

Консультация для родителей «Профилактика агрессивности подростков»

- Цели:** 1. Дать понятие родителям что такое агрессия, агрессивность.
2. Научить родителей общаться со своими детьми.

Стремительно, буквально за последние год-два подростковая агрессия из частно-семейной превратилась едва ли не в важнейшую общественную проблему. Сегодня от проблемы агрессивного поведения уже нельзя отмахнуться как от несуществующей или малозначимой.

Давайте разберёмся, что же такое «агрессия» и другие понятия, так или иначе связанные с понятием «агрессии».

Слово «агрессия» произошло от латинского «agressio», что означает «нападение», «приступ». В психологическом словаре: это поведение, которое противоречит нормам и правилам существования людей в обществе, приносит физический и моральный ущерб людям, вызывает у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страх, подавленность и т.п.).

Причины агрессии могут быть разные. Возникновению агрессивных качеств способствуют воспитание в семье с первых дней жизни ребенка, некоторые соматические заболевания и заболевания головного мозга.

Агрессия – это форма поведения, направленная на оскорбление или причинение вреда другому человеку.

Агрессор - тот, кто умышленно наносит вред другому: насмехается, дерётся, портит вещи и т.д.

Жертва - тот, кому умышленно наносит вред агрессор.

Зрители – наблюдают за действиями агрессора, не встают на сторону жертвы, прямо или косвенно помогают агрессору.

Агрессивность - свойство личности, она является как результатом генетической предрасположенности, так и влияния среды.

Агрессивное поведение подростков, как правило, является естественной реакцией эмансипации. Часто она возникает в ответ на давление со стороны взрослых.

Агрессия может проявляться в открытой активной форме (требовательность, категоричность, повышенный тон, открытое сопротивление, разрушительные действия) а так же в пассивной форме (апатия, лень, игнорирование требований).

Очень часто дети сталкиваются с агрессией в своей собственной семье. Важно понимать, что любой вид родительской агрессии (физическая прямая, словесное оскорбление, унижение, ограничение свободы выбора и действий подростка и т.д.) поддерживает, а иногда и инициирует повышенный уровень агрессивности у детей, особенно у подростков.

Но это не значит, что родители должны во всем потакать взрослеющему ребенку. Подросткам просто крайне необходима родительская последовательность и твердость. Потому как, если они (подростки) не будут

понимать, против чего бунтовать, отделения не произойдет. Нельзя отделиться от идеальных родителей. Подросток учится независимости, чаще поступая против их воли.

Робин Синнер Дожон Клииз в книге «Семья и как в ней уцелеть» пишет, что «если родители признают борьбу как меру помощи детям, они будут стоять стеной, чтобы детям было обо что биться. Разумеется, родителям следует время от времени пересматривать свою «позицию», быть гибкими, ведь дети растут, они все независимее - им нужно все больше пространства. Соглашаясь с требованиями молодых, пробуя угодить детям, осчастливить их, родители на самом деле допускают ошибку в стратегии. Смысл боевых действий ведь к тому и сводится, чтобы подростку было что атаковать. А если родители раз за разом сдают «позицию», подросток вынужден вступить на путь отчаянных поисков такого поведения, на какое, наконец, отреагируют. Конфликт будет обостряться, пока либо родители не перейдут к противостоянию, либо дети не сожгут дом дотла».

Агрессия среди подростков - явление, от которого нельзя застраховаться. Даже если до переходного возраста отпрыск получал массу внимания и правильно воспитывался, нет гарантии, что он не изменится при достижении 12-13 лет. Поэтому профилактика агрессии у подростков должна проводиться в каждой семье.

Причины агрессии у подростков.

Подростковый возраст не зря принято называть переходным. Это период преодоления детства и взросления человека как личности. И далеко не у всех эти метаморфозы проходят гладко. В зависимости от характера, воспитания и семейных отношений агрессия у детей и подростков может иметь разные формы:

обида: любое слово, сказанное невпопад, может стать причиной затаенной обиды. Причем не только на взрослых, но и на собственных ровесников;

раздражительность: один из наиболее ярких показателей переходного возраста. Выражается в грубости и вспыльчивости по любому поводу;

подозрительность: на определенном этапе переходного возраста любой подросток перестает доверять окружающему миру, считая, что "все настроены против него";

скрытая агрессия: все просьбы, звучащие в адрес ребенка либо им игнорируются, либо он совершает действия, противоположные тем, которые прозвучали;

косвенная агрессия: подросток направляет свое раздражение на определенного человека, выражая его в виде травли, оскорблений, злых шуток;

физическая агрессия: использование против людей физической силы;

вербальная агрессия: у подростков она проявляется в виде негативного словесного потока - криков, угроз и слов. Является самым распространенным фактором переходного возраста.

Чувства родителей

Важно, чтобы подростки поняли, что и родители находятся в тяжелом положении: они чувствуют, что их значимость снизилась, что взросление детей означает достижение наивысшей точки с их собственном жизненном цикле, после которой начинается спад. Для родителей это тоже кризис, им трудно переживать отделение детей. Они не знают, как им жить дальше и что они хотят осуществить во второй половине жизни. Некоторые из них чувствуют зависть к жизненной силе и еще неизвестному будущему своих детей, а так же грусть из-за опустевшего семейного гнезда.

На фоне этих чувств родители часто начинают бороться со своими детьми. Они вмешиваются в их дела в неподходящие моменты, мелочно опекают детей и испытывают чрезмерную тревогу или же эмоционально отдаляются и отказывают детям в необходимой похвале и симпатии.

Вот несколько советов, позволяющих уменьшить напряжение в общении с подростком (Амиргазмаева О.А., Ахмадеева Н.М., Усова Ю.В. «Стресс: как его победить»):

- следите за собой - не делайте различий при обращении с вашими детьми, не делайте поблажек одному ребенку в том, чего не простили бы второму;

- обсуждайте вместе с ребенком важные семейные дела, не отстраняйте его от участия в них, он должен чувствовать, что его мнение учитывается и имеет значение;

- не ожидайте, что подросток примет любой ваш совет или распоряжение и беспрекословно станет его выполнять, настраиваясь заранее на покорность и послушание, вы испытаете сильный стресс, когда этого не произойдет;

- во время ссоры ребенок может выпалить то, что он не думает на самом деле, - что он не любит вас, ненавидит и так далее; имейте в виду, что это сказано под воздействием эмоций, в запале, не делайте далеко идущих выводов, не впадайте в панику;

- знайте, что не бывает идеальных родителей, все в чем-то делают ошибки, не надо постоянно винить себя, что вы плохая мать или никчемный отец, - это только увеличит вашу неуверенность в себе и не позволит принять верное решение в нужный момент.

Коррекция агрессии у подростков.

К сожалению, диагностика состояния агрессии у подростков не всегда возможна в семейном кругу. Но и отвести к психологу резко изменившегося ребенка тоже будет проблематично. Поэтому заметив начальные проявления агрессии, стоит прибегнуть к некоторым правилам ее подавления.

Не отвечайте агрессией на агрессию. Этот совет также актуален для родителей дошкольников. Даже если поведение ребенка заставляет изрядно нервничать, не стоит ему уподобляться, иначе ситуация совсем выйдет из-под контроля. Также родителям не стоит ругаться при ребенке, так как он может копировать их поведение.

Главная задача родителей - постараться найти общий язык с ребенком, исключая навязчивость и контроль. Важно показать ребенку лучшие качества его личности - лидерство, стремление к цели, умение добиваться своего, и мотивировать ребенка на развитие этих качеств.

Многие родители стараются направить энергию подростка в мирное русло. Для этих целей прекрасно подойдут различные секции: конструирования, танцев, занятия спортом и т.п.

Всем своим поведением родители должны дать ребенку ощутить себя полноправным членом семьи, с мнением которого считаются и которого уважают. Ребенок должен чувствовать себя нужным и понятым.

Уважайте взгляды ребенка на жизнь, не старайтесь навязать ему свое мнение. Помните, что он тоже личность, пусть еще не зрелая.

Подростковая лень

За подростковой ленью могут скрываться совершенно разные реакции и проблемы: депрессия, проявление страха или беспомощности, агрессия, выраженная в пассивной форме (протест или провокация), следствие хронических перегрузок, проявление подражательного (группа - ориентированного) поведения, один из способов обратить на себя внимание, плохое самочувствие вследствие высокого расхода энергии и гормональной перестройки.

Поэтому прежде чем «принимать меры», родителям стоит разобраться в причинах возникновения подобной реакции их ребенка. И, конечно, лучше (и безопаснее) это сделать при помощи опытного психолога.

Причины для обращения на консультацию к специалистам:

- Если Ваш ребенок – подросток, и Вам знакомы вышеперечисленные проблемы;
- Если Вы не справляетесь с ситуацией самостоятельно;
- Хотели бы разобраться в причинах повышенной агрессивности или устойчивой лени своего ребенка;
- Вас беспокоит утраченный контакт с сыном или дочерью. Вы больше не можете повлиять на их поведение;
- Любые вопросы, связанные с подростковым возрастом.

Литература.

1. Агрессия детей и подростков // под ред. Н.М. Платоновой. - СПб.: Питер, 2008.
2. Амиргазмаева О.А., Ахмадеева Н.М., Усова Ю.В. «Стресс: как его победить» -«Армада-Пресс», Москва, 2001
3. Белкин А.С. Отклонения в поведении школьников. - М.: Первое сентября, 1999.
4. Кольцова М.М. Конфликты в школьном возрасте: пути их преодоления и предупреждения. - М.: МОПИ, 2006.
5. Паренс Г. А. Агрессия наших детей. - М.: Форум, 2005.