

ПОДРОСТКОВАЯ АГРЕССИЯ. КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ ЕЁ ПОСЛЕДСТВИЙ

Переходный возраст – настоящее испытание для детей и родителей. Часто к перепадам настроения, замкнутости присоединяется агрессивное поведение.

Слово «агрессия» (от лат. aggressio – нападение) – это деструктивное, разрушающее и враждебное поведение в отношении окружающих людей.

Агрессивность – это черта личности, которая, с одной стороны, определяется врождёнными особенностями темперамента ребёнка, а с другой – стилем общения и воспитания в семье.

Причины агрессивного поведения подростков:

возрастной кризис;
неблагоприятная обстановка в семье, компании, школе;
комплекс неполноценности;
способ самоутверждения;
чрезмерное увлечение компьютерными играми;
наследственность;
гормональные нарушения;
заболевания организма;
злоупотребление алкоголем, наркотиками, антидепрессантами.

Последствия агрессии:

самоповреждения;
серьёзные заболевания нервной системы;
проблемы в школе, в семье, компании;
чрезмерное употребление алкоголя или наркотических веществ;
несчастные случаи;
проблемы с законом.

ПОЛЕЗНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ :

Единый детский телефон доверия -
8-800-2000-122

Центр диагностики и
консультирования (г. Тамбов)
8 (4752) 53-73-38

Тамбовский городской центр
медицинской профилактики
8 (4752) 53-89-37



Профилактика агрессии и жестокости у подростков

Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.

Не давайте своему ребёнку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.

Не ставьте своему ребёнку каких бы то ни было условий.

Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребёнка.

Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе.

Не изменяйте своих требований по отношению к ребёнку в угоду чему-либо.

Не шантажируйте ребёнка своими отношениями друг с другом.

Не бойтесь поделиться с ребёнком своими чувствами и слабостями.

Не меняйте своё отношение к ребёнку в зависимости от его учебных успехов.

Некоторые принципы общения с подростком

Пусть ребёнок чувствует, что Вы его любите, цените и принимаете, что он Вам нужен. Не стесняйтесь его лишний раз приласкать и пожалеть.

Показывайте личный пример эффективного поведения, не допускайте вспышек гнева и нелестных высказываний о других людях, проявления желаний отомстить за обиду.

Запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины такого поведения, можно надеяться на улучшение.

Формируйте способность к сопереживанию и сочувствию.

Дайте ребёнку возможность выплеснуть свою агрессию, сместить её на другие объекты (например, поколотить подушку, написать «письмо гнева»).

Не подавляйте попытки «самоутверждения» ребёнка, отнеситесь с пониманием, старайтесь спокойно договориться.

