

Как помочь своему ребенку избежать агрессии

Ощущение детьми чувства взрослости, стремление к самостоятельности, формирование критичного мышления, становление нового уровня самосознания является свидетельством того, что ребенок находится в одном из наиболее сложных периодов. Подростковый возраст определяется тем, что в нем закладываются основы и намечаются общие направления формирования моральных и социальных установок личности.

Одной из самых актуальных в мире является проблема подростковой агрессии.

Данные современной науки убеждают, что агрессивный подросток - это прежде всего обычный ребенок, которому свойственна нормальная наследственность. Черты, качества агрессивности он приобретает под воздействием ошибок, недоработок, упущений в воспитании, сложностей в окружающей его среде. Решающая роль здесь отводится семье. Именно в ней закладываются основы норм и правил нравственности, навыков совместной деятельности, формируется мировоззрение, ценностные ориентации, жизненные планы и идеалы. Реакция родителей на неправильное поведение ребёнка или других членов семьи, характер внутрисемейных отношений вот факторы, которые могут предопределить агрессивное поведение ребенка.

На формирование агрессивного поведения особое влияние оказывают и средства массовой информации и реклама. Реклама на телевидении обладает сильным психологическим воздействием на население, а наиболее сильное воздействие она оказывает на психику подростков.

Ученые убеждены в следующем:

- подростки в серьезных ситуациях, в игре, в межличностном общении подражают насилию, увиденному на экране;
- они склонны отождествлять себя с определенными жертвами или агрессорами;
- подростки становятся не чувствительными к грубости, жестокости, посмотрев много сцен насилия;
- они начинают считать насилие приемлемой формой и моделью поведения и способом решения своих проблем.

Как научить своего ребенка защитить себя от агрессии?

1. **Ребенок не должен чувствовать себя брошенным** и вести себя как жертва.
2. **Повышайте самооценку ребенка, уверенность в себе.**
3. **Научите ребенка объективно оценивать ситуацию**, просматривать все варианты выхода из конфликта и при необходимости уходить из зоны конфликта первым.
4. **Научите ребенка общаться твердо**, но вежливо, чтобы не было поводов вступать в драку.

5. **Научите ребенка навыкам позитивного общения**, взаимодействия с другими членами социума, умения находить мирные пути решения конфликтов, избегать в речи фраз, которые будут вынуждать обидчика к агрессивным действиям.
6. **Исключите агрессию из окружающего мира ребенка**(наказание, агрессивные сверстники, телефильмы, грубые фразы в разговоре и т.д.)
7. **Научите ребенка контролировать свои негативные эмоции и “выплескивать” их адекватно**, без вреда для окружающих (и себя).
8. **Помогите ребенку**. Если у ребенка возникают проблемы в общении со сверстниками необходимо обратиться за помощью к классному руководителю, школьному психологу, администрации школы.

И помните, что главной нашей целью остается примирение сторон и не повторение инцидентов в будущем.

Ссылки:

Саратова Л. М. Психолого-педагогические особенности подростков с особыми образовательными потребностями [Текст] / Л. М. Саратова // Молодой ученый. — 2011. — №11. Т.2. — С. 102-104.

<http://razvitiedetei.info/razvitie-shkolnika/esli-rebenka-obizhayut-v-shkole.html>

