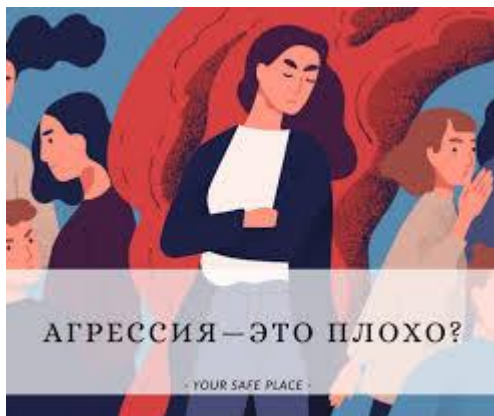


Подростковая агрессивность

Агрессия в подростковом возрасте (10-16 лет) проявляется прежде всего в агрессивном поведении в школе, на улице, дома в отношении рядом находящихся людей. Это могут быть как физически агрессивное поведение, так и вербальное выражение агрессивности (грубые слова).



Семейные причины агрессивного поведения подростков:

- Безразличное отношение к ребенку;
 - Недостаток любви, внимания и заботы родителей;
 - Ревность;
 - Чрезмерный контроль и опека;
 - Безучастность к жизни подростка;
 - Отсутствие эмоциональной связи;
- Унижение и оскорбление;
 - Подавление эмоций ребенка и любых проявлений самостоятельности;
 - Насилие в семье.

Личностные причины:

- Неуверенность в себе;
- Чувство вины;
- Страх
- Обидчивость
- Чувство одиночества.

Биологические причины:

- Юношеский максимализм. В подростковом возрасте ребенок отчаянно ищет себя, его ценности и установки меняются очень быстро, а восприятие окружающего имеет две оценки — либо плохо, либо хорошо, либо черное, либо белое, это крайность в каких-либо требованиях, во взглядах (когда или всё или ничего, когда чрезмерно завышены претензии ко всему — миру, жизни, людям). Поэтому вовремя не скорректированная родителями новая модель поведения ребенка может обернуться протестом на любое несоответствие действительности ребенка.
- Половое взросление.

Ситуативные причины:

- Переутомление как результат физической и умственной нагрузки;

- Болезнь;
- Неприятные ситуации в семье;
- Чрезмерное увлечение компьютерными играми.

Профилактика подростковой агрессии, рекомендации родителям:

1. Сделайте так, чтобы в семье уровень агрессии был максимально низким. Агрессия зачастую вызывает эффект «снежного кома», только усугубляя ситуацию. Это же касается и проявления агрессии к другим членам семьи: если подросток видит, что его родители ругаются, он может брать с них пример: «вам можно, а почему мне нельзя?».
2. Хорошо, если у подростка будет увлечение, хобби. Например, спорт или занятия танцами, которые направляют энергию подростка в мирное русло. Хвалите его за достижения и старание, поддерживайте. Даже если вам занятие кажется пустяковым.
3. Поговорите с подростком о его жизненных целях. Только не через нотации, пусть это будет доверительная беседа. Расскажите, каким подростком были вы: отличная терапия – признать «ты и я: мы с тобой одной крови».
4. Выстраивайте доверительные отношения.
5. Необходимо обращать внимание на подростка, по возможности говорить с ним о том, что его волнует и что может вызывать агрессию.
6. Если произошла вспышка агрессии обсудить этот случай, поговорить о чувствах, которые испытывал ребенок.
7. Запреты должны быть четкими и понятными (плохой запрет: «Нет, потому что я так сказал(а)!»). Исключите противоречивые требования к ребенку в семье, чтобы не сформировать оппозиционное отношение к внешнему окружению.
8. Дать выход агрессии. Спорт и творчество помогают преобразовать проявления агрессии в социально приемлемые формы поведения. Так же самовыражение через хобби, победы и достижения могут помочь ребенку почувствовать ситуацию успеха, что поможет им избавиться от внутреннего дискомфорта и недовольства самим собой.

Переходный возраст — сложный период для каждого человека, и самого подростка, и его окружения. Но справиться с этим и не допустить болезненных последствий вполне возможно.

Список литературы для родителей:

- «Агрессия» — Роберт Бэрон, Дебора Ричардсон
- «Подростковая агрессия» — Альберт Бандура, Ричард Уолтерс

Педагоги-психологи ГУО «Средняя школа № 37 г. Гродно».

Уважаемые родители, за дополнительной консультацией вы можете обратиться к специалистам в каб. 333.