

# *Агрессия...*



# Агрессия «+»

Мобилизующая внутренняя сила для достижения успеха в деятельности (учёбе, спорте, работе), овладения знаниями, познания мира, самосохранении.

Подавление своей агрессивности ведёт к блокированию в большей или меньшей степени активности человека.



# Агрессия «-»»

- Поведение, ориентированное на нанесение вреда объектам (живым существам или неодушевлённым предметам), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности).



# Виды агрессии

Физическая



Эмоциональная



Вербальная



Предметная



Самоагрессия



# Агрессивное поведение

- Форма отреагирования физического и психического дискомфорта, стрессов.
- Средство достижения какой-либо значимой цели, в том числе повышения собственного статуса за счёт самоутверждения.

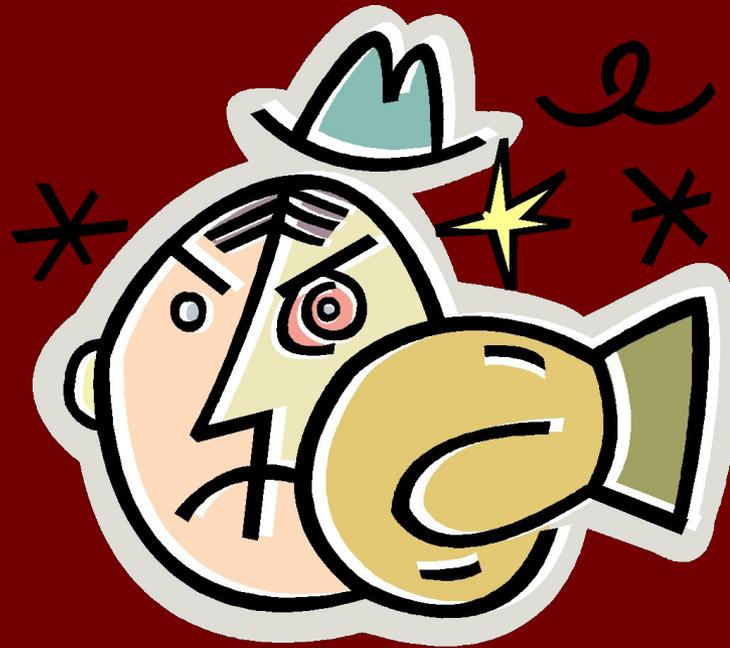


# Формы агрессивных реакций



# Физическая агрессия (нападение)

- *Использование физической силы против другого лица*



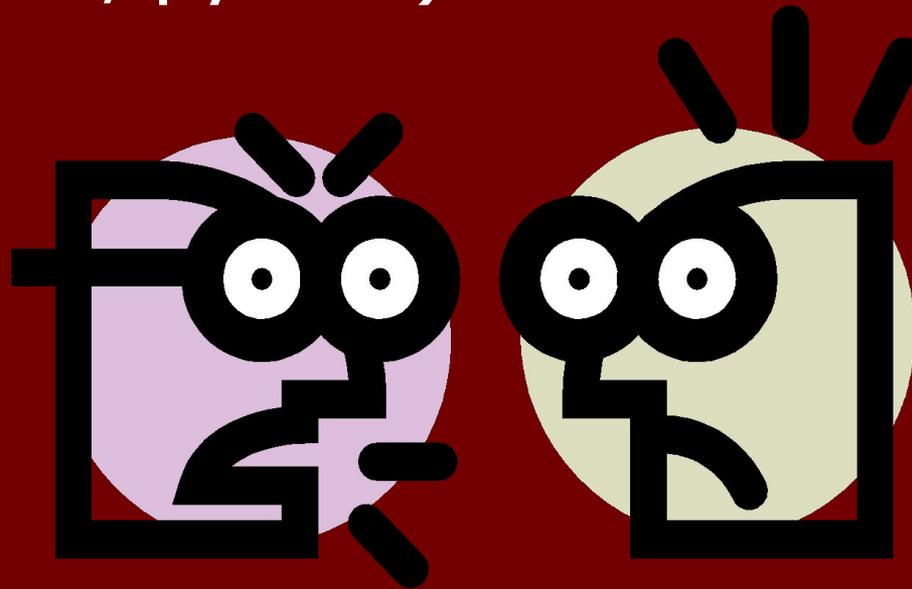
# Косвенная агрессия

- *Действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, битьё по столу, хлопанье дверьми и др.)*



# Вербальная агрессия

- выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора) так и через словесные ответы (угрозы, проклятия, ругань)



# Склонность к раздражению

- готовность к проявлению при малейшем возбуждении, вспыльчивости, резкости, грубости.



# Негативизм

- оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы.



# Обида

- зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания.



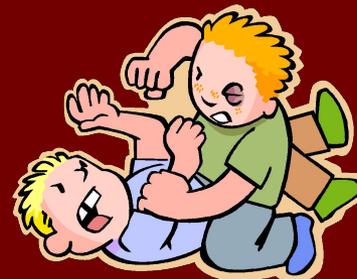
# Подозрительность

- Недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.



# Ведущие признаки агрессивного поведения

- Выраженное стремление к доминированию над людьми и использованию их в своих целях
- Тенденция к разрушению
- Направленность на причинение вреда окружающим , оскорбление (ругань, дерзость, грубость и др.)
- Склонность к насилию (причинение боли)



# Эмоциональный фон агрессивного поведения



- Агрессор (злость, ярость, гнев, безразличие, садистическое удовольствие)



- Жертва (страх, унижение, обида, страдание)

# Агрессивность



- Особенная характерная черта человека - склонность к агрессивному поведению.
- Неспособность к контролированию своих реакций
- Проявление враждебной установки по отношению к окружающей среде.

# Факторы агрессивного поведения

- Условия окружающей среды (социально-экономические, политические с преобладанием атмосферы конкуренции)
- Условия микросреды (семья, окружение сверстников и знакомых)
- Характер и система воспитания
- Возрастные и индивидуальные особенности (от них зависит специфика восприятия, оценки, переживаний, эмоциональных реакций, мотивации поступков)
- Физически условия окружения, ведущие к вспышкам гнева, нервозности (как естественная защита организма)
- Специфическое влияние алкоголя и наркотиков
- СМИ и компьютерные игры

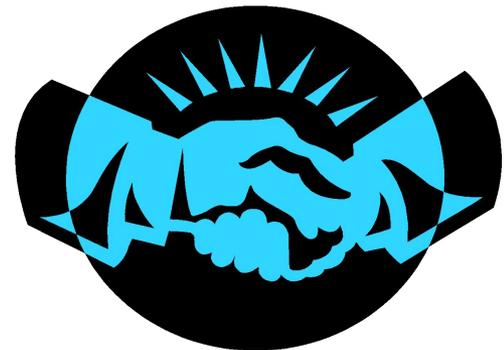
# Опасность !

Те, кто слишком агрессивен, окажутся, скорее всего отверженными большинством в классе. Но, с другой стороны, они могут найти друзей среди других агрессивных сверстников.



# Как справиться с собственной агрессией?

1. Постарайтесь быть терпимее к окружающим
2. Научитесь понимать мотивы других людей
3. Находите способ избавиться от чувства гнева и раздражения



# Правила подавления агрессивного поведения

- Несколько раз глубоко вздохнуть, если почувствовал гнев
- Не давать волю своим действиям, пока медленно не сосчитаешь до 10
- Представить последствия своего поведения
- Каждое утро давать себе установку не вступать в конфликты
- Вечером подводить итоги: хвалить себя за спокойствие, штрафовать за срыв настроения и поведения
- Закаливание организма (умываться холодной водой)
- Тренировка воли



**Ничего не начинай в гневе! Глуп тот,  
кто во время бури садится на корабль.**

*М. Гауг*



**В войнах, революциях, восстаниях, мятежах, бунтах гибнут миллионы, очень вероятно, что среди них будешь и ты. Подумай, прежде чем поддержать любую агрессию.**



# Агрессия

## Экстремизм в России



# Агрессия

## Экстремизм в России



# Агрессия

Гнев и ярость – плохие советчики



# Агрессия

Угроза Миру



# Ответственность

Правосудие



# Ответственность

Правосудие



**Маршировать в ногу вовсе не то же самое, что идти рука об руку.**

