

Профилактика детской и подростковой агрессии



Педагог-психолог Грипас Елена Викторовна

Агрессия и агрессивность.

Агрессия – это специфическая форма поведения, основанная на импульсивном либо периодическом проявлении враждебного поведения по отношению к конкретному или абстрактному лицу.



Особенности подростковой агрессии



- Частая потеря самоконтроля
- Принципиальный отказ от правил, действующих в обществе
- Провокационное поведение
- Противопоставление себя взрослым
- Непринятие ответственности за совершаемые действия

Косвенные причины подростковой агрессивности

- Влияние половых гормонов;
- Подражание агрессивному поведению родственников или сверстников;
- Отношение к агрессии как к средству для достижения цели;
- Реакция на сложные жизненные обстоятельства;
- Стремление к повышению самооценки.



Фрустрация как первопричина агрессии (по Д. Долларду и Н. Миллеру)



По данной теории, к возрастанию подростковой агрессивности приводит длительная **фрустрация** – состояние угнетённости и разочарования, вызванное невозможностью удовлетворения потребностей в объективной реальности.

Агрессия как прямое следствие фрустрации



Пессимистичное негативистское мировосприятие выражается в постоянной готовности к конфликту, повышенной раздражительности и неосознанному поиску причин для вербализации агрессии.

Пассивно-агрессивное поведение

Подросток, регулярно испытывающий стресс, способен перейти в состояние пассивной агрессии. Оно выражается в постоянной готовности к конфликту и попытках его спровоцировать. Одновременно подросток старается сохранять маску спокойного человека.



Такое поведение способно одновременно удовлетворить потребность подростка в выражении эмоций и реализовать желание переложить вину за конфликт на оппонента.

Источники формирования моделей поведения

• семья, которая может одновременно демонстрировать агрессивное поведение и обеспечивать его закрепление;

• взаимодействие со сверстниками;

• символические примеры (телевидение, интернет, компьютерные игры и т.п.)



Видеоигры и агрессия

«Я-идеальный» - отождествление себя с персонажем видеоигры.

Следствия видеоигр:

- эмоциональная разрядка;
- искажение (ухудшение) общего восприятия реальности.



Игровая зависимость – следствие игнорирования реальных проблем подростка.

Поиск примеров для подражания

Подросток нуждается в наличии значимых и авторитетных для него людей, которые подадут пример правильного отношения к жизни. Если он не находит подходящих вариантов среди взрослых, то начинает копировать других подростков либо персонажей.



Методы профилактики и устранения агрессивного поведения для родителей

СПОСОБЫ СНЯТИЯ АГРЕССИВНОГО ПРОЯВЛЕНИЯ

ПОДАВЛЕНИЕ

Жёсткое пресечение поступков и действий ребёнка

Цель:
силой авторитета положить конец проявлениям агрессии

Целесообразно:
когда негативные проявления грозят нанести вред или ущерб здоровью ребёнка

ВЫТЕСНЕНИЕ

Способ вызвать другое благоприятное состояние и таким образом заглушить агрессивное переживание

Цель:
устранить отрицательные проявления через включение в деятельность

Целесообразно:
когда неблагоприятное состояние приближается к асоциальному

ИГНОРИРОВАНИЕ (ОТЯНУТОЕ ВНИМАНИЕ)

Приём, при котором неблагоприятное состояние якобы не замечается

Цель:
постепенно погасить накал неблагоприятного состояния

Целесообразно:
Когда агрессивное состояние приближается к спаду

САНКЦИОНИРОВАНИЕ (ОГРАНИЧЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ)

Способ, предполагающий разрешение на проявление негативного состояния (грусть, скука, раздражитель)

Цель:
постепенно устранить сильное переживание

Целесообразно:
если негативное состояние не наносит вреда самому ребёнку

исключается, если ребёнок находится в состоянии гнева, ненависти, злости

КОНЦЕНТРАЦИЯ НА ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ

Способ, состоящий в переориентации и сосредоточении внимания на позитивном

Цель:
Научить ребёнка саморегуляции, самоконтролю, установлению равновесия между внешними влияниями, внутренним состоянием и формами поведения

Способ является универсальным

Формирование позитивной модели поведения:

- Избегание скандалов и публичных ссор при ребенке;
 - Питание ребенка;
 - Адекватная оценка возможностей ребенка;
 - Постоянное внимание к проблемам ребенка;
 - Избегание практики физического наказания;
 - Формирование навыков активного слушания: «Я-послания»;
 - Контроль за информационной средой;
 - Не давайте своему ребёнку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
 - Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе.
 - Не бойтесь поделиться с ребёнком своими чувствами и слабостями.
 - Не стройте свои отношения с ребёнком в зависимости от его учебных успехов.
 - Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребёнку в угоду чему - либо.
 - Не шантажируйте ребёнка своими отношениями друг с другом.
-

Тест: «Все ли в порядке с моим ребенком»

Мой ребенок

1. Выходит из себя

никогда или редко | иногда | часто | очень часто

2. Спорит со взрослыми

никогда или редко | иногда | часто | очень часто

3. Активно не принимает или отказывается выполнять требования или правила, установленные взрослыми

никогда или редко | иногда | часто | очень часто

4. Ведет себя провокационно и нарочно раздражает людей

никогда или редко | иногда | часто | очень часто

5. Обвиняет других в собственных ошибках или неподобающем поведении

никогда или редко | иногда | часто | очень часто

6. Обидчив и легко раздражается из-за чужих действий

никогда или редко | иногда | часто | очень часто

7. Злобен и нетерпим к критике

никогда или редко | иногда | часто | очень часто

8. Недоброжелателен или мстителен

никогда или редко | иногда | часто | очень часто

Если вы ответили «часто» или «очень часто» как минимум на 4 из этих вопросов, то вам необходимо всерьез задуматься о поведении вашего ребенка.

• Подростковый наркологический кабинет наркодиспансера ОГБУЗ «Тамбовская областная психиатрическая больница»

Мичуринская 139:

Врач-психотерапевт, врач-нарколог, медицинский психолог

Тел: 52-82-27

Тел. доверия: 49-48-96

• Кабинет медико-социальной психологической помощи на базе п-ки №5 Моршанское шоссе 16 б, 7 этаж, левое крыло

пн, ср, пт-8.00-14.00

вт, чт-11.00-18.00

Тел: 53-18-36

Тел. доверия 45-10-60

• Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи

Рабочая 4А

тел: 53-73-38

тел. доверия 45-67-67

Фонд поддержки детей

8-800-2000-122



Литература и информационные источники:

Профилактика агрессивных и террористических проявлений у подростков. Под редакцией И. Соковни. - М., 2012

Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. – М., 2013

Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. – Ростов н/Д., 2014



Спасибо за внимание!

