

Психологические рекомендации

Как помочь агрессивному подростку?

Еще недавно послушный ребенок вдруг становится обидчивым, раздражительным, агрессивным, в его словах прорываются грубость и гнев. Именно с этих проявлений зачастую начинается взросление. Родители не знают, как реагировать на подобные выходки подростка: он злится, дерзит, обижается на каждое замечание в свой адрес.

Или, наоборот, ведет себя нарочито спокойно, проявляя, в общем-то, несвойственную ему медлительность, забывчивость, неспособность довести начатое до конца, что является выражением скрытой агрессии, направленной на то, чтобы вывести вас из равновесия. Причем, почему подросток так поступает, он и сам не знает.

В современной психологии доказано, что ребенок не рождается злым или добрым, скромным или хвастливым, агрессивным или доброжелательным. Все эти качества формируются в нем в процессе развития, главным образом, под влиянием окружения, в котором он растет.

В начале подросткового периода небольшой всплеск агрессивности - явление нормальное, связанное с психологическими особенностями переходного возраста. И скорее всего, оно обусловлено ощущениями внутреннего дискомфорта. И это внутреннее напряжение как раз и находит выход во вспышках агрессии.

Но постепенно (в течение 5–6 лет) тинейджер учится овладевать своими эмоциями и становится более уравновешенным.

Ситуация усугубляется при неблагоприятной обстановке в семье, где царят ссоры и раздор. Они усиливают психологическую неустойчивость подростка, формируют в нем чувство вины, тревоги, незащищенности. Отсутствие внутренней опоры приводит к тому, что вспышки агрессии не исчезают вместе с проблемами переходного возраста. Агрессивность все более нарастает, становится "злокачественной", по определению известного психоаналитика Э. Фромма, и в результате общество получает еще одного субъекта, имеющего предрасположенность к насилию, к причинению вреда окружающим.

Конечно, нельзя винить в этом только родителей. Возможно, они тоже росли в семье, где выяснение отношений на повышенных тонах при детях было нормой. На формирование агрессивного поведения тинейджера также оказывают влияние фильмы, полные сцен насилия, компьютерные игры с элементами жестокости. Подросток учится вести себя агрессивно, наблюдая за

поведением сверстников на улице или в школе. И постепенно для него становится нормой доказывать свою правоту при помощи кулаков.

Тинейджеры сбиваются в стаи, становятся членами различных группировок, например, скинхедов. И это уже не только проблема семьи, это становится проблемой общества.

Ненависть и неприятие окружающего мира - страшный багаж, с которым молодой человек выходит во взрослую жизнь. Кстати, по наблюдениям психологов, в последнее время заметно снизился возраст проявления агрессивных действий у подростков. Все чаще встречаются случаи агрессивного поведения у девочек.

Это заметно и без комментариев специалистов. Недавно наблюдала такую картину: вечером недалеко от станции метро (место очень людное) две девчущки лет по 14 – 15, не больше, устроили "разборку" своей подружке. Одна из них вцепилась в белокурые волосы "провинившейся". Другая поднесла к ее лицу кулак и с надрывом выговаривала, чтобы та не смела больше приставать к Денису, иначе...

Неприятная ситуация на этот раз завершилась благополучно. Девочку "отбили" у так называемых подружек и проводили домой. Но сколько подобных проявлений асоциального поведения заканчивается жестокой сценой расправы? Об этом можно узнать из СМИ, из телепередач, повествующих, например, об убийстве школьниками своей учительницы.

Родители, столкнувшиеся с проблемой повышенной агрессивности у подростков, понимают: только беседами о том, что нужно хорошо себя вести, тут не обойдешься. И даже, наоборот, такие нравоучения могут вызвать еще больший приступ агрессии.

Так как же быть? Нельзя допустить, чтобы твой еще не совсем оперившийся "птенец" подвергся такой нравственной деформации, из-за которой один шаг до беды. Желание все крушить на своем пути может достичь такой степени интенсивности, что управлять им подросток уже будет не в состоянии.

Прежде всего, агрессивного ребенка нужно принять со всей его грубостью, ершистостью и задиристостью, он нуждается в поддержке и любви не меньше, чем любой другой. От ненависти и проявлений агрессии можно вылечить любовью. Не мелочной опекой, не нравоучениями, а именно любовью.

Кроме того, родители должны знать, с кем и как проводит свое свободное время тинейджер. Возможно, нужно просто помочь ему правильно организовать досуг, заинтересовать спортом, походами на природу. Нельзя

позволять, чтобы агрессия накапливалась в ребенке, подобно статическому электричеству, и вызывала сильные эмоциональные взрывы.

И еще один важный момент: педагоги, работающие с подростками, отмечают, что одной из причин агрессивного поведения у старшеклассников может стать отсутствие ответов на очень важные для них вопросы, - и отсюда протест, внутреннее несогласие с окружающей действительностью.

Нынешнее молодое поколение, например, чуть ли не с пеленок задается вопросом о смысле жизни: для чего живу, для чего создан этот мир и как я должен реагировать на него? Пытаться его познать, полюбить или отвергнуть, - а значит, ощутить никчемность своего пребывания здесь и сейчас и погрязнуть в ненависти? И только ли этим миром ограничивается бытие?

И если мы, взрослые, поможем нашим детям найти ответы на эти вечные и такие непростые вопросы, то, скорее всего, из подросткового периода они выйдут без особых проблем и уж точно не попадут в категорию "трудных" подростков, потому что обретут смысл жизни. И поймут: развивать нужно не только тело, но и душу. Ведь именно «на уровне души находятся ответы на основные вопросы бытия» (древняя Книга Зоар).