

«Когда эмоции зашкаливают...»

родительское собрание

Зорина Клара Ивановна

учитель начальных классов

муниципального казенного специального
(коррекционного) образовательного
учреждения для обучающихся, воспитанников
с ограниченными возможностями здоровья
«Специальная (коррекционная) начальная
школа – детский сад IV вида № 5 «Хрусталик»
города Кирова»

Когда эмоции зашкаливают.

Как легко обидеть человека!
Взял и бросил фразу злее перца.
А потом порой не хватит века,
Чтоб вернуть обиженное сердце.

Э. Асадов, 2003

Закипание

Кипение

- 1 зона
 - 2 зона
 - 3 зона
 - 4 зона
- 

Взрыв

Сильное кипение

Чувства сторон во время конфликта

Ребенок:

страх, желание защитить себя,
непонимание, гнев, вина

Взрослый:

гнев, страх, желание защититься,
непонимание, вина

Когда эмоции зашкаливают...

1. Вырази свои чувства
2. Возьми тайм - аут.

Причины негативных реакций

Автоматические реакции (кнопка)

- Усталость
- Плохое самочувствие
- Боязнь потерять авторитет
- Кризисная ситуация (в семье, на работе, на личном уровне)

Новые действия:

- Выражаем свои чувства
- Берем тайм – аут
- Предоставляем выбор
- Заключаем договор
- Учим исправлять последствия своих поступков
- Учим направлять энергию в мирное русло
- Налаживаем телесный контакт