

Як допомогти дитині здолати агресію

Як реагувати на агресію дитини? Покарати, позбавити її бажаного, осоромити перед групою чи поскаржитися батькам? Це найпростші, проте не найліпші варіанти. Змініть свою стратегію під час дитячих конфліктів

- ✔ Ніколи не ображайте та не принижуйте дітей. Погрози та фізичні покарання також тримайте під забороною. Діти запам'ятовують усе, що ви робите та говорите, беруть з вас приклад, як поводитися у випадку агресії. Тож не провокуйте дошкільників власною поведінкою.
- ✔ Вправляйте дітей у вмінні проявляти терплячість, витримку, емоційну сприйнятливність. Пояснюйте доцільність коректної, неагресивної поведінки в конфліктних ситуаціях. Сприяйте формуванню навичок миролюбності, доброзичливості.
- ✔ Заохочуйте дітей відчувати задоволеність від власної спроможності утримувати агресію. Так вони зможуть реалізувати свій природний потенціал і не порушать моральні норми та інтереси інших. Використовуйте творчі завдання, вправи, взаємооцінку, малювання автопортрета тощо.
- ✔ Збагачайте знання дошкільників про причини та наслідки агресивної поведінки до оточення та них самих. Використовуйте дидактичні ігри, бесіди, мультфільми, художню літературу відповідної спрямованості.
- ✔ Поглиблюйте уявлення дітей про вміння долати агресію, утримуватися від негативних емоцій, образливих слів, погроз, тиску на інших. Наголошуйте на тому, що це важливо для життєвого успіху.
- ✔ Навчайте дітей правильно реагувати на емоцію, а не пригнічувати її. Часто діти проявляють агресію фізично, бо не знають, як можна висловлювати негативні почуття по-іншому. Запропонуйте дитині соціально прийнятні способи прояву почуттів. Поясність, що про них можна говорити і не обов'язково одразу битися.
- ✔ Спостерігайте за відповідними проявами дітей, спільно їх обговорюйте. Приділіть увагу аналізу переживань нападника і жертви, запропонуйте порівняти їх і скласти оповідання про себе у першій та другій ролях.

- ✓ Навчайте дітей долати агресію без шкоди для оточення. Наприклад, запропонуйте порвати папір, зім'яти газету, побити спеціальну «злу» подушку, кинути з усієї сили в кут м'який м'ячик, намалювати або зліпити злість тощо.
- ✓ Створіть у дитсадку ціннісне середовище. Утримуйтеся від роздратованості, агресії, імпульсивності. За допомогою оцінних суджень зведіть уміння впоратися з агресією до найвищих моральних чеснот.
- ✓ Оцінюйте конкретні вчинки дошкільників, а не особистість загалом. Мотивуйте свої судження, пропонуйте дошкільникам висловити та аргументувати власну оцінку. Діти не мають сприймати оцінку як індульгенцію чи ярлик. Оцінка має бути справедливою, гнучкою, необразливою.
- ✓ Розробіть разом із дошкільниками кодекс честі. Колективно його оформте, розмістіть на чільному місці. Слідкуйте, щоб усі дотримувалися правил кодексу, й самі його не порушуйте.
- ✓ Приділіть увагу проблемі дитячої агресії в роботі з батьками. Проведіть тренінги, рольові ігри, консультації, бесіди, круглі столи. Оформте пам'ятки для сім'ї, враховуючи особливості дитини. Або ж запропонуйте дітям самостійно зробити пам'ятку для своїх батьків.

Примітка. Порадник підготувала **Олена Кононко**, завідувач кафедри дошкільної освіти Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя, д-р психол. наук, професор

ЦЕ ВАЖЛИВО ЗНАТИ



Що таке булінг

Булінг (*англ.* bully — хуліган, забіяка, цькування) — це агресивна поведінка до окремої дитини чи групи дітей. Агресори прагнуть принизити певну людину та самоствердитися за її рахунок. Булінг може проявлятися як:

- психологічний тиск — образи, приниження, погрози тощо;
- фізичні знущання — поштовхи, принизливий фізичний контакт, побиття тощо.

Нерідко обидва види поєднуються.

Останнім часом зростають вияви кібербулінгу — приниження за допомогою електронних пристроїв та інтернету.

Проте не кожен конфлікт є булінгом. Ознаки цькування:

- систематичність діяння;
- наявність сторін — кривдник, потерпілий, спостерігачі;
- наслідки у вигляді психічної та/або фізичної шкоди, приниження, страху, тривоги, соціальної ізоляції потерпілого.

Від булінгу страждають усі учасники конфлікту. Агресивна поведінка свідчить про проблеми психо-емоційного розвитку та невміння формувати взаємини.