

Агрессия – понятие противоположное регрессии, т.е. «движение вперёд» против «движения назад». Появление агрессии связано с возрастом становления самости, т.е. 2-3 годами.

Хотя агрессия является естественным атрибутом взросления, принято понимать под этим словом поведение, направленное на ущемление прав других людей, причинение вреда окружающим.



В возрасте до 2 лет ребёнок впитывает много информации из внешнего мира, принимая её такой, как она есть, т.к. критичности в этом возрасте ещё не существует. Вместе с ней ребёнок получает много энергии, которой в какой-то момент

становится слишком много, и он начинает испытывать потребность в возвращении энергии во внешний мир. Общение строится по принципу: «Сам такой». Теперь он проявляет законную агрессию, возвращая энергию, связанную с избыточным волнением, в мир.

Ему важно, чтобы близкий взрослый выдерживал его законную агрессию. Чтобы он относился к ней примерно так: «Ты маленький, а я большой и сильный, и я могу выдержать то, что ты тянешь меня за волосы и не пытаешься наказать тебя за это». Если окружение не выдерживает агрессии, ребёнок теряет к нему доверие, остаётся подавленным и одиноким. Если близкие удерживают его энергию, то ребёнок чувствует всемогущество. С того момента как ребёнок начинает доверять окружению, он начинает доверять себе. Если для мамы не страшно, что он тянет её за волосы, то он может чувствовать себя сильнее, стоять на собственных ногах.



Личность появляется в возрасте трёх лет. В это время ребёнок разделяет себя и окружающий мир. Он знает, кому принадлежит гнев: ему самому или другому человеку.

Но если он не завершил стадии законной агрессии, то его границы размыты и он чувствует, как чужой гнев проникает в его тело. Всё, что находится внутри него, может выйти наружу и то, что снаружи может проникнуть под его кожу и уничтожить его или сделать счастливым. И то и другое тревожно.

Пограничные нарушения являются следствием сверхподавления или сверхопеки ребёнка взрослым, в ответ на которые он развивает потребность сохранить основную суть себя, и он развивает поведение, где его невозможно ухватить.

В норме у ребёнка формируется отношение базового доверия к миру, в противном случае - состояние базовой тревоги.

Если базовое доверие не сформировано, у человека возникает потребность в поисках состояний эмоционального принятия значимыми другими (любой ценой) и поиска состояний, свободных от базисной тревоги, т.е. состояния базового психологического комфорта и расслабления. Эта потребность может быть рассмотрена как отправной пункт формирования зависимостей, особенно химических.

Влияние врождённых особенностей и воспитания на становление агрессивного поведения.

Ребёнок учится контролировать свою агрессию, встречая одобрение или неодобрение родителей. Его тревога при этом двояка: с одной стороны это страх наказания, с другой - боязнь обидеть, вызвать раздражение родителей и лишение их поддержки.

Постепенно нормы интериоризируются (переходят из внешних во внутренние), и поведение регулируется совестью и (или) чувством вины или

стыда, что не одно и то же. Совесть имеет критерий оценки высшего порядка, стыд же связан с оценкой окружения.

Если на физиологические причины накладывается педагогическая запущенность, ведущим может на всю жизнь остаться внешний контроль. Тогда подчинение законам и общественным требованиям осуществляется только из-за страха наказания и материальных потерь.

Явление «эффекта толпы» основано на таком ослаблении контроля, который задаётся внешними рамками. Во время смуты, когда ослаблена власть, оковы внешнего контроля снимаются, и агрессивные импульсы беспрепятственно выплёскиваются наружу. Во время войны такой человек становится способен на бесчеловечные поступки, потому что ответственность за них незрелым разумом делегируется военным начальникам.

То же происходит и в подростковой компании. Заражённый настроением толпы, лишённый внешнего контроля, лично незрелый подросток совершает то, от чего потом готов откреститься всеми правдами и неправдами, но уже поздно.

Развитие внутреннего контроля идёт с помощью процесса идентификации - стремления поступать, как значимый человек. В раннем возрасте это имитация родительского поведения

(аналогично у животных такое следование за матерью называется импринтингом). Дети любят играть во взрослых, в т.ч. в семью. Но самим родителям в тех образцах поведения, которое воспроизводят их дети, нравится далеко не всё. Ведь человеку свойственно то, нелюбимое, чего он не хочет видеть в себе, приписывать другому. Результатом этого часто бывает бурная реакция родителя на «дурное подражание» дитя.



Возникает порочный круг. Взрослый добивается «правильного» поведения оценкой, критикой, давлением, наказанием. Эти меры вызывают у ребёнка негативные эмоции. Взрослый раздражается, усиливает нажим. У ребёнка возрастают чувства обиды и ненависти, развивается безразличие, лень, отвращение к родительскому влиянию и, наконец, открытое сопротивление.

На становление агрессивного поведения подростка во многом влияет стиль семейного воспитания, степень сплочённости семьи, близости с ребёнком, характер взаимоотношений братьев и сестёр, фильмы, игры, телепередачи, которые смотрит ребёнок.

Виды агрессивности.



Агрессивный ребёнок противостоит родителям, свои авторитеты он ищет на стороне, что свойственно подростковому возрасту. Он хочет, чтобы от него отстали. И родители, уставшие от сопротивления, в конце концов, отстают.

Это приводит к тому, что такой ребёнок, не усваивая опыта взрослых, хуже социализируется. Его агрессивность приобретает различные формы в зависимости от его особенностей. В дальнейшем эти формы становятся чертами характера.

Агрессивное поведение может приобретать следующие формы: физическая, словесная, косвенная агрессия; раздражение, обидчивость, подозрительность, негативизм.

Если с физической и словесной агрессией всё понятно, то другие её формы имеют довольно скрытый характер.

Косвенная агрессия проявляется в актах вандализма, наблюдения за издевательствами, порчей имущества и одежды.

Раздражение и вечное недовольство тоже способно отравить жизнь окружающим и по природе своей агрессивны. Когда человек обижается на кого-то, он невольно заставляет того переживать чувство вины, часто неадекватной истинной провинности. Чрезмерная подозрительность проявляется нападками и критикой в адрес другого человека, а негативизм саморазрушителен, агрессия в этом случае направляется на самого себя.

Всякая форма агрессивного поведения направлена на упрямое отстаивание подростком своей самости.

Влияние особенностей подросткового возраста на агрессивность.

В подростковом возрасте увеличивается агрессивность в поведении подростка. Этому есть ряд обоснований объективного характера, биологического и психологического.

Наступает этап полового созревания, и вместе с ним появляется неусидчивость, обидчивость, плаксивость, раздражительность. Подросток зачастую не понимает, что с ним происходит. Его тело меняется, голос становится грубее, появляются первичные и вторичные половые признаки. Он является как бы маргиналом – личностью на стыке двух субкультур, детской и взрослой.

Физически непропорциональные изменения тела порождают различные комплексы неполноценности. У кого-то «слишком» длинные руки, у кого-то очень тонкие или толстые ноги. Девочки в этом возрасте часто прибегают к изнурительным диетам, что само по себе аутоагрессивно и является разновидностью негативизма как отрицания собственной физиологии.

Подростковая неуклюжесть маскируется напускной развязностью, грубостью, беспечностью.

На психологическом уровне развивается новообразование - чувство взрослости. Всякое покушение на его взрослость - трагедия для подростка. В ответ он даёт острую агрессивную реакцию.

Если внутренняя агрессивность велика, но проявление её в семье строго карается или просто не может найти выхода, поведение приобретает форму буллинга – преднамеренного целенаправленного причинения вреда живым существам.



Тема превосходства и власти одних над другими вечна. В стадах животных аналогом человеческого буллинга является мобинг. Он направлен на выживание через захват власти.

Для человека такое «животное поведение»

связано с расстройством самости. Он знает, что делает плохо, но всё равно мучает другого. Такой подросток действует хладнокровно и сознательно - это отличает его поведение от поведения животного, основанного на инстинкте выживания. Запускают эти процессы в социуме дети с нарцисстическим развитием, т.е. направленность любви только на себя уже имеет у них явно выраженную паталогическую форму. Если они говорят о раскаянии или просят прощения у своих жертв- то это, скорее всего, способ выйти сухим из воды.

Факторы внешней среды, способствующие агрессивному поведению подростков.

К факторам, способствующим росту агрессивности среди подростков можно отнести ухудшение социальных условий жизни детей. Это не касается материального состояния семей. Это касается изоляции ребёнка от мира

взрослых и других детей за пределами школы. Из жизни детей всё больше исчезают дворы с их играми и непринуждённым общением. Во дворах дети учились дружить, любить, ладить и ссориться, враждовать и мириться. Естественная агрессивность отыгрывалась в них с естественной коррекцией социумом. Современный ребёнок всё больше варится в соку собственной семьи и массовой культуры, воспитывающей его с экранов телевизора и компьютера.

Вторым фактором, способствующим росту агрессивности среди подростков является кризис семьи.

Определённый тип семьи также влияет на агрессивность ребёнка. Для мальчиков это семья, где он является кумиром и растёт без отца или семья, где отец жесток, а мать уступчива. Тогда мальчик будет идентифицироваться с отцом и противостоять всем, в том числе и отцу. Тогда его либо сломают, либо он станет таким же жестоким.

Для девочки это семья с жёсткой авторитарной матерью и мягким отцом. В ней девочка часто идентифицируется с матерью. Или семья, где девочка, предоставленная сама себе, вынуждена пробивать себе дорогу в жизни. Агрессия в этом случае выступает как механизм выживания, становится инструментальной.

Третьим фактором является невнимание в семье и школе к нервно - психическому состоянию детей. По данным мониторинга воспитанности подростков, второе место после негативного отношения к человеку как иному принадлежит негативному отношению к собственной душе.

Скрытые неврозы и пограничные расстройства толкают подростков на поиски снижения тревоги табакокурением, алкоголем, наркотиками, лёгкими сексуальными связями.

При разобщённости общества исчезают триангуляторные фигуры в жизни ребёнка. Это те, кому можно довериться, когда не получается договориться с родителями. Ими могут быть родные отцы, бабушки, крёстные, классные руководители, психологи. Такой человек способен

беспристрастно и неосуждающе выслушать, поддержать, дать совет, снять напряжение, облегчить тревогу.

Памятки для родителей.

Десять родительских заповедей

1. *Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты, или таким – как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.*
2. *Не думай, что ребенок твой: он Божий.*
3. *Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него делаешь: ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот третьему: это необратимый закон благодарности.*
4. *Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то взойдет.*
5. *Не относись к его проблемам свысока. Тяжесть жизни дана каждому по силам и будь уверен: ему его тяжела не меньше, чем тебе твоя. А может и больше. Потому что у него еще нет привычки.*
6. *Не унижай!*
7. *Не мучь себя, если не можешь чего-то сделать для своего ребенка, мучь, если можешь и не делаешь.*
8. *Помни – для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.*
9. *Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, чего не хотел бы, чтобы другие сделали твоему.*
10. *Люби своего ребенка любым: неталантливым, неудачным, взрослым. Общаясь с ним, радуйся, потому что ребенок – это праздник, который пока с тобой!*

Как похвалить подростка

Подростковый кризис сопровождается неустойчивостью настроения, физического состояния и самочувствия, противоречивостью побуждений, ранимостью, депрессивными переживаниями. Характер протекания, острота

кризисных явлений зависят во многом от чувствительности взрослых к тем переменам, которые происходят с растущим ребенком, от их способности гибко изменить воспитательную тактику. Подросток часто не уверен в себе, сомневается в собственной самодостаточности, поэтому важно уметь поддерживать ребенка. Важно учитывать при этом чувство взрослости ребенка.

15 способов сказать подростку: «Какой ты молодец!»

- 1. Как ты это сделал?*
- 2. Это действительно красиво!*
- 3. Я очень благодарна тебе.*
- 4. Это интересная точка зрения.*
- 5. Поздравляю!*
- 6. Теперь ты достиг многого.*
- 7. Я ценю то, что ты сделал.*
- 8. Я рада, что ты растешь.*
- 9. Мне нравится как ты это делаешь.*
- 10. Как ты себя чувствуешь.*
- 11. Какая аккуратная работа.*
- 12. Ты на правильном пути.*
- 13. Ты очень хороший помощник.*
- 14. Спасибо за участие.*
- 15. Все идет прекрасно.*

Памятка для родителей

Ваш ребенок взрослеет, вместе с его физическим взрослением наступает умственное взросление, формируется интеллектуальный потенциал и социальный интеллект. Оттого, насколько семья воспринимает подростка как мыслящую личность, зависит степень его социального взросления.

- Беседуйте со своим сыном и дочерью, говорите с ними о ближайших жизненных планах и будущих целях жизни.
- Рассказывайте о своих планах, о своих победах и неудачах в их реализации.
- Поддерживайте здоровое честолюбие своего ребенка.
- Не иронизируйте по поводу несбыточных планов, стимулируйте в нем желание доказать себе и другим возможность достичь поставленной цели.
- Формируйте нравственно здоровую личность, неспособную на подлость ради реализации жизненных планов.
- Создавайте ситуацию успеха, поддерживайте жизненные силы и веру в успех.
- Говорите правду ребенку, какой бы горькой она ни была.
- Учите экономить силы для достижения цели.
- Будьте сами примером ребенку, самое печальное, если подросток разочаруется в ваших жизненных силах.