





# Понятие агрессивного поведения

Под агрессивным поведением понимается поведение, направленное на причинение физического или морального ущерба лицу, на которое направлена реакция. Имеется множество причин и форм проявления агрессивного поведения.



# Виды агрессии:





# Факторы проявления агрессивного поведения

- Соматические заболевания.
- Эндокринный взрыв, обусловленный подростковым кризисом.
- Увеличение доли патологических родов, оставляющие последствия в виде повреждений головного мозга.
- Невнимание школы к нервно-психическому состоянию детей.
- Семейное воспитание: постоянное агрессивное поведение родителей (проекция собственных проблем, потребностей, личные особенности родителей; проявление нелюбви к ребенку, формирование ощущения враждебности и опасности к окружающему миру, длительные обиды источником которых являются родители).
- Взаимодействия со сверстниками (отсутствие навыков общения).
- СМИ, кино и видеоиндустрия, регулярно пропагандирующие сцены насилия.
- Ухудшение социальных условий жизни детей



**Главная причина проявления агрессии - привлечение внимания ребенка к своим проблемам.**

**Это своеобразный крик о помощи.**

**За агрессией скрывается слабость, страх, неуверенность в себе.**



## Профилактическая работа с агрессивным поведением подростков

Работу по предупреждению агрессии необходимо начинать с объективной **диагностики**, применяя опросники, проективные и рисуночные тесты (такие как «Рисунок семьи», «Семья животных»), методы наблюдения



# Профилактическая работа с агрессивным поведением подростков

## Диагностика

### методика Басса-Дарки

состоит из семидесяти пяти вопросов, на которые необходимо дать ответы в форме «да» или «нет», обработка которого производится при помощи индексов различных форм агрессивных и враждебных реакций, определяющиеся суммированием полученных ответов



# Опросник Басса-Дарки

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим
2. Иногда я сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбу.

5-74...

75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем спорить.

**Обработка:** производится при помощи индексов различных форм агрессивных и враждебных реакций, которые определяются суммированием полученных ответов.



- **1. Физическая агрессия:** «Да» - №1, 25,33,48,55,62,68; «Нет»- № 9,17,41
- **2. Косвенная агрессия:** «Да» -№2,18,34,42,56,63; «Нет» - №10, 26,49
- **3. Раздражение:** «Да» -№3,19,27,43,50,57,64,72; «Нет» - № 11, 35, 69
- **4. Негативизм:** «Да»№ 4,12,20,23,36
- **5. Обида:** «Да» № 5, 13,21,29,37,51,58; «Нет» № 44
- **6. Подозрительность:** «Да» №6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59;  
«Нет» № 65, 70
- **7. Вербальная агрессия:** «Да» № 7, 15, 28, 31,46, 53, 60, 71, 73;  
«Нет» № 39, 66, 74, 75
- **8. Угрызение совести, чувство вины:** «Да» - № 8, 16, 24,32, 40, 47, 54, 61, 67

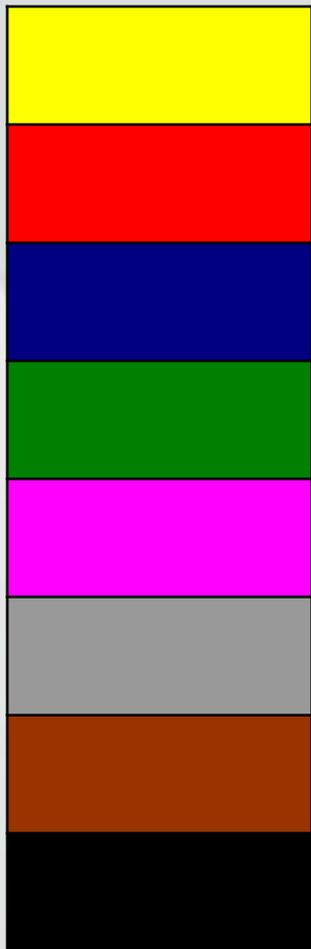


# Выявление психоэмоционального неблагополучия: методика «Мои чувства»

Чувства, которые у меня бывают	На какой цвет похожее чувство	Когда (в каких ситуациях) я испытываю это чувство
Радость		
Гнев		
Печаль		
Счастье		
Грусть		
Спокойствие...и т.д.		



# Выявление психоэмоционального неблагополучия: цветодиагностика



Веселость, открытость, общительность, интерес

Активность, энергичность, успешность

Доверительность, доброжелательность, эмоциональная близость

Высокая организованность, достижение цели, самореализация

Воображение, мечты, романтические образы

Эмоциональная защита, хронические стрессовые ситуации

Чувства печали, грусти, вины, сожаления

Конфликт, негативизм, оппозиция



Примерная схема наблюдений за агрессивным проявлением ребенка  
Ф.И.О. обучающегося \_\_\_\_\_  
Возраст \_\_\_\_\_ дата заполнения \_\_\_\_\_ период наблюдения \_\_\_\_\_  
Ф.И.О. заполнившего протокол (педагог, психолог, родитель)

Показатели поведенческие акты частота проявлений	Показатели поведенческие акты частота проявлений	Показатели поведенческие акты частота проявлений
--	--	--

**Вегетативные признаки и внешние проявления агрессивности**

- Краснее (бледнеет)  
состоянии раздражения  
- Сжимает кулаки  
- Облизывает губы

01234  
  
01234  
01234

**Длительность выхода из состояния**

после реакции успокаивается  
- В течение 15 мин  
- В течение 30 мин  
- В течение дня

01234  
01234  
01234

**Чувствительность к помощи без помощи взрослого**

- Не может успокоиться  
- Замечания не тормозят вербальную агрессию  
- физическую агрессию

01234  
01234  
01234



# Інтерв'ю (родители)

- 1. Умения и навыки ухода за ребенком в соответствии с его возрастом и здоровьем
- 2. Умение разобраться в причинах поведения ребенка и правильно на них отреагировать
- 3. Умение управлять трудным поведением ребенка
- 4. Умение защитить и поддержать ребенка в трудной ситуации
- 5. Умение распознавать чувства ребенка и научить этому самого ребенка
- 6. Умение регулировать собственное эмоциональное состояние
- 7. Умение регулировать эмоциональное состояние ребенка
- 8. Умение обсудить с ребенком то, что пугает и беспокоит его
- 9. Умение устанавливать для ребенка границы (правила), чтобы он знал, когда нужно остановиться и не оказался в опасности или неприятном положении

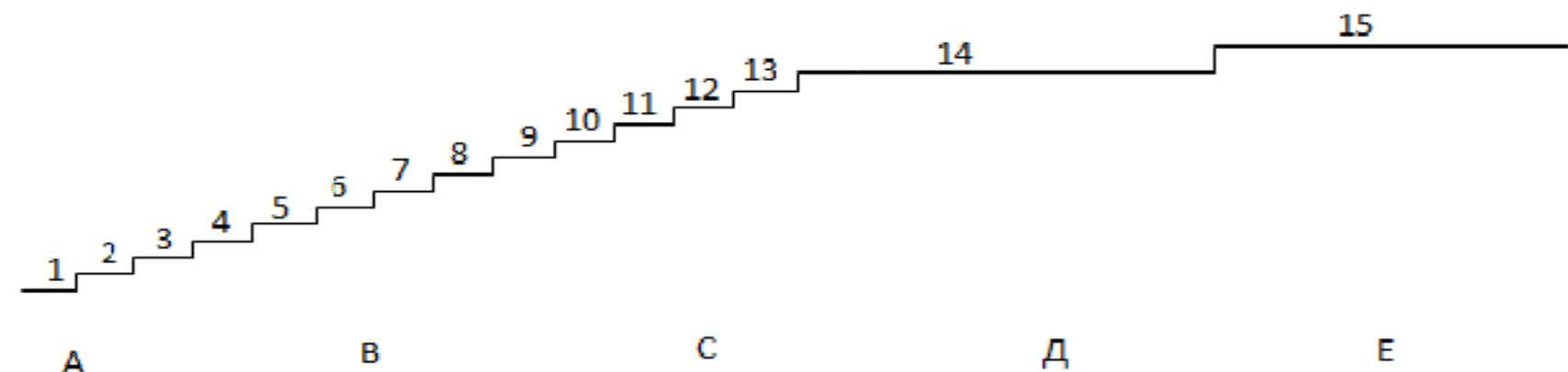


- 10. Умение получать удовольствие от совместного проведения с детьми своего свободного времени, отпуска
- 11. Умение испытывать глубокое удовлетворение, помогая ребенку учиться, приобщая его к новым занятиям
- 12. Умение реалистично оценивать свои собственные сильные и слабые стороны и сильные и слабые стороны своего супруга (партнера) в воспитании детей.
- 13. Умение договариваться с ребенком в сложных ситуациях
- 14. Умение доверять ребенку, несмотря ни на что
- 15. Умение индивидуально подходить к воспитанию каждого ребенка даже, если в семье несколько детей
- 16. Готовность получать и использовать новые знания о воспитании детей



# Поведенческая коррекция обучающихся

- развитие способности понимать свои чувства;
- обучение детей приемам саморегуляции, самообладания;
- усиление ассертивного (уверенного) поведения;
- формирование навыков безопасного выражения гнева;
- развитие эффективных социальных навыков, в том числе конструктивного решения конфликтов;
- формирование позитивных качеств личности (эмпатия, доверие к людям, доброты).



▸ Пассивно-агрессивно е поведение

▸ Эмоционально-разрушительное поведение  
 ▸ Физические оскорбления  
 ▸ Словесные оскорбления и др.

▸ Гнев выражается в громкой и невежливой форме  
 ▸ Гнев смещается с вызвавшего его объекта на другие объекты  
 ▸ Выражаются жалобы, не имеющие отношения к делу

▸ Эмоционально-разрушительное поведение  
 ▸ Физические оскорбления  
 ▸ Словесные оскорбления и др.  
 ▸ Гнев выражается в громкой и невежливой форме  
 ▸ Гнев смещается с вызвавшего его объекта на другие объекты

▸ Вежливость  
 ▸ Стремление найти решение  
 ▸ Выражается одна жалоба без уклонений в сторону



# Виды дыхания

## брюшное

Используется, когда необходимо преодолеть излишнее волнение, побороть тревогу и раздражительность, максимально расслабиться для быстрого и эффективного отдыха. Нижнее дыхание является самым продуктивным, т. к. в нижних отделах легких расположено наибольшее количество легочных пузырьков (альвеол).

## ключичное

Верхнее (ключичное) дыхание применяется в тех случаях, когда необходимо взбодриться после монотонной работы, скинуть усталость и подготовиться к активной деятельности.



# Алгоритм выполнения брюшного дыхания:

- ❖ Проводится сидя или стоя, необходимо сбросить напряжение с мышц и сосредоточить свое внимание на дыхании.
- ❖ Затем производится 4 этапа единого цикла дыхания, сопровождаемые внутренним счетом для облегчения обучения. На счет 1-2-3-4 осуществляется медленный вдох. При этом живот выпячивается вперед, мышцы живота расслаблены, а грудная клетка неподвижна.
- ❖ После на следующие 4 счета производится задержка дыхания и плавный выдох на 6 счетов, сопровождаемый подтягиванием мышц живота к позвоночнику. Перед следующим вдохом следует пауза на 2-4 счета.
- ❖ Следует помнить, что дышать нужно только носом и так плавно, как если бы перед вашим носом, на расстоянии 1 - 15 см висела пушинка, которая не должна колыхнуться.



## Алгоритм выполнения ключичного дыхания:

- ❖ Данный вид дыхания осуществляется энергичным глубоким вдохом через нос, с поднятием плеч и резким выдохом через рот.
- ❖ При этом никаких пауз между вдохом и выдохом не производится.
- ❖ Уже после несколько циклов такого дыхания появится ощущение «мурашек» на спине, свежести и прилива бодрости.



# Нервно-мышечная релаксация

- ❖ Метод расслабления мышц тела.
- ❖ Занятия этим методом постепенно формируют привычку отслеживать состояние тонуса мышц в повседневной деятельности, что способствует нормализации психического состояния.
- ❖ Данная методика состоит из серии упражнений, направленных на напряжение и последующее расслабление, как определенных мышечных групп.
- ❖ Перед проведением важно определить, есть ли у участника какие-либо противопоказания, связанные с мышечными или нервно-мышечными расстройствами (неврологические нарушения, слабости или повреждения мышц, костная патология).



# Восстановительные ТЕХНОЛОГИИ

- тренинг уверенности, тренинг асертивности, тренинг развития коммуникативных навыков;
- игровой метод (ролевые игры, упражнения);
- творческое самовыражение (рисование, конструирование, занятия музыкой и др);
- занятия спортом, особенно групповыми видами, требующие навыков взаимодействия в команде (футбол, баскетбол);
- кейс-задания, с моделированием трудной жизненной ситуации;
- беседы, дискуссии.



# Рекомендации родителям (работа с агрессией ребенка)

- Взрослым необходимо быть последовательными в своих действиях по отношению к детям. Наибольшую агрессию проявляют дети, которые никогда не знали, какую реакцию родителей вызовет их поведение в этот раз. Например, за один и тот же поступок ребенок в зависимости от настроения отца мог получить либо наказание, либо равнодушную реакцию.
- Следует избегать неоправданного применения силы и угроз.
- Злоупотребление такими мерами воздействия на детей формирует у них аналогичное поведение и может стать причиной появления в их характере таких неприятных черт, как злоба, жестокость и упрямство.



- Важно помочь ребенку научиться владеть собой, развивать у него самоконтроль. Дети должны знать о возможных последствиях своих поступков и о том, как их действия могут быть восприняты окружающими.
- Организовать контроль за просмотром телепередач, самим быть внимательнее при выборе программ, если ребенок находится перед телевизором.
- Постараться быть внимательными к ребенку. Реагировать и откликаться на любые позитивные сдвиги в поведении ребенка. Он хочет в каждый момент времени чувствовать, что его понимают и ценят.
- Учиться слушать и слышать своего ребенка. Чаще включать в общение тепло, доброе слово, ласковый взгляд.



***Спасибо за внимание!***

**ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края**

**[www.iro23.ru](http://www.iro23.ru)**

**e-mail: [post@iro23.ru](mailto:post@iro23.ru)**

**тел.: +7 (861) 232-85-78**