

Рекомендации родителям по теме "Профилактика агрессивного поведения у подростков"

В последнее время всё чаще и чаще обращаются к психологам на семейное консультирование. При этом участниками сессий является уже не супружеская пара, а родитель/родители и ребёнок. На встречу приносят жалобы и претензии друг другу, о плохих взаимоотношениях, о том, что ребёнок может вести себя очень агрессивно, но при этом быть очень ранимым, и выглядеть обессиленным. Как научиться взаимодействовать родителю и ребёнку? Как научиться слышать друг друга? И кто должен уступить свою позицию?

Причины таких разладов могут быть разными. И для коррекции взаимоотношений важно распознать, что именно испытывают участники конфликта. Прежде всего необходимо понимать, что агрессивное поведение человека имеет инстинктивную природу и свойственно каждому индивиду.

Агрессия – это наша психическая энергия, импульс, который может быть направлен наружу или внутрь, для того чтобы удовлетворить свои потребности. А дети, вступая в подростковый возраст, становятся эмоционально нестабильны. В первую очередь это связано с биологическими факторами: гормональный всплеск, перестройка организма, половое созревание. Но нельзя исключать ситуации, в которых эмоциональные перепады могут принимать радикальные формы и перерасти в агрессию. И если ребенок в этот период остаётся один на один со своим бунтарством, оно может привести его не только в деструктивные сообщества, но как следствие, к правонарушениям. Для подросткового возраста характерно рискованное поведение. Если проводить исследования форм агрессий, то именно в этом возрасте дети, в большинстве случаев, имеют повышенный коэффициент агрессивности. Именно проявления агрессии приводит к рисковому поведению. Также склонность к риску может быть связана с депрессивными и негативными эмоциональными состояниями. На выраженность и на форму агрессивного поведения будут влиять биологические и социальные факторы. То есть его генетическая предрасположенность и среда, в которой находится ребенок.

Поэтому не стоит игнорировать рекомендации со стороны воспитателей, учителей обратиться для консультации к медикам. Чтобы исключить разные заболевания, которые могут влиять на агрессивное поведение подростка.

По классификации агрессивного поведения А. Басса, были выделены такие формы: физическая, косвенная, негативизм, зависть, ненависть к окружающим, подозрительность, вербальная агрессия, манипуляции при помощи чувства вины. Конкретных форм агрессивного поведения существует огромное множество. И в каждом случае необходимо понимать, что агрессия не возникает сама по себе, всегда есть какой-то социальный контекст, в котором она начинает проявляться. Агрессия бывает деструктивной и конструктивной. Поэтому в работе психолога не стоит задачей лишить подростка его агрессии, и также не стоит задача сделать ребенка удобным для родителей. Самое главное в работе психолога по профилактике агрессивного поведения найти способы взаимодействия и понимания в семье. Например, подросток был вовлечён в деструктивную деятельность, но потом смог переключиться на спортивное поведение (это является конструктивной формой агрессии), тогда и происходит преобразование антисоциальной агрессии в просоциальную. Работая с подростковой агрессией, необходимо рассматривать среду, в которой ребёнок находится. В понятие среда входит и семья как фактор, уникальный для каждого подростка, и школа, и то окружение, в котором растёт подросток вне дома. Если подросток не находит признания и понимания среди сверстников, не может выстроить с ними отношения, в которых он особенно нуждается в подростковом возрасте, например, в школе, риск быть вовлечённым в какую-либо субкультуру, где он будет самоутверждаться через агрессию и деструктивное поведение, может возрасти. В таких ситуациях подростку особенно важно как к нему относятся в семье, есть ли у него возможность чувствовать себя в безопасности, быть принятым.