

## **Памятка для родителей и учителей** **«Как вести себя с агрессивным подростком?»**



**Агрессивный подросток** - как часто мы слышим это словосочетание. К нему можно относиться по-разному, но, к сожалению, такая проблема имеет место быть. Нередко, защищая себя или самоутверждаясь, подросток проявляет агрессию. Конечно, прежде всего, необходимо выяснить причину агрессивности. Их может быть достаточно много. Часто она возникает из-за чрезмерных требований взрослых. Это происходит, когда в семье культ запретов. Еще агрессия может быть следствием невыполненных желаний ребенка. Поэтому необходимо требования ребенка мягко, но решительно ограничивать в разумных пределах. А чтобы избежать конфликта можно попробовать перевести его активность в мирное русло. И естественно, агрессия может быть следствием обиды или ущемленным самолюбием. И необходимо заметить, что чаще всего у агрессивных взрослых бывают агрессивные дети.

### **Как вести себя с агрессивным подростком?**

- ✓ Ни в коем случае не позволять себе разговаривать с подростком на повышенных тонах. Сохраняйте благожелательную невозмутимость. Так как, оставаясь в спокойном состоянии, вы не позволите заразить себя отрицательным настроением. Это будет мягким амортизатором.
- ✓ Если вы видите, что ребенку трудно себя сдерживать, то дайте ему возможность выплеснуть свою агрессию без причинения вреда окружающим.
- ✓ Показывайте ребенку пример эффективного поведения, старайтесь не допускать при нём вспышек гнева и не стройте планы мести.
- ✓ Сделайте всё, чтобы ваш ребенок в каждый момент времени чувствовал, что вы его любите, цените и принимаете, не стесняйтесь лишний раз его приласкать и пожалеть.
- ✓ Сделайте вид, что вы внимательно слушаете. Очень важен зрительный контакт, но не смотрите пристально в глаза, лучше сосредоточьте свой взгляд на губах говорящего.
- ✓ Условно соглашайтесь. Условное согласие - это не уступчивость, а скорее понимание, которое вы выказываете по отношению к доводам подростка.
- ✓ Задавайте вопросы. Кто спрашивает, тот направляет разговор. Вопросы - это признак внутренней силы и проявляемого интереса. Чем больше вы спрашиваете и заставляете собеседника отвечать на ваши вопросы, тем больше вы смягчаете агрессивный натиск.
- ✓ Находите точки соприкосновения, общность взглядов. Когда атмосфера несколько разряжается, как правило, находится достаточно общих целей, которые могут быть достигнуты совместными усилиями. Преуспевать мы сможем лишь тогда, когда научимся позитивно реагировать.

***Мы не боремся, мы приносим пользу. А тот, кто другим приносит пользу, может одержать верх, не прибегая к агрессии.***