



Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества
Московского района Санкт-Петербурга

АГРЕССИЯ И АГРЕССИВНОСТЬ В СТРУКТУРЕ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

**Зверева Светлана Викторовна,
доктор психологических наук, доцент,
старший научный сотрудник ВУНЦ ВМФ ВМА**

Санкт-Петербург

2016

Агрессия и агрессивность как факторы, определяющие и модулирующие социальную активность человека

- ▶ Агрессия и агрессивность определяют энергетический статус человека; низкий уровень агрессивности сопровождается снижением энергичности, вялостью и пассивностью. Более того, отсутствие агрессивности и поведенческих проявлений агрессии - симптом нервно-психического неблагополучия.
- ▶ Агрессия и агрессивность определяют и модулируют стратегию социально-психологической адаптации личности.
- ▶ Агрессия и агрессивность во многом модулируют особенности социальной активности личности, определяя форму ее проявления и направленность.

Происхождение терминов

- ▶ Термин «агрессия» произошел от слова «**aggredi**», корень в основе которого буквально происходит от слова «**adgradi**». Причем «**gradus**» означает «шаг», а «**ad**» переводится как «на». Поэтому дословный перевод означает что-то вроде «двигаться на», «наступать».
- ▶ Первоначально значение словосочетания «**быть агрессивным**» означало «двигаться в направлении цели без промедления, без страха и сомнения».

Агрессия - определения ПОНЯТИЯ

- ▶ Агрессия (психологические и социально-психологические науки) – умышленное причинение вреда иным лицам (или себе: аутоагрессия).
- ▶ Агрессия (биологические науки) – инстинктивное поведение животных и человека, выражающееся в нападении или угрозе нападения (агрессивных демонстрациях) на особей своего (реже чужого) вида, связанное с эмоциями страха, ярости и т. п.
- ▶ Агрессия (политика) – применение каким-либо государством силы первым.

Агрессивность как состояние и как свойство личности

- ▶ Агрессивность - это проявление агрессии или готовность её проявить, стимулятором её является страх дефицита ресурсов. (В данном определении акцент ставится на биологические потребности индивида).
- ▶ Агрессивность (лат. *aggressio* – *нападать*) - свойство личности, выраженное в предпочтении использования насильственных методов для достижения своих целей. (В данном определении акцент, наоборот, ставится на социальный аспект, поскольку упоминается личность).

Классификации агрессивных форм поведения по Бассу-Дарки

- ▶ **Физическая агрессия** – использование физической силы против другого лица.
- ▶ **Косвенная** – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или не на кого не направленная.
- ▶ **Раздражение** – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
- ▶ **Негативизм** – оппозиционная манера поведения от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
- ▶ **Обида** – зависть и ненависть к окружающим за действительные или вымышленные действия.
- ▶ **Подозрительность** – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
- ▶ **Вербальная агрессия** – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы). Ирония и сарказм также имеют самое непосредственное отношение к вербальной агрессии.

Классификации агрессивных форм поведения

Классификация по направленности:

- ▶ Агрессия, направленная на других;
- ▶ Агрессия, направленная на себя (аутоагрессия).

Аутоагрессия (автоагрессия, поворот против себя) — активность, нацеленная (осознанно или неосознанно) на причинение себе вреда в физической и психической сферах. Относится к механизмам психологической защиты. Аутоагрессия проявляется в самообвинении, самоунижении, появлении вредных привычек как способа разрядки негативных эмоций (обкусывание ногтей до крови), нанесении себе телесных повреждений различной степени тяжести, вплоть до самоубийства, саморазрушительном поведении (пьянстве, алкоголизме, наркомании, рискованном сексуальном поведении, выборе экстремальных видов спорта, опасных профессий, провоцирующем поведении).

Основные подходы к пониманию феномена агрессии и агрессивного поведения

1. **Психоаналитический (инстинктивистский) подход** (инстинкты «эрос» и «танатос»).
2. **Эволюционный подход** (агрессия берет начало из врожденного инстинкта борьбы за выживание, который присутствует у людей так же, как и у других живых существ).
3. **Когнитивно - бихевиоральный подход (познавательный, социального научения)** (поведение человека, в том числе и агрессивное, формируется в социальной среде и корректируется путем позитивных или негативных стимулов).
4. **Фрустрационный подход** (агрессия не может возникнуть спонтанно, сама по себе, а является следствием фрустрации).

Агрессия и агрессивность в этологических исследованиях

- ▶ Этология – полевая дисциплина зоологии, изучающая поведение животных (и людей). Термин введен в 1859 французским зоологом И. Жоффруа Сент-Илером.
- ▶ Тесно связана с зоологией, эволюционной теорией, физиологией, генетикой, сравнительной психологией, зоопсихологией, а также является неотъемлемой частью когнитивной этологии (изучение интеллекта животных).

Межвидовая и внутривидовая агрессия

- ▶ Межвидовая агрессия представляет собой столкновения представителей каких-либо двух биологических видов.
- ▶ Внутривидовая агрессия представляет собой конфликтные отношения особей одного вида. Чаще всего конфликты возникают из-за пищевых ресурсов, места для отдыха, территориальные конфликты, конфликты из-за самки, дупла и т.п.

Свойства агрессии

1. **Агрессия способна накапливаться.** Поэтому ошибочной является точка зрения тех педагогов и психологов, которые считают, что агрессию можно скорректировать, что агрессия вызывается внешними причинами, и если эти внешние раздражающие факторы убрать, то исчезнет и агрессия.
2. **Агрессия способна переадресовываться.** Часто накопленная агрессия вырывается наружу даже при отсутствие раздражителя. И тогда она просто переадресуется на какой-либо замещающий объект.

Считается, что переадресация агрессии играет весьма важную роль, поскольку поддерживает социальную иерархию.

Агрессия в животном мире

- ▶ В животном мире существует достаточно очевидное равновесие, баланс между естественным вооружением и моралеподобным поведением (поведенческая аналогия морали). Заключается этот баланс в том, что сильно вооруженные виды практически никогда не используют против представителей собственного вида весь «арсенал оружия».
- ▶ Человек в натуральном виде - существо слабо вооруженное, поэтому и инстинктивная мораль у него, соответственно, слабая.

Агрессия в этологических исследованиях

- ▶ Для этолога агрессия и агрессивность - это инстинктивная форма поведения.
- ▶ Агрессия обладает двумя очень важными характеристиками: она способна накапливаться и переадресовываться.
- ▶ Высокоразвитые формы агрессивного поведения способствуют сохранению биологического вида. Они «отталкивают» особей, равномерно распределяя их по ареалу, способствуют сохранению и поддержанию численности, регулируют иерархию «доминирование - подчинение» и имеют непосредственное отношение к половому отбору.
- ▶ Человеку свойственны все вышеуказанные функции агрессии, присутствующие в животном мире. Однако у биологического вида «человек» отмечается дисбаланс инстинктивного моралеподобного поведения и агрессивностью, вызванной эволюционированием когнитивных функций.

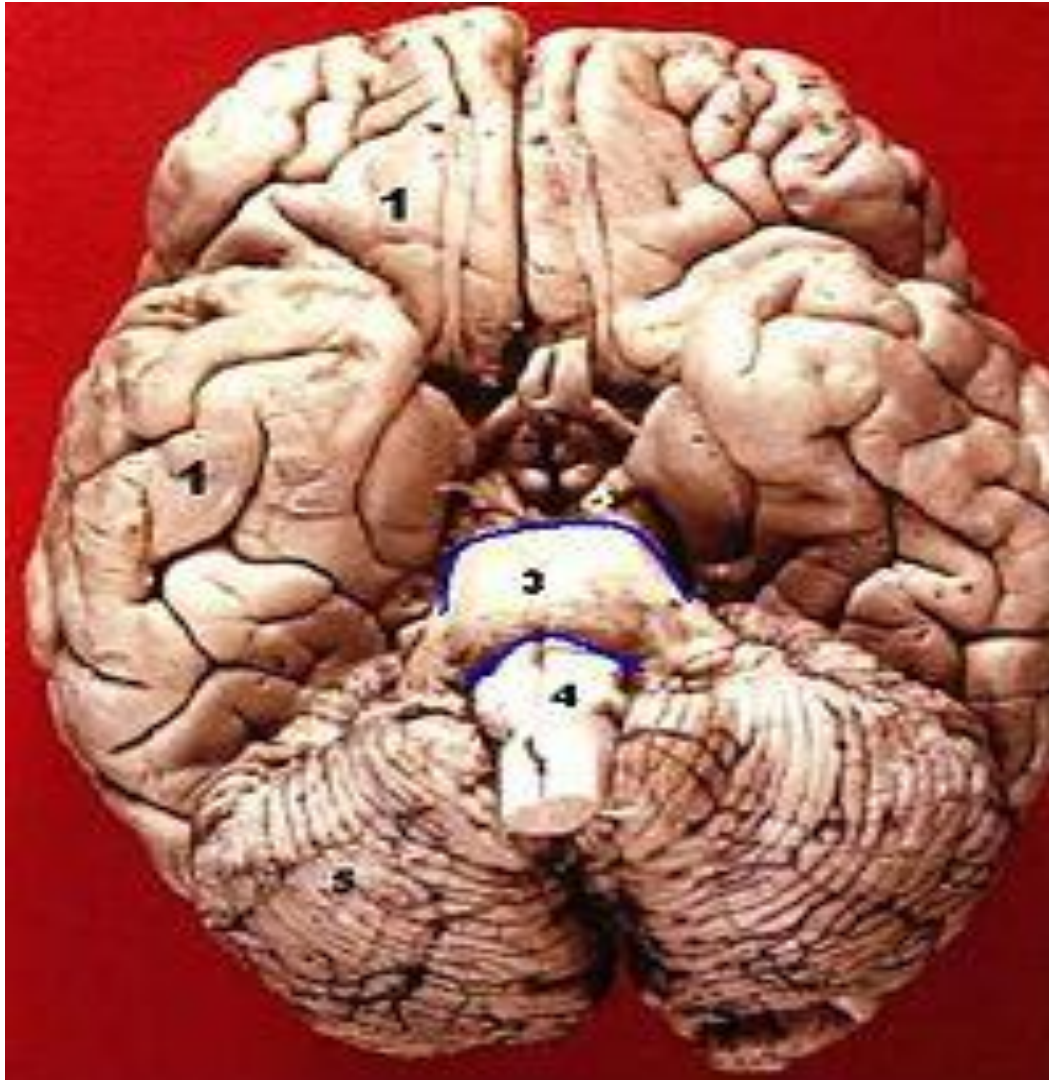
**Биологические
предпосылки
агрессии и агрессивности**

***Мозговые механизмы
контроля агрессивного
поведения***

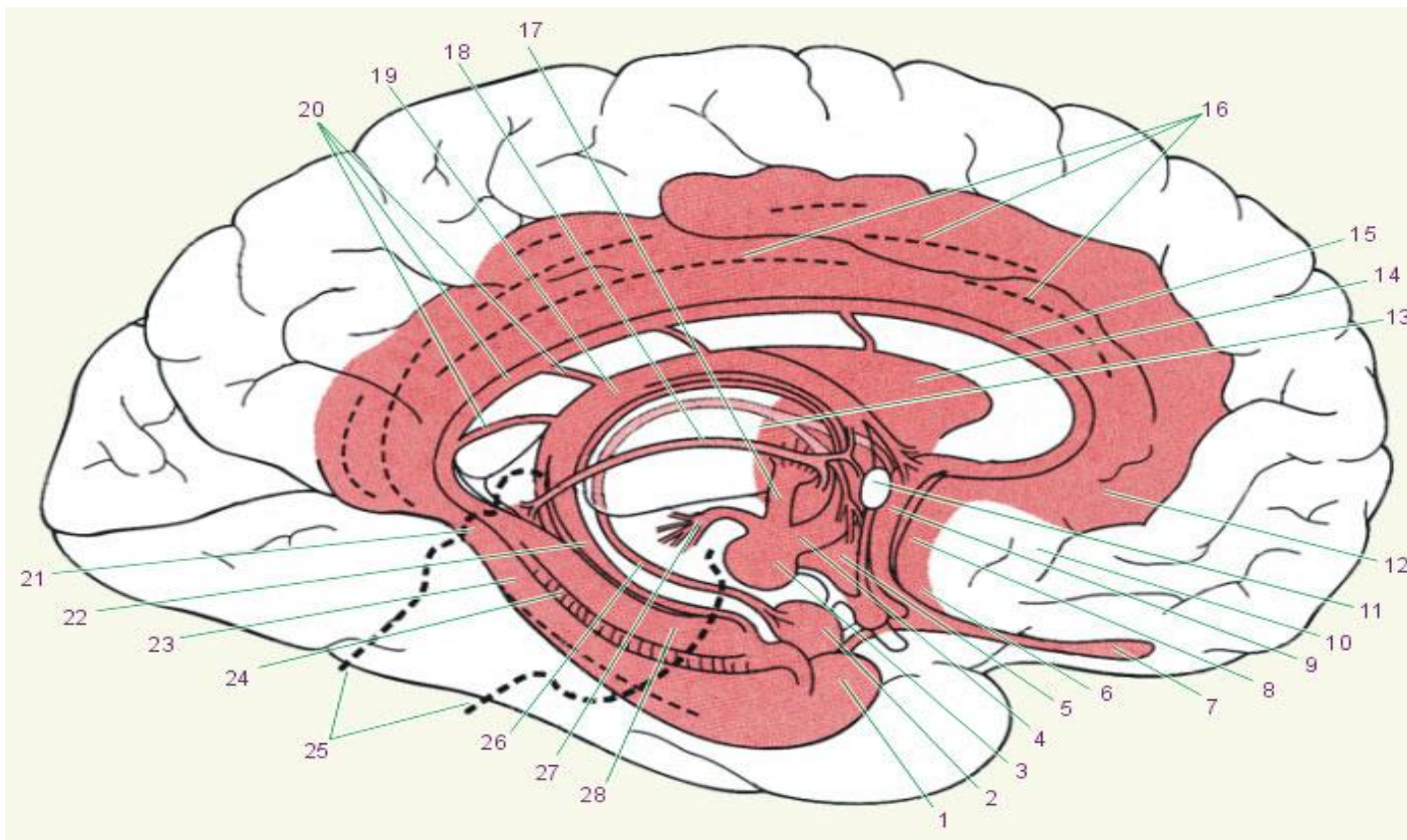
Нервный контроль агрессивного поведения

- ▶ **Средний мозг;** центральное серое вещество - нейроны агрессии. Через гипоталамус эти нейроны запускают агрессивное поведение - борьбу, драку. При любых других реакциях эти нейроны не возбуждаются.
- ▶ **Лимбическая система;** миндалевидное тело (агрессия и осторожность, страх), гипоталамус (гормональное обеспечение агрессивного поведения).
- ▶ **Неокортекс;** лобные доли, отвечающие за поддержание на должном уровне когнитивных функций, а также за прогноз поведения.

Средний мозг; нейроны агрессии



Лимбическая система; миндалевидное тело и гипоталамус



Нейромедиаторные системы мозга, обеспечивающие агрессивное поведение

- ▶ Запускается агрессивное поведение возбуждающими нейромедиаторами нервных цепей - ацетилхолином.
- ▶ Тормозящую роль выполняют опиоидные пептиды и гаммааминомасляная кислота.
- ▶ В качестве модуляторов выступают дофамин, норадреналин и серотонин. Дофамин участвует в контроле агрессии нападения и защитной агрессии. Серотонин имеет отношение к сдерживанию агрессии. Норадреналин обеспечивает запуск агрессивных форм поведения, выделяя в окружающей среде сигналы угрожающего характера.

Биологические предпосылки агрессивного поведения

- ▶ **Биологический пол.** Традиционным и весьма широко распространенным является мнение о том, что мужчины более агрессивны, нежели женщины. Действительно, статистика свидетельствует о большей агрессивности мужчин по сравнению с женщинами. Более того, отмечается, что мужчины значительно чаще выступают в качестве объектов нападения. Как правило, такие объяснения сводятся к закономерно более высокой концентрации в плазме крови у мужчин мужских половых гормонов (андрогенов) и основного из них - тестостерона. Действительно, содержание тестостерона в плазме крови мужчин в среднем в 10 раз выше, чем у женщин. У юношей содержание тестостерона может быть в 30 раз выше, чем у девушек.

Биологический пол и агрессивное поведение

- ▶ Различия в строении и функциях мужского и женского мозга, которые формируются пренатально и на ранних этапах постнатального онтогенеза, убедительно свидетельствуют о потенциально более высокой филогенетической склонности (готовности) мальчиков и мужчин к агрессивным и конкурентным формам поведения.
- ▶ Различия в агрессивности мальчиков и девочек проявляются уже к двухлетнему возрасту. Разные авторы указывают, что на 100% случаев агрессивных актов со стороны маленьких детей в 71% случаев это были мальчики и только в 29% случаев - девочки. Среди подростков повышенный уровень агрессивности отмечался у 37% мальчиков и лишь у 6% девочек.

Природа женской агрессии

- ▶ **Материнская агрессия.** Изучая агрессивность самок, специалисты назвали ее материнской, поскольку она главным образом относится к беременности, вскармливанию потомства и защите молодняка. Данный вид «материнской» агрессивности свойственен почти всем позвоночным, в том числе и женщинам. «Материнская» агрессивность взаимосвязана с теми изменениями, которые претерпевает женский мозг в период беременности и лактации, и в первую очередь с действием гормонов окситоцина и пролактина. Агрессивное поведение в данном случае выступает как проявление данной доминанты и направлено на защиту детеныша.
- ▶ **Агрессия в структуре ПМС (предменструального синдрома).** в период овуляции беспокойство и чувство враждебности находятся на относительно низком уровне. Однако в период, предшествующий менструации, значительное число женщин проявляет ряд симптомов, которые обычно укладываются в понятие «предменструальный синдром». Для него типично: головная боль, отеки, изменения аппетита, эмоциональная нестабильность, излишняя раздражительность, скачки настроения, вспышки гнева и неконтролируемые действия. Специальные исследования показали, что этот отрезок времени очень опасен: 62% насильственных преступлений совершается женщинами в течение предменструальной недели, и только 2% - в конце периода. Подобные всплески агрессивности связывают со снижением концентрации женских половых гормонов в период с 21 по 28 день месячного цикла, они перестают оказывать свое «смягчающее» воздействие, вследствие чего и возможны акты агрессивного поведения.

Различия в агрессивности, обусловленные конституциональными (соматотипологическими) особенностями

- ▶ Как известно, из всего многообразия типов телосложения человека можно выделить четыре относительно «чистых» типа: эндоморф, эктоморф (церебральный и респираторный) и мезоморф. Существует альтернативное название этих типов: астеник, атлетик и пикник, а также диспластик. Наиболее известные специалисты, занимающиеся проблемой соматотипологии человека - Кречмер и Шелдон. Показано, что наиболее агрессивным является мезоморфный тип телосложения.
- ▶ Однако помимо типа телосложения, есть еще один конституциональный признак, который также имеет непосредственное отношение к агрессивным формам поведения. Этот признак именуется ювенильностью или филогенетической (филетической) дистанцией. Под филогенетической дистанцией понимают степень эволюционной продвинутости конкретного индивида по отношению к нашему общему предку - кроманьонцу.
- ▶ Особого внимания заслуживают индивиды, у которых отмечается сочетание мезоморфии с низкими показателями ювенильности. В колониях для несовершеннолетних преступников такой вариант конституции встречается в 57% случаев, тогда как в массовых школах - приблизительно в 16% случаев.

Органические поражения ЦНС как предпосылка повышенной агрессивности

- ▶ На наличие органического поражения ЦНС указывают такие диагнозы в медицинской карте как «резидуальное органическое поражение ЦНС», ММД и СДВГ. Если быть строго беспристрастным, то его можно поставить 9 из 10 людей любого возраста. И с возрастом число людей, у которых имеется данное нарушение (или заболевание) увеличивается все больше и больше.
- ▶ Органическое поражение ЦНС (центральной нервной системы) в своем классическом содержании является неврологическим диагнозом, т.е. находится в компетенции невропатолога. А вот сопутствующие данному диагнозу симптомы и синдромы могут относиться к любой другой медицинской специальности, а также и к области психологической компетенции.
- ▶ Означает данный диагноз то, что головной мозг человека в определенной степени является неполноценным.

Врожденные причины возникновения органики

- ▶ Инфекции, которые перенесла женщина во время беременности (ОРЗ, грипп, ангина и т.д.).
- ▶ Употребление некоторых лекарств, алкоголь, наркотиков, табака во время беременности.
- ▶ Материнский стресс. Единая система кровоснабжения принесет в организм зародыша гормоны стресса в периоды психологического напряжения матери. Кроме этого, влияют и резкие перепады температуры и давления, воздействие радиоактивных веществ и рентгеновского излучения, токсических веществ, растворенных в воде, содержащихся в воздухе, в пище.
- ▶ Асфиксия в родах (кислородное голодание плода), затяжные роды, ранняя отслойка плаценты, атония матки и еще десятки самых различных причин вызывают порой необратимые изменения в клетках головного мозга плода.
- ▶ Стимуляция и регуляция родовой деятельности (введение роженицам психоактивных веществ, веществ с морфиноподобным действием, окситоцина). Как правило, стимуляция и регуляция родовой деятельности утяжеляют состояние ММД и способствуют возникновению комплекса специфических расстройств развития и поведения, которые можно обозначить термином «эффект сенсорной депривации».

Ставшие привычными, но потенциально опасные для ребёнка, акушерские вмешательства в ход естественных родов:

- ▶ 1. Прокалывание околоплодного пузыря с околоплодными водами раньше времени, и в результате голова ребёнка при схватках получает ТРАВМУ от костей таза матери (так как наполненный пузырь работает определённое время как «амортизатор», пока голова ребёнка готовится к прохождению родового пути).
- ▶ 2. Ускоряют (или искусственно вызывают) лекарствами или другими методами роды, до того как ребёнок приготовился к прохождению родового канала: голова ребёнка ТРАВМИРУЕТСЯ о родовые пути.
- ▶ 3. Стимулируют схватки - получают не только ТРАВМУ, но и ГИПОКСИЮ - нехватку кислорода и питания для ребёнка (прежде всего для его головного мозга), так как каждая схватка замедляет или прекращает кровообращение в плаценте из-за спазма спиральных артерий матки.

Приобретенные причины органики

- ▶ Тяжелые инфекции (с выраженными явлениями интоксикации, высокой температурой и т.д.), особенно до 3 лет способны породить приобретенные органические изменения головного мозга.
- ▶ Травмы головного мозга (черепно-мозговые травмы, особенно неоднократные) с потерей сознания или без него, обязательно вызовут не только некоторые органические изменения, но создадут ситуацию, когда возникшие патологические процессы в мозге будут сами по себе достаточно интенсивно развиваться и создавать самые разнообразные по виду и форме нарушения умственной и психической деятельности человека (вплоть до бреда и галлюцинаций).
- ▶ Длительные общие наркозы или короткие, но частые усиливают органику.
- ▶ Длительный (несколько месяцев) самостоятельный (без назначения и постоянного контроля опытного психиатра или психотерапевта) прием некоторых психотропных препаратов может привести к некоторым обратимым или необратимым изменениям работы головного мозга.
- ▶ Прием наркотиков вызывает не только физические изменения в организме, но и умственные и психические, в буквальном смысле убивая множество клеток головного мозга.
- ▶ Злоупотребление алкоголем обязательно снижает потенциальные возможности важнейших центров головного мозга, так как спирт сам по себе является токсическим продуктом для мозга.

Внешние детерминанты агрессивного поведения

*Взаимосвязь агрессивного
поведения с
биологическими
ритмами*

Повторение некоторого события в биологической системе человека в более менее регулярные промежутки времени рассматривается как **биологический ритм**.

- ▶ В 1935 году появляется первое международное общество исследования биологических ритмов (Швейцария). Это общество преобразовано в Международное общество хронобиологов (1971 год, США).
- ▶ Ритмическая деятельность свойственна всем клеткам, тканям, органам, системам, целому организму. Сейчас известно более 300 различных видов биоритмов. Они имеют разную частоту: от долей секунды до многих месяцев и даже лет.

Выделяют экзогенные и эндогенные ритмы.

- ▶ Ритм, наблюдаемый в биологической системе, который отражает просто реакцию на периодические воздействия, внешние по отношению к этой системе, называют *экзогенными* ритмами (ритм чередования света и темноты; пищевой ритм; ритм труда и отдыха).
- ▶ Ритм, порождающийся внутри системы, задается внутренними часами, называют *эндогенным* (ритм деления клеток; дыхания, сердечных сокращений и т.д.).

Обусловленность ритмов организма внешними влияниями

- ▶ Все большее число исследователей склоняются к мнению об обусловленности ритмов организма не только биохимическими, но биофизическими эффектами: влиянием гравитационного поля, космических лучей, электромагнитных полей, в том числе магнитного поля Земли, ионизации атмосферы и т.д. (А.Л.Чижевский, 1930; В.И.Вернадский 1954; В.П.Казначеев, 1980; Н.Р.Деряпа, А.В.Трофимов, С.С.Павленко, 1982).
- ▶ Установлено соответствие различных диапазонов биологических ритмов и механизмов их генерации: коротковолновый диапазон имеет преимущественно генетическую природу, а на медленноволновую часть спектра (отражающую тотальные функции организма) влияют космическая и геофизическая обстановка (G.Hildebrandt, 1976).

Суточный ритм и десинхроноз

- ▶ **Суточный ритм.**
Обусловлен вращением Земли вокруг своей оси. Не люди придумали суточный 24-часовой ритм своих физиологических функций. Это результат приспособления органов к ритму движения планеты. Всеобщим «датчиком» времени для большинства живых организмов является свет и темнота, продолжительность дня и ночи. В течение суток в колебательном режиме, повторяющиеся каждые 24 часа, меняется большинство показателей жизнедеятельности. Наиболее важными суточными ритмами являются ритм сна-бодрствования, температуры тела, активности ССС.
- ▶ **Десинхроноз** - рассогласование различных биоритмов, общая основа для развития ряда заболеваний - сердечных, обменных, психических. Например, если сместить обычный ритм сна и бодрствования человека на 12 часов, то требуется 3 недели, чтобы суточные ритмы сердечных сокращений, кровяного давления и частоты дыхания изменились в соответствии с новым образом жизни. Нарушение суточных ритмов нередко возникают у больных нейроэндокринными заболеваниями, особенно связанных с гипоталамусом, что говорит в пользу гипотезы о нервно-клеточной природе генераторов биоритмов (клетки - пейсмекеры).

Сезонные ритмы

Они гораздо сложнее, так как определяются и внешними природными циклами, и социокультурным влиянием, и взаимосвязью организма со множеством других разнопериодических ритмов в природе.

- ▶ Артериальное давление подвержено сезонным колебаниям: весной оно ниже, чем осенью.
- ▶ Состав крови: зимой содержится меньше сахара, больше количество холестерина, гемоглобин начинает повышаться между декабрем и январем.
- ▶ Репродуктивная система: максимальное количество родов весной, минимальное - осенне-зимний период. Дети, рожденные в апреле-июле в общем более здоровые, чем родившиеся зимой.

Сезонные ритмы и агрессивное поведение

- ▶ В работах целого ряда авторов указывается на зависимость агрессивного проявления от биологических (сезонных) ритмов. Так, в частности Sitar J. (1997), изучив 2447 актов насилия (гетероагрессии) и 1028 актов самоповреждения (аутоагрессии), связал их с недельными, годовыми и лунными ритмами, а также с внезапными изменениями климата. Он обнаружил, что внезапные изменениями климата вызывают импульсивные расстройства поведения, обычно без материального и сексуального интереса. А кражи с взломом и изнасилованиями, не будучи зависимыми от климата, были связаны с лунным ритмом (так же как и острые сердечно-сосудистые кризы) и смертельные случаи.

Лунно-суточный ритм

- ▶ Длительность 24 часа 50 минут. Проявляется ярко в ритмике приливов и отливов воды.
- ▶ Еще в 19 веке обнаружили, что вспышки бронхита, приступы эпилепсии коррелируют с фазами Луны. У человека в середине лунного цикла значительно повышаются выделения с мочой магния, некоторых гормонов надпочечников.
- ▶ В 1959 году американские ученые А.Менакер и В.Менакер, проанализировав даты 250 тысяч родов подсчитали, что зачатие, а, следовательно, овуляция, чаще происходили в дни близкие к полнолунию.

Лунно-суточный ритм и агрессия

- ▶ Исследование Гусева А.П. (Гомель, 1999г.): имеет место увеличение числа лиц с высоким уровнем агрессивности среди населения в период новолуния и полнолуния. Очевидно, что в эти дни психическое состояние человека неустойчиво к действию тех или иных провоцирующих факторов. На 10 дней лунного месяца, находящихся вблизи полнолуния или новолуния, приходится около 60% всех «нехороших» событий (массовые беспорядки, восстания, убийства и т.д.).
- ▶ Анализировались всего 120 случаев суицидов за 1997-1998 год. Большая часть потенциальных самоубийц предпринимала попытки покончить с жизнью в те дни, когда Луна ближе всего к Земле

Ритмы активности Солнца

- ▶ Солнце - ближайшая звезда, диаметр которой в 109 раз больше Земли.
Для жителей Земли самая важная 11-летняя цикличность деятельности Солнца. Она обуславливает такую же периодичность большинства биологических явлений самой жизни человека.
- ▶ С увеличением солнечной активности меняется магнитное поле Земли. Это сказывается на возбудимости нервной системы человека. Резко, почти в 4 раза, возрастает число дорожных происшествий, ухудшается состояние сердечно-сосудистых больных, учащаются приступы стенокардии, тромбозы, инфаркты.

Активность Солнца

- ▶ Солнечная активность действует также на психофизиологический статус человека, на его интеллектуальную и эмоциональную напряженность, активизируя их. В это время возрастает научная продуктивность, создаются шедевры. Происходит выдвижение духовных и народных лидеров (Магомет, Тамерлан, Лже-Дмитрий, Ришелье, Богдан Хмельницкий, Кромвель, Ленин). С эпохами максимального напряжения солнце деятельности совпадают и массовые движения, революции, восстания, войны. В годы активности солнца произошли Французская революция, 1-я Русская революция 1905 года и революция 1917 года. Ефимов Л.М. считает, что мы получаем дополнительный «солнечный импульс».
- ▶ А.Л.Чижевский выяснил, что вспышки эпидемий коррелируют с циклами активности Солнца. Он проследил 15 вспышек холеры за 150 лет (19 и 20 век), из них 12 приходится в год активности Солнца, 2 - подъем и спад солнечной активности и 1 - спокойное Солнце. Эпидемии гриппа начинаются за 2-3 года до или спустя максимальной солнцедетельности.

Социальные предпосылки агрессивного поведения

- ▶ Социально-психологические факторы, т.е. формирующиеся на уровне социальных групп и оказывающие влияние на агрессивность индивида.
- ▶ Микросоциальные - это влияние различных семейных факторов: способы разрешения семейных конфликтов, образцы агрессивного поведения родителей, неадекватный стиль детско-родительских отношений и т.п.

Семья как фактор становления агрессивного поведения

Свои первые знания о моделях агрессивного поведения дети приобретают в семье. Именно в семье ребенок проходит свой первый этап вхождения в социально-общественные отношения и именно там он может приобрести первый опыт агрессивного поведения.

Семейные факторы агрессивного поведения:

- ▶ Характер семейных взаимоотношений. И.А. Горьковая приводит следующие данные. Постоянные ссоры и скандалы отмечались в 39% семей подростков-правонарушителей, драки между родителями - в 24% семей, постоянная вражда между супругами - в 12%. На конфликтные отношения в семье как источник негативных переживаний указывают 56% мальчиков и 78% девочек из группы трудных подростков и 47% мальчиков и 18% девочек из группы благополучных.
- ▶ Стиль семейного воспитания. Авторитарный стиль, гиперкопека, гипоопека. Жестокие наказания, кстати, как и отсутствие контроля и присмотра за детьми, провоцируют детей к агрессивному поведению. Дети, приученные к частым и неоправданным наказаниям, оказываются неспособными к принятию правил приемлемого поведения, поскольку наказание заставляет ребенка скрывать внешние проявления нежелательного поведения, но не устраняет причины его.
- ▶ Семья в состоянии длительного развода родителей провоцирует хроническое психо-эмоциональное напряжение, которое может выливаться в агрессивное и/или аутоагрессивное поведения.

Взаимоотношения со сверстниками как фактор становления агрессивного поведения

- ▶ Как показывают исследования, дети, в течение пяти лет регулярно посещавшие детский сад, оцениваются учителями как более агрессивные, чем посещавшие детский сад менее регулярно или вообще его не посещавшие. Как показывают исследования, дети обучаются агрессивному поведению, наблюдая за сверстниками и копируя его формы. И если использование данного поведения приносит успех, то он, естественно закрепляется.
- ▶ Агрессивное поведение связано и с положением ребенка в кругу своих сверстников. Наиболее агрессивными являются лидеры (звезды) и отверженные дети. Низкий социальный статус в группе сверстников провоцирует ребенка к использованию совершенно особых агрессивных форм поведения - агрессия исподтишка, сочетание трусливо-агрессивных форм поведения.

Средства массовой информации как фактор агрессивного поведения

- ▶ По данным Центра социологии образования Российской Академии Наук, в среднем российский зритель (а значит любой ребенок) видит сцену насилия на телеэкране каждые 15 минут, вечером - каждые 10 минут.
- ▶ В процентном отношении от всего показа сцен насилия убийства составляют 30,3%, избиения - 20,8%, сексуальное насилие - 16,7%, катастрофы - 11,3%, оскорбления - 9,5%, групповая агрессия (войны, теракты) - 11,4%.
- ▶ Дети часто в игре или жизненных ситуациях подражают насилию, увиденному на экране. Дети склонны отождествлять себя с отдельными жертвами или агрессорами и переносить эти роли в реальные ситуации. Дети могут в результате увиденного счесть насилие приемлемой моделью поведения и способом решения своих проблем.
- ▶ Современная информационная среда, построенная на антигуманных принципах, в последние годы становится все более мощным фактором агрессивного поведения.

Методики диагностики агрессивности

- ▶ «Кактус» - графическая методика М.А. Панфиловой. Направлена на выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности. Материалы: лист бумаги и цветные карандаши.
- ▶ «Несуществующее животное» - проективная методика М. З. Дукаревича. Направлена на исследование личностных особенностей испытуемого, в т.ч. и агрессивности. Материалы: лист бумаги и простой карандаш.
- ▶ «Радуга» - проективная методика, представляющая собой модификацию теста цветовых предпочтений М. Люшера. Направлена на исследование текущего функционального состояния человека. Материалы: лист бумаги и акварельные краски не менее 8-ми цветов.
- ▶ «Человек под дождем» - проективная методика, направленная на исследование личностных особенностей, в т.ч. и агрессивности. Материалы: лист бумаги и простой карандаш.
- ▶ Тест «Руки». Тест опубликован Б.Брайклином, З.Пиотровским и Э.Вагнером в 1962 году. Идея теста принадлежит Э.Вагнеру. Подходит для диагностики как детей, так и взрослых.

Основные подходы к «коррекции» и компенсации агрессивных форм поведения

1. Смещение агрессивных форм поведения на неодушевленные предметы наиболее безболезненный как для самой личности, так и для окружающих способ.
2. Профилактика агрессивного поведения.
3. Тренинги социально - приемлемых форм агрессивного поведения, формирование навыков конструктивного взаимодействия и разрешения конфликтов.
4. Тренинги психологической разгрузки и релаксации.
5. Сублимирование агрессии и агрессивности в другие виды деятельности (спорт).

Подходы к смещению агрессии

- ▶ Несколько лет назад японцам рекомендовалось иметь в офисе или дома манекен начальника (макивару), на котором можно было выместить обиду. И, действительно, во многих офисах по всему миру появились такие манекены.
- ▶ Специально сконструированный сосуд или ваза со звуконепроницаемыми стенками. Такая ваза украшает интерьер какого-то офиса, а в случае необходимости каждый из сотрудников может подойти к ней и выкрикнуть в неё слова обиды громко, как только может. Тем самым «пар будет выпущен», но никто даже не услышит этого.
- ▶ Искусственное растение, которое способно выслушивать жалобы расстроенного человека. В зависимости от эмоций меняется тембр голоса человека, а растение реагирует на это наклонами в разные стороны. Такой эффект реагирования создаёт впечатление, что растение слушает и сопереживает человеку. Многие люди, которым не с кем поделиться печалью, приобрели себе такое «отзывчивое» растение.

Подходы к смещению агрессии

- ▶ Следующим достаточно эффективным изобретением была игрушка-антистресс Каомару (в переводе — «круглое лицо»). Она представляет собой небольшой мячик с человеческим лицом. Материал мячика (полиуретановая смола) позволяет сжимать его и растягивать. При этом лицо меняется и приобретает всевозможные комичные выражения. Как утверждают разработчики, наблюдая смешные рожицы, человек забывает о своих неприятностях, расслабляется и добреет на глазах.
- ▶ В Японии открыта сеть кафе, где разрешается бить посуду и тем самым снимать стресс. Сюда часто приходят семейные пары, чтобы помириться.



Подходы к
смещению
агрессии;
антистрессовая
игрушка
Punch'n'Cuddle

Игрушка-антистресс Каомару



Рекомендации для родителей по профилактике детской агрессивности

1. Проследите, чтобы агрессивное поведение ребенка не поощрялось окружающими, чтобы он не получал видимой выгоды от агрессии.
2. Не допускайте бесконтрольного просмотра телепередач, видеофильмов, т. к. даже некоторые мультфильмы имеют высокий уровень агрессии.
3. Не допускайте чрезмерного увлечения играми на компьютере, компьютерной приставе, выбирайте видеоигры без элементов насилия, агрессии.
4. Объясняйте ребенку, что есть множество способов разрешения любых конфликтов (рассказы подкрепляйте собственным поведением).
Американские психологи установили, что дети, проявляющие агрессию, иногда просто не знают иных способов выйти из конфликта или не допустить его.
5. Старайтесь сохранять в своей семье атмосферу открытости и доверия.
6. Не давайте своему ребенку нереальных обещаний.
7. Не ставьте своему ребенку каких бы то ни было условий.
8. Будьте тактичны, применяя меры воздействия к ребенку.
9. Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяете делать себе.
10. Не изменяйте своих требований по отношению к ребенку в угоду чему-либо.
11. Не шантажируйте ребенка своими отношениями друг с другом.
12. Не бойтесь поделиться с ребенком своими чувствами и слабостями.
13. Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависимость от его учебных успехов.

Тренинг коррекции агрессивного поведения подростков; наиболее типичные упражнения

Упражнение «Прогноз погоды»

Цель: научиться уважать чувства и эмоции других людей.

Материалы: Бумага и восковые мелки.

Инструкция: Иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим собой. Может быть, вы слишком рано встали и чувствуете себя невыспавшимися, может быть, что-то испортило вам настроение. И тогда вполне нормально, если другие оставят вас на некоторое время в покое, чтобы вы смогли восстановить свое внутреннее равновесие.

Если с вами случится такое, вы можете дать нам понять, что вам хочется побыть в одиночестве, чтобы к вам никто не подходил. Сделать это можно так: вы можете показать одноклассникам свой "прогноз погоды". Тогда всем будет понятно, что на какое-то время вас нужно оставить в покое.

Возьмите лист бумаги и восковые мелки и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению в таких случаях. Или просто напишите большими раскрашенными буквами слова "Штормовое предупреждение". Таким способом вы можете показать другим, что у вас сейчас "плохая погода", и вас лучше не трогать. Если вы чувствуете, что вам хочется покоя, вы можете положить такой лист перед собой на парту, чтобы все знали об этом. Когда вы почувствуете себя лучше, можете "дать отбой". Для этого нарисуйте небольшую картинку, на которой из-за дождя и туч начинает проглядывать солнце или покажите своим рисунком, что для вас солнце уже светит.

Тренинг коррекции агрессивного поведения подростков; наиболее типичные упражнения

Упражнение «Спустить пар»

Цель: научиться слушать других, брать на себя ответственность за свое поведение.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста в один общий круг. Я хочу предложить вам игру, которая называется "Спустить пар". Играют в нее так.

Каждый из вас может сказать остальным, что ему мешает или на что он сердится. Пожалуйста, обращайтесь при этом к конкретному человеку. Например: "Алена, мне обидно, когда ты говоришь, что все мальчишки придурковаты"; или: "Федя, я выхожу из себя, когда ты назло мне сбрасываешь вещи с моей парты".

Пожалуйста, не оправдывайтесь, когда на вас будут жаловаться. Просто внимательно выслушайте все, что вам хотят сказать. До каждого из вас дойдет очередь "спустить пар". Если кому-то из вас будет совершенно не на что пожаловаться, то можно просто сказать: "У меня пока ничего не накопело и мне не нужно "спускать пар".

Когда круг "спускания пара" завершится, дети, на которых жаловались, могут высказаться по этому поводу.

А теперь подумайте о том, что вам сказали. Иногда вы можете изменить в себе то, что мешает другим, иногда вы не можете или не хотите ничего менять. Услышали ли вы о чем-то таком, что можете и хотите изменить в себе? Если да, то вы можете сказать, например: "Я не хочу больше называть всех мальчишек придурками... Я больше не хочу сбрасывать твои вещи с парты".

Благодарю за внимание!