

## روش های مقابله با پرخاشگری کودکان

پرخاشگری دوران کودکی یک مشکل بهداشتی عمده در سراسر جهان به خصوص در سالهای اخیر محسوب می شود. از سالهای پیش دبستانی هنگامی که کودک شروع به شرکت در تعاملات گسترده با همسالان میکند، پرخاشگری به یک مسئله مهم تبدیل میشود. علت این مشکل را میتوان به مجموعه ای از متغیرهای زیستی، روانی، فرهنگی و خانوادگی نسبت داد. پرخاشگری در کودکان پدیده‌ی شایعی است که به صورت‌های مختلف جسمی، عاطفی و تنش قابل توجه در آنها دیده می‌شود. اگرچه این مسئله بخشی طبیعی در روند رشد کودک شماسست، اما از او انتظار می‌رود که در مدرسه احساساتش را کنترل و مدیریت کند. هرچه آموزش‌های شما در این زمینه از سن کمتری آغاز شود احتمال اینکه فرزندتان بتواند بر پرخاشگری‌اش غلبه کند بیشتر می‌شود. علی‌رغم اینکه پرخاشگری برای شما (و دیگر والدینی که با آن روبرو می‌شوند) ناخوشایند است، در فرایند رشد کودک ۵ ساله کاملاً عادی است. در حقیقت، تقریباً هر کودکی در این سن اسباب‌بازی دوست خود را می‌دزدد، لگد می‌زند، مشت می‌زند، یا گاه به گاه داد می‌زند. برخی اوقات دلیل این امر یک ترس ساده است.

### مخاطبان

والدین

### اهداف

- کاهش اضطراب و استرس کودکان و نوجوانان
- پیشگیری از افسردگی در کودکان
- مقابله با خشونت های مدرسه ای
- مدیریت ناکامی ها
- اصلاح الگوپذیری از خشم
- تخلیه هیجانی درست

### سرفصل های آموزشی

۱	تعریف پرخاشگری و طبقه بندی آن
۲	علل و عوامل پرخاشگری
۳	تکنیک های لازم برای کنترل پرخاشگری در محیط خانواده
۴	درمان پرخاشگری
۵	مدیریت پرخاشگری

### زمانبندی کارگاه

- ✓ شروع کلاس ها از ساعت ۹ صبح و پایان کلاس ساعت ۱۲ می باشد.
- ✓ محل برگزاری کلاسها متعاقبا اعلام می شود.
- ✓ یک روز قبل از شروع دوره هماهنگی های لازم با شما انجام خواهد گرفت.
- ✓ جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۲۱۶۶۰۵۴۹۵۸ تماس حاصل فرمایید.