

## Рекомендации психологов

- Показывайте ребенку, что его любят в семье и принимают таким, какой он есть, со всеми его проблемами и ошибками
- Необходимо показать своими поступками, что Вам можно доверять
- Создавайте комфортные условия и поддерживать его положительные начинания и поступки подростка
- Культивируйте значимость образования
- Научитесь задавать вопросы так, чтобы у подростка не возникло желания на них не отвечать или избегать разговора с Вами. Например, вместо вопроса: «Что ты сегодня получил?» лучше поинтересоваться: «Что сегодня было интересного в колледже? Что тебе понравилось в колледже, а что нет?»
- Ребенок не должен бояться ошибиться или сказать Вам правду, какая бы она ни была.
- Никогда не ругайте ребенка обидными словами и не оскорбляйте его достоинства
- Не ставьте ему в пример его друзей или знакомых
- Всегда старайтесь положительно оценивать своего ребенка, даже если Вам кажется, что он в чем-то некомпетентен. Замечания должны звучать не как обвинения

- Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение. Хвалить надо персонально, а критиковать – безлично.
- Объединяйтесь с ребенком против его трудностей. Он должен видеть в Вас союзников, а не противников или сторонних наблюдателей
- Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, чем во дворе, ведь дома его любят, принимают и уважают.

## Как вести себя с агрессивным подростком?

- Ни в коем случае не позволять себе разговаривать с подростком на повышенных тонах.
- Если вы видите, что ребенку трудно себя сдерживать, то дайте ему возможность выплеснуть свою агрессию без причинения вреда окружающим.
- Показывайте ребенку пример эффективного поведения, старайтесь не допускать при нем вспышек гнева и не стройте планы мести.
- Сделайте все, чтобы ваш ребенок в каждый момент времени чувствовал, что вы его любите, цените и принимаете, не стесняйтесь лишний раз его приласкать и пожалеть.

**Терпения Вам и удачи,  
дорогие родители!**

**ГАПОУ «Педколледж» г.Орска**

## Как помочь агрессивному подростку?



**Социально-психологическая служба**

**Особенности подросткового возраста**

1. Подростков более всего интересует собственная личность. Вопросы «Кто я?», «Чем я отличаюсь от других?» становятся вопросами номер один.
2. Подростки более всего заняты выяснением и построением своих отношений с другими людьми. Дружба – главное, что их интересует.
3. Подростки – искатели смысла жизни. Их начинает волновать главный вопрос человеческого существования: «Зачем я живу? В чем мое предназначение?».
4. Подростков очень интересуют вопросы отношений между мужчинами и женщинами занимают их более всего на свете.
5. Подростки достаточно часто конфликтуют с взрослыми.
6. Подростки хотят равноправных отношений с взрослыми.
7. Подростки постоянно думают о том, как их оценивают другие люди.
8. Подростки хотят иметь все права (как взрослые), и никаких обязанностей (как дети).
9. Подростки перенимают вкусы, взгляды, манеры своей компании; стесняются быть «не как все».

10. Подростки ищут свой жизненный стиль, оригинальничают, подчеркивают свое своеобразие, непохожесть на других.

**Что такое агрессия?**

Слово “агрессия” произошло от латинского “agressio”, что означает “нападение”, “приступ”. В психологическом словаре приведено следующее определение данного термина: “Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический и моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.)”.

**Биологические причины агрессии в подростковом возрасте:**

- Юношеский максимализм.
- Половое взросление.

**Личностные причины формирования подростковой агрессии:**

- Неуверенность в себе.
- Чувство вины.
- Обидчивость.
- Пессимистическое настроение.

Нередко агрессия в подростковом возрасте может провоцироваться определенной ситуацией, которая оказала значимое влияние на психику ребенка. Ощущение своей

неполноценности в таком случае может выливаться в агрессивное поведение.

**Основные виды подростковой агрессии по направленности проявления:**

**1.Открытая агрессия**

Такая агрессивность направлена на все, что окружает подростка — людей, животных, вещи. Она может проявляться в виде драк, хулиганства, вандализма, оскорблений, унижений, использования ненормативной лексики и вызывающего поведения. Как способ противостояния миру тинейджеры могут использовать курение, алкоголь, наркотики, беспорядочные половые связи, бродяжничество.

**2.Скрытая агрессия**

Если недовольство и неприятие направлено подростком внутрь себя, внешне заметить его достаточно сложно. Такие дети не проявляют свое недовольство реальностью явно, но накопление негативной энергии все равно находит выход в виде нервных срывов, депрессий, неврозов, соматических заболеваний и даже самоубийства.

Ребенку, в поведении которого наблюдается большое количество вышеупомянутых признаков агрессивности, необходима помощь специалиста: психолога или врача.