

Администрация города Екатеринбурга  
Комитет по молодежной политике  
МБУ «ЦСППДиМ «Форпост»

# Профилактика агрессивного поведения детей и подростков

Директор  
МБУ «Центр социально –психологической  
помощи детям и молодежи «Форпост»  
Ю.Ю.Дерягина  
Екатеринбург 2019

# Содержание

Детская и подростковая агрессия

Буллинг и профилактика

Неформальные подростковые группы (интернет, анализ контента)

- Детская и подростковая агрессия

- Закон РФ «Об образовании»: «Содержание образования должно содействовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами, независимо от расовой, национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности; способствовать реализации права обучающихся на свободный выбор взглядов и убеждений».
- Выполнить задачи, поставленные в 14 статье закона, можно только формируя в ребенке с раннего возраста социально приемлемые нормы поведения, развивая его нравственные представления.

# Теории агрессии

- Изучая причины враждебной и инструментальной агрессии, социальные психологи основное внимание уделили следующим трем принципиальным идеям:
- 1) существует **врожденная физиологическая потребность в агрессии**;
- 2) агрессия является **естественной реакцией на фрустрацию**;
- 3) агрессивное поведение — **результат научения**.

- **Агрессор** - тот, кто умышленно наносит вред другому: насмехается, дерется, портит вещи и т. д.
- **Жертва** - человек, которому умышленно наносит вред агрессор. Агрессивное поведение - это взаимодействие, в ходе которого одним человеком (агрессором) умышленно наносится вред другому (жертве).
- **Агрессия** – это любая форма поведения, нацеленная на оскорбление или причинение вреда другому живому существу; явно злонамеренное поведение, предполагающее действия, посредством которых агрессор намеренно причиняет ущерб своей жертве.
- **Агрессивность** – это свойство личности, выражающееся в готовности к а



## Основные виды агрессии

- **Физическая** – прямое применение силы для нанесения морального и физического ущерба противнику.
- **Вербальная** – выражена в словесной форме: угрозы, оскорбления.
- **Экспрессивная** – проявляется невербальными средствами: жестами, мимикой, интонацией голоса.
- **Прямая** – направляется непосредственно на объект, вызывающий раздражение, тревогу или возбуждение.
- **Косвенная** - обращается на объекты, непосредственно не вызывающие возбуждение и раздражение, но более удобные для проявления агрессии.

# Причины возникновения детской агрессивности

- 1. **Заболевание** центральной нервной системы.
- 2. Агрессивность как средство **психологической защиты**.
- 3. Агрессивность как **следствие нарушения семейного воспитания**:
  - неприятие детей родителями;
  - безразличие со стороны родителей;
  - разрушение эмоциональных связей в семье;
  - чрезмерный контроль или полное его отсутствие;
  - избыток или недостаток внимания со стороны родителей;
  - запрет на физическую активность;
  - отказ в праве на личную свободу.





# Особенности детской агрессии

## С рождения до 3 лет

- Это – импульсивность, истеричность.
- Защита внутренней границы «Я», включая игрушки.
- Способ контроля поведения ребенка:
- Мягкое физическое манипулирование, просьбы, помощь взрослого.

## С 4 до 14 лет

- Это - целенаправленность.
- Возможно в 5 раз больше агрессии, чем в раннем возрасте ( в зависимости от отношений в семье и детском обществе)



ля

# Возрастные различия в проявлении детской агрессивности

- Младший (дошкольный) возраст.
- Ребёнок, находясь в группе сверстников, старается стать в этой среде популярным.
- Коммуникативные навыки в этом возрасте не достаточно развиты, поэтому он пытается занять лидерские позиции с помощью агрессивных методов.
- Маленькие легко вовлекают свои конфликты взрослых.
- Младший школьный возраст.
- В этом возрасте инициаторами агрессии являются уже не отдельные личности, а группировки ребят.
- Дети всё чаще стараются решать проблемы в своём кругу, реже прибегают к помощи взрослых.

# Возрастные различия в проявлении детской агрессивности

- Подростковый возраст.
- Период с 13 до 16 лет некоторые учёные рассматривают как **сплошной возрастной кризис**.
- Подросток может реализовать свою агрессию двумя способами:
- **проявлять открыто или прятать и подавлять.**
- **За помощью к взрослым обращаются очень редко.**

# Различия в проявлении агрессивности у мальчиков и девочек

- Мальчишеская агрессия проявляется более открыто, грубо, она менее управляема. Обычно мальчики проявляют физическую агрессию.
- Девочки рано заменяют физическую агрессию вербальной.
- Некоторые с раннего детства приучаются камуфлировать агрессивность иронией и сарказмом.
- Это выглядит мягче, зато бьёт больнее.

# При управлении своими отрицательными эмоциями взрослый человек

- не подкрепляет агрессивное поведение подростка;
- демонстрирует положительный пример в обращении со встречной агрессией:
- сохраняет партнёрские отношения, необходимые для дальнейшего сотрудничества.



# ЗАДАЧИ ШКОЛЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ

## АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

- создание гуманистической воспитательной системы, обеспечивающей детям интеллектуальную, социальную, нравственную подготовку, необходимую для жизненной адаптации;
- своевременное выявление неблагополучных семей;
- формирование у педагогов навыков конструктивного взаимодействия с подростками «группы риска»;
- создание форм просвещения родителей коррекции по профилактике агрессивности;
- совершенствование психолого-педагогической помощи детям;
- развитие сети дополнительного образования, предоставляющей возможности для воспитания, развития творческого потенциала, самоопределения и самореализации подростков;
- развитие системы учебных курсов по вопросам правоведения;
- профориентация и трудовое устройство: пропаганда и

# ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ

- Методы психокоррекционной работы с агрессивными детьми и подростками:
- погружение в проблему
- игровая терапия (у детей)
- творческое самовыражение (рисование, театрализация, занятие музыкой, конструирование и т.д.)
- телесная терапия
- саморегуляция
- тренинг релаксации
- психологическое конструирования (репетиция поведения подростков)
- тренинг конструктивного взаимодействия

# Профилактика и коррекция агрессивного поведения

- 1. Занятия спортом.
- 2. Медленный счет до десяти.
- 3. Коллекционировать анекдоты.
- 4. Смотреть юмористические фильмы телепередачи.
- 5. Подураться у зеркала.
- 6. Овладеть методами саморегуляции.
- 7. Научиться позитивно воспринимать мир.
- 8. Переключение внимания на нейтральные темы- умение представить ситуацию покоя, например лес, пляж, или другие условия, когда чувство душевного покоя у человека наиболее выражено. При этом использовать стихи любимого поэта, успокаивающую музыку и т.д.
- 9. Самоубеждение - умение проанализировать сложившуюся ситуацию, поговорить с самим собой и убедить себя в несерьезности собственных переживаний. Формулы самовнушения («Для меня это не очень важно», «Я все могу» и т.д.) помогают кратковременно «выключить» эмоции, не давая им
- 10. Упражнения мимических мышц, снижающие напряжение мышц лица
- 11. Самовнушение. Смысл успокаивающих «формул» состоит в том, чтобы последовательно направлять свое внимание на отдельные части своего тела( руки, ноги, шею, лицо, туловище) и внушать себе, что они расслабляются, согреваются и обездвигиваются.
- 12. Дыхательные упражнения- упорядоченные физические дыхания, при выполнении которых выдох следует делать примерно вдвое длиннее вдоха (если необходимо снять острое напряжение, можно сделать глубокий вдох и задержать дыхание на секунд).
- 13. Физические упражнения- движения, осуществляемые для расслабления. Наиболее полезны упражнения на растягивание мышц, на расслабление (типа потряхивания), а также упражнения со статическим усилием и задержкой дыхания.



# • Буллинг



- Травля - повторяющаяся агрессия по отношению к определенному человеку, включающая в себя принуждение и запугивание. Может проявляться в физическом насилии, угрозах, вербальной агрессии, унижении.
- Буллинг (травля) - стереотип взаимодействия в группе, при котором человек на протяжении времени и неоднократно сталкивается с намеренным причинением себе вреда или дискомфорта со стороны другого человека или группы людей, обладающих большей властью (силой). (Дэн Олвеус)
- Буллинг (травля) - систематическое злоупотребление властью (силой) со стороны человека или группы людей для подавления, унижения, оскорбления (Ригби, Росс, Смит)

# Формы

**Скрытая травля:** игнорирование, бойкот, исключение из отношений, манипуляции, намеренное распускание негативных слухов и т.п. (более характерен для девочек)

**Прямая травля:**

физическая агрессия (избиение, пинки, щипки, выдергивание волос, привязывание и т.д.)  
психологическое насилие (унижение, оскорбления, угрозы, порча личных вещей, принуждение, вымогательство и т.п.),  
сексуальное насилие

**Кибербуллинг** — совокупность агрессивных действий в адрес конкретного человека через социальные сети или использованием современных технологий общения (интернет, телефон). Включает в себя сексуальные домогательства посредством интернета и распространение негативных сплетен.

# «Горячие точки» буллинга

- «Горячие точки» – это конкретные места в здании вашей школы и на школьном дворе, где возможен буллинг.
- Составьте карту «горячих точек»!
- Достаточно взять поэтажный план здания и план прилегающей территории и пометить красным фломастером эти места.
- Обычно это:
- Туалеты, особенно возле классов начальной школы
- Спортивные раздевалки
- Спортзал
- Школьный буфет
- Раздевалка школьная (гардероб)
- Места под лестницей, в темных углах
- Укромные уголки
- Места курения

# Система отношений в группе

- Выделение жертвы и агрессора
- Цикл травли в группе
- Изменение восприятия ребенка-жертвы



## • **Среда, способствующая возникновению травли**

- Учреждения с высоким уровнем конфликтов между взрослыми и детьми
- Учреждения с авторитарным стилем общения между взрослыми и детьми, жесткой властной иерархией отношений как между персоналом, так и по отношению к детям
- Отсутствие четких правил по отношению к травле и последовательной реакции на любой инцидент травли со стороны взрослых
- Непонимание сотрудниками учреждения проблемы травли, неумение выявлять травлю, игнорирование
- Косвенная поддержка детям-«агрессорам» со стороны персонала учреждения (обвинения жертвы, «сами разберутся»)
- Отсутствие достаточного контроля взрослых во время перемен и плохо организованное пространство учреждения
- Взрослый не проявляет тепла и поддержки по отношению к детям, у детей нет контакта с персоналом учреждения

# Пример ...

- *Какой симпатичный на тебе сегодня свитерок!  
Он что, из мусорного контейнера?...*
- *О, сегодня ты опять в свитерке из мусорки?  
У тебя все вещи оттуда?...*
- *Фу, от кого это несет помойкой?  
А, так это же наша вонючка пришла!  
Да иди же ты, наконец, помойся!  
Рядом с тобой невозможно сидеть!!  
Нет, я здесь не сяду!!*
- *Почему она учится в нашем классе?  
Убирайся отсюда!!*

# • **Участники травли**

- **Ребенок-«агрессор»** - лидирующий нападающий
- **Дети, участвующие в травле** - присоединяются к лидеру-агрессору
- **Ребенок-жертва**
- **Свидетели, подкрепляющие травлю:** дети, которые занимают сторону нападающих, смеются, выражают поддержку нападающим/подбадривают их, просто собираются вокруг и смотрят
- **Свидетели-аутсайдеры:** дети, которые избегают ситуации травли, не занимая ничью сторону
- **Защитники:** дети, которые занимают очевидную позицию против травли, либо активно противодействуя нападающим и предпринимая что-то для прекращения издевательств, либо успокаивая, поддерживая жертву.



## • Факторы риска (дети-жертвы)

- Более высокий уровень тревожности, чем в среднем в группе. Нежизнерадостный, неуверенный
- Низкая/негативная самооценка (косвенно дает понять сверстникам, что не сможет адекватно ответить, т.е. становится «легким» объектом нападок и травли).
- Отсутствие друзей в группе, трудности в формировании близких отношений со сверстниками
- Ребенок может быть физически слабее своих сверстников (касается преимущественно мальчиков)
- Особенности внешности и поведения
- Вич-инфекция
- Принадлежность к этническому/национальному/религиозному меньшинству
- Повышенная тревожность по отношению к своему телу («телесная тревожность»): может бояться боли, плохо справляться с физическими играми, спортивными занятиями, любым физическим противостоянием, либо обладать плохой координацией (касается преимущественно мальчиков)
- Осторожный, чувствительный, замкнутый, послушный, застенчивый, избегает конфликтов в общении
- Обычно не агрессивен, не настойчив, не провоцирует и не дразнит других
- Часто лучше общается со взрослыми (родителями, учителями), чем со сверстниками

- **Особенности детей, которые склонны травить своих сверстников**

- Высокий уровень агрессии в целом, чаще прибегают к физической агрессии (мальчики), положительное отношение к насилию
- Потребность в контроле и доминировании, авторитарный стиль общения
- Реже проявляют сочувствие/эмпатию к сверстникам, воспринимаются как «крутые», жесткие.
- Негативистское восприятие мотивов и поведения окружающих
- Часто имеют различные поведенческие проблемы
- Импульсивные, нетерпеливые, испытывают трудности с соблюдением правил
- Доминантные, авторитарные родители (или один из них)
- Травматичный опыт физического и психологического насилия, отвержения
- Депрессивные проявления
- Могут проявлять агрессию по отношению к взрослым
- Часто физически сильнее своих сверстников и, в особенности, жертв травли
- Мальчики часто успешны в физических занятиях, играх, спорте

## • Последствия травли для детей-жертв

- Снижение самооценки
- Более высокий риск переживания физического, психологического и сексуального насилия в межличностных отношениях в будущем
- Нарушение социальной адаптации
- **Аффективные нарушения:** снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, злость (большое количество негативных эмоций).
- **Соматические нарушения:** нарушения сна, аппетита головные боли, боли в животе, нарушения работы ж. к.т., неожиданные повышения температуры и т.д
- **Когнитивные нарушения**– неустойчивость внимания, трудности сосредоточения, нарушения концентрации, памяти и т.п.
- **Нарушение школьной адаптации:** мотивации к учебе, пропуски школы, уроков, снижение успеваемости.
- **Поведенческие нарушения:** агрессивность, уходы из дома, протестное поведение и т.п.
- **Суицидальные мысли и попытки**

- **Последствия для детей-«агрессоров»**

- Трудности в выстраивании и поддержании отношений
- Снижение успеваемости в старших классах, негативное отношение к школе
- Повышенный риск делинквентного (противоправного) поведения в будущем

# Дети, пострадавшие от травли, и сами нападающие на других

- являются наиболее уязвимой группой (группой риска) для дальнейших психологических и поведенческих проблем
- более выраженные психологические проблемы (в т. ч. депрессия, тревожность), нарушения школьной и социальной адаптации, отсутствие друзей, коммуникативные проблемы, когнитивные нарушения и т.д.
- в наибольшей степени отвергаются сверстниками и чаще, нежели остальные дети, являются участниками травли в той или иной роли
- чаще в будущем обращаются за психиатрической помощью

- **Программы профилактики.**
  - **Основные компоненты**

- Меры на трех уровнях: учреждения, группы и индивидуальном
- Информирование учителей, сотрудников учреждения, детей и родителей о проблеме травли, ее механизмах и последствиях
- Единые для учреждения правила в отношении травли
- Обучение взрослых
- Групповые занятия с детьми
- Оказание помощи жертвам травли: индивидуальная или групповая психологическая работа
- Оказание помощи детям-«агрессорам»: индивидуальная или групповая психологическая работа
- Взаимодействие с родителями
- Контроль детей в вечернее, внеучебное, свободное время, организация игрового/досугового пространства

# БУЛЛИНГ БОИТСЯ ГЛАСНОСТИ!

- УЧИТЕЛЯ, УБОРЩИЦЫ, БУФЕТЧИЦА И ТЕХНИЧЕСКИЙ ПЕРСОНАЛ, - ВСЕ ВЗРОСЛЫЕ, РАБОТАЮЩИЕ В ШКОЛЕ ДОЛЖНЫ БЫТЬ БДИТЕЛЬНЫМИ.
- Распознавать первые же признаки буллинга в ученической среде – важная профессиональная компетенция педагога.

# Какое поведение учеников может быть маркером буллинга?

- С кем-то из учеников никто не хочет сидеть, он всегда один выполняет задания в малых группах
- Группа детей после уроков ждет кого-то на школьном дворе
- Старшеклассники вертятся возле туалетов младших классов
- В столовой кто-то покупает на свои деньги еду для другого
- Те, кто сильнее физически или старше, постоянно «просят взаймы» у младших детей или требуют дать позвонить по их телефону
- Один ученик отбирает спортивную форму (кроссовки) у другого: «просит» поделиться
- Ребенок просит деньги у родителей – якобы в школе собирают на какие-то нужды
- Ученик, не склонный нарушать правила, вдруг начинает регулярно опаздывать на первый урок
- Или засиживается после уроков, тоскливо поглядывая в окно: но ученики на школьном дворе поджидают его



# Групповые методы работы в ситуации травли

Метод поддержки группы (ранее известный как метод «без обвинений»).  
Разработан Мейнсом и Робинсоном в  
Англии в 1990х

Метод «общих  
интересов/заинтересованного участия».  
Разработан Анатодем Пикасом в  
Швеции в 1980х

# Общие положения двух методов

**Обычно** поведение агрессоров **сильно** поддерживается членами какой-то отдельной группы

Чтобы изменить издевательское, травящее поведение отдельного человека, часто **лучше всего** работать с его/ее группой друзей или сверстников

**Непродуктивно** обвинять агрессоров, или даже подразумевать, что они виноваты

С ними можно работать, если обращаться к их **эмпатии, сочувствию**

# Метод поддержки группы

Беседа с жертвой: выяснить, как на него/нее повлияла травля

Выясните вместе с жертвой **кто** участвовал в травле (необходимо четко дать понять, что ваша цель **НЕ** добиваться их наказания)

Беседа с агрессорами и некоторыми другими учащимися, которые сочувствовали и поддерживали жертву

Поделитесь с ними, что вы узнали о состоянии/страданиях жертвы, спросите каждого из них, что они могут сделать чтобы улучшить ситуацию

Поблагодарите каждого за их вклад, после этого взрослый может уйти и предложить группе остаться и еще поговорить, если они хотят

Также перед уходом необходимо дать понять, что взрослый будет разговаривать с каждым еще, чтобы обсудить, как меняется ситуация

**Благодарю за внимание!**

