

«Профилактика агрессивного поведения детей и подростков в ОО»

Проблема агрессивного поведения детей и подростков в настоящее время весьма актуальна. Психологи отмечают, что агрессивное поведение затрудняет приспособление детей к условиям жизни в обществе и играет значительную роль в отклоняющемся поведении несовершеннолетних.

Агрессивные индивиды часто обнаруживают целый ряд характеристик, свидетельствующих о значительных эмоциональных нарушениях. Они, как правило, импульсивны, раздражительны, вспыльчивы, что затрудняет их общение с окружающими и создает значительные трудности с точки зрения их воспитания. Агрессивное поведение вызывает соответствующую реакцию окружающих, а это, в свою очередь, ведет к усилению агрессивности, т.е. возникает ситуация порочного круга.

Говоря о профилактике агрессивного поведения детей и подростков мы должны обсудить два главных момента: первый – важно различать такие понятия как «Агрессия» и «Агрессивность», второй – причины и факторы возникновения агрессивного поведения, т.к. стратегия работы психологов с агрессивным поведением несовершеннолетних может меняться в этом случае.

Агрессия (от лат. *aggressio* — нападение) — мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам (правилам) сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицат. переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т.п.).

Выделяются следующие виды Агрессии:

- **физическая агрессия** (нападение) — использование физической силы против др. лица или объекта;
- **вербальная агрессия** — выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание вербальных реакций (угроза, проклятья, ругань);
- **прямая агрессия** — непосредственно направленная против к.-л. объекта или субъекта;
- **косвенная агрессия** — действия, которые окольным путем направлены на др. лицо (злые сплетни, шутки и т.п.), и действия, характеризующиеся не направленностью и неупорядоченностью (взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топанье ногами, битье кулаками по столу и т.п.);
- **инструментальная агрессия**, являющаяся средством достижения к.-л. цели;

- **враждебная агрессия** — выражается в действиях имеющих целью причинение вреда объекту агрессии;
- **аутоагрессия** — агрессия, проявляющаяся в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений вплоть до самоубийства;
- **альтруистическая агрессия**, имеющая цель защиты других от чьих-то агрессивных действий.

Агрессивность — свойство личности, заключающееся в готовности и предпочтении использования насильственных средств, для реализации своих целей.

Агрессивность у различных лиц может иметь различную степень выраженности — от почти полного отсутствия до предельного развития. Вероятно, гармонически развитая личность должна обладать определенной степенью агрессивности гармонически развитая личность должна обладать определенной степенью агрессивности. *Потребности индивидуального развития и общественной практики должны формировать в людях способность к устранению препятствий, а подчас и к физическому преодолению того, что противодействует этому процессу.* Полное отсутствие агрессивности приводит к податливости, неспособности занять активную жизненную позицию. Вместе с тем чрезмерное развитие агрессивности по типу акцентуации начинает определять весь облик личности, превращает ее в конфликтную, неспособную на социальную кооперацию, а в своем крайнем выражении является патологией (социальной и клинической): агрессия утрачивает рационально-избирательную направленность и становится привычным способом поведения, проявляясь в неоправданной враждебности, злобности, жестокости, негативизме.

Агрессивное поведение — одна из форм реагирования на различные неблагоприятные в физическом и психическом отношении жизненные ситуации, вызывающие стресс, фрустрацию и т.п. состояния.



Формы агрессивного поведения

Агрессивностью называют переживание определенных эмоций, которые запускают агрессивное поведение. Эмоции этого спектра имеют несколько форм.

Возмущение. Обычно является ответом на несправедливое или абсурдное поведение окружающих, на нелепость ситуации и т.д.

(нарушение закона, пренебрежение нормами приличий, несоблюдение договоренностей и прочее).

Раздражение. Проявляется, когда мы не можем обосновать или оправдать чье-то поведение. Мы не знаем, как точнее сформулировать наше недовольство ситуацией. Порой мы даже не можем определить, на кого конкретно направлено переживание – оно безадресное и диффузное.

Гнев. Ярчайшая эмоция агрессии, сопровождающая ее поведенческие проявления. Характеризуется недовольством, яростью, злостью. Зачастую является ответом на действия второй стороны.

Факторы и причины агрессивного поведения:

Социальные

1. Нарушение детско-родительских отношений

- **Научение агрессивному поведению.** На первом месте здесь стоит влияние взаимоотношений родителей, ссоры и драки между ними, а также агрессивное поведение родителей по отношению к другим людям.
- **Наказания,** применяемые взрослыми, следует также рассматривать как акты агрессии, которые могут стать моделью агрессивного поведения.
- **Нарушения эмоциональных отношений** между родителями и детьми.

2. Другой важной проблемой является воздействие средств массовой информации, в первую очередь кино и телевидения, на агрессивное поведение.

- эффект научения;
- снижению эмоциональной чувствительности к насилию;
- проблема условий, которые могут служить как подавлению (торможению), так и усилению агрессии.

Биологические: хромосомные нарушения, гормональные сдвиги, отклонения со стороны центральной нервной системы.



Развитие агрессии в детском возрасте связано с блокированием потребностей и желаний ребенка в результате применения воспитательных воздействий. Состояние фрустрации и беспомощности ребенка, психологического дискомфорта

часто приводят к непреднамеренным агрессивным действиям, проявляющимся в упрямстве, негативизме, драчливости, гневе.

В более позднем возрасте на первый план выдвигаются конфликты и ссоры с ровесниками, связанные с обладанием игрушками или вещами (Эриксон Э.). Каждый ребенок имеет свой круг игрушек, который он включает во внутренние границы «Я». Конфликты между детьми, связанные с обладанием вещами и игрушками, возникают, когда эти границы

пересекаются или один из детей пытается расширить свои границы путем экспансии (Фурманов АИ).

В дальнейшем ребенок научается контролировать свои агрессивные импульсы и выражать их в приемлемых рамках. Проявления агрессивности зависят главным образом от реакции и отношения родителей к тем или иным формам поведения. Если родители терпимы к любым проявлениям открытой агрессии, то в результате могут формироваться и символические формы агрессивности, такие как нытье, фырканье, упрямство, непослушание и другие виды сопротивления.

В подростковом возрасте проявления агрессивности связывают с



полоролевой идентификацией и особенностями «Эдиповой ситуации» в семье. В семьях, где нет отца, основы мужских черт возникают медленно, мальчики менее агрессивны и более зависимы. Пик подростковой агрессии приходится на период полового созревания. Черты, характерные для агрессивных

подростков: отсутствие серьезных интересов и хобби, узость мышления, недостаток финансов на базовые потребности. Они склонны к подражанию и внушаемости. Чувствуют озлобленность по отношению к родителям и сверстникам. Отличаются низкой самооценкой, повышенной тревожностью, эгоцентризмом. Не знают, как преодолеть сложности, контролировать поведение. Все эти факты в совокупности и ведут к агрессии.

При переходе к юношескому возрасту у мальчиков устойчиво доминируют физическая агрессия и негативизм, а у девочек — негативизм и вербальная агрессия.

Профилактика агрессивного поведения в ОО

1. **Диагностика** агрессивного поведения у детей, подростков проводится с помощью наблюдения, проективных и опросных методов. Наиболее распространенными являются тест фрустрационной толерантности С. Розенцвейга, выявляющий типы поведенческих реакций в ситуации фрустрации; тест «Руки» Э. Вагнера, определяющий уровень агрессивности и некоторые особенности личности испытуемого; тест «Дом—Дерево—Человек» Дж. Бука, Л. Кауфман, дающий информацию о враждебности, конфликтности, агрессивности и негативизме ребенка, тест «Кинематический рисунок семьи» Р. Бернса, исследующий семейные причины агрессивности и других видов нарушения поведения, опросник Басса-Дарки, показывающий

формы агрессивных и враждебных реакций; карта наблюдений Д. Скотта для регистрации форм и синдромов дезадаптивного поведения.

2. Коррекция

При попытке психологической коррекции агрессии необходимо прежде всего тщательно проанализировать, какую функцию она выполняет в каждой конкретной ситуации, каковы ее пропорции среди других проявлений активности ребенка и динамика ее возникновения.

Тактика психолого-педагогических воздействий должна строиться в зависимости от предлагаемой природы агрессивного поведения ребенка.

В одном случае следует игнорировать агрессивную тенденцию и не фиксировать на ней внимание, в другом — включить агрессивное действие в контекст игры, придав ему новый, социально приемлемый смысл; в третьем — не принять агрессию и установить запрет на подобные действия; в четвертом — активно подключаться в игровой ситуации к разворачиванию или «растягиванию» агрессивных действий, в основе, которой лежит страх, и добиваться эмоционально положительного разрешения психодрамы.

Представляется целесообразным строить психологическую коррекционную работу при различных формах агрессивного поведения с учетом уровней агрессии детей и подростков.

Например, И.А. Фурманов представляет программу комплексной коррекции, включающую три блока: «Тренинг модификации поведения», «Тренинг эффективности родителей», «Тренинг психологической компетентности учителя».

1-й блок

Коррекционный блок для агрессивных подростков представляет **собой психологический тренинг** интегративного типа с элементами различных психотерапевтических техник. Его целью является поиск альтернативных (социально-приемлемых) способов удовлетворения потребностей и взаимодействия с окружающими. В ходе тренинга решаются следующие задачи: осознание собственных потребностей; отреагирование негативных эмоций и обучение приемам регулирования своего эмоционального состояния; формирование адекватной самооценки; обучение способам целенаправленного поведения; внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных стимулов, негативных импульсов; формирование позитивной моральной позиции, жизненных перспектив и планирования будущего.

2-й блок

Программа для родителей подростков с нарушениями поведения направлена на **создание психологических условий для преодоления родительских ограничений** и приобретения нового опыта взаимодействия с собственными детьми посредством практической тренировки коммуникативных навыков. В процессе работы решаются следующие задачи: переосмысление роли и позиции родителя; развитие взаимопонимания и взаимоуважения прав и потребностей друг друга; снижение тревожности и приобретение уверенности в себе; формирование готовности обсуждать с

детьми все спорные и конфликтные ситуации в семье; выработка стиля эффективного взаимодействия с детьми.

3-й блок

Третья программа имеет целью **информирование педагогов** об индивидуально-психологических особенностях личности подростка с агрессивным поведением и обучения эффективным способам взаимодействия с ними средствами конфликтологии и игротерапии. В ходе тренинга решаются следующие задачи: распознавание и идентификация собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с асоциальными детьми; обучение «целенаправленным» способам отреагирования отрицательных эмоций и приемам регуляции психического равновесия; снятие личностных и профессиональных зажимов и ограничений; освоение методики контакта с неблагополучными детьми различного возраста и выработка стиля эффективного взаимодействия.

Модель пошагового изменения поведения (Фурманов А.И., 1996):

1-й шаг. Осознание: расширение информации о собственной личности и проблеме агрессивного поведения;

2-й шаг. «Переоценка собственной личности»: оценка того, что ребенок чувствует и думает о своем поведении и себе самом;

3-й шаг. «Переоценка окружения»: оценка того, как агрессивное поведение влияет на окружение;

4-й шаг. «Внутригрупповая поддержка»: открытость, доверие и сочувствие группы при обсуждении проблемы агрессивного поведения;

5-й шаг. «Катарсис»: ощущение и выражение собственного отношения к проблеме агрессивности;

6-й шаг. «Укрепление»: поиск, выбор и принятие решения действовать, формирование уверенности в способности изменить поведение;

7-й шаг. «Поиск альтернативы»: обсуждение возможных замен агрессивному поведению;

8-й шаг. «Контроль за стимулами»: избегание или противостояние стимулам, провоцирующим агрессивное поведение;

9-й шаг. «Подкрепление»: самопоощрение или поощрение со стороны окружающих за изменением поведения;

10-й шаг. «Социализация»: расширение возможностей в социальной жизни в связи с отходом от агрессивного поведения.

Способы и методы коррекции агрессии: у дошкольников и младших школьников - психогимнастика, изотерапия, игровая коррекция поведения. Они направлены на снижение эмоционального напряжения, формирование у детей моральных представлений, развитие способности понимать и адекватно выражать свое эмоциональное состояние, обучение саморелаксации, тренаж психомоторных функций.

У подростков - аутотренинг, дыхательная гимнастика, релаксация, визуализация, рационализация, арт-терапия, игротерапия, тренинг умений.

3. Просвещение

Как вести себя с агрессивным человеком; Виды агрессивного поведения; Тактики семейного воспитания формирующие агрессивность; Как стать сильной личностью; Правила общения с агрессивным человеком и др.

Профилактика агрессии ребенка, подростка:

- формирование положительных увлечений (спорт, музыка);
- отсутствие проявления физического насилия в семье;
- регулярное совместное обсуждение проблем;
- внимание к чувствам ребенка;
- отсутствие упреков и жесткой критики.



- попытайтесь понять и по возможности принять позицию ребенка без критики
- выслушать.
- устранение агрессии из общения домочадцев с ребенком.
- Не конфликтуйте при ребенке

Общаясь с агрессивным человеком, важно не «включать» аналогичную ответную реакцию. По возможности, выйдите из зоны конфликта, предложите поговорить тогда, когда эмоции осядут – не провоцируйте разрастание конфликта.

Как бороться тем, кто столкнулся с проявлением агрессии со стороны собеседника. Во многих случаях поможет демонстрация неагрессивного поведения, отсутствие реакции на провокацию.

Что нужно делать, чтобы этого не произошло:

1. Свести к минимуму количество участников конфликта, свидетелей.
2. Дать возможность агрессору «выпустить пар» приемлемым путем (выговориться).
3. Попросить помочь с физической работой, помогающей «выпустить пар» и отвлечься: раскидать снег лопатой, нарубить дров, починить что-то.
4. Продемонстрировать благожелательное отношение. Не согласны с действиями агрессора? Не спешите с обвинениями и упреками. Предложите ему вместе найти выход из ситуации.
5. Разрядите атмосферу смешными комментариями (откажитесь от обидных шуток или слов как-то ущемляющих агрессивного человека).