

## Понятие агрессии и агрессивности в психологии.

Слово *агрессия* происходит от латинского "*aggredi*", что означает "нападать". До начала XIX века агрессивным считалось любое активное поведение, как добродетельное, так и враждебное. Позднее, значение этого слова изменилось, стало более узким.

В психологической литературе часто смешивают понятия агрессии и агрессивности. По определению Е.П. Ильина, **агрессивность** - это свойство личности, которое отражает склонность к агрессивному реагированию при возникновении фрустрирующей (стрессовой) и конфликтной ситуации. **Агрессивное действие** - это проявление агрессивности, как ситуативной реакции. Если же агрессивные действия периодически повторяются, то в этом случае следует говорить об агрессивном поведении.

**Агрессия** же - это поведение человека в конфликтных и фрустрирующих (стрессовых) ситуациях. Проявление агрессии весьма разнообразно.

*Различают два основных типа агрессивных проявлений:*

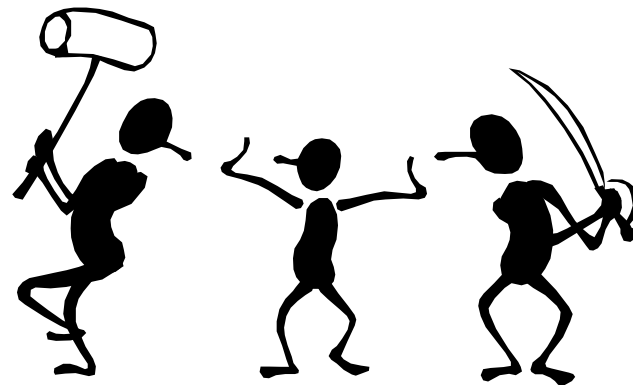
**Целевая агрессия**—осуществление агрессии в качестве заранее спланированного акта, цель которого - нанесение вреда или ущерба объекту.

**Инструментальная агрессия**— средство достижения некоторого результата, который сам по себе не является агрессивным актом.



ГБОУ СО «Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции «Лад»  
623384 г. Полевской, м-он Черёмушки, 24  
Секретарь (34350) 57787  
Реабилитационный отдел (34350) 71689, +7-904-549-70-02  
Эл. адрес: centerlado@yandex.ru  
Сайт: www.centerlado.ru

## Причины агрессии. Методы работы с агрессивными детьми.



## Причины проявления агрессивного поведения.

Две основных группы факторов, которые способствуют агрессии:

### •Внешние факторы, способствующие проявлениям агрессии.

Речь в данном случае идет о негативных факторах окружающей человека среды, таких как влияние шума, загрязнения воды, воздуха, температурных колебаний, большого скопления людей, посягательств на личное пространство и т.д. Определенное место в исследованиях этого направления находят также вопросы о выяснении роли алкоголя и наркотиков.

Среди стрессоров выделяются **физические**, к которым относят шум, жару, загрязнение воздуха и т.д., и **межличностные**, включающие в себя территориальное вмешательство, нарушение персонального пространства, высокую плотность проживания людей.

### •Внутренние факторы, способствующие проявлению агрессии.

Здесь уделяется большое внимание изучению расовой принадлежности индивида, генетической предрасположенности к проявлению агрессии, а так же раннему опыту ребенка, то есть воспитанию в конкретной культурной среде, семейных традициях и эмоциональном фоне отношений родителей к ребенку.

Опираясь на результаты исследований, можно заключить, что на развитие агрессии оказывают влияние **два основных фактора:**

- Образец отношений и поведения родителей;
- Характер подкрепления агрессивного поведения со стороны окружающих.

Выделяют **типы семьи**, которые способствуют формированию агрессивного поведения у детей и подростков:

1) с неблагоприятной эмоциональной атмосферой, где родители не только равнодушны, но и грубы, неуважительны по отношению к своим детям;

2) в которых отсутствуют эмоциональные контакты между её членами, безразличие к потребностям ребёнка при внешней благополучности отношений. Ребёнок в таких случаях стремится найти эмоционально значимые отношения вне семьи;

3) с нездоровой нравственной атмосферой, где ребёнку прививаются социально нежелательные потребности и интересы, он вовлекается в аморальный образ жизни

## Как вести себя с агрессивными детьми

### 1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

В тех случаях, когда агрессия детей не опасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:

- полное игнорирование реакций ребенка—весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- выражение понимания чувств ребенка ("Конечно, тебе обидно...");
- переключение внимания, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня");
- позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты устал").

### 2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест, и уводят от решения проблемы.

### 3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Специалистам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми. Когда ребенок демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции - раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослому нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний, понять характер, силу и длительность возобладавших над ними чувств.

### 4. Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детской агрессией - уменьшить напряжение ситуации. Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

- повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
- демонстрация власти ("Учитель здесь пока еще я", "Будет так, как я скажу");
- крик, негодование;
- агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор "сквозь зубы";
- сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт посторонних людей;
- нотации, проповеди, "чтение морали",
- наказания или угрозы наказания;
- обобщения типа: "Вы все одинаковые", "Ты, как всегда...", "Ты никогда не...";
- команды, жесткие требования, давление;
- оправдания, подкуп, награды.

Некоторые из этих реакций могут остановить ребенка на короткое время, но возможный отрицательный эффект от такого поведения взрослого приносит куда больше вреда, чем само агрес-

## Как вести себя с агрессивными детьми

сивное поведение.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие приемы:

- констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");
- констатирующий вопрос ("ты злишься?");
- раскрытие мотивов агрессивного поведения ("Ты хочешь меня обидеть?", "Ты хочешь продемонстрировать силу?");
- обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению ("Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит");
- апелляция к правилам ("Мы же с тобой договаривались!").

### 5. Обсуждение проступка.

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. В то же время, обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине. Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но, прежде всего, для самого агрессора.

### 6. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Дети стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. Плохая репутация и негативный ярлык становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично минимизировать вину ребёнка ("Ты не важно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребенку компромисс, договор с взаимными уступками.

### 7. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитания "контролируемой агрессии" у ребенка - демонстрация моделей неагрессивного поведения.

Взрослому нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Поведение взрослого должно включать следующие приемы:

- *нерефлексивное слушание*. Оно состоит в умении внимательно молчать, так как собеседнику хочется, чтобы его услышали, и меньше всего интересуют наши замечания; внимательно - иначе человек обидится и общение прервется или превратится в конфликт. Необходимо, что бы он полностью выговорился.);
- пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- внушение спокойствия невербальными средствами;
- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- использование юмора;
- признание чувств ребенка.