

**Шалагинова Ксения Сергеевна**

канд. психол. наук, доцент, доцент

**Шкуркина Екатерина Николаевна**

студентка

ФГБОУ ВО «Тульский государственный  
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

## **ПРОФИЛАКТИКА АГРЕССИВНОСТИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ КАК ОДНО ИЗ НАПРАВЛЕНИЙ ЭФФЕКТИВНОГО РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТОВ**

*Аннотация:* в статье анализируется важность профилактики агрессивности среди старшеклассников. Формирование навыков эффективной коммуникации и эмоциональной регуляции помогают в борьбе с агрессией и являются одним из условий эффективного разрешения конфликта. Рассматриваются работы западных и отечественных исследователей, посвященные агрессивному поведению подростков. Выделяются факторы, приводящие к формированию агрессии. Представлены возможные методы и меры, направленные на предотвращение агрессивных проявлений у старшеклассников, обозначены ключевые направления профилактической работы со старшеклассниками.

*Ключевые слова:* конфликт, агрессия, агрессивное поведение, профилактика, подростковый возраст.

Конфликт – это естественное и неизбежное явление в человеческих взаимоотношениях, которое возникает из-за столкновения различных интересов, мнений и стремлений. Это может проявляться в форме серьезных разногласий, острых споров или даже открытой борьбы.

Проблема агрессии и конфликтного поведения у подростков в настоящее время приобретает все большую актуальность в мировом психологическом сообществе. Растущие показатели насилия и деструктивного поведения во всем

мире побуждают специалистов и общественность к более глубокому теоретическому изучению природы и причин возникновения конфликтов и агрессии среди подростков. Их масштабы постоянно растут, что вызывает острую необходимость в разработке эффективных профилактических и коррекционных мер [1].

В России значительный вклад в понимание природы и механизмов агрессии внесли такие учёные, как С.А. Беличева, Е.П. Ильин, В.Г. Петров, Т.Г. Румянцева и Л.М. Семенюк.

По мнению Е.П. Ильина, агрессивность – это свойство личности, которое отражает склонность к агрессивному реагированию при возникновении фрустрирующей и конфликтной ситуации [6].

Л.М. Семенюк понимал агрессию как целенаправленно разрушительное поведение, противоречащее правилам и нормам существования людей в социуме, наносящее вред одушевлённым либо неодушевлённым объектам нападения, причиняющее физический ущерб индивидам либо вызывающее у них психический дискомфорт [10].

Зарубежная психология также внесла существенный вклад в эту область. Работы таких авторитетных исследователей, как З. Берковиц, А. Басс, К. Лоренц значительно расширили наше понимание агрессии. В этих исследованиях большая роль в природе агрессии отводится социальным, прижизненно действующим факторам.

А. Бандура считает, что агрессия есть результат искаженного процесса социализации, в частности, злоупотребления родителями наказаниями, жестоким отношением к детям [5].

Л. Берковец указывает, что между объективной ситуацией и агрессивным поведением человека всегда выступают две опосредствующие причины: готовность к агрессии (злость) и интерпретация – толкование для себя данной ситуации [4].

Таким образом, все авторы сходятся во мнении, что «агрессия» предполагает нанесение вреда другому субъекту. Теоретический анализ позволил определить агрессию следующим образом: агрессия – это характеристика личности, которая характеризует ее склонность к проявлению агрессивного поведения в конфликт-

ной ситуации. Опираясь на вышесказанное, можно сделать вывод, что агрессивность представляет собой многогранную и сложную характеристику личности.

Агрессивное поведение подростков – это серьёзная проблема, которая требует пристального внимания. Его формирование, как правило, происходит в раннем возрасте, во время социализации ребенка [2].

Подростковый возраст является наиболее благоприятным периодом для профилактики и коррекции агрессивного поведения. В этот период мозг еще пластичен, подростки более склонны к обучению и изменению своих привычек. Именно поэтому работа с подростками, направленная на нивелирование агрессивного поведения, имеет огромный потенциал для достижения положительных результатов [7].

Формирование агрессивного поведения у подростков обусловлено комплексом разнообразных факторов. К числу внешних факторов относятся неблагоприятная обстановка в семье, недостаток родительской поддержки, воздействие насилия. Среди внутренних факторов можно выделить низкую самооценку, неуверенность в себе, а также наличие чувств гнева и фрустрации [7].

Проявление агрессии как метода разрешения внутренних и внешних конфликтов, а также как способа снятия напряжения, обусловлено комплексным воздействием четырёх ключевых факторов: семейная среда, взаимодействие со сверстниками, образовательная среда, средства массовой информации.

В первую очередь агрессивное поведение может демонстрировать семья. Возможность проявления агрессии у подростков во многом зависит от того, сталкиваются ли они с агрессивным поведением дома. На формирование агрессивного поведения влияют уровень сплоченности семьи, близость отношений между детьми и родителями, стиль воспитания, а также характер взаимодействия между родственниками. Вторым фактором является социальное взаимодействие «подросток – сверстники», социальное окружение сверстников может оказывать существенное влияние на развитие агрессии. Если агрессивные модели поведения воспринимаются подростками как эффективные и приемлемые в их социальной группе, то такая стратегия взаимодействия может закрепиться

и стать устойчивой. Третьим источником агрессивного поведения является информационное пространство. Агрессивное содержание в играх, фильмах и программах может стимулировать развитие агрессивных тенденций у подростков в котором представлены виртуальные примеры такого поведения.

Проявлению агрессивного поведения у подростков может способствовать школьная среда. Агрессия может быть следствием переутомления, вызванного значительными информационными нагрузками, однообразной учебной деятельностью и системой оценивания, которая придаёт большое значение личным достижениям. В таких условиях подросток может демонстрировать агрессию как по отношению к преподавателям, так и к сверстникам [8].

Таким образом, основными факторами, способствующими формированию агрессивного поведения, являются семья (ее стиль воспитания и отношения между родителями и детьми), взаимодействие со сверстниками, рост агрессивного контента в информационном пространстве и образовательная среда [3].

В образовательных учреждениях программы профилактики агрессии должны быть интегрированы в учебный процесс на всех уровнях – от начальной школы до высших учебных заведений [8].

Профилактика агрессивного поведения у подростков – это комплексная задача, требующая системного подхода и активного участия всех заинтересованных сторон: семьи, образовательных учреждений, социальных служб и медицинских специалистов. Нельзя ограничиваться лишь реакцией на уже проявившуюся агрессию; необходимо создавать среду, уменьшающую её возникновение. Эффективная профилактика агрессивности охватывает несколько ключевых направлений.

Развитие эмоционального интеллекта. Речь идет не просто об умении распознавать собственные эмоции, но и о глубоком понимании их причин, а также о развитии навыков эмоциональной регуляции. Подростки должны научиться идентифицировать не только явный гнев, но и его более скрытые проявления, такие как раздражительность, фрустрация или обида.

Развитие коммуникативных навыков. Агрессия часто является результатом неумения эффективно общаться [1].

Раннее выявление и вмешательство. Чем раньше будут выявлена проблема и начата работа по её коррекции, тем эффективнее будет профилактика

Междисциплинарный подход. Работа с агрессивным поведением требует участия специалистов разных профессий: психологов, педагогов, социальных работников, врачей-психиатров. Только интегрированный подход, учитывающий биологические, психологические и социальные факторы, может обеспечить максимальную эффективность профилактических мероприятий [2].

### *Список литературы*

1. Азаев В.А. Агрессия как психологический феномен и педагогическая проблема инклюзивного образования / В.А. Азаев, Е.Н. Буслаева. – Калуга: Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского. – С. 4.
2. Авдулова Т.П., Агрессивность в подростковом возрасте: практическое пособие / Т.П. Авдулова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2024. – 126 с.
3. Беличева С.А. Основы превентивной психологии / С.А. Беличева. – М., 1993. – 320 с.
4. Берковиц Л. Агрессия. Причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2001. – 510 с.
5. Бандура А. Подростковая агрессия: Изучение влияния воспитания и семейных отношений / А. Бандура, Р. Уолтерс. – М.: Эксмо-Пресс: Апрель-Пресс, 2000. – 508 с.
6. Ильин Е.П. Психология агрессивного поведения / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2014. – 368 с. – EDN UYNEAN
7. Молчанов С.В. Психология подросткового и юношеского возраста: учебник для академического бакалавриата / С.В. Молчанов. – М.: Юрайт, 2023. – 352 с.
8. Плешакова Д.А. Факторы формирования агрессии у подростков / Д.А. Плешакова // Современные научные исследования и инновации. – 2020. – №10. – EDN GDKVAZ

9. Реан А.А. Агрессия и агрессивность / А.А. Реан // Психологический журнал. – 1996. – Т. 17. №5. – С. 3–16.

10. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции / Л.М. Семенюк. – М.: Речь, 2003. – 96 с.