

Профилактика тревожности и агрессивности у детей

Повышение числа детей с агрессивным поведением стремительно растёт. Это вызвано целым рядом неблагоприятных факторов:

- пропаганда агрессии и насилия с телевизионных экранов;
- ухудшение состояния здоровья;
- загруженность детей – высокая утомляемость;
- рост тревожности и другие



Агрессия –
это черта характера

Агрессия – это
модель поведения

Агрессия – это
поведение, слово, направленное
на причинение ущерба другому
или самому себе

Агрессия



```
graph TD; A[Агрессия] --> B[Физическая]; A --> C[Словесная]; A --> D[Предметная]; A --> E[Эмоциональная]; A --> F[Самоагрессия]
```

Физическая

Словесная

Предметная

Эмоциональная

Самоагрессия

Факторы, способствующие росту агрессивности у подростков:

- эндокринный взрыв, резкое нарастание гормонов;
- непонимание и неприятие со стороны взрослых;
- неудачные отношения со сверстниками
- медицинские факторы (травмы головы, болезни головного мозга и т.п.)

Причины
агрессивного
поведения

A hierarchical diagram with a central light blue box at the top containing the text 'Причины агрессивного поведения'. Four vertical lines descend from the bottom of this box to four separate dark blue boxes arranged horizontally below. Each of these four boxes contains a category of causes in orange text: '«Семейные»', '«Личные»', 'Социальные', and 'Ситуативные'. The background features a light blue and white wavy pattern at the top.

«Семейные»

«Личные»

Социальные

Ситуативные

«Семейные» причины:

- Разрушение эмоциональных связей в семье (конфликты и ссоры между родителями, между родителями и детьми)
- Чрезмерный контроль или его полное отсутствие
- Равнодушие или поощрение агрессивного поведения детей
- Запрет на проявление чувств
- Агрессивное поведение родителей
- Избыток или недостаток внимания со стороны родителей

«Личные причины»

- Недовольство собой, низкая самооценка
- Повышенная раздражительность, обидчивость, вспыльчивость
- Высокая тревожность
- Тип темперамента
- Акцентуация характера

Социальные причины:

- Влияние «плохой» компании
- Не умение общаться со сверстниками, отвержение сверстниками
- Окружающая среда

Ситуативные причины:

- Плохое самочувствие, переутомление
- Влияние продуктов питания
- Влияние шума, вибрации, температуры воздуха
- Долгое времяпрепровождение у телевизора (агрессивные фильмы)

Высокая тревожность как причина возникновения агрессии

- Школьная
- Личностная
- В ситуациях проверки знаний
- Как отражение конфликтных отношений в семье
- Страх не соответствовать ожиданиям окружающих
- Переживание социального стресса

Как вести себя с агрессивным подростком, юношей?

- Спокойное отношение в случае незначительной агрессии
- Акцентирование внимание на поступках, а не на личности
- Контроль над собственными негативными эмоциями
- Демонстрация модели неагрессивного поведения
- Снижение напряжения ситуации
- Обсуждение проступка
- Сохранение положительной репутации ребенка