

Агрессия у детей и подростков

К сожалению, о том, что такое подростковая агрессия, многие семьи знают не понаслышке. И если вовремя не обратить на данную проблему внимания, в дальнейшем школьник вообще может выйти из-под контроля. И тогда не помогут ни угрозы, ни наказания, ни поощрения.

Существует много причин, почему проявляется агрессия в подростковом возрасте. Но на пустом месте злоба, ненависть и тому подобные чувства просто так не возникают. Поэтому вначале следует найти причину.

Многие специалисты считают, что в агрессии подростка виноваты именно родители, а не общество, окружающая среда, школа и тому подобные факторы. Ведь именно от того, как ведут себя родители, зависит восприятие мира еще несформировавшимся в физическом и моральном плане человеком. Подросток, к сожалению, не всегда понимает, что взрослые тоже могут ошибаться, обманывать, срываться. Они реагируют на все очень остро. И даже малейшее замечание может вызвать истерику.

Вот основные ошибки семейного воспитания, способные вызвать агрессивное поведение подростков:

- Излишняя опека

Когда родители не дают школьнику и шагу ступить, делают все за него, подросток может взбунтоваться. Он желает сам все решать, а взрослые для него – не авторитет. Чаще всего такое происходит, если мама и папа не могут между собой договориться, как же правильно воспитывать ребенка.

- Нехватка внимания

Агрессия для подростков – это один из способов привлечения внимания родителей к его персоне. Если, к примеру, родители все время проводят на работе, школьник чувствует себя брошенным.

- Насилие в семье

Возможно, один из членов семьи пренебрежительно относится к остальным, проявляет грубость, распускает руки, морально или физически унижает. Здесь есть два варианта, почему может появиться агрессия у подростка. Первый – таким образом ребенок пытается защититься от человека, который для него представляет опасность. Во втором случае ребенок копирует поведение отца, дедушки, дяди, то есть человека, который является агрессором.

- Второй ребенок

Зачастую агрессия у подростка проявляется по отношению к брату, сестре. Ему кажется, что родители любят его меньше. Обстановка обостряется, если мама с папой чаще хвалят второго малыша, сравнивают их. Но даже если подросток – единственный ребенок в семье, он может ревновать к Саше, Маше или Кате, которых постоянно ставят ему в пример.

- Бедность

Нехватка денег и неудовлетворение потребностей – это также может быть причиной подростковой агрессии. В данном случае ребенок

протестирует против такого положения вещей. Ему хочется новый мобильный телефон, красивые кроссовки и джинсы, мощный компьютер, а родители не могут позволить себе столь дорогие покупки.

Одни дети стараются найти работу, чтобы помочь маме и папе, а другие – требуют купить и злятся, если им не подарили новую игрушку. И если родители все же выделяют деньги и дают подростку то, что он хочет, школьник еще сильнее начинает проявлять свой характер, испытывая остальных на прочность.

- **Богатство**

Обеспеченные семьи нередко сталкиваются с проявлением агрессии у подростков, особенно если ребенок никогда ни в чем не знает отказа. Ему сложно понять, почему нельзя кричать на других, если он – главный. Кстати, плохо относятся школьники не только к родителям, но и к менее обеспеченным людям.

- **Традиции**

В строгих семьях, где все члены следуют давно укоренившимся традициям, дети в подростковом возрасте устраивают бунт. Им не нравится ходить в такой же одежде, что и родители, выполнять ту же самую работу, так же развлекаться и отдыхать. Они, по своей сути, являются изолированным от общества. Одноклассники таких людей не принимают в свой круг. А быть изгоем в обществе – самое тяжелое, с чем сталкивается неподготовленный к взрослой жизни маленький человек.

Биологические факторы: когда виноваты гормоны

Обычно подобные изменения в поведении встречаются в 14-16 лет. В организме подростка начинается серьезная перестройка, происходит гормональный бум. И если не направить его в нужное русло, не занять чем-то серьезным, ребенок начнет проявлять свое «Я».

Причина первая, почему он решит это сделать – неправильное восприятие мира. Подростковый возраст – это время, когда у школьника начинает формироваться своя модель поведения. И есть два направления, в которые могут перерасти отношения с взрослыми. Он либо начинает уважать людей, которые старше и умнее, либо проявляет агрессию по отношению к ним.

Поиски себя и своего места в жизни – самое сложное во взрослении. Белое и черное, добро и зло. В этот период подростки делят мир на две части. И для них нет золотой середины. Максимализм присущ каждому человеку, но в данном случае он слишком явно выражен. Школьник не желает воспринимать мир таким, каков он есть, и пытается изменить себя, свое окружение. И если родители оказываются не идеальными, ребенок отталкивает их.

Вторая причина, почему проявляется агрессия подростков – это повышенное сексуальное влечение. Именно в этот период у девочек и мальчиков появляется интерес к противоположенному полу. Им трудно контролировать и сдерживать себя. Поэтому в это время желательно занять чем-то ребенка, чтобы он там выплеснул накопившуюся энергию.

Зачастую родители не могут различить агрессию у подростков и просто плохое настроение, лень, апатию. Так, к примеру, если школьник не хочет разговаривать с отцом или матерью, это не значит, что он ненавидит их или пытается испортить им жизнь. Возможно, у него возникли какие-то проблемы, а он просто боится о них рассказать. Панику следует поднимать, если ребенок:

- пытается причинить моральный или физический вред жертве;
- обижает животных, преднамеренно наносит ущерб объектам и живым организмам.

Таким образом, подростковая агрессия – это деструктивное поведение ребенка, которое полностью или частично противоречит сложившимся в обществе правилам и нормам. При этом ребенок старается разрушить, нанести вред одушевленным и неодушевленным предметам, вызвать срыв или психологический дисбаланс.

Ребенок может по-разному выражать свои чувства. Это может быть как обычная подавленность, так и взрыв эмоций. Если же школьник всегда спокоен и покладист, такое поведение должно насторожить маму с папой. Такое состояние свидетельствует о том, что школьник либо накапливает агрессию, либо он просто не способен отстаивать свою точку зрения. И в том, и в другом случае это чревато последствиями.

Как проявляется агрессия у школьников-подростков

Подростковая агрессия проявляется по-разному. Кто-то оскорбляет одноклассников, кому-то нужно доказать свое физическое превосходство. Одни пытаются обидеть тех, кто слабее, другие только резко отвечают на советы или замечания. Следует узнать, как ведет себя ребенок не только дома, но и в школе, на улице, с друзьями, как он относится к другим людям. Исходя из этого различают несколько видов агрессии:

- Физическая

Физическая агрессия подростков, пожалуй, самая опасная. Главная цель такого ребенка – причинить боль и вред другому человеку. Проблема в том, что школьник может даже не осознавать свою ошибку. Он будет избивать жертву до потери сознания, при этом не чувствуя потом вины или сожаления. Недаром считается, что самый страшный тиран – это ребенок.

- Вербальная (словесная)

Некоторые злобные высказывание детей могут довести жертву до нервного срыва. Достаточно группе старшеклассниц сказать однокласснице, что она – страшная, глупая, толстая и так далее по списку, ребенок может не выдержать. Нередко такие «шутки» и издевательства приводят к суициду. Как обычно проявляется вербальная агрессия у подростка? Это может быть отпор, критика чужих действий или поведения, нецензурная брань, злоба, насмешка, обида, ненависть.

- Прямая агрессия

Ребенок реагирует непосредственно на объект, который вызывает у него неприятные чувства: злость, обиду, раздражение, апатию, ненависть.

При этом может применяться как физическое (избиение, членовредительство), так и моральное насилие (оскорбление, угрозы).

- **Косвенная агрессия**

Агрессор срывается не на виновнике его плохого настроения, а на людях или объектах, которые никак не смогут отреагировать на это. К примеру, школьнику поставили двойку. Придя домой, он может обидеть младшего брата, домашнюю зверюшку, сломать любимую игрушку.

Если ребенок постоянно хамит, дерется в школе, обижает окружающих, не уважает старших, значит, он агрессивен. Такое поведение не считается нормальным. В данном случае школьнику необходима помощь специалиста. Но если агрессия в подростковом возрасте будет направлена в правильное русло, можно воспитать истинного лидера. Такому человеку будет легче адаптироваться в любой сложной ситуации. Он без проблем подчинит себе весь коллектив и станет неплохим начальником. Если же все пустить на самотек, в будущем ребенок может заняться криминалом. Ему будет интересно унижать других людей.

На кого злится ребенок

Немаловажную роль играет то, на кого направлена агрессия. Зачастую люди ошибочно полагают, что школьники могут навредить только другим. Но подростки нередко винят себя во всех неприятностях и конфликтах, злясь на свою внешность, характер, манеру поведения. Различают два направления агрессии:

- **Гетероагрессия**

Школьник относится агрессивно к окружающим его людям, животным и вещам. Он дерется, оскорбляет, унижает других и испытывает от этого особое удовольствие.

- **Аутоагрессия**

В таком случае агрессия подростков направлена не на какого-нибудь постороннего человека, а конкретно на самого себя. Нередко школьники заканчивают жизнь самоубийством или же у них появляются серьезные заболевания, вызванные психологическими расстройствами.

Кто входит в категорию риска

- **Мальчишки-разбойники**

Матерям-одиночкам сложно воспитывать и контролировать сыновей. Излишняя любовь и опека женской половины семьи, нехватка мужского внимания и твердой отцовской руки – все это приводит к тому, что ребенок чувствует себя царем.

Также в зоне риска находятся подростки, отцы которых являются тиранами и агрессорами. При этом женщины в такой семье не имеют право голоса, они всегда и во всем подчиняются другим. Сын в такой обстановке попытается противостоять папе. И если более старший член семьи не подавит бунт и не сломает характер, то ребенок будет точной копией отца.

- **Девочки-бунтарки**

С девочками дело обстоит иначе. Агрессия у них проявляется в том случае, если авторитетом в семье является мать. Отец при этом слишком

мяжок. Девочка начинает копировать поведение грубой, напористой, властной женщины. Плюс, такие дочери вырастают очень плохими хозяйками, ведь они привыкли к тому, что это все выполняет мужчина.

Вторая категория – девочки, предоставленные сами себе. А агрессия – попытка выжить в обществе. Общаясь с ребятами во дворе, она учится давать отпор людям. Постепенно такое отношение проявляется и в семье.

Чем опасна повышенная агрессивность или ее отсутствие

В период взросления подросток начинает отдаляться от родителей, пытается делать все самостоятельно. И если, к примеру, отец будет слишком много запрещать ребенку, сын или дочь будут делать все назло. Действовать следует мягко и постепенно.

Нужно понять, что это вовсе не пятилетний малыш, который нуждается в постоянной заботе и опеке. Ребенку нужно взрослеть. Конечно, поблажки следует делать постепенно. Но нельзя забывать о том, что школьнику нужно общаться со сверстниками. Только с ними он научится дружить, любить, командовать, разрешать возникшие проблемы. Но если ему действительно понадобится помощь, он обратится к родителям.

Если у родителей сложатся доверительные отношения с ребенком, даже в период бунтарства он будет обращаться именно к родителям. Но нельзя давить на него, заставлять рассказывать о том, что он предпочел бы утаить.

Не стоит срывать на школьнике, если он рассказал о таких вещах, от которых волосы дыбом встают. Если родители начнут критиковать, кричать, наказывать, то в следующий раз он ничего больше не скажет.

Агрессию подростка нужно направлять в правильное русло. Ведь только благодаря этому чувству люди становятся чемпионами, лидерами, победителями. Человек, который никогда не злится и не показывает никаких эмоций, не сможет проявить свое Я. Но нередко нереализованная сила выплескивается в самый неподходящий момент. Именно поэтому в нашем мире так много убийц, людей с поломанными судьбами, а также суицидников.

Бывает и так, что подросток – пай-мальчик, который и дома помогает, и бабушку через дорогу переводит, и отлично учится, и пример для подражания. Вот в один прекрасный момент он может сорваться. Такая сдержанность чревата нервозами, психическими расстройствами.

Как бороться с агрессией

Для начала следует понять, что силой ничего не решить. Нужно выяснить, что вызывает агрессию у подростков, затем постараться наладить контакт со школьником, попытаться поговорить с ним спокойно, не поднимая голоса. Это настроит ребенка на нужный лад, он начнет вас слушать, а не будет резко отвечать и грубить.

Если ребенок пытается высказаться, не нужно прерывать его. Пусть говорит. И лишь после того как поток речи (брани) остановится, можно приступать к беседе.

Какое ошибочное поведение родителей способно вызвать агрессию?

- **Негативная оценка**

Говоря ребенку, что он глупый, плохой, злой и т. д, родители унижают его. При этом подросток воспринимает эти слова, как побуждение к действию. И если его будут постоянно критиковать, школьник начнет делать все назло. Лишь единицы пытаются исправиться, доказать, что родители неправы.

- **Высмеивание недостатков**

Говоря дочери, что у нее лишний вес, мать зарождает в ней кучу комплексов. Ни в коем случае нельзя открыто и при всех рассказывать о недостатках детей.

- **Сравнение**

Ни одному человеку не нравится, когда его сравнивают с более умным, успешным, красивым. Это вызывает некий протест в подсознании подростка. Ребенок – индивидуален, такого больше нет. И, возможно, в чем-то он хуже других. Но у него также есть и какие-то таланты.

Кстати, такое поведение родителей может вызвать агрессию у подростков по отношению к тому человеку, которого восхваляют.

- **Выяснение отношений**

Родителям нельзя ругаться, выяснять отношения при ребенке. Иначе он будет грубить тому, кто более слаб в семье, повторяя повадки и манеру общения агрессора. Если же мама и папа всегда советуются друг с другом, идут на уступки, не винят в ошибках остальных и не перекладывают заботы о домашнем очаге, ребенок точно также будет себя вести.

Очень важно уметь поставить себя на место своего ребенка. Только поменявшись местами, можно наладить контакт с детьми.