

Тема . Агрессия и насилие



Оглавление:

- 1.Понимание агрессии, теории агрессии.
- 2.Виды агрессии.
- 3.Фрустрация и агрессия.
- 4.Влияние семьи на формирование детской агрессивности.
- 5.Обучение управлению агрессией.
- 6.Некоторые аспекты групповой работы с агрессивными детьми.



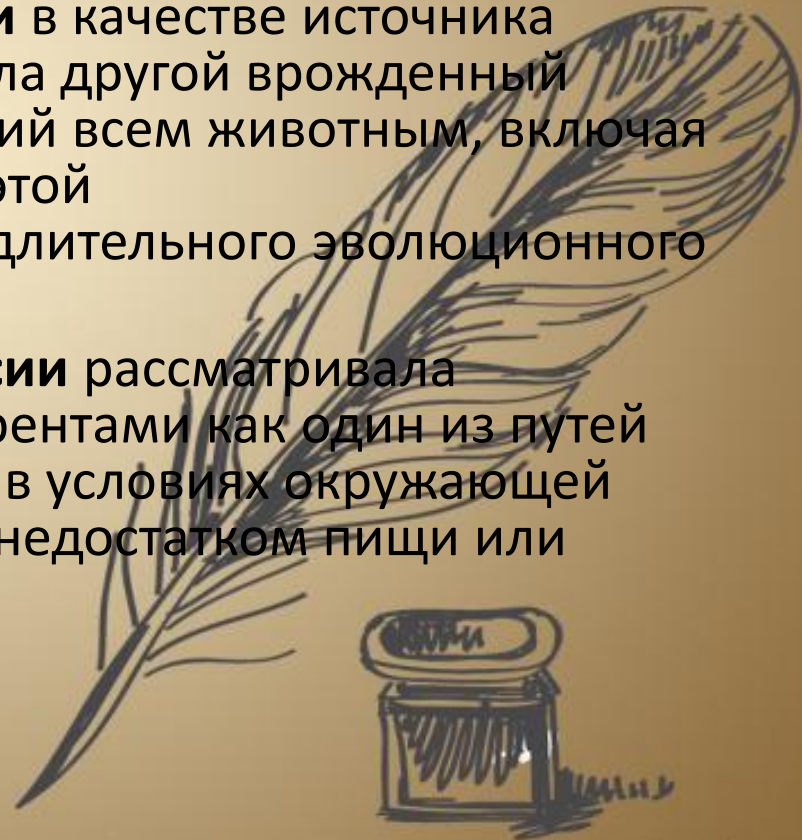
Понимание агрессии

- **Агрессивность** -- характерологическая черта человека, выражающаяся в его относительно стабильной готовности к агрессивным действиям в самых разных ситуациях.
- Человеку, которому свойственна агрессивность, которому часто видятся угрозы и вызовы со стороны окружающих и для которого характерна готовность атаковать тех, кто ему не нравится или кажется подозрительным, присуща враждебная установка к другим людям. Однако не все люди, враждебно предрасположенные к окружающим, обязательно агрессивны. Поэтому некоторые авторы видят целесообразность в том, чтобы рассматривать агрессивность как некую предрасположенность к агрессивному поведению.

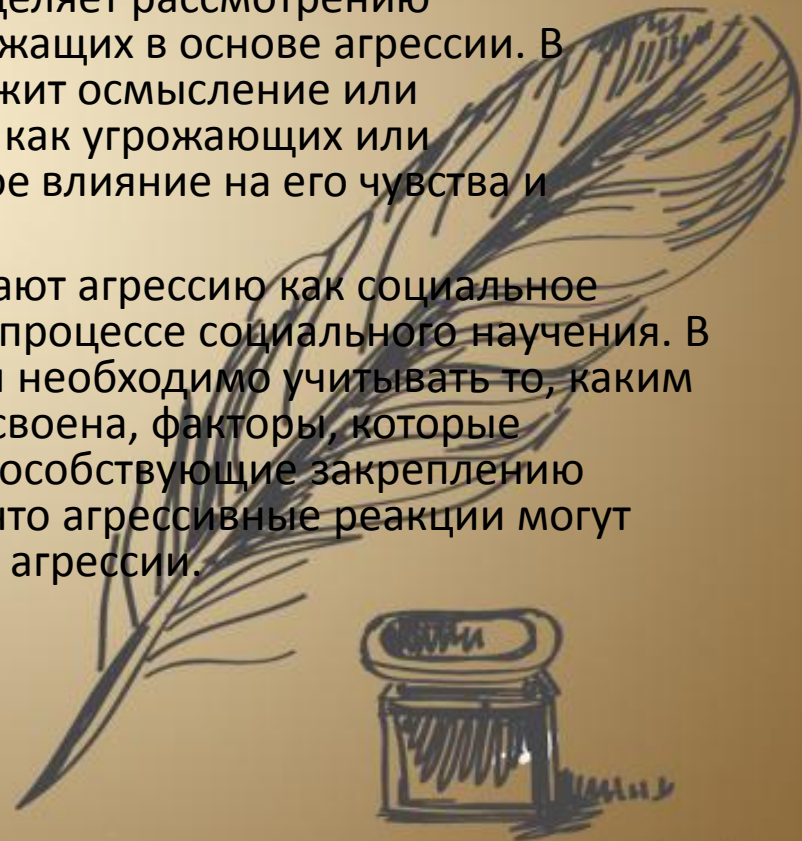


Теории агрессии

- 1) **психоаналитическая теория агрессии** рассматривала агрессию с точки зрения врожденного инстинкта смерти. Согласно **З. Фрейд**у, агрессия берет свое начало во врожденном и направленном на собственного носителя инстинкте смерти, т. е. агрессия – это инстинкт смерти, спроецированный вовне и нацеленный на внешние объекты;
- 2) **эволюционистская теория агрессии** в качестве источника агрессивного поведения рассматривала другой врожденный механизм – инстинкт борьбы, присущий всем животным, включая и человека. Один из последователей этой теории **Лоренц** предполагал наличие длительного эволюционного пути развития;
- 3) **социобиологическая теория агрессии** рассматривала агрессивные взаимодействия с конкурентами как один из путей повышения успешности репродукции в условиях окружающей среды с ограниченными ресурсами – недостатком пищи или брачных партнеров;



- 4) **теории побуждения** выделяли в качестве источника агрессии вызываемый внешними причинами позыв, или побуждение, причинить вред другим. **Теория фрустрации-агрессии** – одна из теорий побуждения, согласно которой побуждение к агрессии возникает у индивида, пережившего фрустрацию (тяжелое переживание человеком своей неудачи, сопровождающееся чувством безысходности). Часто агрессивные действия, нацелены не на истинного фрустратора, а на другие объекты, по отношению к которым агрессивные действия могут совершаться беспрепятственно и безнаказанно (смещенная агрессия);
- 5) **когнитивная теория** основное внимание уделяет рассмотрению эмоциональных и когнитивных процессов, лежащих в основе агрессии. В основе агрессии, согласно данной теории, лежит осмысление или интерпретация индивидом чьих-то действий, как угрожающих или провокационных, что оказывает определенное влияние на его чувства и поведение;
- 6) **теории социального научения** рассматривают агрессию как социальное явление, как форму поведения, усвоенного в процессе социального научения. В связи с этим, для понимания причин агрессии необходимо учитывать то, каким путем агрессивная модель поведения была усвоена, факторы, которые спровоцировали ее проявление и условия, способствующие закреплению данной модели поведения. Предполагается, что агрессивные реакции могут быть усвоены путем наблюдения проявлений агрессии.



Виды агрессии

- Проявления агрессии (агрессивности) разнообразны. Агрессия (агрессивность) бывает:
- **Физическая и вербальная**
- Физическая агрессия — использование физической силы против другого лица или объекта; вербальная — выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание вербальных реакций (угроза, проклятья, ругань);
- **Прямая или косвенная**
- Прямая агрессия непосредственно направленная на человека, косвенная — действия, которые окольным путем направлены на другое лицо (злые сплетни, шутки и т. п.), и действия, характеризующиеся ненаправленностью и неупорядоченностью (взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топанье ногами, битье кулаками по столу и т. п.);

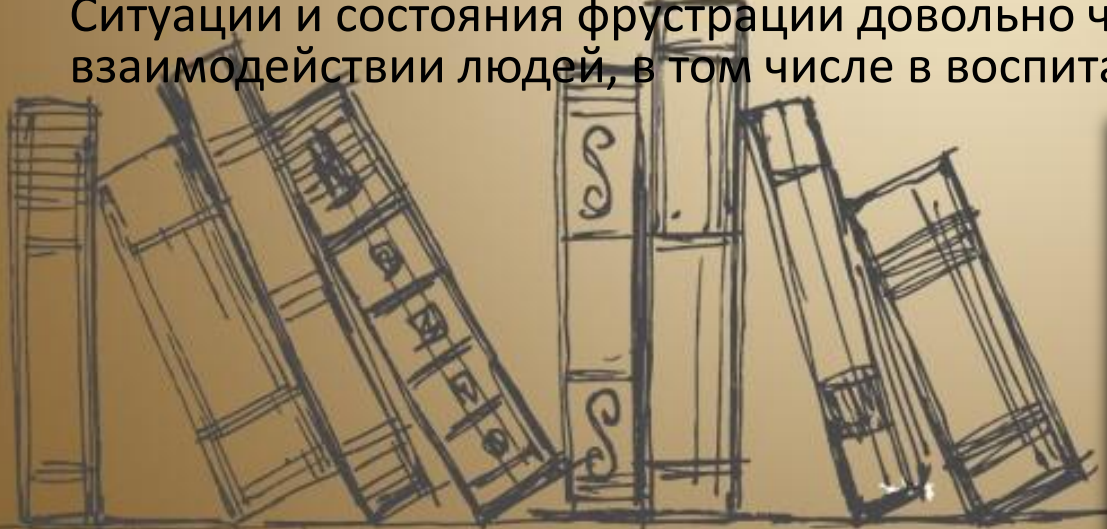


- **Внешняя агрессия и аутоагрессия.**
- Внешняя агрессия направлена на окружающих, внутренняя - на себя: самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений вплоть до самоубийства;
- **Защитная или провоцирующая**
- Защитная — агрессия в ответ на чьи-то агрессивные (или кажущиеся агрессивными) действия. Провоцирующая агрессия - первое проявление агрессии, "первая атака".
- Здоровая (обоснованная) и необоснованная (деструктивная)
- Границы агрессии (агрессивности) бывает трудно определить. Для кого-то агрессивностью представляется то, что другие назовут просто энергичностью. Если агрессия имеет основания, выглядит привлекательно и вызывает симпатии, она может получить название здоровой агрессивности.
- **Враждебная и инструментальная**
- Источником "враждебной" агрессии является гнев, и её конечная цель — причинить вред. Если же причинение вреда не самоцель, а лишь средство достижения какой-либо другой цели, то это "инструментальная" агрессия.



Фрустрация и агрессия

- Согласно определению, фрустрация (от лат. frustratio - обман, неудача) - это психическое состояние напряжения, тревоги, отчаяния, возникающее при столкновении человека с непреодолимыми препятствиями (реальными или воображаемыми) на пути к достижению значимых целей, удовлетворению потребностей. Сила фрустрации зависит от степени значимости блокируемого поведения и от субъективной близости достижения цели. Чаще всего реакцией на состояние фрустрации является возникновение внутренней тенденции к агрессивности, которая либо сдерживается, проступая в виде раздражительности, либо открыто прорывается в виде гнева и может повлечь за собой аффект. Возникновение фрустрации не только обусловлено объективной ситуацией, но и зависит от особенностей личности. Неоправданно высокая самооценка и связанный с ней завышенный уровень притязаний неизбежно приводят к столкновению реальных возможностей человека и трудности тех задач, которые он перед собой опрометчиво ставит. Ситуации и состояния фрустрации довольно часто возникают при взаимодействии людей, в том числе в воспитательном процессе.



- Типичный пример фрустрирующего воздействия - запрет педагога или родительское наказание в форме лишения ребенка чего-либо очень желательного и привлекательного. Частая и длительная фрустрация может привести к негативным изменениям в характере ребенка, к возникновению неврозов, закреплению агрессивных форм поведения. Устойчивость к фрустрации связана с индивидуальными особенностями высшей нервной деятельности. В то же время она выше у тех людей, которым свойственна высокая степень осознанности и саморегуляции поведения, внутренняя психическая гармония, творческое отношение к жизни. При этом решающим фактором в повышении устойчивости ребенка к фрустрации является формирование у него системы разумных потребностей и мотивов, адекватной самооценки, воспитание воли. Использование в воспитании фрустрирующих приемов должно быть редким и обдуманым. Полезнее дополнять или заменять эти воздействия такими, которые ставят ребенка перед необходимостью собственного решения и дают надежные опоры для самостоятельного выбора. Ряд учёных, в частности, Майер, Чайльд и Уотерхауз, возводят явление фрустрации в ранг совершенно закономерных явлений, необходимо возникающих в жизнедеятельности организма и личности.



- Слово "агрессия" произошло от латинского слова *aggredi*, корень в основе которого буквально происходит от *adgradi* (*gradus* означает "шаг", а *ad* - "на", т.е. получается что-то вроде "двигаться на...", "наступать". В первоначальном значении слова "быть агрессивным" означали нечто подобное выражению "двигаться в направлении цели без промедления, без страха и сомнения".
- Согласно словарю психологических терминов, агрессивность - враждебность, свойство характера или черта личности, подчеркивающая ее тенденцию причинять неприятности, нападать, наносить вред другим людям и окружающему миру. Это агрессивный потенциал личности, характеристика ее готовности к агрессии.



- Существует самая разнообразная классификация форм агрессивности, из которых две основных - это ситуативная и личностная, устойчивая и неустойчивая. Под ситуативной агрессивностью имеется в виду ее эпизодическое проявление у человека, а под личностной агрессивностью - наличие у человека соответствующей устойчивой индивидуальной черты поведения, выступающей везде и всегда, там, где для этого складываются подходящие условия.
- Все многообразие других форм агрессивности можно объединить в гетероагрессию (направленность на других) и аутоагрессию (направленность на себя). В свою очередь, и гетеро-, и аутоагрессия подразделяются на прямую и косвенную формы. Прямая гетероагрессия - это убийства, изнасилования, нанесение побоев и т.д.; косвенная гетероагрессия - угрозы, имитация убийства, оскорбления, ненормативная лексика и т.д. Крайнее проявление прямой аутоагрессии - самоубийство. В рамки косвенной аутоагрессии следует отнести все психосоматические заболевания, болезни адаптации, все неспецифические заболевания внутренних органов, имеющих гладкую мускулатуру и вегетативную иннервацию.



Влияние семьи на формирование детской агрессивности

- Вероятность агрессивного поведения детей зависит от того, сталкиваются ли они с проявлением агрессии у себя дома.
- Социализация индивида и в особенности эмоциональные отношения, складывающиеся с родителями, влияют на то, проявит ли себя агрессивность как психологическое свойство, нейтральное в нравственном плане, в виде социально позитивного, одобряемого поведения, либо девиантного поведения. Подчеркивая значение эмоциональных взаимоотношений ребенка с родителями в процессе социализации, ряд авторов считают, что этот процесс нарушается, создавая предпосылки асоциального поведения, формирование личности ребенка, совершившего насильственное преступление, начинается в ситуации непринятия его своими родителями.
- Негативизм матери и ее терпимость к агрессии имеют наибольший каузальный эффект... из ребенка, к которому проявляется слишком мало интереса и которому достается слишком мало материнской любви, которому предоставлено слишком много свободы и для которого введено слишком мало ограничений на агрессивное поведение, скорее всего, вырастет агрессивный подросток.



- На примере взаимоотношений между членами семьи ребенок учится взаимодействовать с другими людьми, обучается формам отношений, которые сохраняются у него в подростковом периоде и в зрелые годы.
- В литературе о насилии в семье описывается «цикл насилия»; его суть в том, что дети, которые видели, как их родители «практиковали» физическое насилие по отношению друг к другу, склонны воспроизводить аналогичные ситуации во взаимоотношениях с другими. Дети из семей, где физическая агрессия родителей по отношению друг к другу не редкость, острее реагируют на гневные интонации, появляющиеся в общении их матери и другого взрослого, чем дети из семей без супружеских неурядиц.
- Агрессивные дети, как правило, вырастают в семьях, где дистанция между детьми и родителями огромна, где мало интересуются развитием детей, где не хватает тепла и ласки, отношение к проявлениям детской агрессии безразличное или снисходительное, где в качестве дисциплинарных воздействий вместо заботы и терпеливого объяснения предпочитают силовые методы, особенно физические наказания.



- Изучение зависимости между практикой семейного руководства и агрессивным поведением у детей проявляется на характере и строгости наказаний, а также контроле родителей в поведении детей. Характер семейного руководства - это действия родителей, имеющие своей главной целью изменить их поведение. Выявлено, что жестокие наказания связаны с относительно высоким уровнем агрессивности у детей, а недостаточный контроль и присмотр за детьми коррелирует с высоким уровнем асоциальности. Эрон и Хьюсман сообщают, что суровость наказаний коррелирует с оценкой собственной агрессивности в возрасте тридцати лет и с суровостью, с которой испытуемые наказывают своих собственных детей. Дети, подвергавшиеся строгим наказаниям, характеризовались своими сверстниками как более агрессивные.

- Петерсон и Стаутхамер-Лебер обнаружили, что два параметра семейного руководства - контроль (степень опеки и осведомленности о своих детях) и последовательность (постоянство в предъявляемых требованиях и методах дисциплинарного воздействия) связаны с количеством приводов ребенка в полицию и с его личной оценкой собственного образа жизни по отношению к социальным нормам.



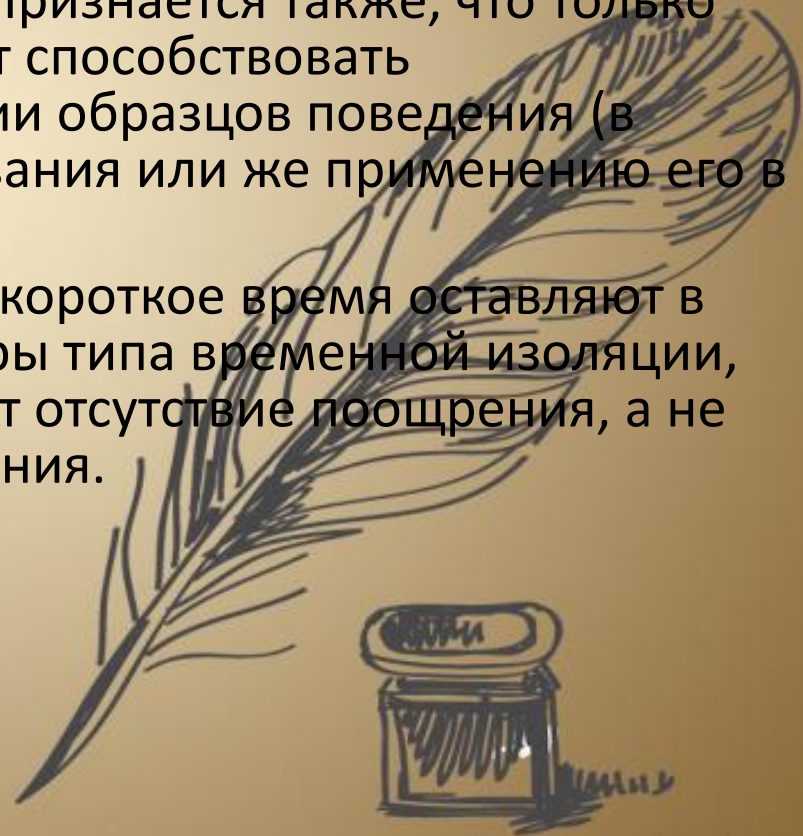
- Обзор взаимосвязи между стилем семейного руководства и агрессивным поведением позволяет прийти к заключению, что вседозволенность (в смысле отсутствия контроля за поведением ребенка), и слишком суровые наказания способствуют повышению уровня агрессивности ребенка. Незрелые методы регулирования дисциплины подготавливают почву для усвоения ребенком силовой тактики отстаивания своих интересов. В некоторых случаях родители могут игнорировать отклоняющееся поведение ребенка или позволять вести себя подобным образом, тогда как в других случаях могут угрожать физическими наказаниями, не осуществляя свои угрозы. Иными словами, родители непредсказуемы и непоследовательны в выборе наказаний за неприемлемое поведение. Если родителям не хватает умения научить ребенка следовать определенным правилам поведения, его манерой становятся неподчинение и пущенные в ход кулаки. Этот стиль становится доминирующим в отношениях с людьми.



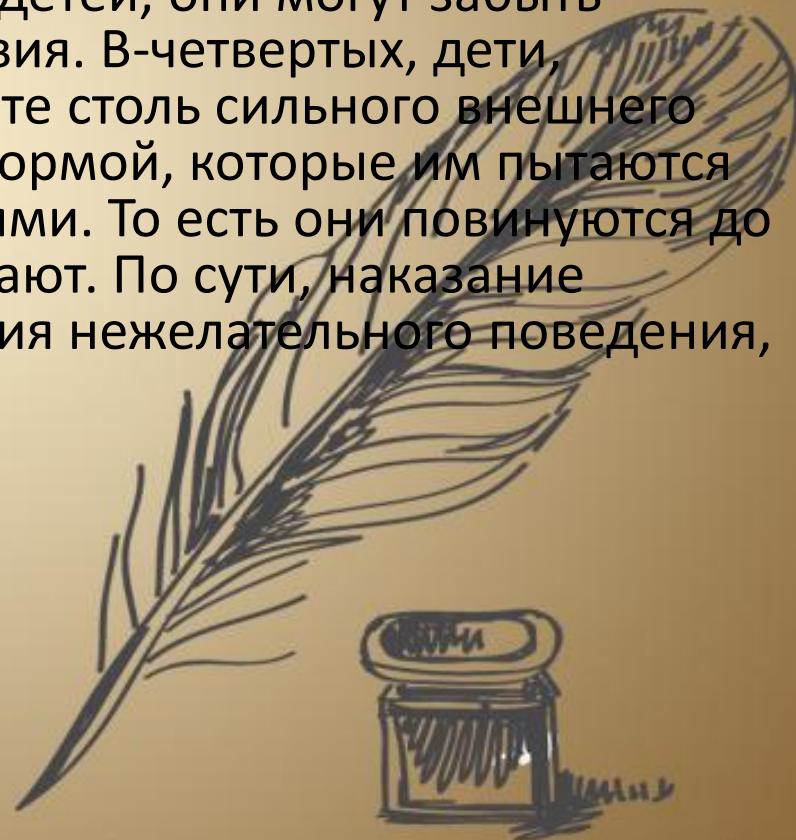
- Наказание может вызвать устойчивые изменения в поведении, если применяется в соответствии с определенными принципами. Любое наказание требует разъяснения, оно должно занимать определенную нишу в системе эмоциональных отношений между родителями и ребенком. Временной разрыв между неприемлемым действием и наказанием должен быть минимален, так как наказание непосредственно после проступка предполагает большую важность запрета определенной модели поведения и является более действенным, чем отсроченное, когда в течение некоторого времени не делается никаких замечаний и оценок нежелательных действий. Предлагая альтернативу поведению, за которое ребенок был наказан, вы закладываете фундамент будущих поощрений (Бандура, 1973). Разъясняя, какой поступок повлек за собой наказание и, рассматривая возможные альтернативы поведения, вы не создаете барьеры, которые могут помешать осуществлению каких-либо действий вообще и желаемых в частности.



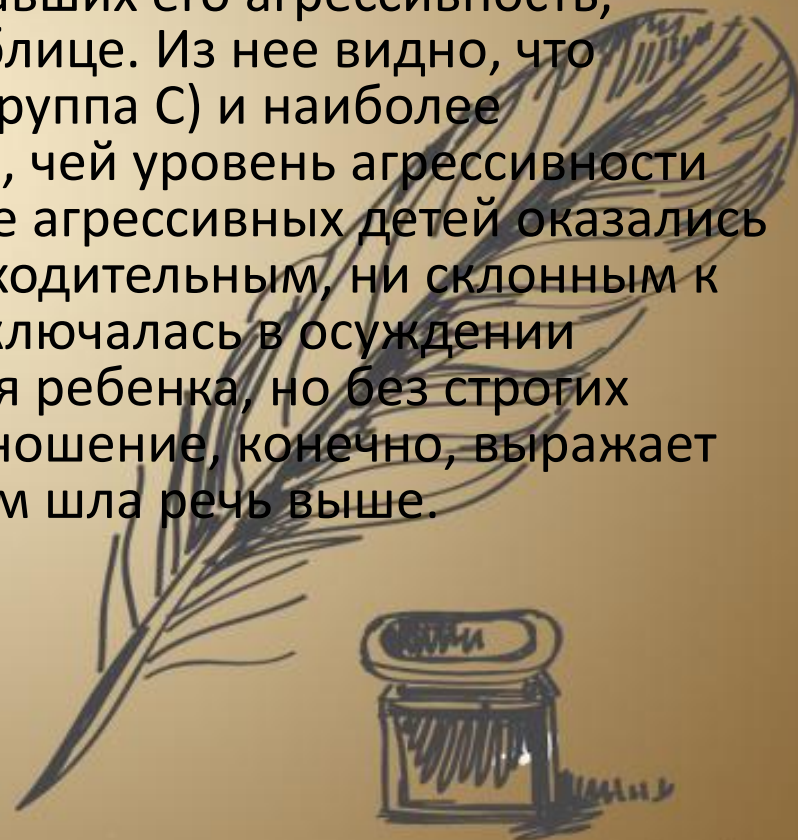
- Тесную связь между родительскими действиями и проявлениями детской враждебности подтверждают также полевые исследования У. Хартупа и Я. де Вита. «Наказание, -- считают они, -- способствует проявлению агрессивных побуждений в детской активности вне той ситуации, в которой оно имело место, а его сдерживающие эффекты действуют только в пределах очень узкого круга обстоятельств».
- Общепринятой в современной западной науке становится идея, согласно которой наказывающие родители выполняют роль как бы своеобразной модели поведения для своих детей. Это особенно касается физических мер воздействия. Признается также, что только очень умеренные дозы наказания могут способствовать формированию альтернативных агрессии образцов поведения (в противовес полному исключению наказания или же применению его в особо жестоких формах).
- Когда ребенок ведет себя плохо, его на короткое время оставляют в одиночестве в тихой комнате. Процедуры типа временной изоляции, хотя и относятся к наказаниям, означают отсутствие поощрения, а не демонстрацию неприязненного отношения.



Использование физических наказаний как средства воспитания детей в процессе социализации может привести к следующим последствиям. Во-первых, родители, наказывающие детей, фактически могут оказаться для них примером агрессивности. Наказание может провоцировать агрессивность в дальнейшем как к средству воздействия на людей и контроля над ними при общении с другими детьми. Во-вторых, дети, которых слишком часто наказывают, будут стремиться оказывать им сопротивление. В-третьих, если наказание слишком возбуждает или расстраивает детей, они могут забыть причину, породившую подобные действия. В-четвертых, дети, изменившие свое поведение в результате столь сильного внешнего воздействия, скорее всего не сделают нормой, которые им пытаются привить, своими внутренними ценностями. То есть они повинуются до тех пор, пока за их поведением наблюдают. По сути, наказание заставляет скрывать внешние проявления нежелательного поведения, но не устраняет его.



- Поскольку снисходительность сама по себе не способствует возникновению тревоги (относительно как уже совершенных проступков, так и замышляемых), можно было бы ожидать, что агрессивность ребенка окажется пропорциональной снисходительности матери. Аналогично, поскольку наказания подавляют нежелательное поведение, можно было бы ожидать, что, чем строже наказывается агрессия, тем меньше она проявляется. Однако такие предположения на практике оказываются упрощенными. Сирс и соавторы, на основе отчетов матерей, прибегавших к разным методам воспитания ребенка и оценивавших его агрессивность, получили результаты, отраженные в таблице. Из нее видно, что наиболее снисходительные родители (группа С) и наиболее требовательные (группа В) имели детей, чей уровень агрессивности мало различался. Родителями наименее агрессивных детей оказались те из них (группа А), кто не был ни снисходительным, ни склонным к применению наказаний; их позиция заключалась в осуждении агрессии и доведении этого до сведения ребенка, но без строгих наказаний в случае проступка. Такое отношение, конечно, выражает заботливый стиль воспитания, о котором шла речь выше.



- Родители наиболее агрессивных детей (группа Д) вели себя так, как будто любое поведение детей приемлемо, не делая свое отрицательное отношение к агрессии заранее ясным; однако когда ребенок совершал проступок, он бывал строго наказан. Возникает вопрос: почему в этих обстоятельствах дети упорно продолжают быть агрессивными? Суровое наказание, что естественно и понятно, вызывает в ребенке враждебность и, таким образом, дальнейшую агрессивность. Кроме того, склонный к применению наказаний родитель, хотя и ненамеренно, подает ребенку пример агрессивного поведения: ребенок привыкает к тому, что агрессия есть нормальный путь преодоления фрустрации. Строгость родителя, если она последовательна и достаточно чувствительна для ребенка, может привести к подавлению агрессивных импульсов в присутствии родителя, но вне дома ребенок ведет себя более агрессивно, чем дети, которые воспитываются иначе.

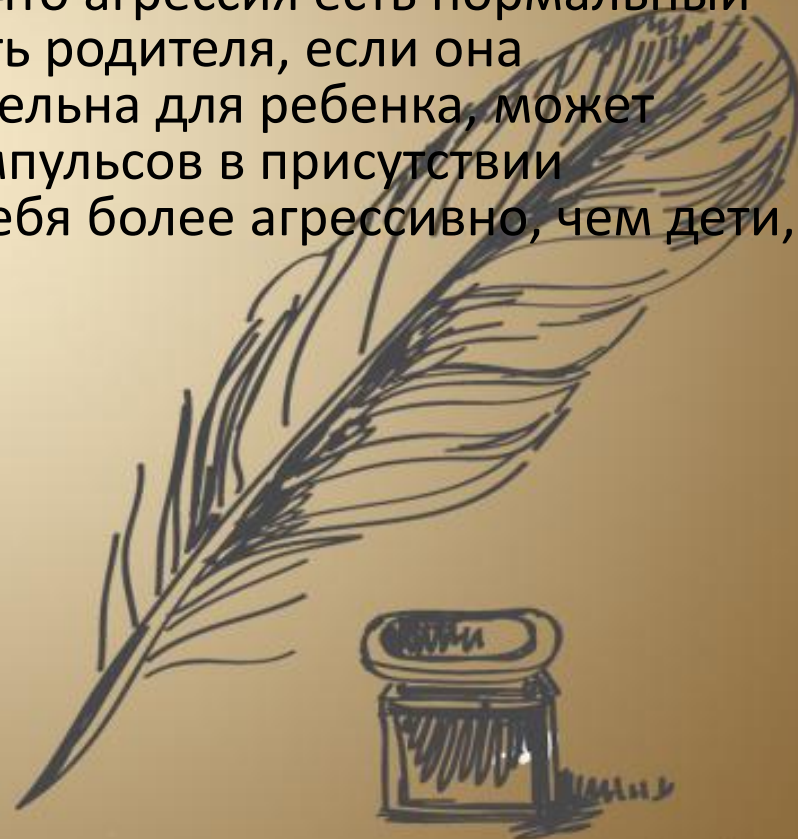


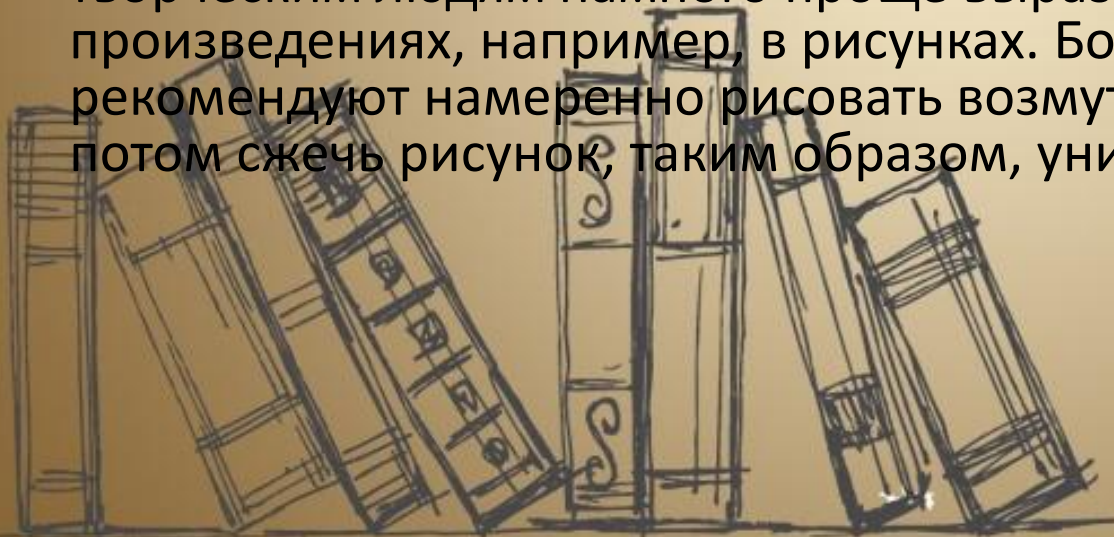
Таблица 1

Группа	Стиль поведения родителей	Число агрессивных детей (%)	
		Мальчики	Девочки
A	Низкий уровень снисходительности, низкий уровень склонности к наказаниям	3,7	13,3
B	Низкий уровень снисходительности, высокий уровень склонности к наказаниям	20,4	19,1
C	Высокий уровень снисходительности, низкий уровень склонности к наказаниям	25,3	20,6
D	Высокий уровень снисходительности, высокий уровень склонности к наказаниям	41,7	38,1

Приведенный выше краткий обзор относится только к поведению в так называемых границах нормы.

Управление агрессией

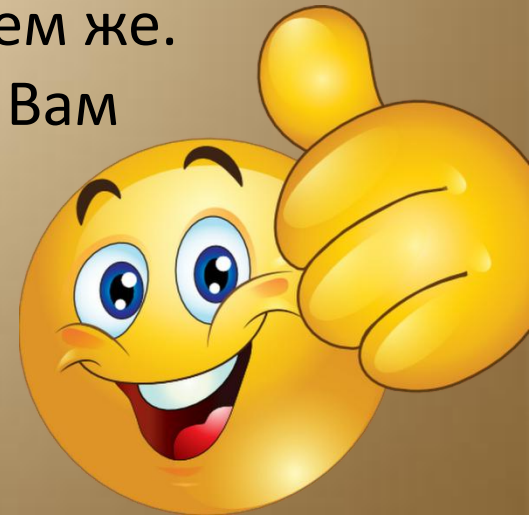
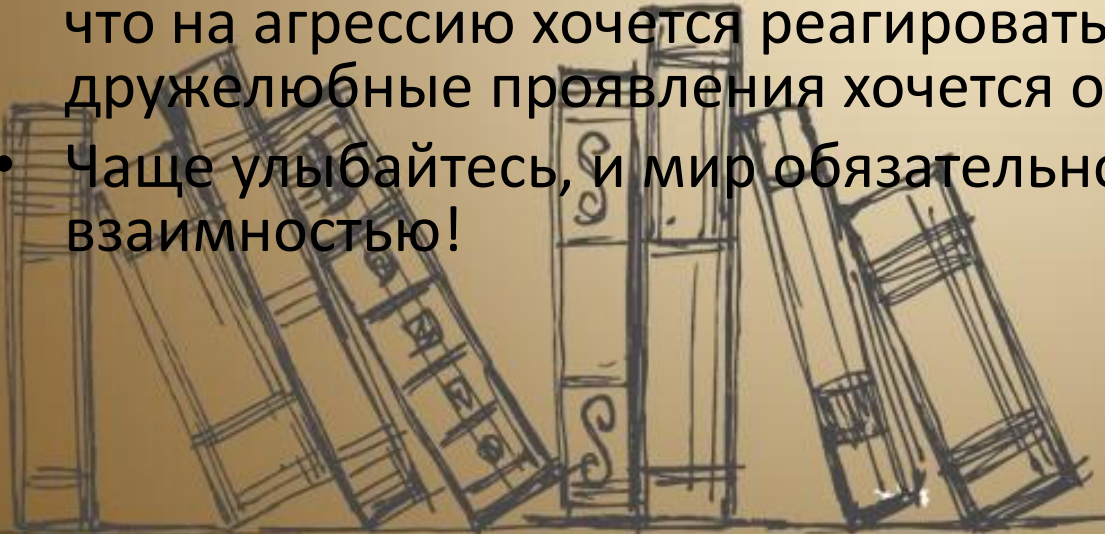
- **Первый** и самый непростой (хоть и самый эффективный) способ – умение прощать. Да, очень тяжело победить свое эго и ущемленное чувство справедливости. Но если Вы научитесь прощать людей и явления, провоцирующие вспышки ненависти, прощать себя самого, за неадекватность поведения, то Ваша жизнь наполнится гармонией и в ней освободится огромное количество места для творчества, любимых занятий и общения.
- **Другой путь** избавления от агрессии – увлечение, причем все равно, что это будет спорт, танцы, рисование или что-то другое. Во-первых, физическая активность способствует снятию эмоционального напряжения и можно даже приобрести собственную боксерскую грушу, которую можно будет время от времени поколачивать. Во-вторых, творческим людям намного проще выразить свою агрессию в произведениях, например, в рисунках. Более того, психологи рекомендуют намеренно рисовать возмущившую Вас ситуацию, чтобы потом сжечь рисунок, таким образом, уничтожив свою агрессию



- **И еще один путь** избавления от собственной агрессии – проявление радости. Конечно, это звучит абсурдно, когда человек в ярости, но вспомните, что мы уже научились применять кодовое слово, поэтому, дав себе возможность остановиться и подумать используйте прием «Улыбка Будды».
- **Упражнение «Улыбка Будды».** Сначала нужно максимально расслабить мышцы лица, а затем представить свое любимое существо или яркое радостное событие, которое вызывает в мозгу моментальную положительную реакцию. Именно это существо или событие даст то внутреннее состояние, которое отразится на лице «улыбкой Будды». Мышцы лица при этом будут расслаблены, а улыбаться будут только кончики губ. После такой истинной внутренней радости места для агрессии просто не останется.



- **Не менее эффективен** и, так называемый, способ Скарлетт ОХара – «Я подумаю об этом завтра» и действительно, «утро вечера мудренее». Иногда для принятия правильного решения достаточно просто его отложить на некоторое время, а затем, когда эмоции угаснут, снова обдумать сложившуюся ситуацию. Самым эффективным приемом в этом случае будет – встать на сторону противника и взглянуть на ситуацию как бы с его позиции. Такой подход поможет найти компромисс и принять правильное решение, однако он требует большого самообладания.
- **Также полезно смотреть** добрые фильмы, общаться с позитивными людьми и чаще бывать на природе, которая сама в себе несет заряд спокойствия и позитива. И помните, что на агрессию хочется реагировать только агрессией, а на дружелюбные проявления хочется ответить тем же.
- **Чаще улыбайтесь**, и мир обязательно ответит Вам взаимностью!



ГРУППОВАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ С АГРЕССИВНЫМ

ПОВЕДЕНИЕМ

- **Цель оказания услуги:** оказание помощи детям с агрессивного поведением – следствием жестокого обращения в семье через создание условий для преодоления травматического опыта и обучение социально приемлемым формам реагирования в конфликтных ситуациях.
- **Краткое описание деятельности по услуге** :Услуга представляет собой цикл групповых занятий, направленных на оказание психологической помощи детям. Основной целью занятий является преодоление эмоционально-поведенческих нарушений, связанных с последствиями жестокого обращения с ребенком в семье. Групповая психологическая работа направлена на обучение детей социально приемлемым формам реагирования на конфликтные ситуации в процессе общения с другими детьми. Преодоление таких проявлений последствий жестокого обращения с ребенком в семье, как агрессивное поведение, выражающееся в частых и жестоких драках, происходит за счет обучения детей навыкам: ? релаксации; ? распознавания и отслеживания своих переживаний, ? управления своими переживаниями (в частности, замещения агрессии); формирования новых паттернов поведения; ? обеспечения безопасности. Занятия проводятся в игровой форме



Оценка эффективности деятельности по оказанию услуги Критерии оценки эффективности услуги:

- динамика адаптации ребенка в детском коллективе;
- снижение количества конфликтов со сверстниками, в первую очередь драк.
- Способы оценки эффективности по каждому из указанных критериев:
- анкетирование специалистов, взаимодействующих с ребенком;
- обратная связь со стороны родителей, друзей, учителей;
- психологическое обследование ребенка (при возможности).
- Инструменты оценки эффективности: анкеты, интервью, данные психологического обследования



