

*Агрессия и агрессивность. ■  
Понятие, виды, рекомендации  
педагогам. ■*



# Что такое агрессия?

Агрессия – это любая форма поведения, нацеленная на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Агрессия – врожденное и неотъемлемое свойство любого человека.

Агрессия – внутренняя сила, дающая человеку возможность противостоять внешним силам.

# Виды агрессии

## Физическая агрессия-

использование физической силы  
против другого лица



# Вербальная агрессия

выражение негативных чувств через крик, визг, так и через словесную форму (угрозы, проклятия, оскорбления)



# Косвенная агрессия

действия, как окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и ни на кого не направленные взрывы ярости (топанье ногами, битье кулаками по столу)



# Прямая агрессия

направлена непосредственно на объект, вызывающий раздражение (открытое хамство, применение физической силы)



## Инструментальная агрессия



совершается как  
средство достижения  
результата  
(спортсмен,  
добивающийся  
результата, ребенок  
громко требующий  
от матери, чтобы она  
купила игрушку)

## Целевая (мотивационная) агрессия



выступает как заранее  
спланированное  
действие, цель  
которого – нанесение  
вреда или ущерба  
другому человеку  
(школьник, который  
обиделся на  
одноклассника и  
избил его)

# Аутоагрессия



направлена на себя  
(самоуничижение,  
саморазрушающее  
поведение,  
психосоматические  
заболевания)

# Гетероагрессия



направлена на  
окружающих  
(побои, угрозы,  
оскорбления,  
ненормативная  
лексика)



# Что такое агрессивность?

Если **агрессия** рассматривается как отдельные действия, поступки, то **агрессивность** – относительно устойчивое свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии, а также склонности воспринимать поведение другого как враждебное.

# Признаки агрессивности

## Эмоционально-оценочные:

- не понимают чувств и переживаний других людей;
  - не могут разобраться в собственных чувствах и переживаниях, затрудняются их назвать;
  - чрезмерно подозрительны, все время ожидают физического и морального зла, удара, оскорбления от любого человека, сверстника или взрослого;
  - ощущают себя отверженными, одинокими во враждебном мире; эгоцентричны;
- обладают крайностью самооценки (либо «я лучше всех», либо «я хуже всех»), неадекватно оценивают свое поведение;
- во всех своих ошибках и неприятностях обвиняют окружающих, а собственные агрессивные действия считают правомерными, вынужденными или защитными.

## Поведенческие:

- легко теряют контроль над собой;
- проявляют физическую агрессию (драчливы) и вербальную (угрозы, грубость, брань);
- демонстрируют вспышки ярости (кричат, визжат, топают ногами, катаются по полу, швыряют и ломают предметы);
  - раздражительны, вспыльчивы, гневливы, упрямы, завистливы, обидчивы, подозрительны, мстительны;
  - отличаются «оппозиционной» манерой поведения, направленной против того или иного авторитета (учителя, ученика-лидера);
    - намеренно создают конфликтные ситуации, провоцируют ссоры.

## Физические:

- страдают головными болями, мускульным напряжением;
  - отличаются угрюмым, тоскливым настроением.

# Рекомендации по общению с агрессивным ребенком

## 1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

- ❑ полное игнорирование реакций ребенка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- ❑ выражение понимания чувств ребенка ("Конечно, тебе обидно...");
- ❑ переключение внимания, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня");
- ❑ позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты устал").

## **2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.**

- констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");
- констатирующий вопрос ("ты злишься?");
- раскрытие мотивов агрессивного поведения ("Ты хочешь меня обидеть?", "Ты хочешь продемонстрировать силу?");
- обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению ("Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит");
- апелляция к правилам ("Мы же с тобой договаривались!").

### ***3. Контроль над собственными негативными эмоциями.***

**Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.**



## ***4. Обсуждение проступка.***

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, ЭТИМ СТОИТ ЗАНИМАТЬСЯ ТОЛЬКО ПОСЛЕ ТОГО, КАК СИТУАЦИЯ РАЗРЕШИТСЯ И ВСЕ УСПОКОЯТСЯ.

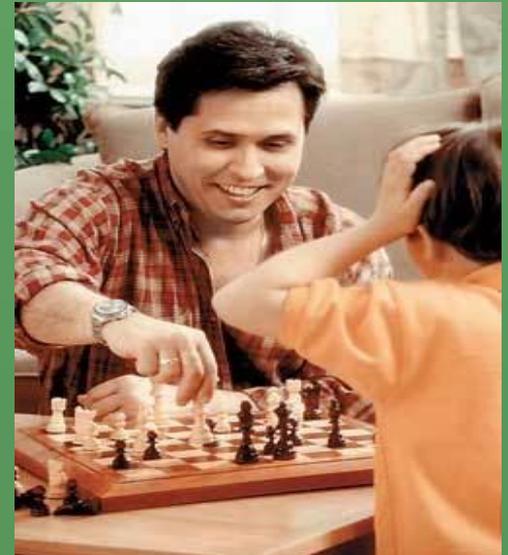


## ***5. Сохранение положительной репутации ребенка***

- публично минимизировать вину ребенка ("Ты не важно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребенку компромисс, договор с взаимными уступками.

## 6. Демонстрация модели неагрессивного поведения

- ❑ пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- ❑ внушение спокойствия невербальными средствами;
- ❑ прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- ❑ использование юмора;
- ❑ признание чувств ребенка.



## ***7. Предупреждение агрессивных действий детей***

- никогда не следует поощрять ребенка за проявленную агрессивность;
- в необходимых случаях такого ребенка успокаивает временная изоляция с кратким разъяснением причины;
- если ребенок готов к нанесению удара (укусу и т.д.), то лучше быстро остановить его и резко предупредить его “Нельзя!”.

## 8. Обращение с ребенком после агрессивного поведения:

- ❑ подыскать адекватную форму наказания после четкого объяснения его проступка;
- ❑ искать выход по переориентации его энергии по социально правильному руслу;
- ❑ следует помнить: частые наказания неэффективны, а безнаказанность еще больше портит;
- ❑ придумать новые приемы переключения ребенка на новые виды отношений (игра, самообслуживание и т.д.).



## 9. Обучение ребенка техникам и способам управления собственным гневом. Развитие контроля над деструктивными эмоциями.

- Комкать и рвать бумагу.
- Бить подушку или боксерскую грушу.
- Топать ногами.
- Написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить бумагу.
- Втирать пластилин в картонку или бумагу.
- Посчитать до десяти.
- Самое конструктивное - спортивные игры, бег.



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

