

*Взрослые часто повторяют, что «подростковая жестокость была всегда». Но сейчас она, как болезнь в отсутствие профилактики и лечения, расцвела пышным цветом. И виноваты в этом мы - взрослые - те же бывшие подростки, но забывшие о том, что нужно ребенку в этом возрасте: любовь, понимание, увлеченность и вера в будущее - светлое, достойное и понятное.*

Подростковый возраст - сложный период. Прежде всего, потому что характерной особенностью этого возраста является стремление к объединению в группы. Корни этого явления в том, что молодым свойственна легкая подверженность чужому влиянию. Родители в этот период уже не пользуются у своих подросших детей таким непререкаемым авторитетом, как раньше.

Тинейджеры могут быстро менять свои взгляды и убеждения на диаметрально противоположные, тем более, если лидер их группировки проповедует именно такие взгляды. И даже преступления, совершаемые группой, воспринимаются самими юными преступниками легко, несерьезно, с ложным ощущением безнаказанности. Поэтому многие родители находят выход в том, чтобы максимально загрузить ребенка и у него не было свободного времени на поиск опасных приключений. Но здесь важно, чтобы занятия были ребенку по душе и он не посещал их из-под палки.

Проявляя агрессию, подростки часто не испытывают удовольствия от своих действий, но им нравится ощущение превосходства над жертвой. Обычно это идет от неумения выразить себя по-другому, самоутвердиться как-то иначе. Испытывая злобу и гнев, подростки не знают, как справиться с этими эмоциями, и наилучший выход видят в действиях разрушительного характера.

Задача родителей - научить детей давать позитивный выход негативным эмоциям и природной агрессии. Кстати, таких способов достаточно много.

- Можно создать ситуацию прямого соперничества, где подростку понадобится «спортивная злость», благодаря которой он будет стремиться к победе.
- Агрессию можно перевести в социально приемлемые виды деятельности, например, в творчество. Неважно, что это будет, написание стихов или сочинение страшилок и комиксов.

Полезно переориентировать агрессию на безопасные объекты - например, можно предложить кипящему от ярости подростку отжаться несколько раз, поднять штангу, побоксировать или хотя бы просто порвать бумагу, пока у него не выйдет весь пар.

Увлечение музыкой, танцами, спортом также позволяет получить

положительные эмоции и перевести злость в нечто позитивное или хотя бы социально приемлемое.

Однако, желая помочь ребенку, взрослые должны избегать морализаторства. Им следует научиться слушать и понимать своего ребенка, глубоко вникая в его проблемы. В конфликтных ситуациях с подростком родителям необходимо быть максимально выдержанными. Причем, чем более рассержен подросток, тем более спокойным должен быть взрослый- ведь только так можно научить сына или дочь владеть собой и правильно реагировать на агрессивное поведение.

А юмор и добрая ирония помогут сгладить острые углы в любом разговоре, каким бы серьезным он ни был.