Введение

Сегодня проблема агрессии является одной из самых острых в научном мире. Значительный рост численности агрессивных детей и подростков, склонных к проявлению актов жестокости и насилия, свидетельствует о том, что этот вопрос является актуальным не только для психологов и педагогов, но и для общества в целом.

Тревожным симптомом является рост числа несовершеннолетних с девиантным поведением, проявляющихся в асоциальных действиях (алкоголизм, наркомания, нарушение общественного порядка, хулиганство, вандализм и др.). Усилилось демонстративное и вызывающее по отношению к взрослым, поведение. В крайних формах стали проявляться жестокость и агрессивность Резко возросла преступность среди молодёжи. Появляются всё новые виды отклоняющегося поведения: подростки участвуют в военизированных формированиях политических организаций экстремистов, в рэкете, сотрудничают с мафией, занимаются проституцией и сутенёрством. По сравнению с недавним прошлым, возросло число тяжких преступлений, обыденное сознание фиксирует увеличение конфликтов и фактов агрессивного поведения людей.

Кроме того, проблема агрессивности мало изучена теоретически.

Эта проблема имеет давнюю историю. Многие исследователи в нашей стране и за рубежом занимались проблемой агрессии, но к одному знаменателю не пришли, так как она сложна и многогранна и, следовательно, одного решения быть не может. В центре внимания исследователей оказались такие аспекты проблемы: биологические и социальные возбудители агрессии, механизмы ее усвоения и закрепления, условия, определяющие проявления агрессии, индивидуальные и половозрастные особенности агрессивного поведения, способы предотвращения агрессии.

1. Понятие агрессия, основные теоретические подходы

В науке существует различное множество определений агрессии. В быту термин "агрессия" имеет широкое распространение для обозначения насильственных действий. Агрессия (и агрессоры) всегда оцениваются резко отрицательно как выражение антигуманизма, насилия, культа грубой силы. В то же время имеются случаи, когда об агрессивных действиях говорят как об энергично наступательных и дают им положительную оценку. Это обычно делается, если речь идет о спортивных состязаниях: отсутствие у команды спортивной "злости" или агрессивности оценивается как существенный недостаток. Однако "положительная агрессия" является, скорее, исключением.

В основном же под агрессией понимается вредоносное поведение. Причем в понятии "агрессия" объединяются различные по форме и результатам акты поведения - от таких, как злые шутки, сплетни, враждебные фантазии, деструктивные формы поведения, до бандитизма и убийств.

К настоящему времени различными авторами предложено множество определений агрессии, однако ни одна их них не может быть исчерпывающей общеупотребимой. Вот следующие из этих понятий.

1.Под агрессией понимается сильная активность, стремление к самоутверждению.(Bender L.)

2.Под агрессией понимаются акты враждебности, атаки, разрушения, то есть действия, которые вредят другому лицу или объекту. Человеческая агрессивность есть поведенческая реакция, характеризующаяся проявлением силы в попытке нанести вред или ущерб личности или обществу. (Delgado H.)

3.Агрессия - реакция, в результате которой другой организм получает болевые стимулы. (Buss A.)

4.Агрессия - физическое действие или угроза такого действия со стороны одной особи, которые уменьшают свободу или генетическую приспособленность другой особи. (Uilson)[3,6]

Итак, рассмотрев все основные теоретические концепции агрессии, можно сказать что:

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

Некоторые исследователи, считают основным возбудителем агрессии угрозу, полагая, что последняя вызывает стресс, а агрессия является уже реакцией на стресс. Но далеко не всякая угроза вызывает агрессивное состояние, а с другой стороны, отнюдь не всегда агрессивное состояние провоцируется угрозой.

Исключительно важен и эмоциональный компонент агрессивного состояния. Прежде всего выделяется это гнев. Часто человек на всех этапах агрессивного состояния - при подготовке агрессии, в процессе ее осуществления и при оценке результатов - переживает сильную эмоцию гнева, иногда принимающую форму аффекта, ярости. Но не всегда агрессия сопровождается гневом и не всякий гнев приводит к агрессии. Более того, совсем неверно было бы считать каждый гнев провоцирующим агрессию.

Эмоциональная сторона агрессии не исчерпывается гневом. Особый оттенок этому состоянию придают переживания недоброжелательности, злости, мстительности, а в некоторых случаях и чувства своей силы, уверенности.

Основные теоретические подходы к исследованию агрессии могут быть обозначены как: а) этологический, б) психоаналитический, в) фрустрационный и г) бихевиористский.

Рассматривая этологический и психоаналитический подходы к пониманию агрессии и агрессивности, нельзя не заметить, что в них зримо проявляется биологизаторское понимание агрессивности как врожденного

Согласно теории фрустрации, агрессия - это не автоматически возникающее в недрах организма влечение, а следствие фрустрации, т. е. препятствий, возникающих на пути целенаправленных действий субъекта, или же не наступление состояния, к которому он стремился. Эта теория утверждает, что, во-первых, агрессия всегда есть следствие фрустрации и, во-вторых, фрустрация всегда влечет за собой агрессию.

Сторонники поведенческого подхода (бихевиористы) опираются преимущественно на данные контролируемых лабораторных экспериментов.

Наиболее известным представителем поведенческого подхода к агрессии является Арнольд Басс. Он определяет фрустрацию как блокирование процесса инструментального поведения и вводит понятие атаки-акта, поставляющего организму враждебные стимулы. При этом атака вызывает сильную агрессивную реакцию, а фрустрация - слабую.

Басс указал на ряд факторов, от которых зависит сила агрессивных привычек.

Во-первых, это частота и интенсивность случаев, в которых индивид был атакован, фрустрирован, раздражен. Индивиды, которые получали много гневных стимулов, будут более вероятно реагировать агрессивно, чем те, которые получали меньше таких стимулов.

Во-вторых, это частое достижение успеха путем агрессии, которое приводит к сильным атакующим привычкам. Успех может быть внутренним (резкое ослабление гнева) и внешним (устранение препятствия или достижение вознаграждения). Выработавшаяся тенденция к атаке может делать невозможным для индивида различение ситуаций, провоцирующих и не провоцирующих агрессию.

В-третьих, это культурные и субкультурные нормы, усваиваемые человеком, которые могут облегчить развитие у него агрессивности.

Другим известным представителем поведенческого подхода является А. Бандура. Он утверждает, что для возникновения агрессии недостаточно того, чтобы субъект был фрустрирован и испытывал чувство неудовлетворенности. Субъект должен еще иметь перед собой некий агрессивный пример для обучения и подражания. Модель является одновременно как источником готовности к специфическим (агрессивным) действиям, так и стимулятором агрессивного поведения.

Тяжесть агрессивных проявлений можно определить по ряду параметров:

1.Частота и легкость их возникновения. Чем мощнее аффективная патология ребенка, тем больше возможности возникновения фрустрирующих ситуаций. Среди них крайняя ограниченность способов самостоятельного контакта больного ребенка с окружающими; постоянная тревожность и наличие стойких локальных страхов; неадекватность самооценки и т.д.

2.Степень неадекватности агрессии той ситуации, в которой она возникает. В наиболее грубых ситуациях трудно выявить причину возникновения агрессии, которая выглядит совершенно неадекватной формой реагирования на ситуацию.

3.Фиксируемость на агрессии. В ряде случаев возникшая ситуативная реакция может закрепляться, и формировать стойкое влияние к агрессивным действиям.

4.Степень напряженности в агрессивных действиях. В части случаев ребенка можно отвлечь от агрессии, переключить на замещающую конструктивную деятельность или ввести агрессивное действие в ее контекст, подчинить ее контролю. В других, более тяжелых случаях ребенок настолько поглощен непосредственно самим переживанием совершаемого агрессивного действия, что и любое вмешательство со стороны окружающих усиливает его моторное и эффективное напряжение, гнев, ярость.

5. Форма агрессии. В более легких случаях агрессия выражается в вербальной форме, в более тяжелых - это проявление физической ауто- и гетероагрессии, представляющих реальную опасность

6. Степень осознаваемости агрессивных действии. В более легких случаях агрессия выполняет преимущественно защитную функцию и в большей степени чувствительна к психотерапевтическим воздействиям. При более тяжелом типе расстройств агрессивные действия возникают импульсивно, в меньшей степени связаны с наличной ситуацией. Они практически не поддаются психологической коррекции. [1,325].

2. Специфика агрессии в подростковом возрасте

Одним из самых сложных периодов в онтогенезе человека является подростковый возраст. В этот период не только происходит коренная перестройка ранее сложившихся психологических структур, но возникают новые образования, закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок.

Наиболее полную картину сущности агрессивного поведения подростков дает анализ его мотивации. Заметную роль в этой мотивации играют чувства и эмоции негативного характера: гнев, страх, месть, враждебность и т.п. Агрессивное поведение детей подросткового возраста, связанное с этими эмоциями, выражается в драках, побоях, оскорблениях, телесных повреждениях, убийствах, отчасти в изнасиловании, в повреждении либо уничтожении имущества.

Такое поведение может свидетельствовать о генетической природе агрессивности.

Существует теория, согласно которой агрессивность - черта, присущая человеку от природы как инстинкт или потребность.

Однако не все ученные думают так. О том, что те или иные проявления агрессивности тесно связаны не с биологией, а с типами человеческой культуры, наглядно свидетельствуют антропологические исследования. Они показывают, что возникновение и развитие агрессивности зависит в первую очередь от общественных условий, к которым относится как общественное устройство, так и ближайшая общественная среда, малая группа.

Нередко агрессивность в открытой или замаскированной форме культивируется в обществе как орудие в борьбе за преуспевание. Проявлениям агрессивности способствуют недостатки воспитания, осуществляемого разными институтами социализации, в том числе не только семьей, школой, но и средствами массовой информации и др.

Данные современной науки показывают, что агрессивный подросток - это прежде всего обычный ребенок, которому свойственна нормальная наследственность. А черты, качества агрессивности он приобретает под влиянием ошибок, недоработок, упущений в воспитательной работе, сложностей в окружающей его среде.

Агрессивность в личностных характеристиках подростков формируется в основном как форма протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе, что проявляется и в соответствующем поведении. Кроме этого на развитие агрессивности подростка могут влиять природные особенности его темперамента, например, возбудимость и сила эмоций, способствующие формированию таких черт характера, как вспыльчивость, раздражительность, неумение сдерживать себя. Кроме того, агрессия может быть вызвана необходимостью защитить себя или удовлетворить свои потребности в ситуации, в которой растущий человек не видит иного выхода, кроме драки, или, по крайней мере, словесных угроз. Тем более что для некоторых подростков участие в драках, утверждение себя в глазах окружающих с помощью кулаков является устоявшейся линией поведения, отражающей нормы, принятые в определенных социальных группах.

То есть в подростковом возрасте в силу сложности и противоречивости особенностей растущих людей, внутренних и внешних условий их развития могут возникать ситуации, которые нарушают нормальный ход личностного становления, создавая объективные предпосылки для возникновения и проявления агрессивности.

3. Формы и методы профилактики агрессивного проявления у подростков

Профилактика агрессивных проявления предполагает ряд мероприятий. Успешная профилактическая работа по предупреждению агрессии у подростков невозможна без диагностики. Среди эмпирических методов диагностики предрасположенности к развитию агрессивных проявлений можно отнести: опросники, проективные и рисуночные тесты, методы наблюдения. Для выявления форм агрессии используют опросник Басса - Дарки. Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает "да" или "нет"

Обработка опросника Басса - Дарки производится при помощи индексов различных форм агрессивных и враждебных реакций.

Опросник выявляет следующие формы агрессивных и враждебных реакций.

Физическая, агрессия (нападение) - использование физической силы против другого лица.

Косвенная агрессия - под этим термином понимают как агрессию, которая окольными путями направлена на другое лицо (сплетни, злобные шутки), так и агрессию, которая ни на кого не направлена — взрывы ярости, проявляющиеся в крике, топании ногами, битье кулаками по столу и т.д. Эти взрывы характеризуются ненаправленностью и неупорядоченностью.

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

Негативизм - оппозиционная мера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства; это поведение может нарастать от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

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.

Вербальная агрессия - выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятья, ругань).

Кроме того, выделяется восьмой пункт — угрызения совести, чувство вины. Ответы на вопросы этой шкалы выражают сдерживающее влияние чувства вины на проявление форм поведения, которые обычно запрещаются.

Для подтверждения полученных данных по первой методике мы использовали тест А. Ассингера.

Он состоит из 20 вопросов, каждый из которых содержит три утверждения – выбора. Испытуемым предлагается ответить на вопросы, т.е. выбрать один вариант ответа. Подсчет баллов производится по номерам утверждений (1 утверждение – 1 балл, 2 утверждение – 2 балла, 3 утверждение - 3 балла). В итоге дается описание поведения человека в зависимости от количества набранных баллов от 0 до 45 и более. Для получения достоверных данных об агрессии и агрессивности можно использовать "фрейбурскую анкету агрессивности" Анкета состоит из 19 вопросов, на которые следует ответить "да" или "нет". Так же для исследования агрессивности подростков используют проективную методику "Несуществующее животное". Степень выраженности агрессивных тенденций определяется количеством, расположением и характером острых углов. Особо весомы прямые признаки агрессии: когти, острые зубы, заостренный клюв, иглы и др. После определения, при помощи диагностики, наличие и вида агрессивного проявления следует выбрать формы профилактики. Основной формой профилактики агрессивных проявлений в подростковом возрасте является тренинг. Он направлен на изменения и в сознании, и в формировании навыков, на смену социальных установок и развитие умений и опыта в области межличностного общения.

Тренинг может включает в себя следующие упражнения и игры :

Упражнение "Что делать с агрессией и гневом"

Цель: В ходе этого упражнения дети могут разобраться в том, что они называют агрессивным поведением. Они могут разобраться в своем собственном агрессивном поведении и исследовать чужое агрессивное поведение.

Материалы: Бумага и карандаш каждому ребенку.

Инструкция: "Возьми лист бумаги и запиши на нем все, что делает тот человек, о котором можно сказать: "Да, он действительно агрессивный". Выпиши небольшой рецепт, следуя которому можно создать агрессивного ребенка. Затем следует попросит нескольких учеников продемонстрировать элементы такого поведения, а класс должен отгадать, что именно они показывают. Теперь подумай о том, какие элементы агрессивного поведения ты встречаешь здесь, в этом классе. Что тебе кажется агрессивным? Когда ты сам проявляешь агрессивность? Каким образом ты можешь вызывать агрессию по отношению к себе? Возьми еще один лист бумаги, раздели его вертикальной линией посередине. Слева запиши, как окружающие в течение учебного дня проявляют агрессию по отношению к тебе. Справа запиши, как ты сам проявляешь агрессию по отношению к другим детям в школе".

На это упражнение можно отвести 15-20 минут. После этого нужно попросить учеников зачитать свои записи.

Анализ упражнения:

Вы можете представить, что кто-нибудь из вас станет драчуном или Рэмбо?

Бывают ли такие дети, которые проявляют свою агрессию не кулаками, а каким-то другим способом?

Почему и дети, и взрослые так часто пытаются почувствовать свое превосходство, унизив других?

Как ведет себя жертва агрессии?

Как становятся жертвой? Что можно сделать, чтобы не быть жертвой?

В чем проявляется равноправие между детьми?

Как бы ты описал собственное поведение?

Упражнение "Агрессор и жертва"

Цель: Многим детям, когда они хотят чего-то от другого, нелегко выбрать правильный тон разговора. Особенно это касается детей с заниженной самооценкой. Они либо ведут себя подобно "боссу", который всеми командует и на всех рычит, либо становятся страдающими жертвами, которые позволяют другим детям мучить себя. Оба способа поведения составляют один и тот же замкнутый круг. Эта игра дает возможность обратить внимание на обе эти роли и выбрать другие, более конструктивные способы поведения.

Инструкция: "Знаете ли вы таких детей, которые любят раздавать приказы и ведут себя, как большие начальники? Не называя никаких имен, расскажите, как ведут себя такие дети, когда пытаются навязать другим свою волю? А знаете ли вы таких детей, которые позволяют делать с собой вес, что угодно (толкать, дразнить, издеваться), и не находят в себе мужества прекратить все это и сказать: "Нет! Я не хочу!"? Опять же, не называя никаких имен, расскажите, как выглядят такие дети, с каким выражением лица они ходят, как говорят, как ведут себя? Теперь разбейтесь на пары. Решите, кто из вас будет "А", а кто — Б". "А" должен стать чрезвычайно деспотичным человеком, который диктует, как надо себя вести, что делать. "Б" должен сыграть роль ребенка, с которым можно делать все, что угодно.

Затем нужно попросить детей поменяться ролями".

Анализ упражнения:

Как ты чувствовал себя в роли "А"?

Как ты чувствовал себя в роли "Б"?

Какая роль тебе понравилась больше?

Играешь ли ты когда-нибудь подобные роли в своей жизни? Если да, то с кем?

Видел ли ты когда-нибудь других детей или взрослых, играющих такие роли?

Когда эти роли вредны и причиняют лишь зло?

Когда эти роли могут оказаться полезными?

Упражнение "Недостатки - это хорошо"

Цель: В подростковом возрасте очень часто встречаются комплексы. Важно показать что то, что он считает недостатком, не является таковым.

Материалы: Ручка и бумага для каждого ребенка

Инструкция: "Раздели листок на три колонки, на одной напишите свои недостатки, на второй – ситуации в которой этот недостаток сыграет положительную роль, на третей - как извлечь пользу из этого недостатка" На упражнение следует отвести 10-15 минут. После этого нужно попросить учеников зачитать свои записи.

Анализ упражнения:

Сложно ли тебе было при выполнении этого упражнения?

Увидел ли ты что недостатки могут быть и в положительной роли?

Игра "Безмолвный крик"

Цель: Детям важно научиться даже при самой сильной обиде или гневе не чувствовать себя жертвой. Игра "Безмолвный крик" помогает ребенку ощутить себя хозяином положения. Она помогает детям понять, что они могут одновременно контролировать себя и избавиться от напряжения, а это хороший фундамент для последующего размышления о том, как избавиться от проблемы, являющейся причиной этого напряжения.

Инструкция: "Закрой глаза и трижды глубоко и сильно выдохни. Представь себе, что ты идешь в тихое и приятное место, где никто тебе не помешает. Вспомни о ком-нибудь, кто действует тебе на нервы, кто тебя злит или причиняет тебе какое-либо зло. Представь себе, что этот человек еще сильнее раздражает тебя. Пусть твое раздражение усиливается. Определи сам, когда раздражение станет достаточно сильным. Тот человек тоже должен понять, что больше раздражать тебя уже нельзя. Для этого ты можешь закричать изо всех сил, но так, чтобы этого никто не услышал в классе. То есть кричать нужно про себя. Может быть, ты захочешь заорать: "Хватит! Перестань! Исчезни!" Открой рот и закричи про себя так громко, как только сможешь. В твоем потайном месте ты один, там никто не может услышать тебя. Закричи еще раз, и в этот раз ори еще громче! Ну вот, теперь хорошо... А теперь снова вспомни о человеке, который осложняет тебе жизнь. Представь себе, что каким-то образом ты мешаешь этому человеку по-прежнему злить тебя. Придумай в своем воображении, как ты сможешь сделать так, чтобы он больше тебя не мучил (1 мин).

Открой глаза и расскажи нам о том, что ты пережил".

Анализ игры:

Смог ли ты в своем воображении крикнуть очень-очень громко?

Кого ты представлял в образе твоего злого духа?

Что ты кричал?

Что ты придумал, чтобы остановить этого человека?[2]

Игра "Живой ручеёк"

Цель: Детям нужно учиться правильно реагировать на сказанное другими. Игра "Живой ручеёк", сможет помочь им обращать внимание только на хорошее.

Инструкция: Дети выстраиваются в две линии, те кто справа говорят плохое о человеке, те что слева хорошее. Когда идет первый человек, остальные одновременно говорят ему и хорошее и плохое, потом встает в коней ручейка, следом идет второй, и так пока ручеёк не пройдут все участники. Каждый должен побывать и в роли говорящего плохое и хорошее.

Анализ игры:

Какие тебе больше запомнились слова?

Какие были наиболее неприятны?

Какие чувства ты при этом испытывал?

Какие ты больше запомнил?

Что ты сам с большим удовольствием говорил?

Заключение

эмоциональный агрессивный враждебность подростковый

Итак, проблема агрессии в современном мире, особенно в российских условиях ломки устоявшихся ценностей и традиций и формировании новых, является чрезвычайно актуальной, как с точки зрения науки, так и с позиции социальной практики. Необходимо выяснить механизмы возникновения и принципы функционирования агрессии и разработать методы профилактики и коррекции агрессивного, асоциального поведения. Под агрессией понимается любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Период взросления, подростковый возраст, сам по себе не являясь болезнью, но может спровоцировать возникновение глубоких психологических проблем. При этом кризис может перейти грань, отделяющую его от болезненного состояния, требующего вмешательства специалистов – психологов и психиатров. Поэтому изучение особенностей подросткового возраста необходимо для понимания психологии агрессии в подростковом возрасте.

В подростковом возрасте важно отслеживать агрессивные проявления, сделать это можно при помощи различных диагностик. И чтобы не доводить агрессию, до крайней стадии, необходима профилактика, в ходе который ребенок учится справляться с агрессивными проявлениями

Список использованных источников

1. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. — М.: ТЦ Сфера, 2004.

2.Платонова Н. М. Агрессия у детей и подростков. //http://psylib.myword.ru

3. Семенюк Л.М.Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции: Учебное пособие. — М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 1998.