

# Агрессия

- ЭТО ЛЮБАЯ ФОРМА ПОВЕДЕНИЯ, НАЦЕЛЕННОГО НА ОСКОРБЛЕНИЕ ИЛИ ПРИЧИНЕНИЕ ВРЕДА ДРУГОМУ ЖИВОМУ СУЩЕСТВУ, НЕ ЖЕЛАЮЩЕМУ ПОДОБНОГО ОБРАЩЕНИЯ.

- ▶ **Агрессивность** – это свойство личности, которое выражается в готовности к агрессии
- ▶ **Агрессивное поведение** – это взаимодействие, в ходе которого одним человеком (агрессором) умышленно наносится вред другому (жертве)

# Виды агрессии

- ▶ 1. Прямая агрессия – вероломное нападение на жертву.
- ▶ 2. Скрытая – агрессия происходит со стороны третьего лица, не причастного к конфликту.
- ▶ 3. Пассивная агрессия – это сочетание борьбы и бегства от решения конфликтной проблемы.
- ▶ 4. Замороженный гнев – это гнев, который может долгое время оставаться в исходном состоянии.
- ▶ 5. Врожденная агрессия характеризуется целенаправленно осознанным намерением нанесения вреда другому.
- ▶ 6. Перемещение. Ответная реакция переносится на другой объект или личность, которые не вызвали фрустрации.

- ▶ 7. Косвенная агрессия осуществляется человеком, не причастным к конфликту,
- ▶ 8. Потенциальная агрессия характеризуется накоплением недовольства.
- ▶ 9. Ритуальная агрессия проявляется в тех случаях, когда, например, кто-то «огрызнулся» на вас в транспорте, вы «огрызаетесь» в ответ.
- ▶ 10. Неосознаваемая агрессия. Мать испытывает агрессивные чувства по отношению к ребенку, но не может их вылить, т.к. она любит своего ребенка, поэтому она находит недостатки в ребенке и выплескивает на него свою агрессивность.

- ▶ 11. Физическая агрессия – это целенаправленное нанесение телесных повреждений
- ▶ 12. Моральная агрессия – это целенаправленное унижение человека критиканством, замечаниями.
- ▶ 13. Социально-приемлемая агрессия встречается в спортивной деятельности, где создаются ситуации, в которых человек не должен проигрывать.
- ▶ 14. Респондентная агрессия – это такая агрессия, в которой возмущение направлено не на источник страдания, а на соучеников или коллег.

- ▶ 15. Инструментальная агрессия (по Бандуре) характеризует случаи, когда агрессоры нападают на других людей, преследуя цели, не связанные с причинением вреда.
- ▶ 16. Реактивная и проактивная агрессия (по Додж и Койи).
- ▶ 17. Неявная агрессия – приколы, розыгрыши, представленные в юмористической форме.
- ▶ 18. Спровоцированная агрессия.
- ▶ 19. Аутоагрессия.

# Типы агрессии по Фромму

- ▶ Доброкачественная
- ▶ Злокачественная

# На что обращать внимание

▶ внешние признаки, среди которых:

Поджатые губы.

Отведение взгляда.

Отклонение всем телом в сторону от вас.

Явное нежелание продолжать разговор.

Испуганные глаза (страх очень быстро может перейти в свою противоположность — в агрессию).

Уменьшение диапазона интонаций голоса (то человек говорил «певуче», а тут вдруг стал говорить «на одном тоне»).

# На что обращать внимание

▶ эмоциональные признаки, среди которых:

Вспыльчивость

Напряженность

Раздраженность

Обидчивость

Тревожность

И др.

# Признаки уверенного человека

- ▶ Спокоен и доброжелателен
- ▶ Смотрит в глаза
- ▶ Вежлив, но настойчив
- ▶ Не спешит, когда принимает решения
- ▶ Говорит о поступках других, а не оценивает их как людей
- ▶ Легко говорит о себе
- ▶ Не проявляет агрессии и враждебности
- ▶ Легко воспринимает критику
- ▶ Называет настоящие причины своего поведения

# Профилактика

- ▶ с подростком

формирование конструктивных способов взаимодействия с окружающими, навыков саморегуляции своего поведения, обучение контролю и управлению гневом, развитие эмпатии.

- ▶ с педагогами

информирование о методах диагностики, профилактики и коррекции агрессивных проявлений подростков, развитие навыков взаимодействия с агрессивными подростками, обучение саморегуляции эмоционального состояний.

- ▶ с семьей агрессивного подростка

информировать родителей об индивидуально-психологических особенностях подростка (агрессивного подростка), помогать родителям в выработке единых требований и правил воспитания, помогать установить более доверительные отношения с ребенком, воспитание социально приемлемых способов разрядки избыточной энергии, обесценивание агрессивных действий, обучение конструктивным формам взаимодействия. Родители должны научиться распознавать собственные негативные эмоциональные состояния при общении с агрессивными подростками, овладеть приемами регуляции своего психического состояния.