Автор: admin
22.08.2011 19:01 - Обновлено 02.11.2014 12:02

Как защитить своего ребенка от подростковой агрессии?

Слово «подросток» обладает любопытным воздействием. Когда речь заходит о подростках и подростковом возрасте, равнодушных собеседников не остается. У каждого находится история о том, как тяжело бывает строить общение и отношения с ребенком этого возраста. Самому подростку не менее тяжело, однако редко нам, взрослым, удается над этим задуматься.

Подросток находится между миром детства и миром взрослых. Он сам не представляет, в котором из миров присутствует в большей степени. Окружающим это понять еще более сложно. Таким образом каждый подросток, с точки зрения психологии и психиатрии, – человек с «пограничной» психикой; своеобразие возраста таково, что более или менее выраженная «психопатология» в большинстве случаев является «нормой».

Вместе с тем представления о неизбежности каких-то чудовищных катаклизмов в период пубертата, по мнению психологов, сильно преувеличены. Большинство подростков проходит этот возраст в соответствии с известными критериями вариантов нормы и успешно адаптируется в обществе. В наибольшей степени настораживать в этом возрасте должны **непредсказуемость**, **агрессивность** и **отчужденность**.

Именно этими чертами преимущественно и характеризуются подростки из объединений, вызывающих родительскую тревогу.

Проанализируем наиболее опасное качество. Агрессивность, направленная вовне, по мнению психологов, как правило, является отражением подсознательной агрессивности по отношению к самому себе. Так же как и любовь к людям невозможна без любви и уважения к собственному «я».

Чувства же эти формируются у растущего человека под влиянием родительских эмоций по отношению к нему. Важно, что ребенок в данной ситуации не является абсолютно пассивной стороной. Его наследственность, природные данные с первых часов жизни вступают во взаимодействие с отношением к нему «значимых взрослых» – преимущественно родителей.

При этом к формированию агрессивного отношения к миру приводит не только прямая агрессия, направленная на ребенка или подростка, но и возникновение у него стойкого чувства вины и сомнений в собственной «хорошести» под влиянием отсутствия должной поддержки со стороны родителей. Когда вырабатывается стойкое убеждение в собственной «нехорошести», становится ненужным социально приемлемое поведение – более того, может возникнуть соревнование: кто окажется самым нехорошим.

Итак, как можно помочь ребенку избежать столкновения с настроенными подобным образом подростками?

Агрессору сложнее подойти к уверенному в себе человеку. Уверенность, формируемая семейным воспитанием, помогает ребенку избегать жертвенного поведения на улице: робкой походки, бегающего взгляда, ожидания (следовательно, притягивания к себе) агрессии.

Целеустремленного человека труднее остановить – он занят, к нему психологически труднее подступиться. Первичному целеполаганию человек также обучается в семье, преимущественно на личном примере своих родителей.

Физически крепкий человек проще противостоит агрессии. Психологами установлена прямая зависимость между степенью владения своим телом и уверенностью в себе. При самом неприятном развитии событий выносливому спортивному человеку легче убежать от нападающих, если возникнет такая необходимость. Или дать сдачи. Конечно, выстоять против нескольких человек непросто, но тиранить того, кто дает отпор, не так интересно, как безропотную жертву.

Человека, у которого доверительные отношения с родителями, невозможно запугать до такой степени, что он не сможет поделиться с ними возникшими неприятностями. Нет ничего зазорного в том, чтобы вместе с ребенком побеседовать с обидчиками, возможно, даже пообещать адекватное возмездие при продолжении преследования. Важно, чтобы взрослый при таком общении был адекватен и уравновешен. Обещание справедливого возмездия, произнесенное на повышенных тонах, звучит значительно менее убедительно, нежели произнесенное ровным и спокойным тоном.

Для создания доверительных отношений необходимо общаться с ребенком на равных – знать о его интересах, разделять их с ним и делиться своими. В целом это означает дружбу с собственным ребенком.

Таким образом, семье по силам помочь серьезно снизить вероятность преследования своего ребенка со стороны агрессивно настроенных объединений подростков.

Автор - **Анна Бердникова**
Источник