

РЕКОМЕНДАЦІЇ БАТЬКАМ ЩОДО ПРОФІЛАКТИКИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

Агресія - індивідуальна або колективна поведінка чи дія, спрямована на спричинення фізичної чи психічної шкоди або навіть на знищення іншої людини чи групи.

Агресивна поведінка виявляється вже в ранньому віці, випробовуючи батьківське терпіння і створюючи напруження у стосунках із однолітками. Найгостріше постає проблема агресивної поведінки у підлітковому віці, коли здійснюється перехід до нового щабля розвитку особистості; серед підлітків посилюється негативізм, демонстративна стосовно дорослих поведінка, частішають випадки

виявів жорстокості й агресивності. Агресивність супроводжують:

- неадекватне самооцінювання (занижене або завищене),
- неадекватний рівень домагань, що не відповідає можливостям підлітка;
- підвищена емоційна напруженість і тривожність;
- різний ступінь неадекватності уявлень підлітків про своє місце в сім'ї, про ставлення до них однолітків,
- низький рівень сформованості комунікативних навичок тощо.

Становлення агресивної поведінки — складний і багатогранний процес, у якому діє низка чинників: агресивна поведінка визначається впливом сім'ї. Характер стосунків між батьками, між батьками та дітьми, дисгармонія в сім'ї є чинниками, що визначають агресивну поведінку дітей. Особистісні характеристики також відіграють важливу роль у формуванні агресивної поведінки. До них відноситься підвищений рівень психопатизації, нестійкість емоційного стану, що виявляється в підвищеній збудженості, подразливості, а також депресивності, яка призводить до підвищення рівня тривожності, скутості, невпевненості в собі.

Основними формами агресивної поведінки є:

- фізична агресія, тобто застосування фізичної сили проти іншої людини;
- негативізм, спрямований проти керівництва і встановлених правил;
- підозріливість, тобто недовіра до людей, яка ґрунтується на переконанні, що вони мають намір зашкодити;
- вербальна агресія, тобто вираження своїх почуттів через чвари, образи, приниження;
- аутоагресія — агресія, спрямована на самого себе.

Агресивна поведінка підлітків постає як спосіб:

- задоволення потреб у спілкуванні;
- самовираження та самоствердження;
- відреагування на неблагополучну обстановку в сім'ї та на жорстоке ставлення з боку батьків;
- досягнення значущої мети.

Таким чином, у підлітковому віці агресивна поведінка є своєрідним захисним механізмом.

Враховуючи всі чинники, що беруть участь у становленні агресивної поведінки підлітків, можна попередити чи обмежити вияв форм агресії.

У спілкуванні з агресивними дітьми потрібно виявляти чималі стриманість, терпіння, пам'ятаючи, що маленькі забіяки, тероризуючи інших, самі страждають від власної упертості, гнівливості, дратівливості. Почуття провини, порушення душевної рівноваги, незадоволеність не проходять в агресивних дітей, навіть якщо їм удається на когось вилити свої негативні емоції. Таким дітям необхідно дати зрозуміти, що дорослий (учитель, батьки, психолог) — їхній союзник у вирішенні внутрішніх проблем. Агресивні діти повинні переконатися, що їх люблять, а їхні вчинки псують враження при них, до того ж не приносять їм полегшення. Необхідно тактовно і послідовно навчати дитину самоконтролю, внутрішньої зібраності і стриманості. Перевести активність агресивної дитини в конструктивне русло допоможе вивчення її інтересів і схильностей. Поступове

ускладнення завдань, що вимагають рішучості, сміливості, енергійності реакції, дасть змогу відвернути дитину від дріб'язкового «з'ясування відносин» і переключити на організацію спільної діяльності, успіх якої залежить від уміння співробітничати з іншими.

Рекомендації батькам щодо спілкування з агресивними дітьми

- Пам'ятайте, що заборона й підвищення голосу — найнеефективніші способи подолання агресивності, лише зрозумівши причини агресивної поведінки і знявши їх, ви можете сподіватися, що агресивність дитини буде знижена.
- Дайте дитині можливість вихлюпнути свою агресію, спрямувати її на інші об'єкти. Дозвольте їй побити подушку або розірвати «портрет» її ворога і ви побачите, що в реальному житті агресивність у даний момент знизилася.
- Показуйте дитині особистий приклад ефективною поведінки. Не допускайте при ній вибухів гніву або лихослів'я про своїх друзів або колег.
- Важливо, щоб дитина повсякчас почувала, що ви любите, цінуєте і приймаєте її. Не соромтеся зайвий раз її приголубити або пожаліти. Нехай вона бачить, що потрібна і важлива для вас.

Рекомендації батькам щодо стримування агресивної поведінки підлітків

- Виявляти до підлітка більше уваги, любові та ласки.
- Батьки повинні стежити за своєю поведінкою в сім'ї. Кращий спосіб виховання дітей — єдність їхніх дій.
- Не застосовувати фізичні покарання.
- Допомогати підлітку знаходити друзів. Заохочувати розвиток позитивних аспектів агресивності, а саме завзятості, активності, ініціативності, перешкоджати її негативним рисам, зокрема ворожості, скутості.
- Пояснювати підлітку наслідки агресивної поведінки.
- Враховувати у вихованні та навчанні особистісні властивості підлітка.
- Надавати підлітку можливість задовольнити потреби в самовираженні й самоствердженні.

- Обмежувати перегляд відеофільмів та комп'ютерних ігор зі сценами насильства.
- Спрямовувати енергію підлітка у правильне русло, наприклад, заняття у спортивних секціях; заохочувати його до участі в культурних заходах.

Поради батькам конфліктних дітей:

- Стримуйте прагнення дитини провокувати сварки з іншими. Треба звертати увагу на недобррозичливі погляди один на одного або бурмотіння собі під ніс. Звичайно, у всіх батьків бувають моменти, коли ніколи й неможливо контролювати дітей. І тоді найчастіше вибухають «бурі».
- Не намагайтеся припинити сварку, обвинувативши іншу дитини в її виникненні і захищаючи свою. Намагайтеся об'єктивно розібратися в причинах її виникнення.
- Після конфлікту обговоріть з дитиною причини його виникнення, визначте неправильні дії вашої дитини, що призвели до конфлікту. Спробуйте знайти інші можливі способи виходу з конфліктної ситуації.
- Не обговорюйте при дитині проблеми її поведінки. Вона може утвердитися в думці про те, що конфлікти неминучі, і буде продовжувати провокувати їх.