

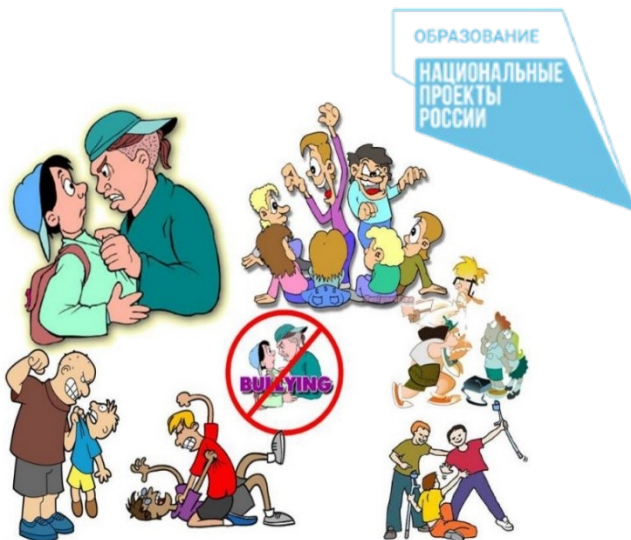


Фото: Коллекция/iStock:

РЕБЕНОК ИЗДЕВАЕТСЯ НАД ДРУГИМИ В ШКОЛЕ: ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ

Уважаемые родители, если вы услышали от учителей или других родителей об агрессивном поведении вашего ребенка, прежде всего следует поговорить с ним об этом. Говорите с ребенком прямо, но при этом старайтесь услышать его точку зрения. Начните разговор так: «В школе мне сегодня сказали, что ты обижал одноклассника. Я беспокоюсь из-за этого, поэтому нам нужно поговорить. Расскажи мне, что случилось».

Обсуждение с ребенком сложившейся ситуации поможет понять причины его агрессивности и пути преодоления данной ситуации. Разговор с ребенком и принятие его точки зрения повысят его доверие к вам. В дальнейшем вам будет легче говорить с ним о причинах его поведения.

Честный разговор с ребенком может привести к неожиданным выводам о причинах его плохого поведения. Так, например, некоторые дети плохо себя ведут из-за низкой самооценки. Быть самым плохим учеником в классе для них лучше, чем быть вообще никем.

Некоторым детям трудно объяснить причину своего плохого поведения, в особенности маленьким детям или тем, кто перенес психологическую травму или имеет определенные расстройства психики. Если вы не можете самостоятельно выяснить причину плохого поведения ребенка, стоит обратиться к психологу.

Как только вы поняли причины проблемы, постарайтесь их устранить. Помогите ребенку справиться с трудностями в общении со сверстниками.

Придумайте решения для разных ситуаций, с которыми сталкивается ваш ребенок. Приводите ему примеры из жизни, как можно по-дружески выйти из сложившейся ситуации. Лучше показать ребенку хороший пример, чем критиковать его за плохое поведение. Дети лучше понимают, когда им говорят, что им следует делать, чем когда говорят, как не следует поступать.

Предложите ребенку поставить себя на место одноклассника, которого он обижает. Спросите: «Помнишь ситуации, когда ты чувствовал себя расстроенным из-за того, что с тобой кто-то поступил неправильно? Именно так сейчас чувствует себя твой одноклассник».

Объясните ребенку, что никто не имеет права преднамеренно заставлять кого-то страдать, что каждый имеет право на безопасность и достоинство. Что все люди разные, и нет двух человек, которые абсолютно одинаковы. Эти различия делают жизнь интересной. Общение со многими людьми дает нам возможность рассмотреть разные точки зрения.

Расскажите ребенку, что иногда каждый может вести себя как хулиган, чувствовать себя важным и привлекать внимание сверстников. Но иногда люди используют недопустимые средства достижения этого. «Поэтому, если ты заметил, что вам весело из-за чьих-то страданий, ты доставляешь страдания кому-то, чтобы показать другим, насколько ты силен, то как хулиган, ты можешь заставить других переживать, и тебе может показаться, что ты популярен. Только никто не любит хулиганов, кроме таких же хулиганов».

Потребуйте от ребенка остановить травлю и издевательства над школьниками. Объясните ему: «Это может быть непросто, особенно если есть сверстники, которые ожидают, что ты ее продолжишь. Ты нуждаешься в силе и мужестве, чтобы уважать других».

Предложите ребенку решить ситуацию, пытаясь наверстать упущенное. Посоветуйте: «Ты можешь принести извинения тому, над кем ты издевался. Это может быть очень сложно сделать, но после этого ты будешь чувствовать себя намного лучше».

Помогите ребенку найти новые способы ощущения собственной важности, скажите: «Есть много положительных способов привлечь внимание. Подумайте о том, что ты можешь делать хорошо. Может, тебя интересует какой-то особый вид спорта или какое-то творчество? Обсудите, как вы могли бы стать лидером, не прибегая к насилию над другими».

Ищите причины плохого поведения ребенка в семье. Дети, которые сталкиваются с агрессивным поведением дома, часто ведут себя так же в школе. Вам следует задуматься о том, какая обстановка в семье, манера общения с ребенком, ваши способы борьбы с негативными эмоциями влияют на поведение ребенка. Иными словами, стоит подумать о том, какой пример вы ему подаете.

Возможно, в вашей семье также бывают случаи агрессивного поведения, а вы их даже не замечаете. Случается ли так, что в вашей семье кричат на кого-то или кого-то оскорбляют? Бывали ли случаи, когда старшие дети били младших? Если да, то следует наладить в семье позитивную обстановку, когда каждый член семьи заботится об остальных, любит их и уважает.

Помните, что любое наказание за агрессивное поведение может быть эффективным, но только в том случае, если оно обосновано и не используется слишком часто. Например, если вы заметили, что ребенок обижает других в Интернете, стоит ограничить его доступ к компьютеру и мобильным устройствам. В особо серьезных случаях запретите доступ к Интернету на длительное время и обратитесь к психологу. Но в более легких случаях ребенок должен иметь возможность заслужить хорошим поведением возможность снова получить доступ к Интернету.

Не наказывайте ребенка на длительный срок. Если наказывать ребенка слишком долго, это дает обратный эффект. Ребенок может подумать: «Если я уже потерял доступ к компьютеру, нет необходимости исправляться». За небольшие проступки наказание должно составлять не больше нескольких дней.

Как только ребенок стал вести себя хорошо и вернул себе утраченные привилегии, объясните ему, что нужно исправить ситуацию и извиниться перед тем, кого он обидел. Извиниться можно устно, при

помощи СМС или письма. Можно предложить ребенку испечь печенье и угостить весь класс, поиграть с одноклассником, которого ребенок раньше обижал, и т. д.

Держите ситуацию под контролем. Если другие родители жалуются вам на плохое поведение вашего ребенка в школе, попросите учителя обратить внимание на данную ситуацию. Постоянно задавайте ему вопросы о поведении ребенка. Хвалите ребенка, если он ведет себя хорошо.

Особенно сложно следить за агрессивным поведением в Интернете, потому что оно происходит не на виду у окружающих. Если вы узнали, что ваш ребенок обижает кого-то в Интернете, узнайте пароли от его аккаунтов в социальных сетях и следите за тем, чтобы ребенок адекватно общался в социальных сетях. Честно признайтесь ребенку, что вы будете контролировать его поведение в социальных сетях до тех пор, пока он не научится контролировать себя сам.

Если вы прикладываете огромные усилия для того, чтобы научить ребенка вести себя дружелюбно, но он по-прежнему ведет себя агрессивно, возможной причиной этого может быть психическое расстройство. В таком случае следует обратиться за профессиональной помощью к психологу.

Самое важное, что вы можете сделать, – всегда оставаться открытым для общения с ребенком. Так вы всегда будете знать, что с ним происходит и что его беспокоит. Каждый день спрашивайте ребенка о его делах.

Утром спросите ребенка, какие у него планы на день. В конце дня спрашивайте, что было самым интересным сегодня. Возможно, сначала это покажется трудным, однако со временем станет хорошей привычкой, которая поможет вам установить близкий контакт с ребенком на долгие годы.

Тесный контакт с ребенком, понимание и поддержка родителей помогают ребенку справиться с агрессивным поведением. Общайтесь с ребенком, присутствуйте в его жизни. Детям необходимо знать, что о них заботятся и их слышат. Любовь родителей – вот ключ к решению проблемы.

*Обратиться за помощью можно по бесплатному **Телефону доверия для детей, подростков и их родителей анонимно и круглосуточно - 8 -800-2000-122.***

Подготовлено по материалам:

А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова, Руководство для подростков про буллинг: Как не стать жертвой и почему не стоит нападать на других, Под редакцией академика РАО А.А. РЕАНА, Москва 2019

Развитие ребенка – сайт для умных родителей, Школьные вопросы: что делать, если ребенок хулиганит в школе, источник: <https://childdevelop.ru/>

