

Брыкало Владимир Андреевич

студент

Чистова Виктория Александровна

канд. экон. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Донской государственный
технический университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ: ОТ ДИАГНОСТИКИ ДО КОРРЕКЦИИ

***Аннотация:** в статье рассматриваются психологические аспекты агрессивного поведения, начиная с его определения и причин, и заканчивая методами диагностики и коррекции. Описываются различные формы агрессии, такие как физическая, вербальная и косвенная, а также основные факторы, влияющие на её проявление, включая биологические, психологические и социальные. Анализируются теоретические подходы к пониманию агрессии, включая теорию инстинктов, фрустрационно-агрессивную теорию и социально-когнитивную теорию. Особое внимание уделено методам диагностики агрессивного поведения, таким как наблюдение, опросники и проективные методики. Рассматриваются психотерапевтические и социальные методы коррекции, включая когнитивно-поведенческую терапию, обучение навыкам управления гневом и медикаментозную терапию.*

***Ключевые слова:** агрессивное поведение, психологические аспекты, диагностика агрессии, коррекция агрессии, формы агрессии, психотерапия, когнитивно-поведенческая терапия, социальные факторы агрессии, фрустрационно-агрессивная теория, медикаментозная терапия.*

Агрессивное поведение является одной из значимых проблем в современной психологии и обществе в целом. Оно может проявляться в различных формах: от словесной агрессии до физического насилия. Понимание психологических аспектов агрессии, методов её диагностики и коррекции имеет важное

значение для эффективного управления этой проблемой и улучшения качества жизни как отдельных индивидов, так и общества в целом.

В причинах возникновения подростковой агрессии психологи утверждают, что, агрессивные дети часто признаются, что чувствуют себя не нужными своим родителям, что родители, особенно отцы, их не любят и часто унижают. Создается впечатление, что, прибегая к агрессивному поведению, дети просто борются за свое психологическое выживание, а, вырастая, своим асоциальным поведением мстят этому миру за то, что он не принимал их, не любил, не заботился об их внутреннем мире, так как в своей жизни они скорее встречали осуждение, чем понимание и участие. Агрессия – это способ выражения своего гнева, протеста. В его основе лежит боль, унижение, обида, страх, которые, в свою очередь, возникают от неудовлетворения базисной, фундаментальной человеческой потребности в любви и нужности другому человеку.

Агрессия – это поведение, направленное на причинение вреда или дискомфорта другому человеку [1]. Она может проявляться в следующих формах:

Физическая агрессия: удары, толчки, использование оружия.

Вербальная агрессия: угрозы, оскорбления, грубость.

Косвенная агрессия: сплетни, саботаж, социальное исключение.

Причины агрессивного поведения.

Психологические исследования выделяют несколько основных причин агрессивного поведения:

Биологические факторы: генетическая предрасположенность, уровень гормонов (например, тестостерона), особенности нервной системы.

Психологические факторы: личностные черты (например, высокий уровень враждебности), эмоциональная нестабильность, травматические переживания.

Социальные факторы: влияние окружения, культурные нормы, семейное воспитание.

Теоретические подходы.

Существуют различные теории, объясняющие агрессивное поведение:

Теория инстинктов (Зигмунд Фрейд, Конрад Лоренц): агрессия рассматривается как врождённый инстинкт.

Фрустрационно-агрессивная теория (Джон Доллард и Нил Миллер): агрессия является результатом фрустрации – блокирования достижения цели.

Социально-когнитивная теория (Альберт Бандура): агрессия усваивается через наблюдение и моделирование поведения других людей.

Методы диагностики.

Диагностика агрессивного поведения включает использование различных методов:

Наблюдение: фиксирование проявлений агрессии в естественной среде.

Опросники и тесты: стандартизированные анкеты для оценки уровня агрессии (например, опросник Басса-Дарки).

Проективные методики: анализ реакций на неоднозначные стимулы (например, тест Роршаха).

Роль специалистов

Диагностикой агрессивного поведения занимаются психологи и психиатры. Они проводят комплексное обследование, включая беседы, анализ анамнеза, использование диагностических инструментов. Важно учитывать контекст и индивидуальные особенности пациента [2].

Психотерапевтические методы.

Коррекция агрессивного поведения может включать различные психотерапевтические подходы:

Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ): изменение деструктивных мыслей и моделей поведения.

Психодинамическая терапия: работа с внутренними конфликтами и травматическими переживаниями.

Групповая терапия: взаимодействие в группе для обучения навыкам контроля агрессии.

Социальные и поведенческие интервенции.

Кроме психотерапии, эффективными могут быть и другие методы.

Обучение навыкам управления гневом: техники релаксации, асертивное поведение.

Программы социального обучения: развитие эмпатии, коммуникативных навыков.

Медикаментозная терапия: использование препаратов для стабилизации эмоционального состояния (в случае необходимости).

Агрессивное поведение является сложным и многогранным явлением, требующим внимательного подхода. Понимание его психологических аспектов, грамотная диагностика и эффективные методы коррекции могут значительно улучшить ситуацию как для отдельных людей, так и для общества в целом. Важно помнить, что работа с агрессией требует комплексного подхода, включающего усилия психологов, психиатров, социальных работников и самого индивида.

Список литературы

1. Волкова Л.А. Причины криминально-агрессивного поведения подростков / Л.А. Волкова // Среднее профессиональное образование. – 2011. – №8. – С. 70–72.
2. Кривцова С.В. Травля в школе: есть ли выход? / С.В. Кривцова // Православное образование. – 2015. – №4/14. – С. 85–91.