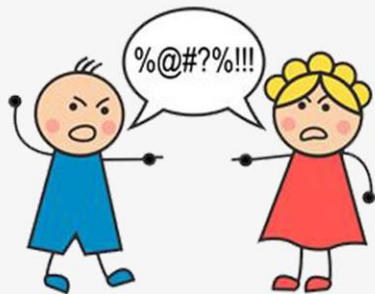


Муниципальное образование Ханты-Мансийского автономного округа – Югры городской округ город Ханты-Мансийск МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «Детский сад № 11 «Радуга»

# ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ ПРОТИВОСТОЯТЬ АГРЕССИИ



Педагог-психолог Бибикина Н.А.

# ПРАВИЛА РАБОТЫ В ГРУППЕ



- Правило активности (Активная работа на занятии каждого участника.)
- Правило «один в эфире» (Не перебивать того, кто говорит.)
- Правило «равные права» (Нельзя осуждать и оценивать высказывания другого человека. Каждый имеет право на своё мнение.)
- Правило «Я» (Говорить только от своего имени, например, «Я считаю...»)

Агрессия - это намеренные действия, направленные на причинение ущерба другому человеку, группе людей, животному.

### Причины агрессивного поведения:

- Социальные (стили воспитания в семье, страх, вербальное и физическое нападение и т.д.)
- Внешние (шум, жара, теснота и др.)
- Индивидуальные (личность, установки личности, аспекты взаимодействия).



**ЕСЛИ  
ТРУДНО -  
ПРОСТО  
ПОЗВОНИ!**



**ТЕЛЕФОН  
ДОВЕРИЯ**

для детей, подростков  
и их родителей

# Толерантность в общении

## Схема достойного выхода из ситуации



- Начни разговор с конкретного и точного описания ситуации, которая тебя не устраивает: *«Когда ты накричала на меня при ребятах...»*
- Вырази чувства, возникшие у тебя в связи с этой ситуацией и поведением человека по отношению к тебе: *«...я почувствовал себя неудобно...»*
- Скажи человеку, как бы тебе хотелось, чтобы он поступил. Покажи ему другой вариант поведения, устраивающий тебя: *«...поэтому в следующий раз я прошу тебя высказывать свои замечания не в присутствии своих друзей...»*
- Скажи, как ты себя поведешь в случае, если человек изменит свое поведение: *«...тогда я буду прислушиваться к твоим замечаниям».*

# Я - ВЫСКАЗЫВАНИЕ



- 1. Твой друг (подруга) попросил(ла) у тебя одежду и порвал(ла) ее.
- 2. Твой младший брат изрисовал ручкой твой учебник.
- 3. Твой учитель незаслуженно обвинил тебя в том, ты списал(ла) контрольную у соседа.
- 4. Вы с другом договорились встретиться на улице. Ты прождал(ла) его полчаса, а он так и не пришел.

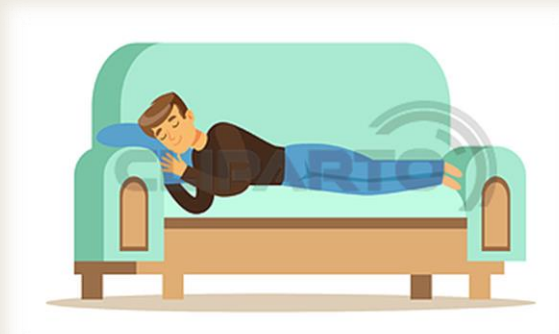
# Уверенное поведение, умение сказать «Нет!»

## ПЯТЬ ШАГОВ ОТКАЗА



- 1. Сразу четко заявите о своей отрицательной позиции (без объяснений).
- 2. Дальше, если человек не понимает и начинает давить, упрашивать, скажите: «Да, ты прав, но мой ответ все равно – нет, я не могу принять твоё предложение».
- 3. «Я больше не хочу об этом говорить, эта тема закрыта».
- 4. Сами переходите в наступление. Почему ты на меня давишь? Ты что поспорил на меня, что ли?»
- 5. Предложите компромисс.

# Способы саморегуляции





Мне сегодня понравилось, что....

