

## ***Подростковая агрессия. Причины подростковой агрессии и как с ней взаимодействовать***

**Подростковая агрессия** - это агрессивное поведение по отношению к себе и окружающим, вызванное переходным (пубертатным) периодом у ребёнка. Эта агрессия проявляется в ответ на ту реальность, которая для подростка является неприемлемой. Почему же та реальность, которая была до подросткового возраста для ребёнка нормальной, вдруг стала враждебной? Это объясняется феноменом "подросткового кризиса". Подростковый кризис характеризуется многими факторами, но один из ключевых из них это "**чувство взрослости**" (чувство ребёнка, когда он обретает самостоятельность в самовыражении и поведении сопровождающее отрицанием наставлений взрослых). Чувство взрослости можно сравнить с частым подростковым высказыванием - "Я и так знаю это! Не нужно меня учить!". Подросток, ко всему прочему, переживает сильные физические, физиологические, психофизиологические изменения, что очень сильно сказывается на нестабильной и реактивной психике. Меняются установки, мировоззрение, отношение к окружающим, восприятие. Такие изменения в психологическом мире подростка - это большой стресс для него. Поэтому при нестабильных и неблагоприятных условиях, при малейшем раздражении подросток реагирует агрессивными и, зачастую, разрушающими выпадами. Из этих условий и возникают различные виды подростковой агрессии.

### **Как предупредить детскую агрессивность?**

1. Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.
2. Не давайте своему ребёнку нереальных обещаний, не вселяйте в него несбыточных надежд.
3. Не ставьте своему ребёнку каких бы то ни было условий.
4. Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребёнка.
5. Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе.
6. Не изменяйте своих требований по отношению к ребёнку.
7. Не шантажируйте ребёнка своими отношениями друг с другом.
8. Не бойтесь поделиться с ребёнком своими чувствами и слабостями.
9. Не ставьте свои отношения с собственным ребёнком в зависимость с учебных успехов.
10. Помните, что ребёнок - это воплощенная возможность! Воспользуйтесь ею так, чтобы она была реализована в полной мере!

### **Преодоление детской агрессивности**

Агрессивность у ребёнка проявляется, если:

- ребёнка бьют;
- над ребёнком издеваются;
- над ребёнком зло шутят;
- ребёнка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда;
- родители заведомо лгут;
- родители пьют и устраивают дебоши;

- родители нетребовательны и неавторитетны для своего ребенка;
- родители по-разному относятся к своим детям;
- родители ребенку не доверяют;
- родители настраивают детей друг против друга;
- родители не общаются со своим ребенком;
- вход в дом закрыт для друзей ребенка;
- родители проявляют по отношению к ребенку мелочную опеку и заботу;
- родители живут своей жизнью, и в этой жизни нет места их ребенку;
- ребенок чувствует, что его не любят.

Для преодоления детской агрессии в своем педагогическом арсенале родители должны иметь: внимание, сочувствие, сопереживание, терпение, требовательность, честность, откровенность, открытость, обязательность, доброту, ласку, заботу, доверие, сердечность, понимание, чувство юмора, ответственность, такт, дружелюбие, умение удивляться, надежду и любовь.

Агрессия - это отражение внутренних проблем ребенка, которые возникают чаще всего из-за жестокости и безучастия взрослых. С такими детьми нужно работать и родителям, и педагогам, и психологам. Необходимо обучать их способам выражения своего гнева другими, более приемлемыми способами:

- учить таких ребят умению владеть собой и развивать в них способность контролировать себя в разных ситуациях, провоцирующих агрессию;
- формировать в агрессивных детях способность к доверию, сочувствию, учить их сопереживать.