

# Агрессивный подросток: как вести себя родителям

Лекторий для родителей

Зеленчук Ольга Ивановна,  
педагог–психолог  
высшей квалификационной категории  
Центра сопровождения «Янтарь»  
Новосибирского района



# Этапы роста

- ▶ **младший подростковый возраст (11–12 лет)** характеризуется повышенной возбудимостью и сложными эмоциональными переживаниями (появление страхов, мнительность и т.д.);
- ▶ **среднему подростковому возрасту (13–15 лет)** присуща непредсказуемость, неадекватное поведение;
- ▶ **пора юношества, или старший подростковый возраст (16–17 лет)** характеризуется более устойчивыми эмоциональными реакциями.

Девочки – 11–16 лет, мальчики – 12–18 лет.

Но на практике все происходит сугубо индивидуально.

# Кризис подросткового возраста

- ▶ Стремительное и неравномерное развитие;
- ▶ Появления чувства «взрослости»;
- ▶ Смена ведущего вида деятельности;



▶ Самоопределение,  
самосознание.

# Признаки кризиса

- ▶ появление заинтересованности к внутреннему миру, самокритики и самооценивания;
- ▶ замкнутость, уход в себя, стремление к одиночеству;
- ▶ чрезмерное внимание к своей внешности, уход за собой, болезненное реагирование на малейшие изменения, а также желание тотальной смены имиджа;
- ▶ появление интереса к противоположному полу;
- ▶ стремление к постоянному общению с друзьями, сверстниками, телефон и Интернет становятся жизненно важными предметами для подростка;
- ▶ частое появление негативных эмоций, повышенная впечатлительность;
- ▶ стремление к независимости от взрослых, желание быть наравне с ними, свое мнение он считает единственно-правильным
  - тяга к обществу более старших детей или активизация общения с одноклассниками.

# Что делать родителям?

- ▶ Поставьте себя на их место!
- ▶ Показывайте ребенку свои эмоции.
- ▶ Скорректируйте линию воспитания!
- ▶ Ставьте реально достижимые цели.



Проводите вместе  
больше времени!



# Что делать родителям?

- ▶ Разговаривайте спокойным, уверенным тоном!
- ▶ Направьте кипучую энергию в нужное русло.
- ▶ Помогите реализовать свой потенциал.
- ▶ Научите контролировать эмоции.



# Причины агрессии

- ▶ Способ самоутвердиться;
- ▶ Привлечь внимание родителей;
- ▶ Копирование поведения взрослых;
- ▶ Поиск границ дозволенного;
- ▶ Излишняя гиперопека;
- ▶ Насилие в семье;
- ▶ Ревность к братьям, сестрам;
- ▶ Неудовлетворение потребностей;
- ▶ Вседозволенность;
- ▶ Неправильное восприятие мира;
- ▶ Гормональный скачок;
- ▶ Повышенное сексуальное влечение.

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.



# Цели агрессии

- ▶ выражать гнев или враждебность;
- ▶ для утверждения превосходства;
- ▶ для запугивания окружающих;
- ▶ чтобы достичь поставленной цели;
- ▶ быть ответом на страх;
- ▶ быть реакцией на боль.



# Виды агрессии

- ▶ **Физическая.** Главная цель такого ребенка – причинить боль и вред другому человеку.
- ▶ **Вербальная агрессия.** Это может быть отпор, критика чужих действий или поведения, нецензурная брань, злоба, насмешка, обида, ненависть. Нередко школьник выкрикивает проклятия или угрозы по отношению к другим людям.
- ▶ **Экспрессивная.** Человек, которого вывели из себя, передает свое отношение к другим при помощи движений, угрожающих гримас, мимики. К примеру, подросток может показать неприличный жест, кулак, скорчить недовольную мину. Нередко это сопровождается ненормативной лексикой.
- ▶ **Прямая.** Подросток 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.** 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.

# Виды агрессии

## ▶ Гетероагрессия

Школьник относится агрессивно к окружающим его людям, животным и вещам. Он дерется, оскорбляет, унижает других и испытывает от этого особое удовольствие. Зачастую ребенок использует ненормативную лексику, не стесняясь при этом братьев, сестер и более старших особ.

▶ **Аутоагрессия** – активность, нацеленная (осознанно или неосознанно) на причинение себе вреда в физической и психической сферах. Аутоагрессия проявляется в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений различной степени тяжести вплоть до самоубийства, саморазрушительном поведении (пьянстве, алкоголизме, наркомании, рискованном сексуальном поведении, выборе экстремальных видов спорта, опасных профессий, провоцирующем поведении).

# Формы проявления аутоагрессии

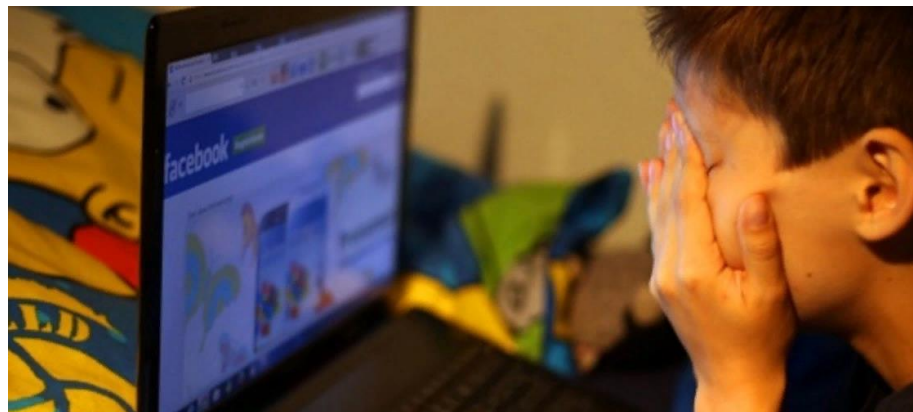
- ▶ **Виктимная аутоагрессия** – характеризуется поведением человека, вжившимся в роль жертвы, когда он провоцирует ситуации, опасные для его жизни и здоровья;
- ▶ **Фанатическое поведение** – присуще людям, являющимися страстными болельщиками спортивной команды, фанатами звезд эстрады и кино, а также участниками деструктивных религиозных сект;
- ▶ **Аутическое поведение** – уход в себя, отстранение от общества;
- ▶ **Пищевая аутоагрессия** – проявляется как в форме *анорексии* (отказа от пищи и воды, вызывающего полное истощение организма), так и в форме *булимии* (переедания);
- ▶ **Химическая зависимость** – чрезмерное употребление алкогольных напитков, токсических, наркотических средств, при этом оправданное как «снятие стресса», «я от всего устал» и т.д.;
- ▶ **Самоповреждение** – нанесение на тело синяков и порезов, контролируемое желание попасть в ДТП;
- ▶ **Суицидальная аутоагрессия** – бывает *демонстративная*, при помощи которой подросток пытается манипулировать окружающими и *истинная*, когда существует реальная угроза жизни при помощи нанесения себе тяжелых физических увечий, вплоть до самоубийства.

# Агрессия в социальных сетях

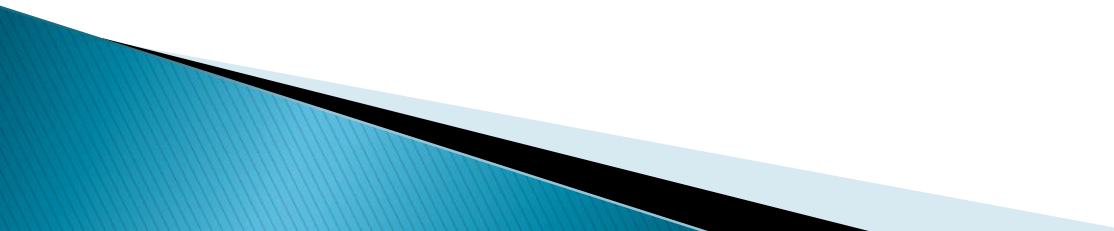
- ▶ Троллинг – процесс размещения в социальных сетях провокационных сообщений, с целью нагнетания конфликтов.



Кибербуллинг (травля)– агрессивное, умышленное действие, совершаемого группой лиц или одним лицом с использованием электронных форм контакта, повторяющегося неоднократно и продолжительного во времени в отношении жертвы, которой трудно защитить себя.



# Причины

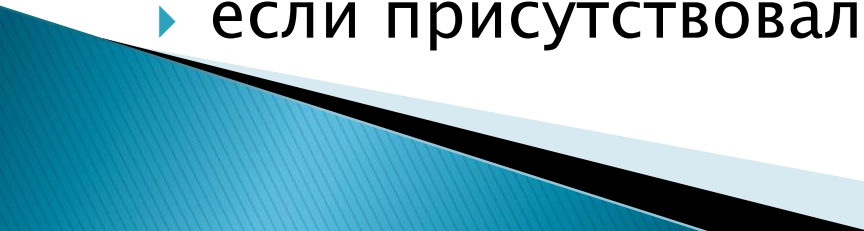
- ▶ Отсутствие «мобильной» и правовой культуры;
  - ▶ Размытость моральных норм в обществе и негативное влияние СМИ и Интернета;
  - ▶ Ограниченный арсенал моделей поведения, отсутствие знаний о конструктивных способах общения;
  - ▶ Невозможность самореализации в хороших, позитивных поступках.
- 

# Как уберечь ребенка от кибербуллинга?

- ▶ Вместе открывайте новое во «всемирной паутине»;
- ▶ Относитесь к этому серьезно;
- ▶ Изучайте, чем занимается подросток в соцсетях;
- ▶ Расскажите об онлайн–безопасности, конфиденциальности, о проблеме онлайн–травли;
- ▶ Задавайте временные рамки нахождения в Сети.
- ▶ Используйте инструменты родительского контроля!
- ▶ Научите правилам интернет–общения.



# Факторы, повышающие риск возникновения насильственного поведения

- ▶ ребенок стал жертвой физического и полового насилия;
  - ▶ имело место насилие в семье;
  - ▶ если ребенок регулярно видит насилие на экране телевизора, в СМИ, у соседей, живущих по соседству;
  - ▶ если родители употребляют наркотики и алкоголь;
  - ▶ если в доме присутствует огнестрельное оружие;
  - ▶ если семья мало обеспечена, переживает стрессовый период, находится на грани разрыва брака;
  - ▶ если родители потеряли работу;
  - ▶ если присутствовала мозговая травма.
- 

# Что делать родителям?

- ▶ Управляйте своими эмоциями!
- ▶ Определите главную причину агрессии!
- ▶ Не прерывайте подростка.
- ▶ Не включайтесь в соревнование «Кто громче!»
- ▶ Объясняйте ребенку почему его поведение неприемлемо.
- ▶ Учите методам контроля гнева.
- ▶ Все члены семьи должны выполнять единые требования и правила. Это позволит подростку чувствовать себя равным.



# Что делать родителям?

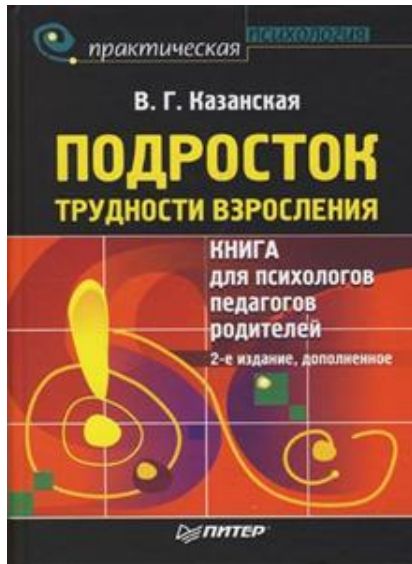
- ▶ Воспринимайте ребенка как Личность!
- ▶ Поощряйте за успехи!
- ▶ Не сравнивайте с другими!
- ▶ Показывайте, что Вы считаетесь с его мнением!
- ▶ Спрашивайте совета!
- ▶ Интересуйтесь его делами!
- ▶ Подавайте личный пример! Рассказывайте о себе.
- ▶ Принимайте подростка таким как он есть!
- ▶ Напоминайте себе, что это ваш любимый человек!
- ▶ Создайте ребенку тыл!



# Литература для родителей



# Литература для родителей



*Центр сопровождения «Янтарь»*

*348-36-09*

*[yantrar@edunor.ru](mailto:yantrar@edunor.ru)*

*<http://yantrar-center.ru/>*

*СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!*

