

Как общаться и работать с агрессивными подростками?

- Дайте понять подросткам, что вы находитесь вместе с ними и вам неприятно агрессивное поведение.
- Попробуйте определить, является ли агрессивность внутренним состоянием подростка, или она вызвана внешним фактором (вашим поведением, поведением другого человека или какими-то событиями). Важно отвлечь агрессивного подростка или помочь ему разрядить агрессивные эмоции доступными способами, например, через игры или специальные упражнения.
- Поскольку злость — нормальная и необходимая каждому человеку эмоция, научите подростков выражать свои чувства приемлемыми способами (как невербально, так и вербально). Своим примером показывайте способы адекватного реагирования.
- Используйте агрессию, возникшую в результате конфликта в группе, для первого шага к пониманию ее причины. Предложите подросткам исследовать свои эмоции и понять, что их вызвало.
- Используйте любой конфликт как сценарий, раздав подросткам роли, проигрывая его и придумывая различные варианты позитивного решения.
- Постарайтесь принять подростков с самого начала такими, какие они есть, со всей их агрессией. Помните, что больше всего они нуждаются во внимании, любви и заботе. Через взаимопомощь и взаимопонимание вы проявите светлые стороны подростка. Напротив, агрессия ведет только к изоляции или ответной агрессии.
- Следует помнить, что подростки инфантильны, и чем больше выражен этот инфантилизм, тем хуже поведение. Дело в том, что они не могут оценить

ситуацию во всей ее полноте и выработать правильное решение, сделать правильные выводы. С помощью агрессии подростки доказывают свою «силу». Надо всегда делать на это поправку.

- Постарайтесь проникнуть в душевный мир ребенка. Часто его агрессивность связана с депрессивными переживаниями.

**У детей, с которыми общаются,
как с ослами, вырастают ослиные
уши: они становятся упрямыми и
строптивыми.**

**Если бы только родители могли
представить, как они надоедают
своим детям!**

БЕРНАРД ШОУ

**Ребенок, пребывающий под прессом
страха, лицемерен, и его протест
перерастает из ожесточения в злобу.
Одновременно навсегда утрачивается его
чувство собственного достоинства.**



Советы психолога родителям

ПОДРОСТКОВЫ И ВОЗРАСТ



бесцветная молодость протекала в борьбе с собой; лучшие мои качества, боясь насмешки, я хоронил в глубине сердца; они там и умерли. Я говорил правду – мне никто не верил; я начал обманывать...»

М.Ю.Лермонтов. Из дневника Печорина

«...Такова была моя участь с самого детства, все читали на моем лице признаки дурных свойств, которых не было; но их предполагали – и они появились. Я был скромн – меня обвиняли в лукавстве, я стал скрытен. Я глубоко чувствовал добро и зло; никто меня не ласкал, все оскорбляли; я стал злопамятным; я был угрюм – другие дети веселы и болтливы; я чувствовал себя выше их – меня ставили ниже. Я сделался завистлив. Я был готов любить весь мир – меня никто не понял, я выучился ненавидеть. Моя

ЗАПОВЕДИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПОДРОСТКА

Эти советы помогут наладить взаимоотношения в семье (при условии, что вы будете их соблюдать).

Современные педагоги, психологи, медики сходятся в одном: проблема ребенка – будь то курение, алкоголизм, наркомания или склонность к правонарушениям – это только следствие, причиной являются его отношения с близкими и родными людьми.

- 1. Будьте для своего ребенка не только родителем, но и другом.** Ни один ребенок не хочет быть постоянно воспитываемым. Он хочет, чтобы его понимали и принимали таким, какой он есть. Если вы на это не способны, он, скорее всего, перестанет быть с вами искренним. Строгость и родительская позиция не должны быть самоцелью в отношениях с ребенком, целью должны быть только партнерские отношения.
- 2. Воспитывать подростка нужно так, чтобы он не знал, что его воспитывают.** Всеми силами подросток старается доказать, что он взрослый. Как ни странно, родители всеми силами стараются доказать ему обратное. Дайте понять своему ребенку, что он взрослый, дайте ему свободу, которую он требует, но потребуйте от него ответственности, которая сопряжена с этой свободой.
- 3. Не огораживайте ребенка от трудностей.** Помните, что подросток уже не ребенок, но еще не взрослый. Некоторые проблемы у него, как у взрослого, а решать он их продолжает, как ребенок, поэтому часто терпит неудачи. В этом случае для него важна поддержка именно родителей. Ведь «кайф» от жизни – это когда ты достигаешь поставленных целей своими собственными усилиями. Не лишайте своего ребенка этого «кайфа»!
- 4. Понимание ребенка – это его путь к доверию вам.** Доверяют тогда, когда уверены, что не насмеются, не отругают, а просто поймут. Один из основных навыков, необходимых родителям, – умение слушать своего ребенка, при этом совершенно не обязательно давать советы или пытаться помочь. Главное – дать ребенку возможность высказаться.
- 5. Лучшее нравовучение – ваше поведение.** Не задумывались ли вы, что глупо говорить о вреде курения с сигаретой в зубах? «Болтливое воспитание воспитывает болтунов».
- 6. Не упрекайте.** Если вы бесконечно сравниваете своего ребенка с другими, то в результате такого воспитания получается не цельная личность, а набор качеств, одобряемых родителями в других людях.
- 7. Не допускайте, чтобы ребенку было скучно с вами.** Курить, употреблять наркотики часто начинают от скуки. Ребенок меняется быстрее родителей, те часто «застревают» на временах своей молодости, на тех принципах, которые сейчас неприменимы. Подумайте, может быть, чему-то вы можете научиться у своего ребенка.
- 8. Ругайте за поступок, а хвалите всегда личность.** Что бы ни сделал ваш ребенок, не говорите ему, что он плохой, скажите, что он плохо поступил.
- 9. Не шантажируйте ребенка своей любовью.** А то он подумает, что его любят за что-то, а не просто так. Самое жестокое наказание для ребенка – нелюбовь родителя. Скажите своему ребенку, что вы его любите и будете любить, несмотря ни на что.
- 10. Не манипулируйте ребенком, а то он научится манипулировать вами.**
- 11. Будьте способны понять, принять, посочувствовать, оказать поддержку.** Каждый раз старайтесь обнаружить, в чем истинная проблема вашего ребенка, и, не разрушая его собственного

решения, попытайтесь помочь ему решить эту проблему самостоятельно.

- 12. Учитесь правильно выражать свои эмоции.** Родителям, не умеющим управлять своими чувствами, дети часто не говорят правду, чтобы не присутствовать при их бурных реакциях. В результате родители узнают правду самыми последними и, как правило, только тогда, когда они уже ничего не могут исправить.
- 13. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований, не демонстрируйте ему однозначно несбыточных ожиданий.** Ребенок скрывает от мамы плохие отметки, потому что мама ждет от него только хорошие! Совершенно естественно для родителей ждать успехов от своего ребенка, но нужно научиться справляться с его неудачами.
- 14. Не торопитесь искать виноватых.** Если ребенок видит, что родители в любой ситуации склонны обвинять других людей, то он может скрывать от них правду, боясь попасть под их суд.
- 15. Не афишируйте свою беспомощность.** Если, рассказывая родителям о своих проблемах, ребенок чувствует себя палачом, то, скорее всего, он перестанет говорить им правду. И в сложной жизненной ситуации не обратится к ним за помощью, а будет искать утешение в сомнительных компаниях или, еще хуже, в курении, алкоголе или наркотиках.
- 16. Не торопитесь наказывать своих детей.** Правда для ребенка теряет всякий смысл, если, смолчав, можно избежать наказания.
- 17. Учитесь радоваться своим и чужим победам и учите этому своего ребенка.**
- 18. Говорите своим детям правду.** Они очень чутко распознают ложь. Если в семье ложь является нормой, то нечего ждать, что ребенок будет правдив и

искренен. Он скажет правду только тому,
кто честен с ним.

Любовь не уживается со страхом.
СЕНЕКА 🚩