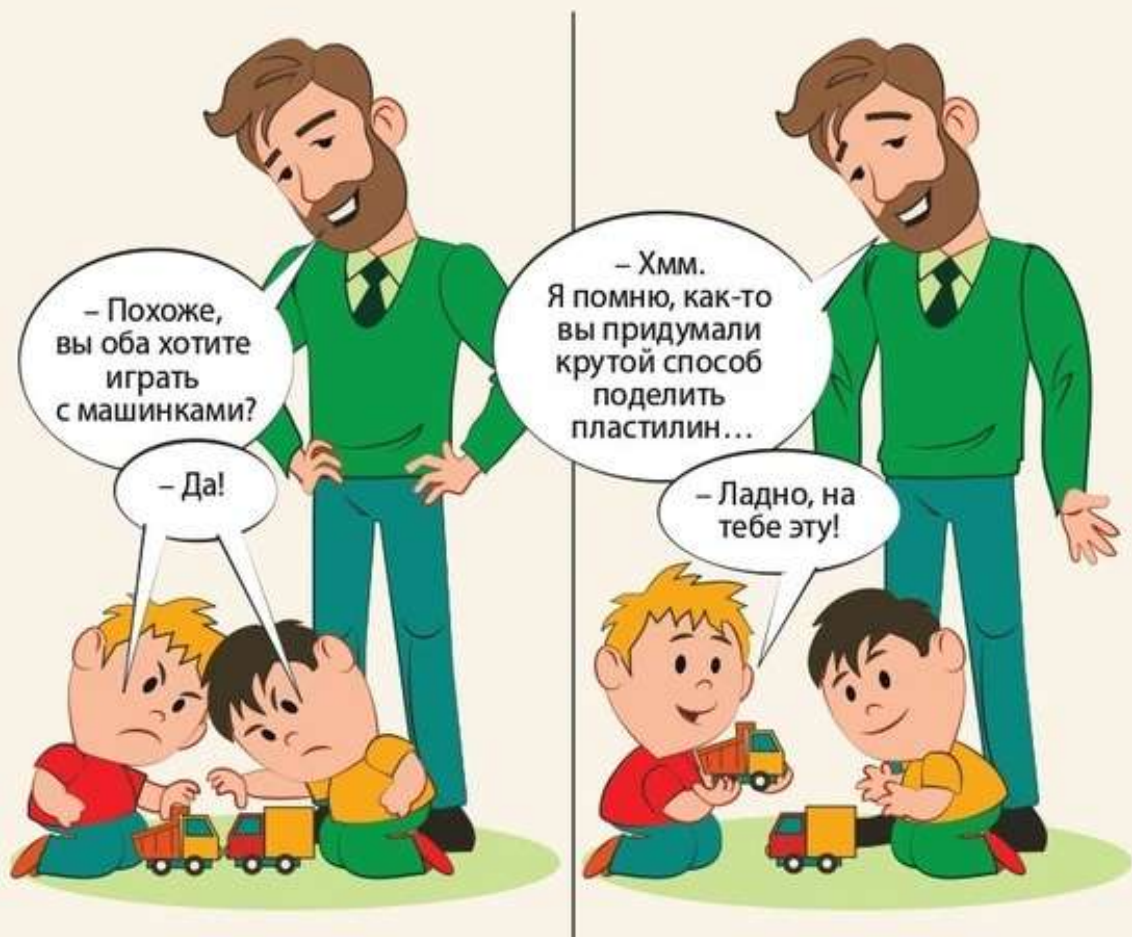


# Детская злость: КАК СПРАВИТЬСЯ



## ПЛАН ДЕЙСТВИЙ, КОГДА РЕБЕНОК РУГАЕТСЯ, ТОЛКАЕТСЯ, ДЕРЕТСЯ, РВЕТ КНИЖКУ

### ОПИШИТЕ ТО, ЧТО ВИДИТЕ

Скажите, что видите. Например: «Я вижу, тут драка»; «Я слышу ругань и рев», «Похоже, Кате больно». Или опишите, что чувствуете. Например: «Я против драк!», «Мне не нравится, когда вы так называете друг друга!».

### ДАЙТЕ ПОДСКАЗКУ

Укажите на средство, с помощью которого ребенок может выразить агрессию: «Можно кричать, но нельзя бить», «Попробуй сказать ей очень понятно, что тебе не нравится».

Например

#### Двое детей ссорятся, один кричит: «Я тебя прибью!»

##### Вместо

Взрослый: Не смей так говорить!

Ребенок: Буду! Ты плохая!  
Он плохой! Ты всегда защищаешь его!

Когда взрослый отходит, ребенок через пять минут атакует.

##### Надо

Взрослый: Ты злишься. Скажи ему, как ты злишься.

Ребенок: Я очень злюсь!  
Ты меня достал!

Взрослый отходит, через пять минут дети играют вместе.

### НАЗОВИТЕ ПРАВИЛО

Озвучьте правило. Например: «В нашей семье не дерутся!», «У нас нельзя говорить такие слова!»

## ДЕЙСТВУЙТЕ, НО НЕ ОСКОРБЛЯЙТЕ

Возьмите ребенка за руку, положите ему руку на плечо или обхватите его руками, чтобы он не наскочивал на другого ребенка. Но при этом не проявляйте агрессию. Не толкайте, не шлепайте, не бейте.

## ПРИЗНАЙТЕ ЧУВСТВА

Скажите ребенку: «Я вижу, ты злишься» (или «Я вижу, вы оба злитесь»). Послушайте, что ребенок скажет в ответ. Не перебивайте («Да, но драться из-за этого...») и не переубеждайте («Нет, ты любишь брата»).

## СМЕНИТЕ МЕСТО

Если ссора не стихает, уведите детей с улицы или из помещения, разведите их по разным комнатам.

## ДОБАВЬТЕ ЭЛЕМЕНТ ИГРЫ

Возьмите ребенка, который не прекращает атаковать, за руку и твердо скажите: «Все, я забираю тебя в свою тюрьму, пошли». Отведите его туда, где будете находиться сами какое-то время, и посадите под стол или на стул: «Вот и тюрьма, и я твой охранник».

## ЗАПОМНИТЕ

### Вместо

Взрослый: Вы опять ссоритесь?!  
Ты что такой злой?  
Разве можно бить девочек?

### Надо

Взрослый: Я слышу громкие крики!  
Я вижу, ты злишься.  
Девочек не бьют.

## СКАЖИТЕ О СВОИХ ОЖИДАНИЯХ

Выразите уверенность, что другой выход найдется. Скажите ребенку: «Я хочу, чтобы ты словами сказал, как тебе не нравится, когда берут твои вещи», «Я верю, вы обязательно сможете договориться».

## ОПИРАЙТЕСЬ НА ХОРОШЕЕ

Опишите, как ребенку когда-то удалось цивилизованно проявить агрессию. Например: «Я помню, как вчера ты сумел вернуть свою игрушку без драки», «Когда тебе было три года, ты придумал что-то, чтобы вы не дрались из-за конструктора».

Например

### Двое детей делят машинки, крик, кулаки сжаты...

#### Вместо

Взрослый: А ну разошлись!  
Хватит!  
Что у вас за ор!  
Я сейчас вообще эти машинки уберу!  
Отдай ему!

Дети: Это мои!  
Я тоже хочу!  
Не дам!  
Дай! – рвутся в бой.

#### Надо

Взрослый: Я слышу крики, похоже, вы оба хотите играть с машинками.

Дети: Да! Да! – уже не атакуют друг друга.

Взрослый: Это твои машинки, и ты не хочешь делиться. А вот тебе очень хочется хотя бы немножко с ними поиграть. Х-м-м. Я помню, когда-то вы придумали, как поделить пластилин. Какой-то был крутой способ... – отходит.

Владелец машинок: Ладно, на тебе эту.

## ПОЖАЛЕЙТЕ ТОГО, КОМУ БОЛЬНО

Сразу пожалейте того, кому больно. Сосредоточьтесь на нем.