

**Министерство образования Оренбургской области  
Государственное автономное образовательное учреждение  
среднего профессионального образования  
«Учетно-финансовый техникум» г. Оренбурга**

**Рекомендации педагогам и родителям  
по вопросу снижения уровня  
агрессивности у студентов.**

*Подготовила: педагог-психолог Зайцева О.Н.*

**Агрессия** – (от лат. «agressio» – нападение приступ) намеренные действия, направленные на причинение ущерба другому человеку, группе людей или животному.

**Агрессивность** – это свойство личности, выраженное в готовности к агрессии

### **Виды агрессии:**

- вербальная;
- физическая;
- направленная на себя;
- направленная на других;
- негативизм (оппозиционная модель поведения);
- деструктивная;
- конструктивная.

### **Критерии агрессивного поведения:**

- угрожают другим людям (вербально, жестом, взглядом);
- иницируют физические драки;
- используют в драке предметы, которые могут ранить;
- физически жестоки по отношению к людям и животным (намеренно делают больно);
- воровство по отношению к человеку, который не нравится;
- намеренная порча имущества;
- шантаж, вымогательство;
- побег из дома;
- не ходит в школу.

### **Характерологические особенности агрессивных детей и подростков:**

- Воспринимают большой круг ситуаций как угрожающие, враждебные по отношению к ним.
- Сверхчувствительны к негативному отношению к себе.
- Заранее настроены на негативное восприятие себя окружающими.
- Не оценивают собственную агрессию как агрессивное поведение.
- Всегда винят окружающих в собственном деструктивном поведении.
- В случае намеренной агрессии отсутствует чувство вины.
- Имеют ограниченный набор реакций на проблемную ситуацию.
- Боятся непредсказуемости в поведении родителей или других взрослых
- Имеют неврологические недостатки: неустойчивое, рассеянное внимание, слабая оперативная память, неустойчивое запоминание.
  - Низкий уровень самоконтроля и саморефлексии.
  - Положительно относятся к агрессии, так как через агрессию получают чувство собственной значимости и силы.
  - Не умеют прогнозировать последствия своих действий.

### **Факторы, способствующие становлению детско-подростковой агрессивности:**

#### **1. Семья:**

- Плохие отношения с одним или двумя родителями
- Дети чувствуют, что их в семье считают никуда не годными.
- Ощущение безразличия к своим чувствам.
- Отсутствие необходимой поддержки и заинтересованности их жизнью.
- Противоречивость требований к ребенку.

#### **2. СМИ.**

#### **3. Факторы воспитания и стиля общения взрослых:**

- Противоречивость требований к ребенку.
- Собственные частые негативные эмоциональные состояния взрослых и отсутствие самоконтроля и саморегуляции с их стороны.
  - Использование наказаний детей как способа отреагирования и разрядки взрослыми собственных негативных переживаний (гнев, раздражение, обида...)
  - Использований приказов, обвинений и угроз.
  - Постоянное использование «Ты – сообщений» (как ты смеешь, ты опять...)
  - Негативный стиль общения с ребенком
  - Вербальное оскорбление детей.
  - Игнорирование чувств, желаний ребенка. Данный стиль общения нацеливает ребенка на борьбу и мстительное поведение.

### **Задачи родителей и педагогов:**

- контроль над собственными негативными эмоциональными состояниями, так как умение взрослого владеть собой является лучшим гарантом адекватного поведения детей.
- овладение приемами конструктивного, позитивного общения в целях исключения ответной агрессивной поведенческой реакции со стороны детей или погашения уже имеющейся.
  - говорить с ребенком о своих чувствах и переживаниях, язык «Я-сообщений»;
  - «активно слушать» его внутренний мир;
  - не оценивать личность ребенка, а говорить о нежелательных действиях ребенка;
  - видеть в словах и действиях детей позитивный настрой и благие намерения.
  - обладать навыками саморегуляции.

### **Дети:**

#### **Обучение способам выражения гнева в приемлемой форме:**

- Прямо заявлять о своих чувствах.
- Умение направлять гнев на объект. При этом, не уклоняясь в стороны от основной жалобы.
- Вежливость в обращении.
- Стремление найти конструктивное решение.
- Выражать гнев в косвенной форме.