

«Как выглядит агрессия в подростковом возрасте».

Тема актуальна во все времена, потому что подростковый возраст никто не отменял.

Итак, агрессивное или деструктивное поведение. Что это такое?

Агрессия – стремление, проявляющееся в реальном поведении целью которого является доминирование над другими или подчинение их себе.

Признаки агрессивного поведения:

- выраженное стремление доминировать над людьми и использовать их в своих целях;
- тенденция к разрушению;
- направленность на причинение вреда окружающим;
- склонность к насилию (причинение боли)

Подростковый возраст самый сложный, именно в это время человек конфликтует со всем миром, а особенно с теми, кто, по его мнению, ограничивает жизнь.

Агрессивный подросток – это прежде всего обычный ребенок, которому свойственна нормальная наследственность. Черты агрессивности он приобретает под воздействием упущений, ошибок, недоработок в воспитательной работе, сложностей в окружающей его среде. Агрессивность у подростка формируется в основном как форма протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе, что проявляется в соответствующем поведении. Также на агрессивное поведение могут влиять и его природные особенности – темперамент, например возбудимость и сила эмоций, способствующие формированию таких черт характера, как вспыльчивость, раздражительность.

Если агрессивное поведение проявляется без причины, можно сказать, что человек страдает от гормонального дисбаланса в организме. А если оно не вызвано заболеваниями или нарушениями в организме, то это может быть формой протеста на ограничения дома, в школе и желание самоутвердиться среди сверстников. Кроме того, причинами агрессии могут быть конфликты в семье между родителями и детьми, средства массовой информации, фильмы, плохая компания, уровень семьи. В любом случае, пускать ситуацию на самотек не следует надо искать причины такого поведения.

Роль семьи в регулировании данного вопроса является определяющей, не стоит этого недооценивать. Давайте сейчас зададим себе вопрос : Какова ваша реакция на неправильное поведение ребенка? каковы отношения с братьями и сестрами – часто это важный фактор агрессии у подростка.

На поведение подростка может повлиять социальный статус и уровень жизни семьи. Если в семье недостаточно денег, то дети начинают вести себя агрессивно из-за того, что их родители не могут купить им, например: дорогой телефон или планшет, модную одежду, красивые джинсы. Так же могут вести себя и дети, которые растут в обеспеченной семье, у кого всё есть, но в этом случае подростки считают себя выше и лучше других.

Иногда подростки ведут себя агрессивно из-за ревности. Например, в семье появился второй ребенок, или семья распалась - мама выходит замуж за другого мужчину, или папа женится на другой. Если подросток проявляет агрессию по отношению к своему брату

или сестре, то в этом случае многое зависит от родителей, от их умения предотвращать конфликты, потому что эта ситуация может повлиять на взаимоотношения детей в дальнейшем. Родителям нельзя чаще хвалить второго ребенка, чем первого, сравнивать их, т.к. подростку кажется, что его любят меньше. Нельзя постоянно ставить ему в пример даже постороннего ребенка у подростка может появиться ревность и к нему.

Частые унижения, оскорбления детей со стороны родителей также приводят к агрессивному поведению. Подростки начинают грубить, делать все назло людям, которые находятся рядом с ними.

Важную роль в формировании индивида играют школа и различные группы, в которых находится подросток. Если, например, подготовленность ребенка к школе слабая, а требования высокие, то у ребенка происходит внутренний конфликт. Он начинает раздражаться, пропускать уроки, уходить из дома. Учебная нагрузка, конфликты с педагогами, неразделенная любовь выводят психику подростка из равновесия.

Как помочь подростку и себе?

- Оберегайте подростка от травмирующей информации, которая может спровоцировать психотравмирующие проявления (плохой сон, кошмары, резкая смена поведения);
- Возможно наличие психологической травмы, которые часто случаются в подростковом возрасте, причины могут быть различны – от неразделенной любви до конфронтации как со сверстниками так и родителями (перемены в поведении, повышающийся уровень тревожности, нарушение концентрации внимания, смена настроения) Поговорите с ребенком, скажите о том что вы понимаете его, что вы тоже были в таком возрасте, переживали сложные времена, что ощущали свою непонятность, ненужность;
- Будьте открыты к диалогу;
- Задавайте уточняющие вопросы – я правильно понимаю, что ты не хочешь сейчас общаться со мной? Давай выдержим паузу;
- Отвечайте спокойно и заинтересовано (никаких повышений голоса, контролируйте себя);
- Часто взрослые открыто переживают наличие агрессии у него самого и естественно недопустимо нахождение ребенка рядом в моменты плача, истерики, проявления агрессии. В данном случае реакция ребенка может быть отсрочена, т.е. пусковым механизмом может быть что угодно – напряжение, тревога, переходящие в агрессию.

Бывают ситуации, когда необходима экстренная психологическая помощь. Здесь пригодится всероссийский телефон доверия, который работает круглосуточно.

Всероссийский номер детского телефона доверия 8-800-2000-122

В МБОУ Сосновской СОШ №2 создан консультативный пункт, куда можно обратиться за консультацией очно или заочно, там указаны телефоны специалистов – педагогов-психологов, социального педагога, тьютора. В зависимости от проблемы можно договориться о встрече.