

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГАМ ПО ОБЩЕНИЮ С АГРЕССИВНО НАСТРОЕННЫМ ПОДРОСТКОМ**

Дайте подростку «выпустить пар». Если он раздражён и агрессивен, то нужно помочь ему снизить внутреннее напряжение. Пока этого не случится, говорить с ним будет трудно или невозможно.

Во время его «взрыва» следует вести себя спокойно, уверенно, но не высокомерно. Он – страдающий человек, независимо от того, кто он. Если человек агрессивен, значит он переполнен отрицательными эмоциями. В хорошем настроении люди не кидаются друг на друга.

Наилучший приём в эти минуты – представить, что вокруг вас есть оболочка (аура), через которую не проходят стрелы агрессии. Вы изолированы, как в защитном коконе. Немного воображения, и этот приём срабатывает.

Потребуйте от собеседника спокойно обосновать претензии. Скажите, что будете учитывать только факты и объективные доказательства.

Людям свойственно путать факты и эмоции. Поэтому эмоции отмечайте вопросами: «То, что ты сейчас говоришь, относится к фактам или мнению, догадке?».

Сбивайте агрессию неожиданными приёмами. Например, попросите доверительно у конфликтующего совета. Задайте неожиданный вопрос, совсем о другом, но значимом для него. Сделайте комплимент: «Твоя агрессия гораздо меньше, чем я ожидала... Ты так хладнокровен в острой ситуации...». Выразите сочувствие, например, тому, что он (она) старалась сдержаться, но не получилось.

Не давайте подростку отрицательных оценок, а говорите о своих чувствах. Не говорите: «Ты меня обманываешь», лучше звучит: «Я чувствую себя обманутым». Не говорите: «Ты грубый человек», лучше скажите: «Я очень огорчён тем, как ты со мной разговариваете».

Подготовил педагог – психолог Т.В. Кабанова

