

## Как взаимодействовать с агрессивным подростком

*Козьмина Ирина Викторовна,  
педагог- психолог*

*МБОУ «Карпогорская СШ № 118»*

**Подростковый возраст** – трудный возраст, как для самого ребенка, так и для его окружения. Особенности этого периода являются:

1) Противоречивость, полярность чувств и побуждений, импульсивность,

Выброс в кровь повышенного количества половых гормонов вызывает резкие перепады настроения (так называемые «эмоциональные качели»). Это ведет к эмоциональной неустойчивости, ранимости подростка. Настроение часто меняется от сильного возбуждения, эйфории до обиды гнева.

2) В процессе полового созревания меняется самовосприятие подростка. Складываются представления о себе, представления о том каким хотел бы быть, поэтому подростки болезненно чувствительны к критике и несправедливым замечаниям.

3) Первостепенное значение приобретает общение со сверстниками. Главное для подростка - занять желаемое место в группе сверстников. Неумение и невозможность этого ведёт к недисциплинированности, зависимости от компании, конфликтности.

4) Появляется способность менять самих себя, заниматься самовоспитанием которая парадоксально сочетается с недостаточно развитой способностью к объективной оценке конкретных поступков, к самоконтролю поведения.

5) Появление «чувства взрослости» является очень важным фактором, влияющим на поведение подростка. С одной стороны, подросток хочет самостоятельности, с другой он крайне боится её, не готов к ней. Он хочет иметь все права (как взрослый), и никаких обязанностей (как ребенок).

Подростков раздражают «детские» формы контроля и общения. Они уже претендуют на роль взрослого человека. Их не устраивает отношение к себе, как к ребёнку. Они хотят равноправия с взрослыми, уважения к себе. Иные отношения их обижают и оскорбляют.

Эти особенности возраста необходимо учитывать при работе с подростками, иначе взаимодействие с ними не будет эффективным. Это особенно актуально для работы с подростками, проявляющими разные формы агрессивного поведения.

Что же делать учителю ДО (профилактика), ВО ВРЕМЯ и ПОСЛЕ проявления агрессивного поведения подростка. Ниже представлены рекомендации для педагогов по взаимодействию с таким обучающимся.

### **Что делать для профилактики агрессивного поведения**

1) Необходимо просвещение родителей (рассказывать об особенностях возраста, способах взаимодействия и т.д.) и подростков (обучать самоанализу и саморегуляции поведения, отработать варианты выхода из конфликтных ситуаций).

2) Личный пример эффективного поведения наиболее показателен для

подростка. Старайтесь контролировать свое поведение и эмоции.

3) Не провоцируйте подростка, оценивая его в присутствии других людей (особенно при сверстниках!) Он может воспринять оценку себя (особенно критическую), как побуждение к действию (будет защищать свой социальный статус, используя все средства, в том числе и агрессивные действия).

4) Не сравнивайте с другими. Это вызывает протест в подсознании подростка и может вызвать агрессию по отношению к тому человеку, с которым его сравнивают.

5) Надо поощрять стремление контролировать собственное поведение. Необходимо подчеркивать, что взрослый человек несет ответственность за свое поведение, последствия своих поступков, сам принимает решения, не поддается давлению других людей и всегда может сказать «нет».

6) Необходимо организовывать внеурочную деятельность (спорт, общение, социально- значимая деятельность).

### **Что делать во время проявления агрессии**

1) Дайте возможность выплеснуть свою агрессию без причинения вреда окружающим. Если вам понятна причина проявления гнева и подросток не причиняет вреда не себе, не другим, разрешите ему выплеснуть негативные эмоции допустимыми способами (рвать бумагу, портить свои вещи, покричать).

2) Самое главное для учителя-сохраняйте самообладание, иначе можно спровоцировать еще больший гнев и даже физическую агрессию. Не вступайте в перепалку, не разговаривайте с подростком на повышенных тонах.

3) Предоставьте подростку личное пространство. Во время приступа агрессии, разрешите ему удалиться в какое-то место, в котором он может в безопасности упокоиться. Нельзя, по крайней мере, явно, идти следом за подростком и требовать извинений либо объяснений, почему он все еще злится, – подобное поведение может усилить интенсивность эмоций, или даже спровоцировать физическое насилие.

4) Когда агрессия подростков не опасна и вы понимаете ее причину, можно использовать следующие позитивные стратегии:

- полное игнорирование;
- переключение внимания (например, предложение какого-либо задания).

### **Что делать после того, как подросток успокоится**

1) Постарайтесь обсудить без свидетелей возникшую ситуацию.

2) Выясните причину агрессии. Основными причинами приступов агрессии в этом возрасте могут быть: ответная или защитная реакция на поведение окружающих, способ самоутверждения, неумение вести себя по-другому или выразить другим способом свои эмоции и чувства.

3) Дайте выговориться. Каждый человек имеет право выразить свое состояние и проявить возмущение, раздражение, гнев, подозрительность.

4) Только после этого можно провести конструктивный анализ ситуации, по плану:

- выясните реальные причины;
- проговорите пути бесконфликтного выхода;
- перечислите негативные последствия (для окружающих и самого подростка);
- повторите правила, которые были нарушены;
- определите возможность возместить ущерб, наладить взаимоотношения;
- продумайте меры, которые помогут избежать подобных ситуаций в будущем.

5) Посоветуйте родителям обратиться к специалисту, если приступы агрессии происходят часто.

С подростковой агрессией, время от времени встречается каждый учитель. Контактить с таким обучающимся трудно, но возможно. Самое главное- сохранять самообладание, а знание особенностей этого возраста и желание разрешить ситуацию конструктивно, помогут скорректировать поведение «трудного» подростка.