

# 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



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.)

```
graph TD; A[Причины агрессивного поведения] --- B[«Семейные»]; A --- C[«Личные»]; A --- D[Социальные]; A --- E[Ситуативные];
```

Причины  
агрессивного  
поведения

«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