

Батьківські збори

«Агресія та шляхи її подолання у підлітковому віці»

Мета: сформувати знання батьків про проблему агресивності підлітків, сформувати вміння і навички допомогти своїм дітям впоратися з агресивним станом, навчити боротися зі своїм гнівом.

Завдання: визначити причини переважання негативних чи позитивних емоцій в учнів, зокрема агресивної поведінки школярів, визначити причини появи агресії і дати рекомендації батькам.

Форма проведення: семінар-практикум

Попередня підготовка: анкетування учнів «Що таке агресія», методика Басса-Дарки, зустріч-тренінг «Як можна обійтися без бійки»

Обладнання: аркуші формату А4, маркер, мультимедійна презентація з ключовими поняттями, музична притча «Цвяхи».

Хід зборів

I. Вправа «Здрастуйте».

II. Гра «Атоми і молекули».

Мета: настрій на роботу семінару, підвищення рівня працездатності учасників на початку зборів.

Уявімо собі, що всі ми - атоми. Атоми виглядають так (тренер показує, зігнувши руки в ліктях і притиснувши кисті до плечей). Атоми постійно рухаються і час від часу об'єднуються в молекули. Число атомів у молекулі може бути різне, воно буде визначатися тим, яке число я назву. Ми всі зараз почнемо швидко рухатися по цій кімнаті, і час від часу я буду говорити якесь число, наприклад 3. І тоді атоми повинні об'єднатися в молекули по три атома в кожній. Молекули виглядають так (тренер разом з двома учасниками групи показує, як виглядає молекула: вони стоять обличчям один до одного в колі, торкаючись один одного передпліччями).

Під час виконання вправи, в якому тренер бере участь разом з групою, він не називає таких чисел, коли один учасник групи може залишитися поза молекули,

наприклад, 3 при загальній (разом з тренером) чисельності 10 осіб. Наприкінці вправи тренер називає число, яке дорівнює кількості всіх, що беруть участь у вправі. Коли вправа завершено і всі зайняли свої місця, ведучий звертається до групи з питанням: «Як ви себе відчуваєте?» Або «Чи можемо ми приступити до роботи?»

«Притча про Вічне подорожнього»

Прожили люди життя нерозумне і підійшли до прірви. Далі - загибель! – Як же нам бути, хто нас врятує? – затурбувалися люди. Пішли до мудреця. – Зі сходом Ранкової Зірки прийде Подорожній Вічності. Він врятує вас! – сказав їм мудрець. Люди всю ніч стояли край дороги і чекали сходу Ранкової Зірки, треба було зустріти Подорожнього Вічності.

– Ні не він ... І цей не він ... І той не він ... – говорили люди, бачачи ранніх поспішаючих. Один не був одягнений в білу одягу – значить, не він. У другого не було довгої білосніжної бороди – теж не він. Третій не тримав в руках посох і не виглядав втомленим – значить, і той був не він.

Ось і зійшла перша ранкова зірка. Десь заспівав жайворонок. Десь заплакала дитина. Люди дивились на дорогу – де Подорожній? Десь заіржало лоша. А Подорожнього Вічності на дорозі люди не побачили. Прийшли до мудреця зі скаргою: - Де ж обіцяний Подорожній Вічності?

– А ви, шановні батьки, здогадалися, хто ним був?

– А плач дитини ви почули? – запитав мудрець.

– Але це плач новонародженого! – відповіли люди.

– Він і є Подорожній Вічності! Він ваш рятівник! Так люди побачили дитину – свою надію.

– Дитина – це і є Подорожній Вічності! Саме від нього залежить порятунок людського роду. А чому?

– Адже саме йому жити в майбутньому. Батьки – перші вихователі для своєї дитини і залишаються ними на все життя. Адже народна мудрість не дарма говорить: "Яблуко від яблуні не далеко падає; він син свого батька; всмоктав із молоком матері". Але не завжди наші очікування відповідають реальній картині. Іноді в наших дітей вселяється бісеня, і він ставати некерований. Втрачає контроль і

починає ображати молодших, отримує двійки і каже грубості батькам і вчителям. Що ж сталося з нашою дитиною, адже ми покладали такі великі надії на нього, а він грубий, нечемним, і часто просто агресивний. Для того, щоб це зрозуміти ми і зібралися на чергову зустріч.

III. Вправа «Асоціації».

Психолог: Скажіть будь ласка, які асоціації у вас викликає слово «Агресія», напишіть свої асоціації на даній схемі (робота в групах).

Обговорення в групах.

Психолог: давайте познайомимся з даним поняттям.

Напружена, нестійка соціальна, економічна, екологічна, ідеологічна обстановка, що склалася в даний час в нашому суспільстві, обумовлює зростання різних відхилень в особистому розвитку і поведінці людей. Особливу тривогу викликають прогресуюча відчуженість, підвищена тривожність, духовна спустошеність дітей, поява у них жорстокості та агресивності. Юристи, психологи, педагоги, лікарі, соціологи та інші фахівці відзначають в останні роки зростання тривожних тенденцій – підвищення агресивних проявів у школярів, збільшується кількість жорстоких правопорушень, зростає кількість грабежів, розбоїв. У значної частини населення склалася тенденція до руйнівних дій або, у всякому разі, внутрішня готовність виправдати злочин. Це основні види правопорушень у підлітків, а такого роду злочини завжди пов'язані з жорстокістю. Крім того, дослідження показали зростання у дітей та підлітків садизму у ставленні до «братів менших» – це проекція ставлення до самої людини.

Основною «групою ризику» були, є і залишаються дев'ятикласники. Чому?

IV. Міні-лекція: «Криза 14-ти років»

V. Вправа «Мозковий штурм».

Завдання для батьків. Напишіть три негативних якості агресивної неслухняної дитини.

По колу батьки називають якості, риси характеру, а вчитель фіксує їх на дошці. Обговорення в групах. Що ж з цього приводу думають дитячі психологи, який портрет агресивної дитини вони нам малюють.

У класі було проведено опитування, як діти розуміють поняття «агресивність».

Ось на які питання вони відповідали.

1. Яких людей ти вважаєш агресивними?

(Злі, нечемні, голосно лаються, кричать на всіх, б'ють, б'ються, люди, які не можуть впоратися зі своїми емоціями, вони вічно не задоволені ...)

2. Чи вважаєш ти себе агресивним?

(Ні - 19 осіб, 5 – так).

3. Буваю батьки агресивно налаштовані проти тебе?

(Ні - 11 осіб; так - 13 осіб).

VI. Вправа «Мозковий штурм».

Як ви думаєте чи можна визначити конкретні критерії, за якими ми зможемо виявити агресивну дитину?

(Робота в групах)

Обговорення.

Психолог. Агресивні діти потребують розуміння і підтримки дорослих, тому головне наше завдання полягає не в тому, що б поставити «точний» діагноз, або «приклеїти ярлик», а в наданні посильної та своєчасної допомоги дитині. Психологами розроблено критерії визначення агресивності, які можна застосувати як схему спостереження за дитиною.

Критерії агресивності:

Дитина:

1. Часто втрачає контроль над собою.
2. Часто сперечається, лається з дорослими.
3. Часто відмовляється виконувати правила поведінки.
4. Часто спеціально дратує людей.
5. Часто звинувачує інших у своїх помилках.
6. Часто сердиться і відмовляється зробити що-небудь.
7. Часто заздрисний, мстивий.
8. Чутливий, дуже швидко реагує на різні дії оточуючих (дітей і дорослих), які

нерідко дратують його.

Припустити, що дитина агресивна, можна лише в тому випадку, якщо протягом не менш ніж 6 місяців у його поведінці виявлялися хоча б 4 з перерахованих ознак.

VII. Вправа «Перевір свою дитину».

Анкетування дорослих з метою виявлення агресивності у дитини, застосовується спеціальна анкета, розроблена російськими психологами Г.П. Лаврентьєвої і Т.М. Титаренко.

Психолог зачитує питання анкети, батьки відзначають 1 балом ті якості, які зустрічаються у їхніх дітей, 0 балів, якщо не зустрічаються. Критерії агресивності у дитини.

Анкета

1. Часом здається, що в нього вселився злий дух.
2. Він не може промовчати, коли чимось незадоволений.
3. Коли хтось заподіє йому зло, він обов'язково намагається відплатити тим же.
4. Іноді йому без всякої причини хочеться вилаятися.
5. Буває, що він із задоволенням ламає іграшки, щось розбиває, потрошить.
6. Іноді він так наполягає на чомусь, що оточуючі втрачають терпіння.
7. Він не проти подразнити тварин.
8. Переконати його важко.
9. Дуже сердиться, коли йому здається, що хтось над ним кепкує.
10. Іноді в нього спалахує бажання зробити щось погане.
11. У відповідь на звичайні розпорядження прагне зробити все навпаки.
12. Часто не за віком буркотливий.
13. Сприймає себе самостійним і рішучим.
14. Любить бути першим, командувати, підкоряти собі інших.
15. Невдачі викликають у нього сильне роздратування, бажання знайти винних.
16. Легко свариться, вступає в бійку.

17. Намагається спілкуватись з молодшими і фізично слабшими.
18. У нього нерідкі напади дратівливості.
19. Не вживається з однолітками, не поступається, не ділиться.
20. Упевнений, що будь-яке завдання виконає краще всіх.

Підрахуйте кількість балів.

Висока агресивність – 15-20 балів, середня агресивність – 7-14 балів, низька агресивність – 1-6 балів.

VIII. Вправа «Сніжинка»

Вправа – активатор, для підняття емоційного настрою і профілактики втоми.

Психолог: Як же допомогти агресивній дитині? З агресивною дитиною можна розмовляти на підвищених тонах – тим самим ви «підключаєтеся» до її порушення і провокуєте посилення агресивних імпульсів. Послідовне використання спокійною, плавною мови дозволяє дитині перемкнутися й почати слухати вас.

Особливо важливо при цьому визнати право дитини обурюватися і викидати свою енергію різними способами. Після такого визнання дитина почне до вас прислухатися, і тоді у вас з'являється шанс допомогти їй освоїти більш прийнятні методи «виходу» агресивних імпульсів.

Деякі діти під впливом «розумних» дорослих довгий час здатні стримувати свої агресивні імпульси навіть тоді, коли інші зачіпають їх гідність («Битися недобре! Не звертай уваги!"). Правда, ніхто не вчить, яким чином він може не чути образ на свою адресу. І ось цих стриманих молодих людей час від часу прориває. Але якщо він вдарить людину в такому стані – то це може призвести до травми кривдника. І виправдатися неможливо: «Він тебе просто дратував, а ти йому руку зламав ..!» Тому, як співається у пісні, «честь повинна бути врятована миттєво». Тоді буде набагато менше руйнувань і проблем. Агресивні прояви можна знімати за допомогою деяких вправ. Діти добре освоюють їх у тому випадку, якщо агресивність насправді приносить таким дітям безліч проблем і вони усвідомлюють це, наприклад, можна навчити дитину концентрувати увагу в момент імпульсу на своїх руках і навмисне стискати кулаки з граничним зусиллям. Гіпернапруження неминуче змінюється релаксацією м'язів. І якщо агресія не йде

зовсім, то тепер вона стає керованою. Давайте зробимо ці вправи всі разом.

IX. Вправа «Повітряна кулька»

Опис. Уявіть, що у ваших грудях знаходиться повітряна кулька. Вдихаючи через ніс, до відмови заповни легені повітрям. Видихаючи ротом, відчуй, як він виходить з легких. Дихай і уявляй, як кулька наповнюється повітрям і стає все більше і більше. Повільно видихни ротом, наче повітря тихенько виходить з кульки.

X. Вправа «Кулачок»

Стисніть кулачок міцно-міцно. Нехай вони потримують кулачок стиснутим, а коли розкриють його, рука розслабиться.

- А зараз я пропоную вам послухати музичну притчу «Цвяхи»

XI. Вправа «Гра» Соняшник »

Мета: згуртування групи. Ритуал прощання. Учасники стають в коло, ведучий говорить: «Закрийте, будь ласка, очі. Згадайте про те, як ви поодиноці прийшли на це зібрання ». Тепер відкрийте очі, відчуйте, як ви поступово перетворилися в єдину групу і стали ближче один одному ... звузьте коло, щоб встати щільніше, і покладіть руки своїм сусідам ... Уявіть, що ви всі, це квітка соняшника, який повільно погойдується від легкого вітерцю. Закрийте очі і повільно качніть вліво ... тепер вправо ...Продовжуючи ритмічно рухатися, відкрийте очі і опустіть руки ... усвідомте, що соняшник вже дозрів, і кожен з вас зараз перетворитися на самостійне соняшникові насінину.

Підходить до кінця чергова наша зустріч. Любов і віра батьків мають виключне значення у вихованні дітей. Любов батьків до дитини робить його впевненим у собі, розкутим, вільним. Дитина, що отримав багато любові в сім'ї, буде щедро ділитися нею з людьми все життя. Ми завжди дуже раді бачити вас! І ще кілька слів: рецепт щастя: «Візьміть повну чашу терпіння, влийте в неї повне серце любові, додайте дві жмені щедрості, посипте добротою, хлюпніть трохи гумору і додайте якомога більше віри. Все це добре перемішайте. Намажте на шматок відпущеного вам життя і запропонуйте кожному, кого зустрінете на своєму шляху! »