ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ!

‼️Причины появления подростковой агрессии!

Подростковая агрессия у ребенка наблюдается от вызванного негатива окружающих его людей и действует как защитная реакция на его окружение.

Среда, в которой живет и развивается ребенок, влияет на его психику. Если в семье напряженная обстановка, крики, побои, отсутствие любви и внимания к ребенку, насилие, то можно не удивляться если ребенок вырастает озлобленный и психически неуравновешен.

✅Виды подростковой агрессии:

— ребенок открыто выражает свой негатив к окружающим.
— подросток скрывает свои эмоции, у него появляется депрессия и нервный срыв.
— проявление агрессии с применением физической силы к сверстникам.
— негативные эмоции проявляются с помощью криков, угроз.
— ребенок очень вспыльчив и раздражается по любому поводу.
— подросток считает, что все против него.
— подросток применяет злые шутки, сплетни, травлю и направляет свой негатив на другого человека, через кого-то из друзей.
— ребенок обижается по любому поводу, привлекая к себе внимание.
— подросток не хочет выполнять поручения родителей делая это очень медленно или вообще о нем забывает и не выполняет его.

Агрессия наблюдается при половом созревании, и избежать ее невозможно. Родители должны свести агрессию к минимуму, окружить свое чадо любовью и заботой и дать возможность чувствовать себе взрослым, которому доверяют. Чтобы свести агрессию к минимуму, стоит не проявлять ее самому. Родительская агрессия накаливает обстановку еще более, и ребенок раздражается еще больше.

✅Как справиться с агрессией ребенка?

Сложные ситуации в семье и ошибки в воспитании приводят к возникновению агрессии. Происходящее в семье влияет на психику ребенка (поведение его меняется от окружающих обстоятельств), и он проявляет свою агрессию к окружающим.

Поэтому, показывая на собственном примере (быть сдержанным, терпеливым, сохранять самообладание), можно свести агрессию к минимуму, и ребенок будет адекватным.

❗ Как себя вести родителям:

✅Оказывать поддержку и помощь, в случае необходимости.

✅Слышать и уважительно относится к собственному мнению ребенка.

✅Не допускать любых проявлений агрессии в отношении ребенка, в том числе и на его агрессию.

✅Не наказывать ребенка за недопустимые поступки, а показывать их негативные последствия лично для него.

✅Развивать в ребёнке чувство уверенности в себе, усидчивость, ответственность.

❗ Рекомендации при подростковой агрессии:

👉Чрезмерная опека приводит к раздражительности, нужно контролировать подростка, но и дать возможность чувствовать себя взрослым, позволить ему самостоятельно принимать решения.

👉Стать для ребенка лучшим другом и тогда можно направлять его в нужное русло, подсказывая как поступить в сложной ситуации.

👉Искренность и доброта помогут наладить отношения с подростком.

👉Спортивные курсы могут направить агрессию в нужное русло и получить от занятий пользу.

👉Если не получается наладить контакт с ребенком, то стоит обратиться за помощью к психологу.

Такая модель поведения взрослого окружения подрастающего человека поможет избежать многих серьёзных проблем, возникающих в подростковом периоде. Адекватная реакция взрослых, их внимание к потребностям ребёнка, стоящим за внешней агрессией, будут способствовать формированию уверенной в себе, здоровой целостной личности.

Для взрослого человека важно понять, что агрессивность ребёнка часто является не проявлением каких-либо психологических проблем, или выражением неадекватных реакций и эмоций, а призовом о помощи. Своевременная и последовательная реакция на этот призыв позволит избежать проблем, связанных с воспитанием, взаимопониманием, социализацией маленького человека.