

ЕФЕКТИВНА НАМЕСА ОТ СТРАНА НА ВЪЗРАСТНИТЕ ПРИ АГРЕСИВНО ПОВЕДЕНИЕ НА ДЕЦАТА

Генадий Матвеев

26. СОУ „Йордан Йовков“ – София

В някои случаи при проява на детска агресия се налага незабавна намеса от страна на възрастните. Този вид намеса цели намаляване или избягване на агресивното поведение в конфликтни и напрегнати ситуации. За по-голям ефект на въздействие срещу агресивното поведение на детето предлагаме няколко съвета както към педагозите, така и към родителите.

Следващите няколко правила и техники за намеса позволяват при конфликтна ситуация да се открие позитивен начин за разрешаването ѝ.

Спокойно отношение в случай на тиха агресия

В случаите, когато агресията при детето не е опасна или има обяснима причина за нея, резултат дават следните позитивни техники:

- Игнориране на поведението на детето/младежа – като цяло е мощно средство за прекратяване на неприемливото поведение.

- Показване, че разбираме чувствата а детето („Разбирам, че си обиден...“).

- Отвличане на вниманието, даване на различна задача („Помогни ми, моля те, да закачим тази картина, защото си по-висок от мен“).

- Оправдателно отношение към ситуацията („Ядосан си, защото си уморен“).

Тъй като агресията е естествена за хората, то адекватната и неопасна агресия обикновено не изисква намесва от възрастния. Децата често използват агресията като средство да привлекат вниманието на възрастните върху себе си. Ако детето/младежът изпитва гняв в допустими норми и по обективни причини, необходимо е да бъде оставен да реагира така, да бъде изслушан и да му се отвлече вниманието с нещо друго.

Акцентиране върху действията (поведението), а не на личностните качества

Трябва да се разграничава стриктно поведението на детето от неговите лични качества и характер. Обективно трябва да се опише поведението му в дадената ситуация. След като детето се успокои, целенасочено трябва

да се проведе разговор, в който да се обсъди с детето неговото поведение. Следва да се опише как се е държал и как е изразявал агресията си, какво е говорил, какви действия е извършвал, без да даваме никакви оценки. Критичните оценки, особено казани под емоционално въздействие, предизвикват у детето раздразнение и протест и се отдалечаваме от решаването на проблема.

Когато анализираме поведението на детето, важно е да се ограничим в обсъждането на конкретни факти, само случилото се тук и сега, без да намесваме в разговора отминали събития. В противен случай у детето се появява чувство на обида и то няма да е в състояние да оцени критично своето поведение. Не използвайте традиционното и неефективно „четене на конско“, а по-добре му покажете негативните последствия от неговите действия, като убедително му демонстрирате, че агресията вреди преди всичко на него. Много е важно в такива ситуации да се покаже как е трябвало да се реагира, възможни варианти.

Един от важните моменти за понижаване на агресията – да се намери обратна връзка с детето. За тази цел се използват следните техники:

- Констатиране на фактите („Държиш се агресивно“).
- Задаване на констатиращ въпрос („Ядосан ли си?“).
- Откриване на причините за агресивното поведение („Искаш да ме обидаш ли?, „Искаш да демонстрираш сила?“).
- Изказване на собствените чувства по отношение на случващото се („Не ми е приятно, когато с мен се разговаря с този тон“, „Сърдя се, когато някой говори с мен по този начин“).

- Апелиране към спазване на правилата („Ние с теб имаме договорка!“).

Давайки обратна връзка на детето за неговото агресивно поведение, възрастният човек е длъжен да демонстрира три важни качества:

- заинтересованост;
- доброжелателност;
- твърда позиция.

Последното качество се отнася най-вече за конкретната проява на детето, иначе детето трябва да разбере, че учителят или родителят го обичат въпреки стореното от него.

Контрол над собствените негативни емоции и намаляване на напрежението в конкретната ситуация.

На родителите и специалистите често им се налага стриктно да контролират негативните си емоции в случай на взаимодействие с агресивни деца. Когато детето или младежът демонстрира агресивно поведение, това предизвиква силни отрицателни емоции – раздразнение, гняв, възмущение, страх или безпомощност. Възрастните трябва да признаят тези чувства, да разберат причината, силата и продължителността на тези сполетели ги чувства.

Когато възрастният контролира своите отрицателни емоции, по този начин той не подкрепя и толерира подобно агресивно поведение, дава пример как трябва да се държи в подобна ситуация и запазва добрите си взаимоотношения с човека.

Важна задача на възрастния, който се сблъсква с детско-юношеската агресия, е да намали напрежението. Типично погрешни действия на възрастния, които усилват агресията и напрежението, са:

- Повишаване на тона, използване на заплашителна интонация.
- Демонстрация на власт („Тук все още аз съм учителят!“), „Ще бъде така, както аз казвам!“).
- Викове, недоволство.
- Агресивни жестове и поза: стискане на зъби, скръстване на ръцете, разговор „през зъби“.
- Сарказъм, насмешка, присмиване и дразнен.
- Негативно оценяване на личността на детето, неговите близки и приятели.
- Използване на физическа сила.
- Въвличане на странични хора в конфликта.
- Настояване за правотата на възрастния.
- Забележки, проповеди, „четене на конско“.
- Наказания или заплаха с наказания.
- Обобщаване от сорта на „Всички сте еднакви“, „Както винаги, ти...“, „Ти никога не...“.
- Сравнение между децата, но не в полза на агресивното дете.
- Заповеди, жестоки изисквания, натиск.
- Оправдания, подкуп, награди.

Понякога някои от тези действия могат да усмирят за кратко време детето, но е възможен и отрицателен ефект върху възрастния, който всъщност е повреден, отколкото самата агресия.

Обсъждане на поведението и запазване на добрата репутация на детето

Да се анализира поведението по време на самата ситуация, не е необходимо, с това ще се заемем, след като нещата се успокоят и се вземе решение. В същото време обсъждането на случката е необходимо да се случи възможно най-скоро. Най-добре това да се случи насаме, без свидетели и чак след това да се пристъпи към обсъждане в групата или семейството (и то невинаги тази мярка се налага). По време на разговора е необходимо да се запази самообладание и обективност. Подробно да се обсъдят негативните последици от агресивното поведение, неговата разрушителна сила не само за околните, но и за самия него.

На детето, още повече на младежа, му е много трудно да си признае, че е сгрешил и загубил. Най-страшното за него е публичното осъждане и негативната оценка. Децата и младежите се стараят да избегнат това на всяка цена,

като използват различни защитни механизми. И в действителност, лошата репутация и отрицателният „етикет“, поставени на детето, стават след време сами по себе си причина за подобно поведение.

За запазване на добрата репутация е необходимо:

- публично да се намали вината на младежа („Не си се чувствал добре“, „Не си искал да го обидиш“), но при разговора насаме да се каже истината;
- да не се изисква пълно подчинение, да се позволи на детето да изпълни исканията ви според своите разбираня;
- да се предложи на детето компромисно решение, да се договорят за различни отстъпки.

Ако настояваме за пълно подчинение, т.е. да изискваме не само детето да изпълни незабавно решението ни, но и по наш критерий, рискуваме да провокираме нова вълна на агресия.

Демонстриране на неагресивно поведение

Едно от важните условия за възпитаване на детето да контролира агресията си е демонстрирането на неагресивно поведение. При агресивно поведение и двете страни губят контрол и самообладание, появява се дилема – да се бори за властта си, или да разреши ситуацията по мирен начин. Възрастните са длъжни да се държат неагресивно и колкото е по-малко детето, толкова по-дружелюбно трябва да е поведението като отговор на агресията.

Поведението на възрастния, което да бъде модел на конструктивно поведение и да намали напрежението, следва да бъде:

- нереклексивно слушане;
- да направи пауза, която да даде възможност на детето да се успокои;
- внушаване на спокойствие чрез невербални средства;
- изясняване на ситуацията с помощта на насочващи въпроси;
- използване на хумор;
- признаване на чувствата на детето.

Деца достатъчно бързо копират неагресивния модел на поведение. Най-важното условие е възрастният да бъде искрен с тях, да има синхрон между думите и действията му и никога да не забравя, че и той преди определено време е бил дете.

EFFECTIVE INTERVENTION BY THE ADULTS IN CHILDREN'S AGGRESSIVE BEHAVIOR

✉ **Mr. Genady Matveev**
26 SOU “Yordan Yovkov”
Sofia, Bulgaria
E-mail: matfei@abv.bg