

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.

Агресивність супроводжують:

- неадекватне самооцінювання (знижене 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.

Агресія підлітків безпосередньо не пов'язана з порушенням ustalених Правил і норм та відокремлюється від асоціальної поведінки

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 вдається 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.

Рекомендації щодо подолання дитячої агресивності

Однією з основних причин дитячої агресії є сімейне оточення, сімейні ситуації. Тому лише у співпраці з батьками можна досягти позитивних результатів щодо попередження дитячої агресивності та агресії. Тому в роботі з батьками можна використати такі поради для батьків :

1. Поважати і розуміти потребу дитини в самостійності, створити умови для нормального розвитку її активності. Дозволити дитині бути в розумних межах незалежною.
2. Допомогти дитині перебороти ситуацію надмірного незадоволення, яка в багатьох випадках призводить до афективних реакцій. Якщо приступ люті викликаний заборорою, то її не треба зразу відмінати. Поясніть дитині, що ви розумієте, чому вона так себе веде, але не відмінуйте заборону, якщо вважаєте її розумною, справедливою, корисною.
3. Необхідно навчитися зменшувати інтенсивність і тривалість надмірного незадоволення дітей та обмежувати його наслідки.
4. Допомогти дитині в пошуку шляхів і способів подолання почуття ворожості.
5. Щоб допомогти дитині засвоїти поведінку, характерну для сім'ї, в якій він живе, батькам потрібно встановлювати для дитини межі дозволеного, котрі мають відповідати її віковим особливостям, почуттям у конкретній ситуації та залежати від міри її активності.
6. Насамкінець, основним фактором у запобіганні негативним проявам агресивності є оптимізація стосунків батьків і дітей. Чим стійкіша близькість між дитиною і батьками, тим їй легше перебороти свої ворожі відчуття.