

КАК РЕАГИРОВАТЬ НА АГРЕССИЮ И ИСТЕРИКИ РЕБЁНКА?



АЙСБЕРГИ –

это большие куски льда, плавающие в открытом океане. То, что вы можете увидеть на поверхности, может ввести в заблуждение. Большая часть айсберга скрыта под водой.



Таким же образом «работает» наша злость. Часто под злостью прячется разнообразие других эмоций.

Завистливость

Беспомощность

Ощущение себя в опасности

Сожаление

Напряженность
(эмоциональный перегруз)

Ощущение себя оскорблённым

Беспокойство
(волнение)

Раздражение

Эмоциональная травма

Ощущение себя отвергнутым

Неуверенность

Дискомфорт

Беспокойство
(замешательство, смущение)

Обида

Одиночество

Тревога

Агрессия



Агрессия –
верхушка
айсберга

Найти причины
Намерения
всегда
ПОЗИТИВНЫ!





ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ О ЗЛОСТИ

Злость - это
нормально!





МОХСУКУ

ПРАКТИКИ УПРАВЛЕНИЯ ГНЕВОМ

1. Признаем ЭМОЦИЮ



Знакомство с
Монсиком
МИРОТВОРЦЕМ

2. Помогаем
ребенку отделить
себя от эмоции



Монсик



3. Переводим ребенка в другую эмоциональную среду



Экспресс-методы



4. Используем
технику
«СТОП» или
«ЗАМРИ»





5.«Ловушка гнева»



8	ОРАНЖЕВЫЙ	ЖЕЛТЫЙ	9
КРАСНЫЙ	Выпей стакан воды	Послушай музыку	5
Скожи себе: «Я спокоен, я могу справиться с этим»	Представь красивый пейзаж	ЗЕЛЕНЫЙ	
КОРИЧНЕВЫЙ	Сделай несколько физических упражнений	Напиши, что ты чувствуешь, или нарисуй свой гнев	ГОЛУБОЙ
1	Обсуди с близким человеком	Сделай несколько глубоких вдохов и выдохов	4
2	РОЗОВЫЙ	ФИОЛЕТОВЫЙ	3

6.«Мешочек гнева»



7. Обсуждение



Истерики: произвольные и непроизвольные

Что делать?



Произвольные:
держат баланс,
устанавливают границы,
доброжелательно, но твёрдо

Непроизвольные:
обнять, утешить, отвлечь



Возрастные
истерики:
следствие
«настройки»
детской
нервной
системы



До 1 года
есть
причина!

Возрастные
истерики:
вовремя
уделить
внимание



От 1,5 до
3 лет

Возрастные
истерики:
пробелы в
воспитании?



С 4 до 7
лет



Возрастные
истерики:
сложности в
межличностном
общении: помочь
установить
отношения,
поверить в себя!



8 – 10
лет