

unicef 
Детский Фонд ООН



Министерство
здравоохранения
Республики Беларусь



unicef 
Детский Фонд ООН

Представительство Детского
Фонда ООН (ЮНИСЕФ)
в Республике Беларусь
e-mail: unicef@tut.by

**ЧТО ДЕЛАТЬ,
КОГДА ДЕТИ ДЕРУТСЯ**

В какой-то период многим малышам свойственно проявлять агрессию: кусаться, бить того, кто рядом. Такое поведение является формой «общения», часто единственной для выражения того или иного состояния, например: «Я сержусь!»

По мере взросления дети учатся контролировать свои агрессивные импульсы, выражать их в социально приемлемой форме. Очень важную роль здесь играет нравственный климат семьи, поведение родителей.

РОДИТЕЛИ, ПРИМЕНЯЮЩИЕ ФИЗИЧЕСКИЕ НАКАЗАНИЯ В КАЧЕСТВЕ СРЕДСТВ ВОСПИТАНИЯ, МОГУТ БЫТЬ ПРИМЕРОМ ДЛЯ РЕБЕНКА, Т.К. РЕБЕНОК УЧИТСЯ ПУТЕМ ПОДРАЖАНИЯ.



Он начинает думать, что применение физической силы – хорошее средство воздействия на других, а раз хорошее – можно прибегать к нему в отношениях со сверстниками. Очень важно также, чтобы вы не били ребенка в ответ на его агрессивный выпад с целью показать, как это больно. Это только приведет его в замешательство: с одной стороны, вы говорите, что драться плохо, а с другой, сами бьете его. Особую проблему составляют отношения между родными братьями и сестрами. Замечено, что дети проявляют больше физической агрессии против единственного брата или сестры, чем против чужих детей, с которыми они общаются. В семьях, где более одного ребенка, конфликты между детьми неизбежны. И вопрос не в том, как избежать или замять, а **как правильно их разрешать?**

ПОЧЕМУ ЖЕ ВОЗНИКАЮТ КОНФЛИКТЫ?

А дело заключается в столкновении интересов (любовь и внимание родителей, привлекательная игрушка и др.). В подобных случаях удовлетворение желания одной стороны означает ущемление интересов другой и вызывает сильные отрицательные переживания: раздражение, обиду, ревность, гнев. В одних случаях дело кончается открытым спором, а в других – затаенной обидой, а, бывает, и настоящим «сражением».

КАК ЖЕ БЫТЬ РОДИТЕЛЯМ В ТАКИХ СИТУАЦИЯХ?

1. Иногда неплохо оставлять детей, чтобы они разобрались сами. Они способны к самостоятельному разбору некоторых споров, и, если взрослые присматривают за событиями, это служит для малышей полезным опытом, в такой ситуации ребенок учится отстаивать себя.

2. Можно послать «Я-сообщение», например, «Мне не нравится, когда в доме стоит такой крик».

3. Иногда бывает полезно отвлечь детей каким-то занятием, например, рисованием, лепкой, предложить любимую игрушку, почитать им. Однако, к сожалению, очень часто это бывает невозможно: дети не хотят отвлекаться, их уже не утешить и не унять. В этих условиях наилучшей реакцией будут более решительные действия взрослых.

4. Физически помешать. Особое значение в укреплении агрессивности детей до 5 лет имеет то, что реакция взрослых должна быть краткой и точной. Детей надо крепко взять за руки и, строго глядя на них, твердо сказать: «Нельзя драться».



5. Период успокоения часто является наиболее эффективным способом изменить плохое поведение. Маленьких детей лучше усадить на стульчики, чтобы их ничто не отвлекало, а детей постарше отправить по разным комнатам на 2-3 минуты (по 1 минуте на каждый год жизни). Только не делайте из этого наказания. Просто объясните, что вы так поступаете потому, что хотите, чтоб дети прекратили драку, а сами они с этим не справляются, поэтому вы решили им помочь. Сейчас вы объявляете тайм-аут на пару минут, до тех пор, пока они не успокоятся. Длинные объяснения или обвинения малоэффективны. Когда ребенок возбужден, он не может успокоиться сам, а когда он сидит в тишине, он позлится и, из-за отсутствия «зрителей», остынет.

6. Очень сильный прием, чтобы остановить драчуна – отсроченное объяснение. «Сейчас ты не будешь этого делать, а почему – я тебе объясню потом».

Во-первых, за вами остается контроль за ситуацией, во-вторых, вы не вступаете в объяснения и не даете ребенку завязать перепалку с вами, в-третьих, неизвестность и любопытство остановят его.



7. После того, как эмоции поутихли, присядьте вместе с детьми, ласково дотроньтесь до них, обнимите, возьмите за руку (тактильный контакт снимает напряжение). Посмотрите на каждого, не осуждая и не сердясь – не надо запугивать их.

8. Опишите словами то, что вы видели и чувствовали во время их драки, не осуждая ее участников. Проясните конфликтную ситуацию, выслушайте каждую из сторон, уточните, в чем же состоит проблема, а именно: что хочет или не хочет ребенок, что ему нужно или важно и т.п. Очень важно при этом, чтобы ребенок, который ждет своей очереди высказаться, был уверен, что и его скоро выслушают, что ваши симпатии не на стороне «противника». Поэтому, слушая одного ребенка, хорошо взглядом, прикосновением, кивком головы посылать другому сигналы о том, что вы помните и о нем тоже.

9. Отнеситесь с пониманием и сочувствием к их злости по отношению к своему сопернику, не отрицая и не пытаясь унять это чувство. Например, если ваш ребенок говорит: «Я ненавижу его!», отреагируйте так: «Сейчас можно понять твою злость на Андрея».

Чувства, к которым относятся с пониманием и сопереживанием, утрачивают свою силу.

Помогите детям осмыслить, что именно они чувствуют, какое событие или поступок другого вызвало это чувство. Попросите ребенка сказать об этом другому ребенку. Помогите детям высказать свои пожелания.

10. Далее спросите у детей: «Как же нам быть?», «Что же нам придумать?» Следует поощрять детей предлагать свои варианты. При этом ни одно, даже самое нелепое предложение, не отвергается, они просто набираются. Позже можно внести и свои предложения. Перейдите к совместным обсуждениям и выбору наиболее приемлемого варианта.

Не принимайте решение за детей, помогите им самим договориться.

11. Обсудите с детьми, каким образом можно достичь выполнения принятого решения, что для этого кому нужно сделать.

12. Проверьте выполнение.



Когда дети начинают узнавать друг друга, слушать друг друга, разговаривать друг с другом, открыто выражать свои чувства (обиду, раздражение, гнев), у них начинается **развиваться взаимодействие**, которое помогает им справляться с подобными ситуациями и чувствами в дальнейшем.

Поощряйте своих детей за положительное поведение, например, хвалите, когда они мирно играют. Скоро они увидят, что получают больше вашего внимания за то, что они хорошие. Объясните детям, что лучше сказать словами о своих чувствах, когда они злятся или расстроены, потому что вы сможете им помочь. Можно сказать: «В этой ситуации тебе хочется ударить, но это неправильно. Лучше скажи мне, что ты рассердился».

Расскажите детям историю из своего детства (придумайте), как вы справлялись с такими ситуациями.

Научите детей делиться. Это трудный процесс, и вам надо быть терпеливыми. У родителей часто бывают нереальные ожидания по отношению к своему ребенку. Не ждите, что ваш малыш будет делиться своими игрушками; вы, видимо, тоже не хотели бы делиться всем, чем владеете, со своими соседями.

- Предоставьте своим детям опыт, как надо делиться. Например, делитесь с ними конфетами, фруктами, печеньем.
- Во время игр поощряйте очередность, немного поиграв той игрушкой, которой он хочет, прежде, чем поделиться ею снова.
- Учите играть по очереди: «Теперь твоя очередь», «Поиграем этим вместе?»
- Хвалите детей за каждую попытку поделиться.

Можно написать письмо обидчику, в котором совершенно откровенно высказать все, что о нем думаешь. Мама или папа берут лист бумаги и ручку и говорят ребенку: «Диктуй, а я буду записывать». Может оказаться так, что уже в 4–5 строчке и писать будет нечего.

Ограничьте просмотр фильмов с содержанием насилия и жестокости. Дети склонны отождествлять себя с жертвами или агрессорами и переносить эти роли в реальные ситуации.

Дети, как и взрослые, нуждаются в выражении эмоций. Поэтому полезно **научить их альтернативным методам выражения своих чувств.**



Можно предложить детям колотить подушку или большую непривлекательную игрушку, представив ее следующим образом: « Это подушка (игрушка) очень любит драться, и ей никогда не бывает больно. Каждый раз, когда вам захочется подраться, подеритесь с ней!». После этого попробуйте немного «подраться» с ними при помощи этой подушки до тех пор, пока дети не успокоятся и не начнут улыбаться.

Можно в момент накала страстей помочь детям выразить чувства и перевести конфликт в игру. Пусть они просто громко покричат, или предложите поиграть в обзывалки. Единственное правило – слова не должны быть ругательными и обидными. «А ты колбаса...», затем, обращаясь к ребенку: «Теперь твоя очередь». В процессе такой игры острота эмоций, как правило, уходит. В конце нужно обязательно сказать друг другу что-то приятное.

Можно предложить детям комкать и рвать на мелкие кусочки ненужные газеты. Вне конфликтных ситуаций для выхода накопившейся энергии можно предлагать детям поиграть в игру «Бокс», даже можно специально приобрести настоящую «грушу» и перчатки. Периоды «бокса» необходимо чередовать с периодами отдыха, по 4-5 минут. Тогда игра будет способствовать развитию саморегуляции ребенка. Подойдет и игра «Подушечные бои». Можно организовать ее как спортивные соревнования. Играющие становятся на две газеты и пытаются выбить с них друг друга.

Можно разыгрывать с детьми сказки, в которых они смогут побывать в качестве «сильных» (Волка, Бабы-Яги), а в другой раз «слабых» (Козленочка, Красной Шапочки) персонажей. Поведение персонажей можно изменять: например, сейчас Красная Шапочка слабая и беззащитная, а в другой раз – смелая Красная Шапочка дает Волку отпор. Через сказки дети могут лучше осознать, каково быть в шкуре обижаемого, а также на практике испробовать различные стили поведения в разных ситуациях, научиться брать на себя ответственность за то, что они делают.

**УСТАНОВИТЕ
МИРНЫЕ
ОТНОШЕНИЯ
В СВОЕЙ СЕМЬЕ,
ПУСТЬ ОНИ БУДУТ
ПРАВИЛОМ.
ПОКАЗЫВАЙТЕ
ДЕТЯМ ПРИМЕР
САМОКОНТРОЛЯ
СВОИМ
СОБСТВЕННЫМ
ПОВЕДЕНИЕМ.**

