

АГРЕССИЯ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

Перунова О.Д.

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Сагуновская средняя общеобразовательная школа Подгоренского
муниципального района Воронежской области
Сл. Сагуны

Агрессия – это деструктивное поведение со стороны человека к его партнеру, характеризующееся жестокостью и излишней эмоциональностью, приводящее не только к моральному ущербу, но и физическому. К сожалению, подростки считаются одной из социальных групп, которые больше всего затрагивает проблема агрессии.

Особенностей такого поведения среди подрастающего поколения не мало. Во многом это может также зависеть от гендерного признака. У девочек первые признаки агрессии могут проявляться уже в 11–13 лет, и больше им предпочтительнее ее проявлять вербально, у мальчиков же происходит позднее – в 14–16 лет с применением физической силы. У мальчиков есть два пика проявления агрессии - это 12 лет и 14-15. У девочек так же имеются два периода наивысшего выражения агрессии: 11 лет и 13 лет.

Согласно многим проведенным исследованиям, молодые люди подвергаются агрессии намного больше и чаще, нежели девочки, и, к сожалению, их агрессивное поведение поддается регулированию сложнее.

Существуют множество причин проявления деструктивного поведения, и одной из основных можно выделить атмосферу семьи. Отсутствие родительской любви, должного внимания и заботы – вот первые и главные источники. Взаимоотношения между членами семьи, близость родителей с ребенком, характер воспитания в семье - всё это оказывает большое влияние на становление агрессивности у подростка. Дети, в семьях которых распад, конфликты сильнее других склонны к проявлению агрессии. По многим

практикам детям из неблагополучных семей, в которых царят недоверие, насилие, оскорбления, очень сложно адаптироваться в дошкольных и учебных заведениях. Они начинают перенимать специфику общения родителей и проецируют на своих сверстников. Если мама или папа начинают кричать на своего ребенка по любому поводу, то непременно возникает реакция в виде крушения всего вокруг себя, а в дальнейшем может и еще хуже - неадекватное поведение. Не трудно предположить, что агрессия порождает агрессию. Подростки – это еще несформировавшийся организм, их психика недостаточно устойчива, поэтому они постоянно испытывают стресс и тревожность. Учеба, разногласия с учителями и семьей, неуверенность в себе – все это подрывает неустойчивую психику подростка, он становится агрессивным, ибо не знает других путей защиты. Существует мнение, что проявление агрессивности и жестокости является определенным этапом взросления ребенка. Он должен осознать, пережить и научиться контролировать свои негативные эмоции.

Практически каждый подросток мечтает и стремится быть круче и лучше всех. В его жизни играют немаловажную роль признание сверстников или же статус. Как показала О.И. Шляхтина в своей работе «Взаимосвязь агрессивности с личностными особенностями и социальным статусом» агрессивность подростка напрямую зависит от его статуса в группе. Наиболее высокий уровень агрессии наблюдается у лидеров и отверженных.

Очень часто ребенок совершает хаотичные поступки для того, чтобы привлечь к себе внимание, не думая о последствиях. Поэтому агрессия в данном случае может являться способом самоутверждения. Довольно часто молодежь использует агрессию, чтобы спрятать личностные недостатки, обиды и вину. Таким способом агрессор пытается самоутвердиться за счет тех, кто его слабее.

Агрессию можно разделить на открытую и скрытую. Открытая агрессия представляет собой прямое унижение и оскорбление других людей, а также вандализм, участие в пикетах, митингах и демонстрациях. Скрытая

проявляется совсем иначе. Человек может вести себя внешне спокойно, невозмутимо, но при этом игнорировать всех и не обращать внимания на замечания со стороны окружающих. Также из-за низкой самооценки и проблем, навалившихся на подростка, может проявляться аутоагрессия. Аутоагрессия отличается от обычной агрессии объектом, на которого направляется гнев. Согласно мнению врачей такая форма поведения считается патологией, поскольку людям свойственен инстинкт самосохранения, а действия аутоагрессивных людей полностью противоречат данному инстинкту, ведь они направлены на причинение вреда самому себе.

В обществе принято считать, что аутоагрессией являются только селфхарм (самоповреждения), однако это лишь часть аутоагрессивного поведения. Существует классификация аутоагрессии по форме проявления.

Первым пунктом выделяют наиболее яркое проявление саморазрушительного поведения - суицидальные наклонности. При таком формате аутоагрессии люди склонны к суицидальным мыслям и действиям, которые направлены на осознанное лишение себя жизни. Причем, необязательны активные действия человека, чтобы считать, что у него есть суицидальные наклонности, достаточно лишь удостовериться наличии постоянных мыслей о самоубийстве.

Вторым пунктом можно обозначить самоповреждения, которые не всегда делаются с целью закончить жизнь. Иногда люди наносят себе увечья, чтобы пережить стресс или привлечь внимание. Нередко нанесение себе телесных повреждений служит в роли наказания, то есть человек считает, что таким образом может себя воспитать. Особенно часто такое поведение встречается среди молодежи.

Также считается, что аутическое поведение тоже является частью аутоагрессивного поведения. Избегание, отчуждённость, замкнутость и постоянное нежелание взаимодействовать с обществом демонстрируют разрушение ментального здоровья, поскольку люди являются социальными

существами и им свойственно стремиться к созданию социальных связей. Конечно, существуют интроверты, которые не заводят большое количество новых знакомств, однако они все же взаимодействуют с миром. Социофобы же в свою очередь стараются избегать любых контактов с людьми.

Четвертым пунктом можно обозначить виктимность, суть которой заключается в желании стать жертвой преступления. Такое желание может быть осознанным или неосознанным. Особенно часто встречается желание стать жертвой изнасилования, поскольку такие люди романтизируют данный вид преступления

Аутоагрессивное поведение может идти из детства, а точнее из воспитания. Это может происходить из-за закрепившейся, поведенческой реакции, которая происходила во время унижений ребенка родителями. Причиной могут стать завышенные требования, частые обвинения, необоснованная критика, сравнение с успехами других, лишение общения и заботы в качестве наказания.

Еще одной причиной нередко служит пережитое насилие. Люди, столкнувшиеся с насилием стремятся заглушить душевную боль физической. Это происходит из-за неумения экологично выпускать напряжение. Иногда кто-то корит себя за произошедшие события путем таких своеобразных наказаний.

Также часто люди впадают в такое состояние, когда сильно углубляются в какую-либо идеологию. Ярким примером могут послужить люди, в особенности девочки, поддерживающие культ худобы. Многие на основе стремления похудеть сталкиваются с расстройствами пищевого поведения, например, булимией или анорексией, тем самым нанося себе вред. Также последователи культа худобы нередко занимаются селфхармом с целью наказаний.

Неудовлетворённость жизнью может стать причиной саморазрушительного поведения, поскольку человек может не уметь открыто выражать свои эмоции и чувства. Но желание выплеснуть накопленный

негатив с каждым неудовлетворительным эпизодом растет. Поэтому многие прибегают к алкоголизму, наркомании и другим вредоносным действиям.

Аутоагрессия свойственна людям с психическими заболеваниями, поскольку многие из них считают себя неспособными вынести тягости болезни. Из этого вытекают различные негативные последствия, вплоть до самоубийств.

Ненависть, презрение к себе могут спровоцировать тревожные состояния, нервные срывы, фобии, в тяжелых случаях возможны и мысли о суициде.

Можно выделить несколько форм агрессивного поведения:

1. Вербальная агрессия – такое поведение характеризуется словесными нападками в виде угроз, оскорблений, насмешек и подколов. Чаще всего такие атаки сопровождаются нецензурной бранью и критикой. В большинстве случаев такая агрессия проявляется со стороны девочек.

2. Невербальная агрессия – это давление на человека, при котором используются неприличные жесты, мимика, проявление эмоций и экспрессии.

3. Физическая агрессия. Из этого можно сразу понять, что применяется физическая сила, целью которой является задавить оппонента, показать его слабость.

4. Косвенная агрессия. В этом случае агрессор никак не контактирует с жертвой, а пытается сделать это через его окружение: распускает сплетни, инициируя обсуждения человека.

5. Целенаправленная агрессия. Такой вид агрессии подразумевает полностью спланированный ряд действий по уничтожению личности жертвы в обществе.

Прежде чем нейтрализовать проявление агрессии ребенка, родителям нужно попытаться понять его, принять его сторону и самое главное – дать ему высказаться и выслушать. Очень важно не проявлять реакцию на человека с агрессией, по возможности, выйти из зоны комфорта, предложить свою помощь разговором только тогда, когда эмоционально человек будет

спокойным. Ошибки, сделанные родителями во время взаимодействия с агрессивным подростком, только усугубляют ситуацию и усиливают агрессивность. Родителям крайне запрещено нарушать личные границы своего ребенка, кричать и ссориться с ним, критиковать его действия, а тем более черты характера, особенно – постоянно сравнивать его с другими детьми, акцентировать внимание на достоинствах других детей и недооценивать его способности и таланты. Осознанное родительство – это постоянная работа над собой, над своими ошибками.

Методы профилактики агрессивного поведения очень просты: самое главное вовремя их соблюдать, быть терпеливее и спокойнее. Большинство подростков могут не понимать свое «адекватное» поведение и относиться к нему с нормой, поэтому в таких случаях ответственность перекладывается на родителей. Как мы уже выяснили раньше, родители – это тот образ, который перенимают дети, поэтому мамы и папы должны следить за своим поведением, при этом стараясь никогда не наносить физический и моральный ущерб своему ребенку. Также нужно стараться повышать самооценку своего чада, интересуясь, как минимум, его мнением в семейных делах; ребенок должен чувствовать, что его оценка и позиция важна. Человек по своей природе нуждается в признании и одобрении со стороны окружающих его людей, это составляет его самооценку.

Правильный выплеск эмоций происходит без вреда на окружающих. Отличным решением будет занять своего ребенка кружками: танцами или спортом, то есть там, где он будет хотя бы отчасти эмоционально удовлетворен.

Таким образом, агрессия со стороны подростка – это крайне важная проблема, которую никак нельзя игнорировать. Неосознанная детская жестокость со временем проходит, но если подросток сознательно причиняет боль другим и понимает, что это плохо – это уже повод переживать и принимать меры.

Процесс контролирования своими эмоциями достаточно длительный и сложный, но необходимый для восстановления психологического состояния. Родителям, психологам и учителям могут помочь специальные профилактические мероприятия, направленные на урегулирование неадекватного поведения подростка.

Литература:

1. Медведева Е.А., Чеджемов Г.А. Особенности агрессивности в подростковом возрасте // Известия Института систем управления СГЭУ. 2019 № 1(19) . С.75
2. Яшина А.А., Чеджемов Г.А. Детская жестокость как одна из проблем современного общества// Известия Института систем управления СГЭУ, 2018 г., №2(18). С. 104
3. Румянцева Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии. URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1991/911/911081.htm>.