

Агрессия у подростков

Как известно, самым сложным для родителей периодом взросления ребенка является подростковый этап. В это время ребенок постепенно становится взрослым, его организм меняется, что сопровождается активным развитием гормональной системы. Такие изменения становятся причиной разных проблем – непослушания, бунта, разных конфликтов и, наконец, агрессии. Последняя поведенческая особенность приносит особенно много неприятностей и родителям, и педагогам, и самому подростку. Но какие же причины появления агрессивности в этом непростом возрасте? И каким образом должна осуществляться ее правильная коррекция?

Почему возникает агрессия у подростков? Причины

Большинство специалистов утверждают, что в появлении агрессии у подростков виноваты исключительно родители, а факторы окружения играют вторичную роль. Ведь именно поведение мамы и папы определяют то, как ребенок воспринимает окружающий мир. Подростки далеко не всегда понимают, что взрослые частенько ошибаются, обманывают и срываются. В этом непростом возрасте дети реагируют на все крайне остро, поэтому любое некорректное замечание может спровоцировать у них истерику.

Так агрессия у подростков может стать следствием чрезмерной гиперопеки. Ведь если родители совершенно не дают школьнику самостоятельности, в подростковом возрасте это может спровоцировать бунт. В этом случае, взрослых он не воспринимает как авторитет, желая самостоятельно принимать решение о лучшем для него, о том, как и с кем проводить время и пр. Кроме того такая агрессия может развиться в том случае, если родители не способны договориться между собой о правилах воспитания ребенка в семье.

Иногда подобное нарушение поведения может стать попыткой привлечь внимание взрослых/родителей к своей личности. Так, если мама и папа постоянно заняты своими делами, школьник попросту чувствует себя ненужным и брошенным. В этом случае грубость позволяет ему почувствовать себя любимым.

Еще одним фактором, провоцирующим агрессию у подростков, принято считать насилие в семье. В этом случае неправильное поведение может являться способом защиты от опасного для него человека либо результатом копирования поведения близкого человека, являющегося агрессором.

Иногда проблема агрессии появляется по отношению ко второму ребенку в семье. Этому способствуют сравнения, выборочные похвалы и пр.

Также такое нарушение поведения может появиться из-за постоянной нехватки денег в семье. Ведь в подростковом возрасте ребенок особенно зависит от мнения окружающих, а отсутствие у него нового мобильного, красивых вещей и мощного компьютера, приводит к сильным внутренним конфликтам. Обратная сторона такой причины агрессии – богатство, которое сопровождается вседозволенностью, и также может провоцировать нарушения поведения.

Крайне часто агрессия у подростков возникает в семьях, где каждый член следует определенным традициям. Таким детям не нравится носить выбранную родителями стандартную одежду, жить по правилам, заниматься той же деятельностью и др.

Также вторичная причина агрессии – гормональные всплески, которые также не стоит оставлять без внимания.

Коррекция агрессии у подростков

Родителям необходимо осознать, что силой им не удастся справиться с проблемой. Физическое и моральное насилие наталкивается на стену, выстроенную подростком, и может только усугубить агрессию. Нужно постараться выяснить, какие именно вещи провоцируют агрессию у вашего ребенка, после чего попытаться наладить контакт со взрослеющим школьником. Старайтесь всегда разговаривать с сыном либо дочкой абсолютно спокойно, не срываясь на повышение голоса. Конечно, это может быть сложно, но подобная стратегия настроит вашего ребенка на необходимый лад, в результате чего он начнет обращать внимание на то, что вы говорите, и откажется от грубостей и резкостей либо сократит их количество.

Если подросток начинает высказываться, не нужно его прерывать. Лишь после того, как его поток речи либо даже брани придет к концу, можно начинать беседовать. Помните, что ваш ребенок имеет право выражать свое возмущение и раздражение, быть злым и недоверчивым. Такие эмоции нормальны для каждого из нас, но в подростковом возрасте они особенно гипертрофированы.

Снятие агрессии у подростков происходит эффективнее, когда родители ищут способы, которые помогут ребенку выплескивать негатив. Такую роль могут выполнять разного рода спортивные тренировки, подобранные в соответствии, с интересами школьника. И бокс, и танцы, и плавание,

помогут подростку избавиться от разных противоречивых и агрессивных чувств. Такие нагрузки будут особенно полезны, если ребенок отличается гиперактивностью.

Также на пользу пойдут попытки дать подростку то, чего ему не хватает. Так школьникам с лидерскими качествами нужно дать возможность проявить их, если не в школе, так в спорте, либо в художественной самодеятельности и др.

Если же родителям не удастся справиться с подростком, и он не желает идти на контакт, желательно обратиться за помощью к квалифицированному специалисту. Вашей семье рекомендуется посетить психолога, который поможет всем вам справиться с беспокоящими вас моментами.

Вне зависимости от особенностей ребенка, наличия и отсутствия у него агрессивности, крайне важную роль в формировании личности играет подход родителей к воспитанию. Так маме и папе стоит сохранять терпение, проявлять любовь и нежность, а также общаться с подростком наравне.