

**wsparcie
rodzica**

**Twoje dziecko jest agresywne?
Odkryj metody, które działają!**

Wspiera Cię wiedzą: Monika Butowska





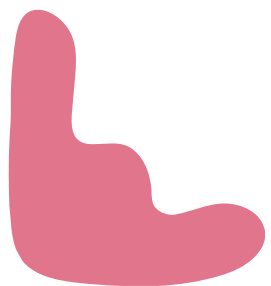
Monika Butowska:

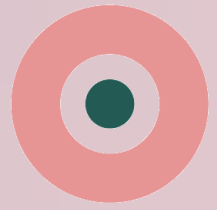
Mediator Sądowy, certyfikowany w 2006 roku Terapeuta,

trener kompetencji społecznych, mama i podróżniczka

Agresja

silne uczucie niezadowolenia
lub irytacji i często aktywnego
sprzeciwu wobec zniewagi,
urazu lub niesprawiedliwości.





wsparcie
rodzica



Zrozumienie agresji:

odkryj przyczyny

agresywnych zachowań

u dzieci i jakie czynniki

mogą je potęgować.

- Biologiczne – wynikające z fizjologicznego funkcjonowania ciała, mózgu, układu neurologicznego lub hormonalnego, chorób genetycznych, padaczki, demencji, psychozy, schizofrenii, depresji, chronicznego stresu, autyzmu, zaburzeń związanych z zażywaniem substancji oraz urazów
- Rozwojowe prawidłowości buntu – reakcje ABC
- Środowiskowe: kod zachowań agresywnych / naśladowanie

Brainstorm
Brainstorm
Brainstorm
Brainstorm

W jakich sytuacjach dziecko jest
agresywne?

odmowa, zakaz/nakaz, zmęczenie...

???

Skuteczne techniki:

Naucz się metod i technik, które pomagają dzieciom radzić sobie z frustracją i złością w zdrowy sposób.

1. Postaraj się zachować spokój.

2. Zabezpiecz fizycznie dziecko jeżeli robi sobie lub innym krzywdę.

3. Time out.

4. Koła ratunkowe.



wsparcie
rodzica

Budowanie relacji:

Dowiedz się, jak budować
silną, **pozytywną relację**
z dzieckiem, co jest **kluczowe**
w zapobieganiu agresji.

1. Mów głośno o uczuciach. Uczucia są dobre.
Zachowanie może być nieakceptowane.

Często to frustracja, rozczarowanie, a nawet
niepewność i niska samoocena kryją się za
wybuchami złości czy gniewu.

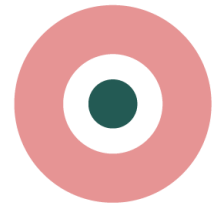
2. Zadaj pytanie: Czego potrzebujesz? Strategia na zaspokajanie potrzeb.

3. Przećwicz sposoby radzenia sobie z trudnymi sytuacjami.
Co może zrobić inaczej lub co odpowiedzieć, by w obliczu trudnej
sytuacji zachować spokój?

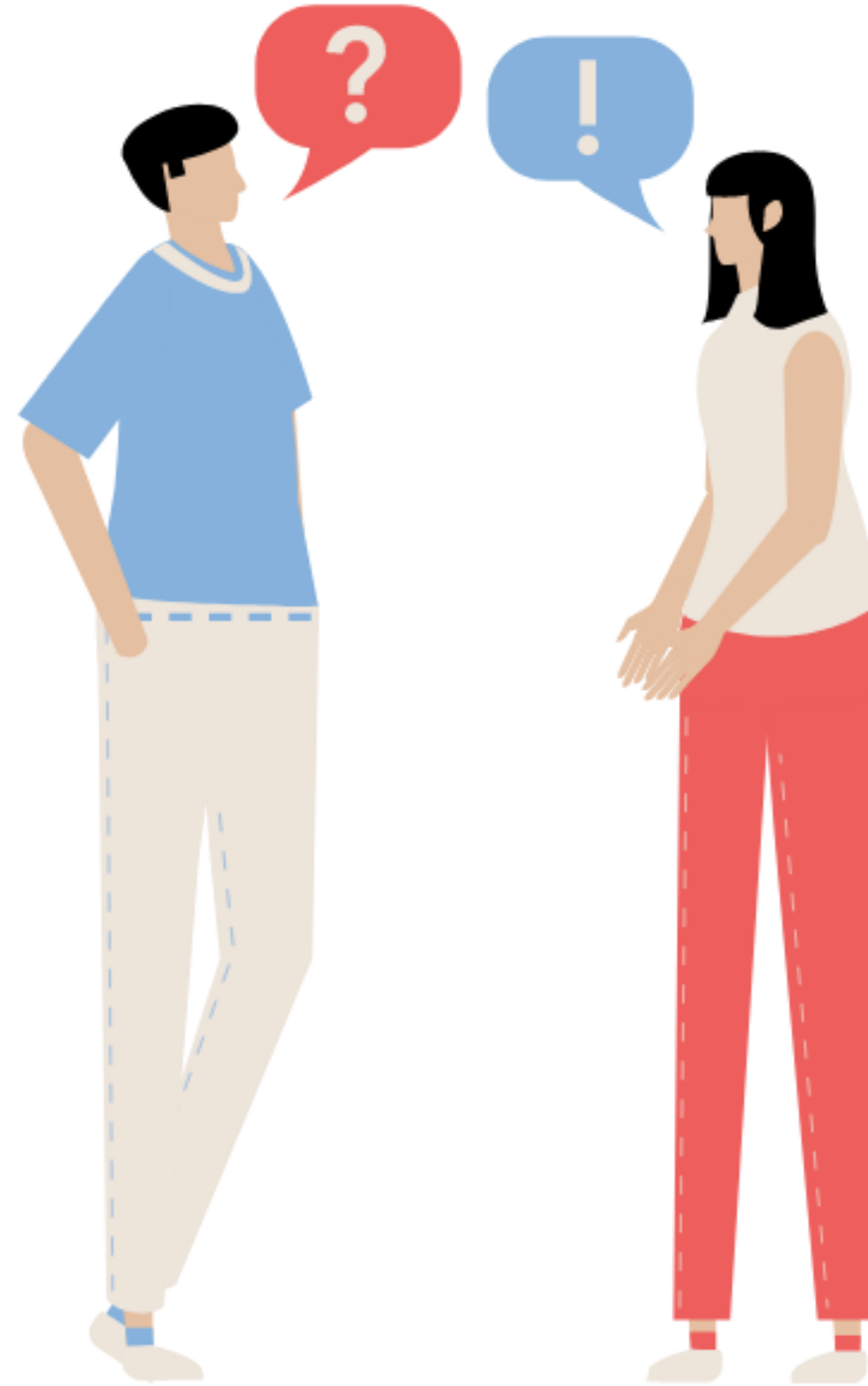
4. Stop Hamulce!

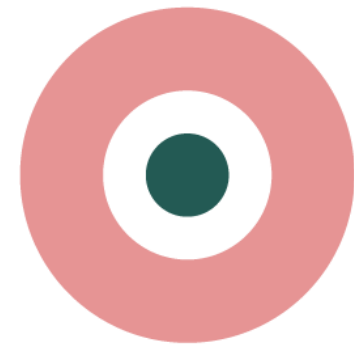
5. Ćwicz techniki relaksacyjne.

6. Bądź wzorem do naśladowania.



wsparcie
rodzica





**wsparcie
rodzica**

Dziękujemy **za** Twoją **obecność**