Одна из главных проблем в определении агрессии в том, что этот термин подразумевает большое разнообразие действий.

Когда люди характеризуют кого-то как агрессивного, они могут сказать, что он обычно оскорбляет других, или что он часто недружелюбен, или, что он твердо и жестоко отстаивает свои убеждения и т.п.

Таким образом, при изучении агрессивного поведения человека мы сразу же сталкиваемся с серьёзной и противоречивой задачей: найти определение слова агрессия.

**Агрессия,** происходит от латинского слова **«agressio»,** и означает «нападение». Это эмоционально окрашенное жестокое целенаправленное нападение. Желание нанести урон, ударить, уничтожить.

Существует множество определений этого термина: это поведение содержащее угрозу, нанесение ущерба, намерение обиды или оскорбления.

Согласно психологическому словарю, **агрессия – это деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический или моральный ущерб людям, или вызывающее у них психологический дискомфорт.**

Ученые выделяют несколько причин возникновения агрессии.

            Сторонники биологической теории считают, что агрессия это:

-  врожденное свойство человека, инстинкт самосохранения;

- инстинкт борьбы за ресурсы и территорию (конкуренция в профессиональной и личностной сферах);

-  личностное свойство, передающееся по наследству с типом нервной системы (неуравновешенный);

- результат гормональных нарушений (переизбыток адреналина или тестостерона);

- последствие употребления психоактивных веществ (наркотиков, алкоголя, никотина, кофеина).

Социобиологический подход гласит, что люди скорее всего будут содействовать выживанию тех, у кого имеются схожие с ними гены (то есть родственников), проявляя альтруизм и самопожертвование, и будут вести себя агрессивно по отношению к тем, кто от них отличается, то есть у кого наименее вероятно наличие общих генов. В связи с этим становятся ясны причины негативного отношения представителей разных национальных, социальных, профессиональных, религиозных групп друг к другу.

Представители психосоциальной теории связывают повышенный уровень агрессивности людей с их неудовлетворенностью качеством своей жизни, с имеющимися проблемами на работе и в семье.

Согласно социальной теории вести себя агрессивно мы учимся в течение жизни. Этому способствуют:

- жестокость и насилие, демонстрируемое в средствах массовой информации и семье;

- неблагополучные отношения в семье (ссоры между супругами, неравномерное распределение внимания родителей между детьми, использование физического наказания детей).

Авторы психологической теории связывают агрессивность человека с наличием у него следующих качеств:

- подозрительность;

- сниженный или повышенный самоконтроль;

- стремление к доминированию;

- повышенная тревожность;

- отсутствие творческого потенциала;

- завышенный уровень притязаний (хочу все и сразу);

- преобладание материальных ценностей;

- ущемленное чувство собственного достоинства, самоуважения.

            Агрессия по отношению к другим людям может проявляться по-разному.

1. **Физическая агрессия** заключается в нанесении человеку телесных повреждений или порче его имущества, т.е. использование физической силы против другого лица.
2. **Косвенная агрессия** — это плетение за спиной человека интриг, распускание о нем сплетен.
3. **Вербальная агрессия** проявляется в речи. Это крики, оскорбления, обвинения, проклятья, шантаж, угрозы.
4. **Негативизм** — это молчаливый или открытый отказ человека от выполнения просьб и распоряжений, т.е. оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. **Раздражение** – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
6. **Обида** – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
7. **Подозрительность**– в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
8. **Чувство вины** – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Не стоит путать агрессию (действие) и **агрессивность** – **свойство личности, которое проявляется в готовности к агрессивному поведению.** Изначально человек в процессе развития не обладает такой характеристикой, как агрессивность, поэтому специалисты говорят о том, что модели агрессивного поведения усваиваются детьми с самого рождения.

Важно знать, что агрессивность является нарушением поведения, а не симптомом какого-либо психического заболевания. Так же необходимо помнить, что возрастание агрессии носят возрастной характер и связаны с переживанием одного из кризисов развития. Возрастающая агрессия в эти периоды жизни ребенка свидетельствуют о нормальном ходе процесса его психического развития.

**Детская агрессия** проявляется в самом раннем возрасте.

В первые годы агрессия проявляется импульсивными действиями: криком, упрямством, бросанием вещей.

Таким поведением ребенок «говорит», что он ощущает себя дискомфортно или беспомощно. Данное агрессивное поведение можно считать агрессивным лишь условно, так как у ребенка нет намерений причинить кому-либо вред.

Примерно к трем годам ситуация с агрессией меняется и на первое место выходят конфликты с ровесниками: борьба за право обладать вещью (игрушкой) или ребенок конфликтует чтобы проявить себя, чтобы «последнее слово» осталось за ним. Ребенок может ударить, укусить, толкнуть, высыпать песок в лицо.

В дальнейшем, к 6-7 годам, ребенок научается контролировать свое поведение, так как его учат соблюдению определенных социально-нравственных норм.

Если взрослые нетерпимо относятся к открытым проявлениям агрессии, и не предлагают другого способа выражения своего состояние, то агрессия займет «пассивное» положение и проявится хныканьем, бурчанием, упрямством или непослушанием.

Если взрослые нетерпимо относятся к проявлениям агрессии, и учат ребенка обсуждать, анализировать, выслушивать, сравнивать и предлагать собственное решение проблем, то практически в любой ситуации у ребенка не будет причин проявлять агрессию, поскольку он сможет сообщить о дискомфорте или объяснить что не так.

Если взрослые терпимо относятся к агрессивным действиям, а так же поощряют агрессивное поведение, то агрессивный шаблон поведения закрепится надолго или навсегда.

В подростковом периоде всплеск агрессивного поведения расценивается как норма, так как в структуре личности происходят значительные перемены, перестраиваются ранее сложившиеся структуры личности, закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность личности в формировании нравственных представлений и установок. И все это на фоне физических и гормональных изменений.

Так у **мальчиков**имеются два пика проявления агрессии: 12 лет и 14—15 лет**.**У **девочек**в 11 лет и в 13 лет. У мальчиков наиболее выражена склонность к прямой физической и прямой вербальной агрессии. У девочек к прямой вербальной и косвенной вербальной агрессии.

В юношестве 16-18 лет, агрессия угасает, так как происходит становление своего внутреннего «Я» и адекватной самооценки. Если же самооценка неадекватная, то склонность к агрессивному поведению сохраняется.

Что может стать **причиной** формирования детской агрессии?

* **Взаимоотношения в семье**. Ребенок обучается поведению и формам отношений, которые есть в семье и это поведение сохранится и в подростковом возрасте и во взрослой жизни. Если в семье принято повышать голос, оскорблять или подчиняться агрессии со стороны, то ребенок научится этим формам отношений.
* **Примеры СМИ, фильмы, мультики, передачи или шоу агрессивного содержания ведут к возбуждению агрессии**. Даже пассивный просмотр агрессивного видео может вызвать всплеск агрессии у ребенка. Кроме того, герои фильмом зачастую агрессивны и если ребенок захочет подражать «своему герою», то будет вести себя агрессивно.
* **Взаимоотношения со сверстниками**. Окружение, как и семья оказывают свое влияние.  Дети усваивают различные модели поведения в ходе взаимодействия с другими детьми. Если в детском саду, школе кто-то ребенка обижает, то он может «взять на вооружение» данный способ общения, если посчитает что «так принято» или, что так он защитит себя от других.

**Портрет агрессивного ребёнка.**

Почти в каждом коллективе детей, подростков встречается хотя бы один с признаками агрессивного поведения.

Он нападает на остальных, обзывает их, намеренно употребляет грубые выражения.

Агрессивный ребенок часто подозрителен и насторожен, любит перекладывать вину за затеянную им ссору на других. Такой ребенок часто не может сам оценить свою агрессивность, он не замечает, что вселяет в окружающих страх и беспокойство. Ему, наоборот, кажется, что весь мир хочет обидеть именно его. Он ощущает себя отверженным, никому не нужным.

**Как выявить агрессивного ребёнка?**

Психологами разработаны критерии определения агрессивности, которые можно применить как схему наблюдения за ребёнком.

Критерии агрессивности.

Ребёнок:

1. Часто теряет контроль над собой.

2. Часто спорит, ругается со взрослыми.

3. Часто отказывается выполнять правила,

4. Часто специально раздражает людей.

5. Часто винит других всвоих ошибках,

6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо.

7. Часто завистлив, мстителен.

8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

**У детей среднего школьного возраста и подростков агрессивность может проявляться** следующим образом:

1. Часто угрожают другим людям (словами, жестами, взглядом),
2. Периодически выступают инициаторами драк (могут использовать ранящие предметы);
3. Не испытывают сострадания, проявляют жестокость к людям и животным, намеренно могут сделать им больно (словом или физически);
4. Неразборчивы в средствах достижения своих целей (например, могут применять в качестве мести воровство, порчу личных вещей обидчика и т. п.);
5. Не считаются с мнением родителей, их запретами и ограничениями (вплоть до побега из дома);
6. Имеют трудности в отношениях с учителями, открыто конфликтуют или прогуливают уроки.

**Способы преодоления агрессии:**

Необходимо вести специальную терпеливую и систематическую работу в четырех направлениях:

1. Работать с гневом - обучать ребенка общепринятым и неопасным для окружающих способам выражения своего гнева;
2. Обучать самоконтролю - вырабатывать у ребенка навыки владения собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева или тревожность;
3. Работать с чувствами - учить осознавать собственные эмоции и эмоции других людей, формировать способность к сопереживанию, сочувствию, доверию окружающим;
4. Прививать конструктивные навыки общения - обучать адекватным поведенческим реакциям в проблемной ситуации, способам выхода из конфликта.

Реализовать эти коррекционные направления помогают игры и игровые приемы, упражнения.