

Агрессия, её причины и последствия

Агрессия, её причины и последствия.

Формы агрессивного поведения подростков. Причины агрессивности и ее влияние на взаимодействие подростка с окружающими людьми.

Возможные способы преодоления агрессивности в поведении подростка. Рекомендации для родителей по профилактике и коррекции агрессивного поведения подростка

Подростковая жестокость и агрессия, к сожалению, не являются редкостью. Происходящее удивляет и шокирует взрослых, особенно в том случае, если ранее они не сталкивались ни с чем подобным. Некоторые родители буквально хватаются за голову, не понимая, как справиться с подступившим отчаянием. Испытывая чувство безысходности, они не находят сил совладать с образовавшейся пустотой на сердце. Иногда отец и мать в порыве гнева отдаляются от собственных детей и даже не пытаются их понять.

Причины

Подростковая агрессия имеет свои основания. Она не возникает просто так, без причины. Иногда определенные нарушения являются едва заметными, в ином случае – бросаются в глаза и видны при непосредственном общении. Рассмотрим подробнее причины.

Неблагополучная ситуация в семье

Не обязательно, что родители страдают алкогольной зависимостью или ведут асоциальный образ жизни. Сформировавшегося непонимания достаточно, чтобы возросло отчуждение и негодование. Ребенок 14-15 лет попытается вырваться из-под опеки родителей, проявить себя в определенных занятиях. Плохо, когда родители мало интересуются увлечениями своего чада, не желают до конца понять его. Если отец отсутствует, то матери становится трудно справляться с подрастающим ребенком. Если это мальчик, то ему особенно необходимо влияние сильного пола. Ребенок-подросток очень остро реагирует на любые изменения в семье и в ближайшем окружении: ему не хватает мудрости и соответствующего опыта, чтобы понять, как действовать самому, на что опираться при выборе стратегии поведения.

Конфликты в школе

Однозначно подобные проблемы выбивают из колеи, мешают строить отношения с окружающими, осознавать реальность в полной мере. Проявление агрессии в подростковом возрасте связано с нарастанием внутреннего напряжения. Школа – это не только источник знаний, но и проводник стресса, который постоянно сопровождает чадо на протяжении всего дня. У ребенка возникает ответная реакция, предполагающая, что необходимо всеми силами стремиться отстоять собственные интересы, защититься от нападков окружающих. Если приходится сталкиваться с подобными проявлениями в столь юном возрасте, то невольно начнут вырабатываться механизмы, которые диктуют совершенно другое поведение.

Особенности характера

Есть дети мнительно-тревожные, есть и такие, которые с помощью агрессии пытаются выразить свой протест. Это всего лишь способы ослабления внутреннего конфликта. Проблема заключается в том, что со временем эти методы показывают, что не работают, а человек уже привык действовать определенным образом и не готов меняться в угоду обществу. Некоторые особенности характера могут значительно осложнять жизнь другим людям. Например, нетерпимость нередко становится причиной появления агрессивности. Юному подростку кажется, что его никто не любит и не понимает. Вследствие чего нарастает напряжение, приходится искать деструктивные способы взаимодействия с окружающими.

Нервные нарушения

Еще одна причина, которую нельзя не принимать во внимание. Если подросток страдает приступами эпилепсии, не умеет общаться со сверстниками, то он не сможет чувствовать себя комфортно. Ощущение безопасности происходящего сугубо субъективно, но столь необходимо для комфортной жизни. Нередко у таких детей встречаются проявления панических атак, неуверенность в себе, скованность и мнимое безразличие ко всему окружающему. Любые нервные нарушения, будь то страхи или агрессивные выпадения могут привести к неконтролируемому поведению. Подростки,

совершающие противоправные действия, опасны еще и потому, что не вполне осознают мотивы и последствия своих поступков.

Проявления

Агрессия в подростковом возрасте выглядит однозначно и ужасно. Симптомы этого явления распознать нетрудно. Порой приходится только удивляться терпению и великодушию некоторых родителей и их желанию повлиять на подросткового ребенка конструктивными методами.

Нежелание слушать взрослых

Наиболее яркое проявление, которое нельзя не принимать во внимание. Ребенок настолько настроен против, что мнения отца и матери перестают иметь для него большое значение. Он начинает опираться на мнение сверстников, их оценка имеет для него большое значение. Нежелание слушать взрослых распространяется на родителей и учителей. Кажется, что его во всем ограничивают, не дают и шагу ступить самостоятельно. Это вызывает бурный протест и переходит в агрессию.

Выраженный негативизм

Отрицательная реакция обусловлена потребностью защищать собственные интересы. Иногда негативные проявления встречаются буквально каждый день. Родители приходят в шок: ребенок не хочет учиться, постоянно прогуливает, подвергает критике существующие ценности. Это происходит потому, что у подростка имеется неосознаваемая потребность выработать свое личное мнение по каждому вопросу, который представляет интерес в жизни.

Обрывание контактов

Как правило, это происходит внезапно. Если подростка что-то не устраивает, он перестает общаться. Нежелание вступать в контакт продиктовано неумением идти на компромиссы и потребностью научиться отстаивать свою точку зрения. При выраженном конфликте подросток просто замыкается в себе. Донести до него какую-то информацию (порой нужную и необходимую) не представляется возможным.

Виды

Формы проявления неблагополучия отличаются разнообразием. По ним можно понять характер, предположить объективные причины происходящего. Рассмотрим подробнее виды подростковой агрессии.

1. Открытая агрессия. Характеризуется прямой проявлением конфликта. Часто подросток действует, находясь в состоянии сильного эмоционального возбуждения, и не умеет этого контролировать. Открытая форма не опасна, потому что сразу видны намерения человека. Его можно остановить, попробовать с ним поговорить или оказать иное воздействие.
2. Скрытая форма. Опасна тем, что плохо поддается влиянию со стороны. Подросток замышляет противоправные действия, но об этом никто не знает. Он может долго вынашивать коварные планы, ждать нужного момента. Но взрослые вряд ли способны оценить, что с ним происходит на самом деле и предотвратить процесс разрушения.
3. Целенаправленная агрессия. Это самая жестокая форма, которая практически не поддается никакой коррекции. Она говорит о том, что подросток сознательно желает причинить кому-то боль, хочет спровоцировать открытый конфликт, ведущий к сильному противостоянию. Чем все закончится заранее предугадать невозможно.

Профилактика

Борьба с агрессией в подростковом возрасте – заведомо сложное действие. Даже если такое решение принято, не факт, что оно достигнет реализации. Здесь необходимо действовать с твердым намерением, имея определенную уверенность в том, что все получится. Вот почему гораздо проще заниматься своевременной профилактикой, чем потом думать, как бороться с последствиями. Ждать нарастание конфликта бессмысленно – это заведомо проигрышный вариант, не приведет ни к чему хорошему.

Влияние родителей

Как бы то ни было, отец и мать – это самые близкие люди и их мнение бессознательно всегда будет учитываться. Необходимо помнить о том, что подросток рьяно отвергает родительское участие, но, в то же время, сильно в нем нуждается. Ему необходимо отстоять свою точку зрения, чтобы почувствовать себя взрослым. Нельзя винить его за новые чувства и состояния. Влияние родителей огромно. Они должны показать на собственном примере, как поступать в тех или иных ситуациях, на

что опираться в моменты принятия сложных решений. Подростка нужно учить доверительным взаимоотношениям, но не на словах, а на деле. Ведь если он заметит какое-либо расхождение между родительскими словами и поступками, то перестанет уважать близких людей за малодушие.

Выстраивание доверительных отношений

Они играют важную роль в жизни семьи. Думая над тем, как справиться с агрессией у ребенка, необходимо наладить домашний микроклимат. Начинать нужно с малого: полезный совет, участливая поддержка, своевременная подсказка. Даже если чадо приносит из школы одни двойки, это не повод для скандала. Необходимо тщательно проанализировать ситуацию, посмотреть на нее со стороны и вместе принять решение. Если семейная обстановка будет радовать, то со временем ситуация выровняется и ребенок поймет, как ему нужно поступать в дальнейшем, чтобы исключить нарастание конфликта.

Поиск увлечений

Известно, что любое хобби делает жизнь увлекательнее и интереснее. Необходимо помочь ребенку отыскать собственный уникальный путь, определиться в жизни. Понять, к чему лежит душа – большое достижение. На этой основе человек в дальнейшем может строить карьеру, развиваться и получать удовольствие от процесса работы. Выбранная деятельность должна нравиться, помогать чувствовать себя состоявшимся, на высоте положения. Например, если подростку нравится рисовать, не надо заставлять его заниматься музыкой. Все равно от подобных действий не выйдет ничего хорошего. Поиск увлечений поможет открыть мир заново, познать его радости во всех красках. Неконтролируемые приступы агрессии снизятся или вовсе прекратятся, поскольку отпадет надобность в психологической защите.

Благополучная среда

Чтобы оградить чадо от пагубного влияния, нужно поместить его в соответствующую среду. Смена коллектива пойдет на пользу тогда, когда ребенок не может утвердиться в классе или невольно оказался втянутым в чужие конфликты. Если ему постоянно приходится находиться в стрессе, необходимо помочь выйти из этого состояния. Если ребенок в школе попал под дурное влияние, но вы подозреваете у него наличие способности к углубленному изучению определенных предметов, стоит перевести его в лицей или гимназию. В любом случае надо постараться всячески оградить от той среды, где он находится. Нет ничего грустнее, чем наблюдать, как чадо день ото дня превращается в неведомое существо, которому чужды человеческие понятия и идеалы. Высокие стремления надо прививать посредством правильного отношения к происходящему. Показывайте на собственном примере, как стоит поступать в конкретных ситуациях. Это позволит ребенку выработать у себя различные стратегии поведения.

Помощь психолога

Она может оказаться незаменимой, особенно тогда, когда ситуация зашла слишком далеко и дело приняло совершенно неожиданный оборот. Ребенок часто не может справиться с конфликтом самостоятельно, поэтому агрессия в нем только нарастает. Необходимо помнить о том, что выраженный гнев в отношении родных и близких – это своеобразная форма защиты, которую не так просто преодолеть. Не нужно бояться посещать психолога. Даже если раньше никогда не приходилось обращаться за консультацией, стоит пересмотреть свои убеждения. Нет ничего постыдного в том, чтобы пытаться решать семейные и другие проблемы с помощью специалиста.

Таким образом, подростковая агрессия – явление, которое, безусловно, заслуживает пристального внимания взрослых. Родители, учителя и другие люди, которые принимают участие в жизни подрастающего поколения, должны обращать внимание на происходящие изменения. Нужно находить время, чтобы говорить с ребенком по душам, контролировать его действия. Если вам не удастся справиться с проблемой самостоятельно, можно обратиться в содружество психологов и реабилитологов Иракия Пожариского. Работа с профессионалом высокого уровня позволит решить проблему, своевременно пресечь развитие неблагоприятной ситуации.