Правила поведения педагога с учащимся с агрессивным поведением.

Правило 1. Игнорировать незначительную агрессию.

1.1.В тех случаях, когда агрессия детей не опасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:

* простое игнорирование реакций ребенка/подростка (игнорирование является мощным способом гашения нежелательного поведения);
* выражение понимания чувств ребенка: «Я понимаю, что тебе обидно»;
* переключение внимания или предложение какого-либо задания;

1.2.Если педагог видит, что ситуация может спровоцировать проявление агрессивности, то ее немедленно следует заменить другой: по-иному рассадить детей, дать им другие поручения и т. д. Постепенное разрушение связи «ситуация - поступок» всегда помогает при коррекции отклоняющегося поведения.

1.3.Переключая активность агрессивного ребенка в конструктивное русло, педагогу необходимо опираться на его индивидуальные особенности, прежде всего - интересы и склонности. Постепенное усложнение задач, требующих решительности, смелости, энергичности, позволяет отвлечь ребенка от мелочного «выяснения отношений» на организацию общей деятельности, успех которой зависит от умения сотрудничать с другими.

1.4.Позитивное обозначение поведения: «Ты злишься потому, что ты устал».

Так как агрессия естественна для людей, то адекватная и неопасная агрессивная реакция в ряде случаев не требует вмешательства со стороны. Дети нередко используют агрессию просто для привлечения к ним внимания. Если ребенок или подросток проявляют гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, можно просто позволить ему пережить это, внимательно выслушав и переключив его внимание на что-то другое. Кроме того, можно объяснить, что если в момент закипания ярости и гнева сделать какие- нибудь расслабляющие упражнения, выдержать небольшую паузу, то эмоциональный накал снизится и разум снова сможет управлять чувствами. Если ученик попросит совета, можно дать следующие рекомендации, как сдержать нарастающую агрессию.

**В случае конфликта необходимо:**

* несколько раз глубоко вдохнуть, если почувствовал гнев;
* не давать волю рукам, пока медленно не сосчитаешь до 10;
* походить, если это возможно, взад-вперед по помещению в темпе, диктуемом внутренним состоянием;
* порвать какую-нибудь ненужную бумагу;
* подумать: что будет потом, представить последствия своего поведения;
* каждое утро давать себе обещание не вступать в конфликты;
* вечером подводить итоги прошедшего дня: хвалить себя, если день прошел спокойно;
* штрафовать себя за каждый срыв настроения и поведения;
* проводить закаливание организма, умываться холодной водой;
* тренировать волю (учитель поможет подобрать комплекс упражнений);

**Самое конструктивное** - разрядить эмоции какой-нибудь осмысленной полезной работой: уборкой, работой на пришкольном участке или просто спортивной игрой, бегом.

Проследить за выполнением этих правил может и учитель, и кто-то из друзей, кому доверяет ребенок, родители, которые в беседе о проведенном дне могут напомнить ему, что необходимо было сделать, если его кто-то обидел.

Правило 2. Не усиливать напряжение ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с агрессией - снизить напряжение ситуации.

Невербальные сигналы, снижающие напряжение*:*

1. Пространственное положение педагога по отношению к школьнику.

Та пространственная позиция, которую педагог занимает по отношению к школьнику, является важным невербальным аспектом коммуникации. Чем меньше расстояние, тем большее впечатление производят слова руководителя. Оптимально близким является расстояние в метр или полтора. Если человек переступает эту границу, он вторгается в интимное пространство другого человека и его действия будут восприниматься этим другим как помеха. У детей эта граница находится чуть ближе. При инцидентах и кризисных ситуациях для разговора необходимо расстояние увеличить по сравнению с обычным.

2. Тон голоса и визуальный контакт.

Кроме того, что голос может звучать громко или тихо, существенную роль при разговоре играет еще и разница в тоне и скорости речи. Тон голос необходимо понижать при общении, тогда коммуникация становится менее категоричной. Долгий и продолжительный визуальный контакт повышает напряженность во взаимоотношениях, может восприниматься как проявление подозрительности и агрессивности ребенком. Поэтому визуальный контакт должен быть менее частый и продолжительный.

3.Движения.

Движения педагогов, должны быть хорошо предсказуемыми. Это повышает чувство безопасности у детей. Дети, прошедшие через жестокое обращение пугаются неожиданных движений. Особенно это актуально во время инцидентов и кризисов, т.к. у педагогов в данное время возникает потребность быстрее передвигаться, но спокойствие можно увеличить прибегая к замедленным движениям.

4.Физический контакт.

Как и все учащиеся испытывают потребность в физическом контакте. Но отличаются друг от друга в том, что хотят контактов в разные моменты жизни и по- разному. В один момент ребенок ластится, а в другой — отказывается от физического контакта. У прошедших через физическое насилие, реакция на физический контакт еще менее предсказуема. Педагогам и воспитателям в каждом индивидуальном случае придется изучить, какие формы физического контакта приемлемы, а какие - нет.

Поведение взрослого существенно зависит от характера и силы агрессивных реакций ребенка/подростка. На начальной стадии агрессивного поведения (при первых незначительных признаках) целесообразно использовать мягкую тактику:

* игнорирование;
* переключение внимания;
* «изящный уход» (Изящный уход - это дипломатический маневр, позволяющий всем участникам выйти из травмирующей, конфликтной ситуации).

Нередко этого бывает достаточно для того, чтобы предотвратить усиление агрессии и разрядить ситуацию. Любая оригинальная или просто нестандартная реакция педагога на агрессивное поведение циничных участников помогает разрядить конфликтную ситуацию лучше, чем любые угрозы и административные меры.

Варианты нестандартных решений взаимодействия педагогов для предупреждения агрессивного поведения учеников.

1. Признать силу ученика.

Правило вытекает из принципа «Чем больше давление, тем сильнее сопротивление, и наоборот». Прием заключается в том, чтобы не втягиваться в обреченную на проигрыш битву, а, напротив, неожиданно признать силу ученика: «Я действительно не могу заставить тебя работать, пока ты сам этого не захочешь». Признание власти (силы) подростка часто разряжает напряженную ситуацию, т. к. означает фактически признание равенства статусов ученика и учителя как личностей. Люди властные часто агрессивны, нападают на других, атакуют и задевают окружающих. С ними трудно строить партнерские отношения, однако необходимо создать атмосферу кооперации, а не конфронтации.

2.Убрать зрителей.

Убрать сторонних наблюдателей с места происшествия не всегда возможно, особенно если конфликт происходит в классе. Но в некоторых случаях, например если произошла драка на перемене в коридоре, это вполне осуществимо, хотя и нестандартно. Если все же свидетелей устранить не удается, можно «устранить конфликтное обсуждение». Например, на уроке, когда какой-нибудь ученик вступил с педагогом в яростную полемику по теме, не относящейся к уроку (он при этом чувствует горячее внимание всего класса), просто сказать: «Мы обязательно закончим обсуждение этого вопроса, когда прозвенит звонок на перемену». Зрители разойдутся, и «провокатор» без публики может потерять интерес к конфронтации. Спектакли обычно проваливаются без поддержки зрительного зала.

3. Перенести обсуждение вопроса.

Если ваше состояние недостаточно комфортно, лучше отложить противостояние до того момента, когда вы почувствуете себя более уверенно. Необходимо выбрать более удобное время и место для продолжения дискуссии.

4.Делать записи.

Держите под рукой специальную записную книжку. Когда ученик начинает допекать вас, достаньте книжку и скажите: «Я согласен выбрать время для обсуждения с тобой этого вопроса. Сегодня в три пятнадцать тебе подходит?». Запишите совместно выбранное время и место для личной беседы. Ничего больше говорить не следует, переключитесь на деятельность.

5.Озадачивать «агрессора».

Когда вас выводят из себя с помощью словесных замечаний, можно отвечать так, как если бы они были безобидными, незначительными или даже очевидными. Этот ответ ясно даст понять, что вами нельзя манипулировать, если вы этого не хотите. Две наиболее эффективные техники в этом случае: 1) соглашаться с учеником; 2) менять тему.

6.Изменить тему.

Если не отвечать на словесный вызов, необходимо изменить тему и тем самым прекратить конфликт. Например, в ответ на любой вызов подростка можно неожиданно спросить его совсем о другом. Так следует реагировать вновь и вновь, пока подросток не придет к выводу, что продолжать воевать не стоит. Главная задача педагога — прекратить агрессивную выходку и снять напряжение.

Иногда, несмотря на самые изящные решения и гениальные находки, конфронтация нарастает и переходит в стадию взрыва. В этом случае следует контролировать состояние ребенка, наблюдая за признаками нарастающей агрессии (изменением цвета лица, агрессивной мимикой, учащением дыхания, напряженной позой, повышением двигательной активности, повышением громкости и напряжения его голоса и т. д.).

При остановке неадекватного поведения необходимо помнить, что нельзя говорить длинные предложения, фразы, повышать голос, кричать.

Поведение взрослых должно быть максимально спокойным, движения замедленными, жестикуляция сведена минимума. Лучше всего пользоваться короткими наставлениями.

Этапы короткого наставления:

* Вступите в контакт.
* Назовите адекватное поведение в данной ситуации.
* Объясните почему.

Во время инцидентов и кризисов вступление в контакт может быть затруднено. В таком случае лучше всего говорить о том, чем занимается подросток, или вступить в контакт нейтральным образом, например:

«Петя, хочу тебе что-то сказать». Другая возможность - обозначить чувство (например: «Мне показалось, что ты на что-то сердишься?»).

Вступление в контакт может происходить следующим образом:

Скажите что-то положительное, чем учащийся занимается или занимался, упомяните что-нибудь нейтральное и назовите чувство. Пример: Коля ты внимательно работал над заданием, сейчас мне кажется, тебя что-то тревожит).

При использовании короткого наставления важно помнить следующее:

* наставляйте на поведение, легко выполнимое для подростка;
* постройте, используя несколько наставлений, поведение, исключающее проблемное поведение;
* используйте невербальные сигналы, снижающие напряжение;
* не отвлекайтесь от темы;
* сделайте ситуацию предсказуемой, подсказывая каждый раз следующий шаг.

Если «взрыв» неизбежен или произошел, лучше всего использовать тактику удаления ребенка (его изоляция от зрителей и участников конфликта), которая дает возможность обеим сторонам успокоиться перед стадией обсуждения (разрешения).

Тактика удаления рассматривается как временная изоляция. Серьезность проступка определяет, на какое время необходимо удалить провинившегося. В случае неподчинения ученика необходимо либо вызвать «группу поддержки», либо предоставить выбор способа разрешения конфликта. Предоставление выбора способствует формированию чувства ответственности за свои решения. Этот прием нельзя использовать, когда проступок так опасен, что он должен быть изолирован немедленно.

**Этапы удаления**:

* вступите в контакт;
* назовите неадекватное поведение и попросите прекратить;
* скажите, что последует удаление, назовите место и количество минут;
* сопроводите учащегося к месту удаления.
* назовите длительность отделения и закончите.

Все дети/подростки должны хорошо знать, каких последствий можно ожидать, если они выбирают поведение, связанное с насилием или нарушением границ дозволенного. Необходимо заранее самим установить определенные последствия каждого конкретного нарушения поведения или попросить подростков внести свои предположения об этом. Дети/подростки должны научиться думать о последствиях своего поведения. Тогда они научатся в определенных, конкретных обстоятельствах каждый раз выбирать наиболее адекватные действия.

Последствия должны быть тесно связаны с нарушением поведения. Чем теснее связь и чем яснее она видна, тем ценнее этот опыт для ученика. Например, если ребенок раскачивается на стуле, расшатывая ножки, в качестве санкции ему предлагают «немного постоять». Важно, чтобы санкцию за проступок, совершенный в школе, ученик получил в школе, а не дома.

Некоторые учителя очень удивляются этому правилу, ведь они стараются привлечь родителей к процессу воспитания. **Однако очень важно разделять сферы ответственности: санкция за проступок, совершенный в школе, это не обязанность родителей**. Санкция должна быть соразмерна проступку. Соразмерность означает, что интенсивность и тяжесть санкций должны быть пропорциональны проступку. Санкции используются не для того, чтобы отомстить, а только для того, чтобы научить детей выбирать в будущем правильное поведение. Санкции должны быть позитивными — сохраняющими самоуважение ребенка/подростка. Созидательные санкции не закрывают ученику путь к хорошему поведению в будущем.

К санкциям относятся:

* лишение обычных прав ребенка/ученика (на вещи, деятельность); лишение свободы взаимодействия (прогулок, общения);
* обязательные встречи (с родителями, администрацией, милицией); возмещение убытков (путем работы или денежного возмещения).

В отличие от санкций-последствий, наказания не связаны с проступком, они произвольны, не соизмеримы с действием, не позитивны. Поэтому наказания порождают обиду, ожесточение, оборону.

Многие дети с властной и мстительной мотивацией выдают определенную защитную реакцию на санкции. Они пытаются обесценить санкцию, однако правильно выбранные санкции оказывают огромный эффект на детей/подростков независимо от их желания.

Таким образом, для правильного выбора способа воздействия на агрессивное поведение необходимо учитывать:

* возраст ребенка;
* характер ситуации, в том числе окружение;
* степень опасности его поведения;
* значимые для ребенка/подростка стимулы;
* возможности самого взрослого.

С учетом перечисленных факторов можно выбрать наиболее подходящую тактику нейтрализации агрессивного поведения.

Правило 3. Демонстрировать модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитания «контролируемой агрессии» - это демонстрирование моделей поведения, альтернативных агрессивному. В ситуации столкновения (агрессии) обе стороны теряют самообладание. Возникает дилемма: бороться за свою власть или разрешить ситуацию мирным способом на основе паритета.

В ситуациях повседневного общения с детьми и подростками необходима демонстрация альтернативного поведения их агрессивным реакциям. Чем меньше возраст ребенка, тем более неагрессивным должно быть поведение взрослого в ответ на его агрессивную реакцию.

**Альтернативное поведение взрослого, направленное на снижение напряжения ситуации, может включать в себя следующие приемы:**

* выдерживание паузы (молчаливое заинтересованное выслушивание);
* тайм-аут-предоставление возможности ребенку/подростку успокоиться

наедине;

* внушение спокойствия невербальными средствами;
* прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
* использование юмора («Ты сейчас выглядишь круче Шварцнегера»);
* признание чувств и интересов собеседника;
* сообщение своих интересов;
* аппеляция к правилам и.т.д.

Наибольшая польза от этих приемов в том, что дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие - искренность взрослого, соответствие словам его невербальных реакций.

Правило 4. Контролировать собственные негативные эмоции.

Когда ребенок или подросток демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает выраженные негативные эмоции, включая: раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослым необходимо признать нормальность и естественность данных негативных переживаний. Кроме того, важно понять характер переживаемых чувств, их силу и длительность переживаний.

Родителям и специалистам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми.

Если взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он

* не подкрепляет агрессивное поведение;
* демонстрирует положительный пример в обращении со встречной агрессией;
* сохраняет партнерские отношения, необходимые для дальнейшего сотрудничества.

Для оценки характера и уровня агрессивности педагога можно использовать тест Спилбергера. Если результаты превышают указанные нормы, уровень агрессии выше допустимого, непосредственно сам взрослый является источником агрессии. С большой вероятностью им провоцируется агрессивное поведение детей, что требует дополнительной психологической помощи.

Как показывает практика, агрессивное поведение детей и подростков является частью «групповой игры», цель которой — желание вызвать гнев педагога, вывести его из «напускного» равновесия, продемонстрировать его слабость. Не понимающие ситуации педагоги обречены на психологический провал. Подростки также широко используют агрессию для разоблачения взрослых, для их обесценивания, что облегчает процесс эмансипации от них. Отказаться от игры с подростками трудно, но необходимо. Иначе взрослые теряют авторитет в глазах подростков и теряют возможность конструктивного взаимодействия с ними.

Правило 5. Акцентировать внимание на поступках (поведении), а не на личности ребенка и подростка.

Негативная оценка личности является одной из наиболее распространенных причин перехода агрессивных реакций в устойчивое агрессивное поведение. Родители и педагоги склонны обобщать однократные поступки до личного ярлыка. Дети, проявляющие агрессию, моментально получают репутацию «агрессивных», «конфликтных», «враждебных». Самое опасное, если эту характеристику усваивают сверстники. Окружающие начинают ожидать от ребенка или подростка агрессивного поведения, тем самым, провоцируя его. Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. Самое главное — дать описание поведения без его оценки. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение более подробно, объяснить, почему его поступки неприемлемы, избегая субъективных, оценочных слов, которые вызвали бы раздражение и протест и в конечном итоге увели бы от решения проблемы.

Анализируя проступок, важно ограничиться обсуждением только актуального поведения ребенка/подростка, по принципу «здесь и сейчас», избегая анализа других поступков. В противном случае у ребенка/подростка возникает ощущение несправедливости происходящего, вследствие чего его способность критично оценивать свое поведение снижается.

Оценивая поведение ребенка/подростка, следует апеллировать только к фактам и к тому, что произошло только что. Вместо распространенной и неэффективной моральной оценки нежелательного поведения целесообразно прибегать к оценке негативных последствий поведения. В этом случае ребенку/подростку объясняют, что его поведение вредит не столько окружающим, сколько ему самому. Очень важным является анализ возможных конструктивных способов поведения в конкретной ситуации.

В ряде случаев необходимым является установление с агрессивным ребенком/подростком обратной связи. Для этого чаще всего используются следующие приемы:

* констатация факта: «Ты преступаешь допустимую черту» или «Ты ведешь себя агрессивно»;
* констатирующий вопрос: «Ты злишься?»;
* раскрытие мотивов агрессора: «Ты хочешь меня обидеть? Ты хочешь продемонстрировать силу?»;
* «Я» - сообщение (раскрытие собственных чувств по отношению к нежелательному поведению): «Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я напрягаюсь, когда кто-то громко кричит»;
* апелляция к правилам: «Ты нарушаешь правило».

Давая обратную связь агрессивному поведению ребенка/подростка, **взрослый человек должен проявить по меньшей мере три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость.** Твердость должна проявляться исключительно в отношении конкретного проступка, в направлении его искоренения. Ребенок/подросток должен услышать от нас, что мы не против него, а только против конкретного проступка.

Правило 6. Обсуждать проступок.

Для профилактики агрессивного поведения необходимо обсуждать нежелательное поведение ребенка/подростка всякий раз, когда оно превышает допустимый порог.

Общие рекомендации для такого разговора, повышающие его воспитательную силу (когда стороны возбуждены, невозможно достичь конструктивной договоренности):

* В критический момент важно быстро и решительно остановить агрессивное действие с минимальным количеством слов.
* Анализировать поведение нужно не в момент самой выходки, а только после того, как ситуация разрешится и обе стороны успокоятся.
* В то же время обсуждение необходимо провести как можно скорее после инцидента. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, а затем обсудить в группе или семье.
* При обсуждении важно сохранять спокойную и объективную позицию, апеллируя не к личности ребенка/подростка, а к тем правилам, которые он нарушил.
* Также важно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но и, прежде всего, для самой личности.

Правило 7. Сохранять положительную репутацию

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное — публичное осуждение и негативная оценка. Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защиты и защитного поведения. Их цель — сохранить самоуважение, так как плохая репутация и негативный ярлык опасны и, закрепившись за ребенком/подростком, становятся самостоятельной побудительной силой агрессивного поведения личности.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

* публично минимизировать вину подростка («Ты неважно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть»), что не распространяется на последующую индивидуальную беседу;
* не требовать полного подчинения, позволить подростку/ребенку выполнить требование взрослого по-своему;
* предложить школьнику компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении, т. е. на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и вашим способом, можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

Как известно из практики образовательных учреждений, ученики используют и другие, «свои способы» сохранения самоуважения, такие, как:

* «тянут» несколько секунд, прежде чем согласиться;
* строят гримасы, выполняя вашу просьбу;
* делают какой-то жест, свидетельствующий о неуважении;
* несколько раз повторяют то, что вы просите прекратить делать, и только потом перестают;
* перед тем как подчиниться, говорят что-то типа «не буду, не хочу», чтобы последнее слово осталось за ними.

Если позволить им подчиняться «по-своему», инцидент будет исчерпан скорее.

Работа педагога по изменению агрессивного поведения детей и подростков должна быть комплексной, последовательной, посильной и постепенно усложняющейся, это позволит снизить имеющийся у детей уровень агрессии.