

## Как помочь своему ребенку избежать агрессии.

Ощущение детьми чувства взрослости, стремление к самостоятельности, формирование критического мышления, становление нового уровня самосознания является свидетельством того, что ребенок находится в одном из наиболее сложных периодов.

Подростковый возраст определяется тем, что в нем закладываются основы и намечаются общие направления формирования моральных и социальных установок личности.

Одной из самых актуальных в мире является проблема подростковой агрессии. Данные современной науки убеждают, что агрессивный подросток - это прежде всего обычный ребенок, которому свойственна нормальная наследственность. Черты, качества агрессивности он приобретает под воздействием ошибок, недоработок, упущений в воспитании, сложностей в окружающей его среде. Решающая роль здесь отводится семье. Именно в ней закладываются основы норм и правил нравственности, навыков совместной деятельности, формируется мировоззрение, ценностные ориентации, жизненные планы и идеалы. Реакция родителей на неправильное поведение ребенка или других членов семьи, характер внутрисемейных отношений вот факторы, которые могут предопределить агрессивное поведение ребенка. На формирование агрессивного поведения особое влияние оказывают и средства массовой информации и реклама. Реклама на телевидении обладает сильным психологическим воздействием на население, а наиболее сильное воздействие она оказывает на психику подростков.

### Ученые убеждены в следующем:

-подростки в серьезных ситуациях, в игре, в межличностном общении подражают насилию, увиденному на экране;

-они склонны отождествлять себя с определенными жертвами или агрессорами;

-подростки становятся не чувствительными к грубости, жестокости, посмотрев много сцен насилия; -они начинают считать насилие приемлемой формой и моделью поведения и способом решения своих проблем.

### Как научить своего ребенка защитить себя от агрессии?

1. Ребенок не должен чувствовать себя брошенным и вести себя как жертва.
2. Повышайте самооценку ребенка, уверенность в себе.
3. Научите ребенка объективно оценивать ситуацию, просматривать все варианты выхода из конфликта и при необходимости уходить из зоны конфликта первым.
4. Научите ребенка общаться твердо, но вежливо, чтобы не было поводов вступить в драку.
5. Научите ребенка навыкам позитивного общения, взаимодействия с другими членами социума, умения находить мирные пути решения конфликтов, избегать в речи фраз, которые будут вынуждать обидчика к агрессивным действиям.
6. Исключите агрессию из окружающего мира ребенка (наказание, агрессивные сверстники, телефильмы, грубые фразы в разговоре и т.д.)
7. Научите ребенка контролировать свои негативные эмоции и “выплескивать” их адекватно, без вреда для окружающих (и себя).
8. Помогите ребенку. Если у ребенка возникают проблемы в общении со сверстниками необходимо обратиться за помощью к классному руководителю, школьному психологу, администрации школы. И помните, что главной нашей целью остается примирение сторон и не повторение инцидентов в будущем.

Ссылки: Саратова Л. М. Психолого-педагогические особенности подростков с особыми образовательными потребностями [Текст] / Л. М. Саратова // Молодой ученый. — 2011. — №11. Т.2. — С. 102-104.  
<http://razvitiedetei.info/razvitie-shkolnika/esli-rebenka-obizhayut-v-shkole.html>