конфликты.

Когда ученик становится ненавистным всему классу, ему становится сложно существовать в таком коллективе. Так называемые изгои предпочитают менять место своей учебы вместо того, чтобы постараться что-либо изменить в себе.

Причины конфликтов между учениками

- борьба за авторитет
- соперничество
- обман, сплетни
- оскорбления
- обиды

Ребенок часто ссорится и показывает агрессию, если у него нет друзей и увлечений.

1. С агрессией детей необходимо бороться, направляя их энергию в мирное русло. В этом случае учитель может попробовать исправить ситуацию, поговорив с родителями ученика, порекомендовав записать ребенка в кружок или спортивную секцию, согласно его интересам. Новое занятие не оставит времени, подарит интересное и полезное времяпровождение, новые знакомства. Замечательный чешский психолог сказал:

"Если у мальчика нет возможности пинать мячик, он будет пинать других детей".

2. Новые образовательные стандарты предполагают развитие коммуникативных способностей учащихся и основываются на сознательной ориентации учащихся на позиции других людей, умении слушать, участвовать в коллективном обсуждении, высказывать свое мнение, анализировать свою деятельность и деятельность товарищей. Исходя из этого, на уроках целесообразно применять формы совместной деятельности учащихся, например, работа в группах, деятельность поискового и исследовательского характера.

Введение форм коллективной учебной деятельности способствует развитию взаимопомощи, доброжелательности у учащихся, что ведет к налаживанию отношений между конфликтующими сторонами.

Анализ проведенных мероприятий с учащимися позволяет сделать предположение, что тип отвергаемых детей в нашем случае – «озлобленные». Данные учащиеся, не сумев установить контакт с одноклассниками, ведут себя так, **будто мстят окружающим за свои неудачи.**

Испытывают трудности в обучении и поведении с начальной школы.

На уроках часто отвлекаются, часто задавая вопросы, либо просто по любому поводу. Однако их одноклассники больше интересуются происходящим на уроке. **Чтобы привлечь к себе внимание окружающих, такие дети могут начать стучать, шуршать, скрипеть всем, что попадалось под руку.**

Учителя вынуждены постоянно делать замечания, так как они мешают окружающим. Одноклассники отказываются сидеть с ними, делают замечания, не хотят иметь никаких дел.

Психологические особенности

1. Ребенок почти всегда испытывает трудности в общении с другими детьми. Он отличается от других детей большей вспыльчивостью, непокорностью, непредсказуемостью, дерзостью, мстительностью, недостатком внимания к чувствам окружающих.

2. Эмоциональная неудовлетворенность (проблемы в семье, неудачи в учебе) заставляет детей искать "утешение" в причинении боли другим – они могут мучить животных, издеваться над детьми, оскорбляют их словесно и действием. И тем самым обретают внутреннее равновесие.

3. Отставание в учебе также может быть как следствием, так и причиной агрессивности ребенка. Сам факт неудач в школьном обучении вводит некоторых детей в состояние разочарования и обиды, которые могут перерасти в протест, агрессивное поведение, желание самоутвердиться за счет более успешных в учебе сверстников.

4. Ребенок не умеет отстаивать интересы в споре, не способен найти адекватные аргументы, поэтому кричит, ругается, требует, хитрит, плачет, отнимает спорную вещь. Он не умеет проигрывать, злится, обижается, отказывается от игры, неудачи надолго выбивают его "из колеи".

Эти дети бывают очень обидчивы, бурную реакцию протеста у них может спровоцировать любое замечание или шутовское прозвище.

5. Может испытывать напряженность, стресс, неуверенность в себе, может быть агрессивен. Агрессия в данном случае становится средством защиты от чувства тревоги. Ребенок ожидает от всех подвоха и бросается защищать себя, как только почувствует, что кто-то ему угрожает. Он атакует, не дожидаясь нападения, при этом бьется отчаянно, изо всех сил. Такой ребенок попадает в ловушку собственной мнительности. Интерпретируя действия других детей как враждебные, он своими агрессивными реакциями вызывает агрессию со стороны окружающих.

6.Сами многое делают для того, чтобы стать жертвами нападок. Они легко поддаются на провокации одноклассников, выдают ожидаемые, часто неадекватные, реакции. Естественно, интересно обижать того, кто обижается, кто бросается с кулаками на окружающих после любого невинного замечания в свой адрес, кто начинает рыдать, если его немного поддразнить, и т.д.

7.Не умеют управлять своими чувствами, сдерживать эмоции, неправильно оценивают мотивы и смысл поступков. Например, поведение мальчика вызвало у одноклассника удивление: "Почему он так странно себя ведет? Когда мы его обзываем, начинает размахивать руками и гоняться за нами с криками. Я бы просто в лоб дал, и все".

8.Очень трепетно относятся к проявленному к ним вниманию и сочувствию. Любой сверстник, оказавший им поддержку, подсказавший что-то, поделившийся чем-то, сразу же возводится в ранг "лучшего друга". Это довольно тяжелое бремя, так как отверженные дети могут быть весьма навязчивыми. Надо следить не только за тем, чтобы их не обижали, но чтобы и они никому не мешали". Таких детей необходимо учить правилам общения и взаимодействия.

Следующие симптомы могут свидетельствовать о том, что ребенку плохо в классе, его отвергают.

Ребенок:

- неохотно идет в школу и очень рад любой возможности не ходить туда;
- возвращается из школы подавленным;
- часто плачет без очевидной причины;
- никогда не упоминает никого из одноклассников;
- очень мало говорит о своей школьной жизни;
- не знает, кому можно позвонить, чтобы узнать уроки, или вообще отказывается звонить кому-либо;
- ни с того ни с сего (как кажется) отказывается идти в школу;
- одинок: его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать

Агрессивное поведение детей – своеобразный сигнал SOS, крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось много разрушительных эмоций, с которыми он не в силах сам справиться

Как помочь своему ребенку наладить взаимоотношения в классе

Рекомендации родителям.

1. Посоветуйте ребенку изменить тактику поведения. Ведь если стереотип сложился, то любой поступок является предсказуемым. Ребенок ведет себя по заданной окружающими схеме. Но если на стандартные обстоятельства он отреагирует неожиданным образом, то, возможно, он сумеет не только озадачить своих преследователей, но и сделать шаг к преодолению сложившейся ситуации. Например, можно предложить ребенку вместо того, чтобы начинать плакать или лупить всех подряд, посмотреть в глаза обидчикам и спокойно спросить: **"Ну и что?"** - или начать смеяться вместе с ними. В общем, сделать то, чего от него совсем не ожидают.

2. Постарайтесь обеспечить ребенку общение с одноклассниками вне школы. Приглашайте их в гости, устраивайте праздники, поощряйте общение ребенка с ними. Необходимо всячески способствовать участию ребенка в классных мероприятиях, поездках.

3. Не следует приходить в школу лично разбираться с обидчиками своего ребенка, лучше поставить в известность классного руководителя и психолога. Не спешите бросаться защищать ребенка в любой конфликтной ситуации с одноклассниками. Иногда ребенку полезно пережить все стадии конфликта - это поможет ему научиться самостоятельно решать многие проблемы. Но, приучая ребенка к самостоятельности, важно не переусердствовать и не пропустить ситуацию, с которой ребенок не в состоянии справиться без вмешательства взрослых.

4. Подскажите ребенку несколько "волшебных фраз", остужающих пыл дразнящих.

Если они с хохотом скачут вокруг, показывая пальцем, можно спокойно сказать: **"Я рад, что вам так весело"**. Если говорят оскорбительные вещи, можно ответить: **"Ты можешь так думать, если тебе это нравится"** или **"Я уже заметил, что тебе нравится говорить гадости о людях"**.

Принцип тот же: не надо обсуждать навязываемую обидчиками тему (свою внешность, качества и т.д.), спорить, оправдываться, сердиться.

Надо кратко и спокойно охарактеризовать их поведение, их мотивы, переложив ответственность за происходящее на них: **это не я такой, это ты такой, что тебе нравится меня дразнить**. Конечно, сказать это должным тоном и вовремя непросто, но помогает практически всегда.

Рекомендации педагогам и родителям. Как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессию

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

- В тех случаях, когда агрессия детей и подростков неопасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии: полное игнорирование реакций ребенка/подростка (весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения);
- выражение понимания чувств ребенка («Конечно, тебе обидно, но...»);
- переключение внимания, предложение какого-либо задания («Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня»);
- позитивное обозначение поведения («Ты злишься потому, что ты устал»).

Так как агрессия естественна для людей, то адекватная и неопасная агрессивная реакция часто не требует вмешательства со стороны. Дети нередко используют агрессию просто для привлечения к ним внимания. Если ребенок-подросток проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест и уводят от решения проблемы.

Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло «здесь и сейчас», не припоминая прошлых поступков, иначе у ребенка возникнет чувство обиды и он будет не в состоянии критично оценить свое поведение. Вместо распространенного, но неэффективного «чтения морали» лучше показать ему негативные последствия его поведения, убедительно продемонстрировав, что агрессия больше всего вредит ему самому. Очень важно также указать на возможные конструктивные способы поведения в конфликтной ситуации.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие приемы:

констатация факта («Ты ведешь себя агрессивно»);

констатирующий вопрос («Ты злишься?»);

раскрытие мотивов агрессивного поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь продемонстрировать силу?»);

обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению («Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит»);

апелляция к правилам («Мы же с тобой договаривались!»).

Давая обратную связь агрессивному поведению ребенка/подростка, взрослый человек должен проявить по меньшей мере три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость.

3 Контроль над собственными негативными эмоциями.

Родителям и специалистам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми. Когда ребенок или подросток демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает у взрослых сильные отрицательные эмоции - раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослым нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний, понять характер, силу и длительность возоблававших чувств.

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

4. Обсуждение проступка.

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. В то же время обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, и только затем обсуждать в группе или семье (и то не всегда). Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но прежде всего для самого маленького агрессора.

5. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком/подростком,

они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

публично минимизировать вину подростка («Ты неважно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть»), но в беседе с глазу на глаз показать истину;

не требовать полного подчинения, позволить подростку/ребенку выполнить ваше требование по-своему;

- предложить ребенку/подростку компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении (то есть на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

6. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитания «контролируемой агрессии» у ребенка - демонстрация моделей неагрессивного поведения. Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- нерефлексивное слушание. Это слушание без анализа, дающее возможность собеседнику высказаться. Оно состоит в умении внимательно молчать. Здесь важны оба слова.

пауза, дающая ребенку возможность успокоиться;

внушение спокойствия невербальными средствами;

прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;

использование юмора; - признание чувств ребенка.

Дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие - искренность взрослого, соответствие его невербальных реакций словам.

7. Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией, - уменьшить напряжение ситуации.

Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

повышение голоса, изменение тона на угрожающий;

демонстрация власти («Учитель здесь пока еще я», «Будет так, как я скажу»);

крик, негодование;

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

сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;

негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;

непреклонное настаивание на своей правоте;

нотации, проповеди, «чтение морали»;

наказание или угрозы наказания;

обобщения типа: «Вы все одинаковые», «Ты, как всегда, ...», «Ты никогда не...»;

сравнение ребенка с другими детьми (не в его пользу);

команды, жесткие требования, давление;

оправдания, подкуп, награды.