

Как работать с агрессивным подростком?

Подростковый возраст характеризуется бурным проявлением эмоций, чрезмерным агрессивным поведением. Корни подростковой преступности и правонарушений уходят в агрессивность. Агрессивное поведение подразделяется на несколько типов проявления агрессии у подростка, поэтому в определённой ситуации необходим свой подход в работе с агрессивным подростком.

Агрессия при гиперактивности

Проявляется в виде приставаний к другим детям, бессмысленных драк, неадекватных реакций, вспыльчивости, возбудимости, вторжения на чужую территорию, порчи имущества и т. д. Связано такое поведение, как правило, с трудностями адаптации ребёнка к среде, которая предъявляет к нему слишком высокие для его уровня зрелости требования. Ребёнок не может структурировать свою деятельность, видеть в ней смысл, ставить цели.

Необходимо: сотрудничество учителя, психолога, родителей, а также психоневролога. Очевидно, что ребёнок нуждается в правильном понимании его проблем, поддержке со стороны взрослых и наблюдении специалистов. Особенно важна роль того, кто помогает ребёнку обнаруживать смыслы, выстраивать картину мира, понимать мир человеческих отношений, направлять свою деятельность, осознавать себя, свои чувства, желания, действия.

Агрессия лидерства

Этот тип агрессии характеризуется эгоцентричным стремлением ребёнка к лидерству и власти (и несогласием с ролью «второго плана»), соперничеством, попытками подавить соперника (включая порой учителей и родителей), вызывающим поведением, нарушением дисциплины. Иногда — это свойства темперамента, которые станут ценными чертами лидерского характера в процессе социализации. Иногда — реакция ребёнка на авторитарный стиль, процветающий в семье. Властное поведение может быть также компенсацией нереализованной потребности в любви и признании.

Необходимо: направлять воспитательные воздействия взрослых при подобной агрессии в первую очередь на развитие способности к сопереживанию, внимания к другим и понимания того, что лидер не тот, кто громче командует, а тот, кто умеет брать на себя ответственность, вызывая уважение и доверие. Взрослые могут передать такому ребёнку часть своих обязанностей и полномочий, давая поручения и попросить о какой-либо помощи. При этом важно публично выразить ему свою благодарность, удовлетворив, таким образом, его потребность в значимости.

Если поведение ребёнка или подростка «переходит границы», возникает необходимость в проявлении твёрдости и последовательности. Ему следует напомнить о существовании правил и последствиях их невыполнения.

Агрессия демонстративности

Ребёнок постоянно делает попытки привлечь к себе внимание, причём любой ценой, включая агрессивные выходки. Вызывающее поведение явно рассчитано на зрителя.

Когда родители не замечают ребёнка, он привлекает их внимание какой-нибудь выходкой, и если это происходит часто, такое поведение закрепляется. Агрессия демонстративности зачастую является следствием того, что в детстве ребёнок ощущал дефицит любви и внимания.

Необходимо: поощрять положительное поведение ребёнка, а вызывающее по возможности игнорировать. И только в крайнем случае можно применять санкции, объяснив школьнику, что за свои действия необходимо нести ответственность.

Агрессия мести

Проявляется во враждебности, мстительности, подозрительности, недоверии. Это — способ восстановления справедливости, желание защитить себя от «врагов». Такое поведение может быть следствием того, что ребёнок растёт в неблагополучной семье, где чувствует себя отверженным или он не нравится другим людям, в том числе детям, из-за своей необычности. Дети, склонные к агрессии мести, как правило, не верят в доброту, но при этом нуждаются в ней.

Необходимо: попытаться найти «ключик» к такому подростку, проявляя к нему внимание и заботу без всяких условий.

Агрессия страха

Страхи заставляют подростка быть готовым отразить нападение или другую опасность. Как правило, страхи носят преувеличенный характер, поэтому агрессивная реакция ребёнка нередко бывает опережающей.

Обычно у таких подростков повышенная агрессивность сочетается с трусливостью, поэтому коррекция поведения невозможна без работы со страхами.

Необходимо: помочь подростку отрефлексировать страхи «как нормальное явление» и затем составить запас возможных реакций на них.

Агрессия тревоги

Подростки, как правило, не осознают, в чём источник их тревоги. Они ощущают, что их «что-то гнетёт», «что-то плохо», что-то «не так». Поэтому и агрессия направляется внутрь («на тревогу») и проявляется, например, в переедании, излишнем употреблении сладостей, а также в пустой трате времени у телевизора, компьютера, игровых автоматов (попытка обмануть или заглушить тревогу). Иногда агрессия направляется вовне в виде раздражения, ворчания, сплетен, передаче слухов, недовольстве «всеми и вся».

Агрессия не выражается прямо, а направляется в пространство, вызывая ответное раздражение (т. е. агрессию) у окружающих.

Необходимо: направить все усилия на то, чтобы избавить ребёнка от состояния тревожности. Этому способствуют доверительные беседы на темы, касающиеся его отношений с одноклассниками, его успеваемости, его отношения к себе и т. д. Иногда подросток с готовностью идёт на беседы, в результате которых осознаёт свои страхи и они перестают носить характер тревоги. Вообще работа с подростками, у которых проявляется агрессия тревоги, обычно требует компетентности и значительных затрат времени.

Агрессия вины

Чувство вины всегда вызывает душевное страдание, и человек, желая избавиться от него, либо старается искупить вину поступком, либо направляет агрессию на источник страданий. Если это мать или отец и ребёнок не может себе позволить агрессию по отношению к родителям, он направляет её на младших или на другой, как правило, **беззащитный** объект. Таким объектом может стать даже учитель, особенно если школьник считает его «не опасным». Но чаще всего объектом нападения такого подростка становится самый слабый ученик в классе.

Агрессия может быть направлена и внутрь на самого себя: «я — плохой», «я виновен», «я должен быть наказан». Наказание принимает форму самообвинения или саморазрушающего поведения.

Необходимо: помнить (педагогам) о своей ответственности при использовании обвинений в качестве воспитательных мер. Педагогическое требование, ни при каких условиях не должно превращаться в обвинение.

Агрессия низкой самооценки

Часто проявляется в виде повышенной обидчивости, вспыльчивости, ранимости. Агрессия низкой самооценки часто формируется в атмосфере излишней критичности, придинок, насмешек по отношению к подростку. Наиболее склонны к этому типу агрессии подростки, чувствительные к оценке других, особенно если она исходит от значимых для них людей. Смысл агрессии подростка таков: «Я ненавижу вас за то, что вы заставляете меня чувствовать себя ничтожеством».

Такие подростки нуждаются в чутком и тактичном к себе отношении. Им не хватает веры в себя и силы духа, чтобы справиться со своими трудностями. Из-за своей уязвимости они часто становятся не такими, как все.

Необходимо: прежде всего, **классному руководителю** помочь подростку осознать свои сильные стороны, поверить в себя, в силу своего духа. Такого ребёнка, нельзя высмеивать, к нему не следует проявлять ироническое отношение и тем более на него нельзя кричать.

Агрессия завышенной самооценки

Подростки с завышенной самооценкой высокомерны, уверены в своей значимости, избранности, «гениальности», но при этом, они убеждены в том, что их не ценят, не понимают, к ним несправедливо относятся. Такие подростки могут

быть чрезвычайно агрессивными, даже приходиться в ярость в ситуации, когда их «гениальность» подвергается сомнению. Кроме того, они порой испытывают удовольствие, унижая тех, кто слабее.

Этот вид агрессии труднее всего поддается коррекции. В её основе лежат глубокие причины, такие, как нарушение ранних отношений ребёнка со значимыми людьми.

Необходимо: проконсультироваться у психолога (лучше не только школьного) или [психиатра](#).

В момент особенно интенсивного агрессивного состояния ребенка педагоги могут использовать следующие приемы снятия агрессивного поведения:

1) попросить ребенка улыбнуться, подышать глубже, нормализовать дыхание, расправить плечи, расслабиться;

2) предложить ребенку переадресовать агрессию на неодушевленный предмет или действие (скомкать и разорвать в клочья бумагу, рисунок со своим гневом, топтать ногами, громко кричать, используя «трубу» из ватмана, бить боксерскую грушу, манекен и т. д.);

3) переключить внимание на какое-либо задание («Помоги мне, пожалуйста, снять с полки... Ты ведь выше меня»);

4) можно также попросить ребенка вспомнить что-то приятное, предложить ему мысленно оказаться в приятном месте, сказать себе добрые слова, найти в случившемся положительные стороны.

Рекомендации педагогам в целях конструктивного воздействия на агрессивные реакции подростков:

1. Спокойное отношение, игнорирование незначительной агрессии. Озадачьте «агрессора», неожиданно соглашаясь с ним или меняя тему. Отвечайте так, как если бы слова ребенка были безобидными, незначительными или очевидными.

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности ребенка. Например, «Ты воспитанный человек, но сейчас ведешь себя агрессивно, переступаешь допустимую черту», «Я знаю, что ты дисциплинированный. Почему ты сейчас нарушаешь правило?», «Ты злишься? Ты хочешь меня обидеть? Ты хочешь продемонстрировать свою силу?».

3. Контроль педагогом собственных негативных эмоций — это не подкрепляет агрессивное поведение, сохраняет партнерские отношения, демонстрирует модели неагрессивного поведения, укрепляет [авторитет](#) педагога.

4. Снижение напряжения ситуации. Педагогам не стоит использовать в адрес агрессивного подростка:

- гневные интонации,
- сарказм и насмешки,
- демонстрацию власти,
- агрессивные позы и жесты,
- физическую силу,
- жесткие требования, давление,
- оценку характера и личности ученика,
- втягивание в конфликт друзей и родителей ребенка,
- сравнение с другими детьми,
- нотации и проповеди,
- обобщения,
- придирки,
- передразнивание и др.

Ведь некоторые из этих реакций могут остановить проступок на короткое время, но отрицательный эффект от такого поведения принесет гораздо больше вреда.

5. Обсуждение проступка после успокоения обеих сторон, но как можно скорее после инцидента, сначала наедине, без свидетелей, а затем в группе или семье. Важно сохранять спокойную, объективную позицию, акцентировать внимание на проступке и его негативных последствиях для окружающих и самого ребенка.

6. Сохранение положительной репутации ребенка в кругу сверстников. Для ребенка, тем более подростка, самое страшное — публичное осуждение и негативная оценка. Сохранить положительную репутацию можно, публично сведя к минимуму вину ребенка, предложив компромисс и не требуя полного подчинения, но, не распространяя это на личное общение.

7. Демонстрация модели неагрессивного поведения. Альтернативное агрессивному поведение педагога можно построить, используя следующие приемы. А именно выдержать паузу, молча заинтересованно выслушав ребенка, прояснить ситуацию наводящими вопросами, признать интересы агрессора и сообщить ему свои, апеллировать к правилам и т. д.