

**PROCEDURA POSTĘPOWANIA W PRZYPADKU AGRESYWNEGO
ZACHOWANIA DZIECKA W PRZEDSZKOLU STWARZAJĄCEGO ZAGROŻENIE
DLA BEZPIECZEŃSTWA I ZDROWIA
WŁASNEGO ORAZ INNYCH**

**PRZEDSZKOLE NR 22
W GDYNI**

Gdynia 2025 r.

§ 1

CELE PROCEDURY

1. Usprawnienie i zwiększenie skuteczności oddziaływań wychowawczych przedszkola w sytuacjach trudnych.
2. Zapobieganie powtarzaniu się zachowań niepożądanych.
3. Eliminowanie u dzieci negatywnego obrazu samego siebie, stwarzanie poczucia pewności siebie, zapewnianie równowagi emocjonalnej.
4. Ułatwienie nawiązywania kontaktów społecznych.
5. Ustalenie zasad reagowania na zachowania niepożądane.
6. Wypracowanie metod współpracy ze środowiskiem rodzinnym.

§ 2

OSOBY PODLEGAJĄCE PROCEDURZE

1. Do przestrzegania niniejszej procedury zobowiązani są dyrektor, nauczyciele i pracownicy Przedszkola Nr 22 w Gdyni oraz rodzice dziecka, bądź jego prawni opiekunowie.

§ 3

POSTĘPOWANIE W SYTUACJI WYSTĄPIENIA ZACHOWANIA TRUDNEGO

1. Nauczyciel oraz pracownik administracji i obsługi przedszkola zobowiązany jest do przeciwstawiania się przejawom agresji ze strony wychowanków.
2. Podejmując interwencję wobec agresywnego dziecka, należy dążyć do zapewnienia bezpieczeństwa i opieki wszystkim wychowankom, a także sobie. Nauczyciel w takiej sytuacji prosi o pomoc innego pracownika pedagogicznego przedszkola. Ustala kto będzie sprawował opiekę nad grupą, osobą poszkodowaną oraz dzieckiem wykazującym agresywne zachowanie.
3. Działaniom skierowanym na usunięcie bezpośredniego zagrożenia powinna towarzyszyć próba wyciszenia dziecka poprzez rozmowę, odwrócenie jego uwagi itp.
4. Podejmując interwencję wobec agresywnego dziecka nie wolno: obrażać dziecka, zawstyżać go ani oceniać; ocenie podlega zachowanie, a nie osoba. Reakcja powinna być stanowcza, a przekaz słowny prosty i jasny.
5. Nauczyciel ocenia skalę krzywdy i sposób, w jaki zostanie udzielona pomoc wychowankom, przeciwko którym skierowana była agresja.
6. Nauczyciel/specjalista, niebędąca wychowawcą grupy, do której uczęszcza agresywny wychowanek, informuje o zdarzeniu wychowawcę.
7. Wychowawca przeprowadza rozmowę z dzieckiem przejawiającym zachowania agresywne mającą na celu opisanie zdarzenia, odwołanie do kodeksu grupowego w celu ustalenia poprawnego zachowania, uzyskanie od dziecka informacji o zrozumieniu przebiegu rozmowy i oczekiwań nauczyciela.

8. Fakt agresywnego zachowania dziecka powinien być odnotowany w dzienniku zajęć lub w innym dokumencie grupowym oraz zgłoszony bezpośrednio rodzicowi/prawnemu opiekunowi odbierającemu w danym dniu dziecko z przedszkola.
9. W sytuacji związanej z agresywnym zachowaniem dziecka nauczyciel powiadamia dyrektora.
10. Jeśli zachowanie wychowanka wiąże się z uszkodzeniem ciała innego dziecka, nauczyciel ma obowiązek poinformować rodziców dziecka poszkodowanego o zaistniałej sytuacji.
11. W przypadku powtarzających się sytuacji dyrektor wraz z psychologiem, przy udziale nauczycieli przeprowadza rozmowę z rodzicami dziecka przejawiającego zachowania agresywne, z przebiegu której spisana zostaje notatka służbowa.

§ 4

ROZPOZNANIE PRZYCZYN I ŹRÓDEŁ MAJĄCYCH WPŁYW NA ZACHOWANIE DZIECKA, WSPOMAGANIE ROZWOJU DZIECKA

1. Nauczyciel podejmuje działania zmierzające do eliminacji trudności i rozwiązania problemów dziecka:
 - 1) Ustala wspólnie z dziećmi zasady zachowania w formie kodeksu grupowego obowiązującego w grupie/przedszkolu, przypomina je i regularnie odwołuje się do nich w codziennych sytuacjach.
 - 2) Doprowadza do rozwiązania konfliktu między dziećmi poprzez opis zdarzenia przez obydwie strony, nazwanie emocji, podjęcie próby negocjowania rozwiązania.
 - 3) Obserwuje zachowania dziecka w celu egzekwowania ustaleń i zapewnienia bezpieczeństwa innym dzieciom; zapisuje swoje obserwacje w dokumentacji obserwacji pedagogicznych.
 - 4) Dokonuje wstępnej diagnozy i ustalenia przyczyny powtarzających się zachowań niepożądanych, w tym agresywnych, na podstawie poczynionych obserwacji i rozmów z rodzicami.
 - 5) Wychowawca dziecka sprawiającego trudności wychowawcze podejmuje działania w toku bieżącej pracy mające na celu eliminację trudności i rozwiązanie problemów dziecka.
1. Dyrektor organizuje formy pomocy psychologiczno-pedagogicznej, a nauczyciele wraz ze specjalistami opracowują indywidualny program wspierający dziecko.
2. W przypadku powtarzających się sytuacji kryzysowych, dyrektor za zgodą rodziców (**załącznik nr 1**), organizuje obserwację zachowania dziecka i sytuacji wychowawczej w grupie przez specjalistów Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej.

§ 5

WSPÓŁPRACA ZE ŚRODOWISKIEM RODZINNYM

1. W przypadku powtarzających się przejawów agresji i innych zachowań powodujących trudności wychowawcze, nauczyciel podejmuje ścisłą współpracę z rodzicami/opiekunami prawnymi dziecka.

2. Nauczyciel, za zgodą rodziców (**załącznik nr 2**), stosuje wobec dziecka przejawiającego zachowanie agresywne następującą procedurę wychowawczą:
 - 1) Polecenie ustne powtórzone w razie potrzeby.
 - 2) Próba podjęcia wykonania prośby razem z dzieckiem (bycie blisko, wzięcie dziecka za rękę).
 - 3) Odsunięcie/wyciszenie dziecka w sytuacji problemowej - prośba, by dziecko chwilę odpoczęło na krzeselku, bądź wyprowadzenie z sali i pozostanie poza grupą pod opieką dorosłego do czasu, gdy dziecko się uspokoi.
 - 4) Przytrzymanie dziecka np. za rękę.
 - 5) Holding - trzymanie dziecka w uścisku, całkowite zabezpieczenie osób znajdujących się wokół przed kopnięciem czy biciem przez dziecko.
3. Jeżeli rodzic dziecka nie wyraża zgody na zastosowanie w/w procedury wychowawczej, powinien:
 - 1) Własnoręcznie napisać na formularzu zgody informację następującej treści: **„Oświadczam, że nie wyrażam zgody na z w/w procedurą wychowawczą”**, składając pod tą informacją własnoręczny podpis i datę.
 - 2) Natychmiast odebrać dziecko z przedszkola, kiedy nauczyciel lub dyrektor przedszkola powiadomią o przejawianiu zachowania agresywnego (przez jego dziecko).
4. Nauczyciel wspólnie z rodzicami/opiekunami prawnymi, opracowuje plan działań w celu wyeliminowania niepożądanych zachowań, (czynności, zadania oraz metody pracy podejmowane zarówno w przedszkolu, jak i w środowisku rodzinnym). Działania te nauczyciel dokumentuje notatką służbową (**załącznik nr 3**).
5. Nauczyciel zachęca rodziców/prawnych opiekunów do stosowania wypracowanych wspólnie metod wychowawczych w domu rodzinnym. Na bieżąco wspomaga rodziców w pracy wychowawczej z dzieckiem, m.in. poprzez doradztwo w zakresie dobrych praktyk wychowawczych, wskazanie odpowiedniej literatury, proponowanie odpowiednich zabaw i ćwiczeń do realizacji w środowisku rodzinnym, przekazanie informacji o instytucjach wspomagających rodzinę.
6. W przypadku nieskuteczności podejmowanych przez przedszkole działań i niemożliwości przezwyciężenia w dłuższym okresie trudności wychowawczych, w szczególności jeśli zachowanie dziecka trudnego powoduje stałe zagrożenie dla innych wychowanków, a ze strony rodziców dziecka brak jest stałej współpracy i obserwuje się inne zaniedbania obowiązków rodzicielskich, Rada Pedagogiczna rozważa poinformowanie o sytuacji Sądu Rodzinnego.
7. O agresywnych zachowaniach dziecka, braku współpracy rodziców w eliminowaniu tych zachowań, a także braku zamiaru poddania go obserwacji przez specjalistów Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, dyrektor powinien poinformować Sąd Rodzinny, który jest uprawniony do wydawania zarządzeń w sytuacjach zagrożenia dobra dziecka, w tym do zobowiązania małoletniego do określonego postępowania (np. do właściwego zachowania w przedszkolu) oraz rodziców do określonego działania (np. do współpracy z placówką, Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną lub inną instytucją).
8. W przypadku nieskuteczności podejmowanych przez przedszkole działań i niemożliwości przezwyciężenia w dłuższym okresie trudności wychowawczych, w szczególności jeśli zachowanie dziecka trudnego powoduje stałe zagrożenie dla innych dzieci, brak jest współpracy z rodzicami, dyrektor w ostateczności, na mocy

uchwały Rady Pedagogicznej, skreśla w formie decyzji administracyjnej dziecko z listy wychowanków przedszkola.

§ 6

DZIAŁANIA PROFILAKTYCZNE PRZEDSZKOLA

1. Przedszkole realizuje roczny plan pracy opiekuńczo-wychowawczo-dydaktycznej, w którym uwzględnione są Prawa Dziecka oraz obowiązujące w społeczeństwie wartości i normy zachowania.
2. Na początku roku szkolnego wychowawcy grup omawiają z rodzicami wszystkich dzieci wzajemne relacje między przedszkolem a środowiskiem rodzinnym dziecka, przedstawiają prawa i obowiązki w zakresie współdziałania w procesie wychowawczym oraz zakres odpowiedzialności za zachowanie dziecka.
3. Nauczyciele realizują zajęcia na temat wartości, stwarzają sytuacje edukacyjne, wykorzystując aktywizujące metody pracy, dzięki którym dzieci poznają wartości, uczą się je rozumieć i stosować.
4. Nauczyciele tworzą klimat wychowawczy zapewniający dzieciom bezpieczeństwo fizyczne i emocjonalne.
5. Nauczyciele poprzez zabawy kształtują inteligencję emocjonalną w zakresie rozpoznawania emocji i radzenia sobie z nimi; kształtują świadomość siebie - swoich zainteresowań, upodobań, woli, wzmacniają samoocenę, uczą zasad przebywania w grupie, zachęcają do wyzwań i podejmowania zadań.

7

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Z *Procedurą postępowania w przypadku agresywnego zachowania dziecka w przedszkolu stwarzającego zagrożenie dla bezpieczeństwa i zdrowia własnego oraz innych w Przedszkolu Nr 22 Gdyni* zostają zapoznani wszyscy pracownicy i rodzice /opiekunowie prawni.
2. Niniejsza procedura wchodzi w życie z dniem 15.05.2025 roku.

.....
podpis dyrektora przedszkola

Gdynia, dn. 15.05.2025 r.

Załącznik nr 1

*Do Procedury postępowania w przypadku agresywnego
Zachowania dziecka w przedszkolu stwarzającego zagrożenie
dla bezpieczeństwa i zdrowia własnego oraz innych
w Przedszkolu Nr22 w Gdyni*

Gdynia, dn.

**ZGODA NA PRZEPROWADZENIE OBSERWACJI DZIECKA
przez pracowników Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej**

Wyrażam zgodę na przeprowadzenie obserwacji trudnego zachowania mojego dziecka:

.....
imię i nazwisko dziecka

urodzonego, zamieszkałego:
data urodzenia dziecka *adres zamieszkania dziecka*

.....
adres zamieszkania dziecka

przez pracowników Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej Nr 2 w Gdyni na terenie Przedszkola
Nr 22 w Gdyni przy ul.

Imiona i nazwiska rodziców/opiekunów prawnych:

.....

Nr telefonu kontaktowego rodziców:

.....
podpis rodziców/opiekunów prawnych

Załącznik nr 2

*Do Procedury postępowania w przypadku agresywnego
Zachowania dziecka w przedszkolu stwarzającego zagrożenie
dla bezpieczeństwa i zdrowia własnego oraz innych
w Przedszkolu Nr 22 w Gdyni*

Gdynia, dn.

ZGODA NA ZASTOSOWANIE PROCEDURY WYCHOWAWCZEJ

Wyrażam zgodę na zastosowanie wobec mojego dziecka

.....
imię i nazwisko dziecka

poniższej procedury wychowawczej w przypadku wystąpienia u niego zachowań agresywnych zagrażających zdrowiu i bezpieczeństwu jego samego, innych dzieci lub nauczycieli.

Procedura wychowawcza w przypadku wystąpienia u dziecka zachowań agresywnych:

- a) Polecenie ustne powtórzone w razie potrzeby.
- b) Próba podjęcia wykonania prośby razem z dzieckiem (bycie blisko, wzięcie dziecka za rękę).
- c) Odsunięcie/wyciszenie dziecka w sytuacji problemowej - prośba, by dziecko chwilę odpoczęło na krześle, bądź wyprowadzenie z sali i pozostanie poza grupą pod opieką dorosłego do czasu, gdy dziecko się uspokoi.
- d) Przytrzymanie dziecka np. za rękę.
- e) Holding - trzymanie dziecka w uścisku, całkowite zabezpieczenie osób znajdujących się wokół przed kopnięciem czy biciem przez dziecko.

.....
podpis rodziców/prawnych opiekunów

Załącznik nr 3

*Do Procedury postępowania w przypadku agresywnego
Zachowania dziecka w przedszkolu stwarzającego zagrożenie
dla bezpieczeństwa i zdrowia własnego oraz innych
w Przedszkolu Nr 22 w Gdyni*

NOTATKA SŁUŻBOWA NR20.....

Data spotkania/rozmowy

Miejsce: Przedszkole Nr 22 w Gdyni, ul.

Uczestnicy spotkania/rozmowy:

.....

Kogo/czego dotyczy:

Plan działań podjęty w celu wyeliminowania niepożądanych zachowań u dziecka (czynności, zadania oraz metody pracy podejmowane zarówno w przedszkolu, jak i w środowisku rodzinnym).

W przedszkolu:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

W środowisku rodzinnym:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

.....
podpisy nauczycieli/specjalistów

.....
podpisy rodziców/opiekunów prawnych

PRZEBIEG WSPÓŁPRACY Z RODZICAMI

1. Procedura dla rodzica współpracującego:

- 1) Systematyczne (np. cotygodniowe) konsultacje dla rodziców (omówienie sytuacji wychowawczych, zwrócenie uwagi na postawę konsekwencji w relacji dorosły - dziecko oraz pozytywne wzmocnienia zachowań pożądanych)
- 2) Bieżące przekazywanie informacji dotyczących funkcjonowania dziecka w przedszkolu (konsultacje trwają aż do momentu wyciszenia trudności prezentowanych w zachowaniu dziecka),
- 3) Zaproponowanie rodzicom Warsztatów Umiejętności Wychowawczych oraz wskazanie miejsc, gdzie mogą rozwijać swoje kompetencje. Przybliżenie idei warsztatów.
- 4) Zaproponowanie wykonania pogłębionej diagnozy, np.: Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna, Integracja Sensoryczna, Zaburzenia ze spektrum Autyzmu, Diagnoza neurologopedyczna lub logopedyczna i inna.
- 5) Objęcie dziecka pomocą psychologiczno-pedagogiczną w przedszkolu,
- 6) Psychoedukacja rodziców (np. podczas zebrań z rodzicami, krótkie pogadanki dla ogółu rodziców, tworzenie artykułów na stronę przedszkola, gazetek w kąciakach dla rodziców),
- 7) Przekazywanie rodzicom propozycji literatury dotyczącej rozwoju dziecka, metod wychowawczych, radzenia sobie z trudnymi zachowaniami dziecka, sposobów spędzania z dzieckiem czasu w domu (propozycje zabaw rozwijających).
- 8) Angażowanie rodzica i dziecka w życie przedszkolne (np. uczestnictwo w konkursach przedszkolnych).
- 9) Przygotowanie i przekazanie rodzicom listy instytucji pracujących na rzecz dziecka i rodziny.

2. Procedura dla rodzica niewspółpracującego:

- 1) Próba nawiązania współpracy z rodzicem, ustalenie zasad kontraktu,
- 2) Próba organizowania konsultacji dla rodziców,
- 3) Proponowanie rodzicowi systematycznych (np. cotygodniowych) konsultacji-omówienie sytuacji wychowawczych, zwrócenie uwagi na postawę konsekwencji w relacji dorosły - dziecko oraz pozytywne wzmocnienia zachowań pożądanych,
- 4) Bieżące przekazywanie informacji dotyczących funkcjonowania dziecka w przedszkolu.
- 5) Jeżeli rodzic nie wyraża chęci, wtedy:
 - a) Przekazywanie informacji o bieżących zachowaniach dziecka odbywa się np. gdy rodzic przyprawdza dziecko do przedszkola lub gdy je odbiera.
 - b) W odpowiedzi na dalszy brak współpracy z rodzicami, zorganizowanie spotkania z inicjatywy dyrektora przedszkola: dyrektor, nauczyciel pracujący z dzieckiem, psycholog/pedagog/logopeda (w zależności od potrzeb dziecka),

- c) Zaproponowanie rodzicom warsztatów umiejętności wychowawczych oraz wskazanie miejsc, gdzie mogą rozwijać swoje kompetencje. Przybliżenie idei warsztatów
- d) Zaproponowanie wykonania pogłębionej diagnozy dziecka (np. Poradnia psychologiczno-pedagogiczna, integracja sensoryczna, zaburzenia ze spektrum autyzmu, diagnoza neurologopedyczna lub logopedyczna) oraz próba rozmowy z rodzicami o wynikach pogłębionej diagnozy.
- e) Psychoedukacja rodziców (np. Podczas zebrań z rodzicami, przez krótkie pogadanki dla ogółu rodziców, tworzenie artykułów na stronę przedszkola, gazetek do kącików dla rodziców).
- f) Przekazywanie rodzicom propozycji literatury dotyczącej rozwoju dziecka, metod wychowawczych, radzenia sobie z trudnymi zachowaniami dziecka, sposoby spędzania z dzieckiem czasu w domu (proponując zabawę rozwijającą).
- g) Objęcie dziecka pomocą psychologiczno-pedagogiczną w przedszkolu np. Uczestnictwo dziecka w cotygodniowych zajęciach rozwijających kompetencje emocjonalno-społeczne i/lub korekcyjno-kompensacyjnych, w zależności od potrzeb dziecka.
- h) Angażowanie rodzica i dziecka w życie przedszkolne (np. Uczestnictwo w konkursach przedszkolnych).
- i) Jeśli w rodzinie jest niebieska karta lub rodzina jest pod opieką miejskiego ośrodka pomocy społecznej, przedszkole nawiązuje współpracę z zespołem interdyscyplinarnym/asystentem rodziny (w zależności od okoliczności).
- j) Po rozpoznaniu trudności w funkcjonowaniu rodziny czy rodzinnych konfliktów, Kierowanie rodziców do powiatowego centrum pomocy rodzinie.
- k) Przygotowanie i przekazanie rodzicom listy instytucji pracujących na rzecz dziecka i rodziny.
- l) Podjęcie współpracy z miejskim ośrodkiem pomocy społecznej i/lub powiatowym centrum pomocy rodzinie na rzecz dziecka (w zależności od sytuacji dziecka i jego rodziny, np. Współpraca z zespołem interdyscyplinarnym, asystentem rodziny, pracownikiem socjalnym, kuratorem oświaty)

3. Jeżeli przedstawione poprzednio propozycje współpracy z rodzicem zostałyby przez niego odrzucone, jest on uprzedzany, iż przedszkole jest zobowiązane, ze względu na dobro dziecka, zgłosić tę kwestię do Sądu Rodzinnego.

Czym jest dziecięca agresja i jakie są jej formy?

Agresja to każde zamierzone działanie w formie otwartej lub symbolicznej, mające na celu wyrządzenie komuś lub czemuś szkody, straty lub bólu (Ranschburg 1985, s. 77).

Formy dziecięcej agresji:

Agresja fizyczna – polega na ataku fizycznym bądź obronie. Jej przyczyną często bywa konflikt o zabawkę lub pomysł na zabawę. Przejawia się zarówno biciem, kopaniem, szczypaniem, gryzieniem, jak i wyrywaniem sobie zabawki, popychaniem, rzucaniem i niszczeniem przedmiotów.

Agresja werbalna – polega na konfrontacji słownej związanej z wyzwiskami, a także z obwinianiem, skarżeniem, lamentowaniem. Są to także: kłótnie, obraźliwe słowa, prowokowanie.

Agresja pośrednia (cicha) – występuje wtedy, gdy dziecko wyłącza się z komunikacji, świadomie ignoruje i wyraża przesadnie brak zainteresowania innymi dziećmi. Sygnalizuje antypatię i broni się przed kontaktem społecznym, przygotowuje w tajemnicy przykry dowcip.

Agresja relacji – może prowadzić do wykluczenia z grupy pewnych osób, przedstawienia siebie w lepszym świetle oraz narzucania komuś swojej woli.

Zachowania agresywne dziecka to także:

1. opór wobec rodzica/nauczyciela;
2. niszczenie przedmiotów własnych i cudzych;
3. przesadne żądanie zainteresowania oraz uwagi ze strony innych;
4. przeszkadzanie innym dzieciom;
5. wybuchowość;
6. żądanie natychmiastowego zaspokojenia potrzeb;
7. krzyki i groźby wobec innych dzieci.

Przyczyny zachowania agresywnego:

1. niezaspokojenie potrzeb lub pragnień dziecka;
2. nieprawidłowe wzorce rozwiązywania konfliktów społecznych;
3. nowe sytuacje życiowe przerastające dziecko (np. pojawienie się młodszego rodzeństwa, rozwód rodziców itp.);
4. brak jasno określonych norm i zasad zachowania;
5. niskie poczucie własnej wartości;
6. nieumiejętność radzenia sobie z własnymi emocjami (np. złość, gniew, lęk, frustracja)
7. brak odpowiedniej ilości odpoczynku;
8. zbyt duży dostęp do środków masowego przekazu (Internet, gry komputerowe, bajki, filmy i programy, w których występuje przemoc, agresja);

9. reakcją obronną na zagrożenie (zagrożenie może być fizyczne np. hałas, gorąco, tłok lub psychiczne: wyśmiewanie, upokarzanie, poczucie niesprawiedliwości)
10. konsekwencją wczesnodziecięcych przeżyć (np. bicia, ostrego karania).

Sposoby zapobiegania dziecięcej agresji:

1. rozpoznanie indywidualnych potrzeb dziecka oraz stworzenie warunków umożliwiających mu zaspokojenie ich w odpowiednim stopniu;
2. stworzenie atmosfery zaufania, akceptacji i bezpieczeństwa;
3. dawanie dobrych wzorców do naśladowania;
4. ustalenie jasnych zasad i reguł, konsekwentne ich przestrzeganie;
5. wzmacnianie zachowań pozytywnych (np. pochwała słowa);
6. budowanie wewnętrznego systemu wartości;
7. współpraca rodziców/prawnych opiekunów z nauczycielem dziecka;
8. stworzenie sytuacji umożliwiającej pozbycie się negatywnych emocji, rozładowanie złości poprzez stosowanie takich metod jak: rysunek terapeutyczny, bajkoterapia, pantomima, ćwiczenia ruchowe, zabawy relaksacyjne z muzyką, ćwiczenia oddechowe.

Przykłady sposobów pozbywania się i odreagowania dziecięcej złości:

1. skrzynia/pudełko złości – w środku znajdują się stare gazety, które dziecko może gnieść, gdy wpadnie w złość;
2. malowanie jaskrawymi kolorami na dużym arkuszu papieru;
3. ludek złości – np. pacynka lub skarpeta z namalowaną twarzą, do której można włożyć rękę i opowiedzieć o swoim zdenerwowaniu;
4. zorganizowanie w domu/przedszkolu kącika złości – miejsce, w którym dziecko może usiąść i wyciszyć się kiedy odczuwa zdenerwowanie;
5. splukiwanie złości wraz z wodą w toalecie;
6. woreczek złości, w którym dziecko może zamknąć negatywne emocje;
7. terapia ruchem – wytupywanie złości np. na gazecie, planszy.
8. ćwiczenia oddechowe – wydłużanie fazy wydechowej uspokojenie układu nerwowego, np. rozdmuchiwanie złości
9. zabawy z kartami emocji – wybranie kart z emocjami towarzyszącymi dziecku, rozmowa, stworzenie opowiadania.