Автор: admin
05.06.2011 15:26 - Обновлено 30.10.2014 03:59

Как родителям найти общий язык с подростком? Причины агрессии

Восприятие мира ребёнком, при всём его своеобразии, – это не что иное, как отражение восприятия его самого окружающими взрослыми.

Подросток формирует своё собственное, ни на что не похожее мнение. Он вынашивает свою личность. Представьте его в некотором смысле «беременным» своей будущностью. Он нервный и нуждается в заботливом обращении. В этой ситуации родители должны проявить заботу и поддержку, и при необходимости быть настойчивыми, если подросток ведёт себя безрассудно.

Итак, каждый тинейджер, с точки зрения психологии и психиатрии, – человек с «пограничной» психикой. Своеобразие возраста таково, что более или менее явно выраженное расстройство нервной системы в большинстве случаев является «нормой». Представления о неизбежности каких-то кошмарных изменений, искривлений психики в пубертатный период сильно преувеличены. Большинство подростков проходит этот возраст без существенных отклонений от описанных норм и успешно адаптируется в обществе. Настораживает родителей подростков больше всего непредсказуемость, агрессивность и отчуждённость. Отчего же это происходит?

Прежде всего, убедитесь, что ребёнок имеет возможность определённое количество времени **находиться в одиночестве** (один в квартире на время вашего отъезда, один в своей комнате после школы и т.п.). Поверьте, если ребёнок ни секунды не бывает один, он постепенно взорвётся («взрыв» – это, соответственно, истерика). Помните также, что **его комната – это его территория**. Замечали, быть может, как маленькие дети (3-7 лет) любят прятаться, ищут разнообразные укромные уголки? Они хотят найти свой личный кусочек ограниченного пространства, где можно спрятаться ОТ ВСЕХ, даже от родителей. Я бы посоветовал поставить что-то вроде небольшой надувной палатки в комнате малыша – он будет в восторге.

С возрастом границы личной территории расширяются. Подросток уже не прячется в шкаф, не читает под одеялом, не ползает под столом. Теперь его личное пространство – его комната. За её пределами может происходить и решаться, что угодно. Но в его комнате должны действовать его законы. Пусть он разрисовывает стены на свой вкус – это его комната, к тому же это развивает творческие способности. Пусть клеит постеры

– это его интересы, его жизнь, к тому же это развивает чувство вкуса и пропорций.

Пусть постоянно передвигает мебель в комнате с места на место – **он просто творческая личность**
, и ищет наиболее удобный для него вариант (хотя, может, он просто нашёл одну из ваших брошюрок «Фэн-шуй – как достичь гармонии»?). В комнате постоянный беспорядок – ему некогда заниматься уборкой, он, к примеру, сочиняет стихи или рисует, или делает уроки (возможно, он просто ленив, но если это и так, вы сразу поймёте по общему поведению).

Вообще, **сотояние комнаты подростка – это состояние его души**. Строгий порядок – он педантичен и аккуратен, серьёзен и внимателен. Полный хаос – он в творческом или эмоциональном поиске. Постоянно разное положение вещей – подросток разносторонняя личность и не может остановиться на чём-то одном.

Вернёмся к проблемам формирования личности. Итак, агрессия – отчего она возникает? **Агрессивность, направленная на окружающих – это отражение подсознательной агрессивности по отношению к самому себе**, так же как и любовь к людям невозможна без любви и уважения к собственному «я». Эти чувства формируются у растущего человека под влиянием родительских эмоций по отношению к нему.

В данной ситуации сам подросток – далеко не первопричина проблемы. К формированию агрессивного отношения к миру приводит не только прямая агрессия, направленная на самого подростка, но и формирование у него стойкого чувства вины и сомнений в собственной значимости из-за отсутствия должной поддержки со стороны родителей. Чувство вины разрушительно и для детей, и для родителей.

Предположим, что подросток вернулся домой на час позже, чем обещал. Возможно несколько вариантов развития. Первый: родители вне себя от злости и волнения выливают на ребёнка весь свой негатив в виде скандала. Результат: чувство вины, и, как следствие, агрессия подростка по отношению к родителям.

Второй вариант: родители не понимают причины опоздания, и разъясняют подростку, что, если такое происходит, значит он (она) не в состоянии отвечать за свои поступки и

слова, и, если подобное повторится, им (родителям) придётся ограничить свободу ребёнка. В данном случае положительный результат гарантирован.

Некоторая степень свободы необходима подростку не менее, чем возможность иногда находится одному. И запомните: ничто не должно **настораживать родителей** сильнее (в плане благополучного психического развития подростка), чем
отсутствие потребности в свободе
действия и слова или покорное приятие её немотивированных ограничений.

Автор - **Алан Паркер**

Источник