**Психология агрессии**

**Введение**

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 же что он, будучи достаточно сильным, пытается делать все по-своему, или, может быть, что он твердо отстаивает свои убеждения, или, возможно, без страха бросается в омут неразрешимых проблем.

Агрессивные действия у ребенка можно наблюдать уже с самого раннего детства. Даже в первые годы жизни агрессия проявляется почти исключительно в импульсивных приступах упрямства, часто не поддающихся управлению взрослыми. Выражается это, чаще всего, вспышками злости или гнева, сопровождающихся криком, брыканием, кусанием, драчливостью.

Существует множество причин, по которым дети подавляют возникающие у них агрессивные побуждения.

Младшие школьники усваивают различные модели поведения, как приемлемые, так и неприемлемые социально, в ходе взаимодействия с другими детьми. Игра со сверстниками дает детям возможность научиться агрессивным реакциям, но не все дети используют свой деструктивный опыт для решения конфликтной ситуации. Одна из главных причин того, что многие дети постоянно попадают в проблемные ситуации, невероятно проста: у них не хватает базовых социальных умений, они социально не компетентны в вопросах коммуникации и общения.

**1. Природа агрессии в отечественной и зарубежной литературе.**

Слово агрессия происходит от латинского “aggredi”, что означает “нападать”. Оно издавна бытует в европейских языках, однако, значение ему придавалось не всегда одинаковое. До начала XIX века агрессивным считалось любое активное поведение, как доброжелательное, так и враждебное. Позднее, значение этого слова изменилось, стало более узким.

Под агрессией стали понимать враждебное поведение в отношении окружающих людей. Для того, чтобы рассмотреть проблему детской агрессивности в младшем школьном возрасте для начала поясним, каково общее понятие агрессии, какова ее структура и природа.

Существует множество теоретических обоснований возникновения агрессии, ее природы и факторов, влияющих на ее проявление. Но все они подпадают под следующие четыре категории. Агрессия относится к:   
врожденным побуждениям и задаткам; потребностям, активизируемым внешними стимулами; познавательным и эмоциональным процессам;   
актуальным социальным условиям в сочетании с предшествующим научением.

Рассмотрим наиболее известные теоретические положения.

Теория влечения (психоаналитический подход).

Основоположником этой теории является Зигмунд Фрейд. Он считал, что агрессивное поведение по своей природе инстинктивное и неизбежно. В человеке существует два наиболее мощных инстинкта: сексуальный (либидо) и инстинкт влечения к смерти (танатос). Энергия первого типа направлена на упрочнение, сохранение и вопроизведение жизни.

Энергия же второго типа направлена на разрушение и прекращение жизни. Он утверждал, что все человеческое поведение является результатом сложного взаимодействия этих инстинктов, и между ними существует постоянное напряжение. Ввиду того, что существует острый конфликт между сохранением жизни (эросом) и ее разрушением (танатосом), другие механизмы (смещение) служат цели направлять энергию танатоса вовне, в направлении от “Я”. А если энергия танатоса не будет обращена вовне, то это вскоре приведет к разрушению самого индивидуума. Таким образом, танатос косвенно способствует тому, что агрессия выводится наружу и направляется на других.

Экологический подход.

Новое звучание эта тема получила благодаря работам К.Лоренца, который придерживался эволюционного подхода к агрессии, что было схоже с позицией З.Фрейда.

Согласно Лоренцу, агрессия берет начало, прежде всего, из врожденного инстинкта борьбы за выживание, который присутствует у людей так же, как и у других живых существ. Он считал, что агрессивная энергия, имеющая своим источником инстинкт борьбы за выживание, генерируется в организме спонтанно, непрерывно, в постоянном темпе, регулярно накапливаясь с течением времени. Таким образом, развертывание явно агрессивных действий является совместной функцией: количества накопенной агрессивной энергии.

Но, чем большее количество агрессивной энергии имеется в данный момент. Тем меньший стимул нужен для того, чтобы агрессия выплеснулась вовне, т.е. агрессивное поведение может выплеснуться спонтанно.

Лоренц отмечал, что кроме врожденного инстинкта борьбы все живые существа наделены возможностью подавлять свои стремления, т.е. имеют сдерживающее начало, которое препятствует нападению на представителей своего вида. А люди, в свою очередь, обладают более слабым сдерживающим началом, чем животные.

Отсюда, технический прогресс (оружие массового уничтожения) может привести к уничтожению человека как вида. Ослабление агрессии возможно путем различных действий. Также Лоренц утверждал, что любовь и дружеские отношения могут оказаться несовместимыми с выражением открытой агрессии и могут блокировать ее проявления.

Фрустрационная теория (гомеостатическая модель).

Эта теория, предложенная Д.Доллардом, противопоставляется двум, выше описанным. Здесь агрессивное поведение рассматривается как ситуативный, а не эволюционный процесс. Основные положения этой теории звучат так:   
фрустрация всегда приводит к агрессии в какой-либо форме.   
Агрессия всегда является результатом фрустрации.

В отношении побуждения к агрессии решающее значение имеют три фактора:

степень ожидаемого субъектом удовлетворения от будущего достижения цели;

сила препятствия на пути достижения цели;

количества последовательных фрустраций.

Чем в большей степени субъект предвкушает удовольствие, чем сильнее препятствие и чем большее количество реакций блокируется, тем сильнее будет толчок к агрессивному поведению. А если фрустрации следуют одна за другой, то их сила может быть совокупной и это может вызвать агрессивную реакцию большей силы.

Когда выяснилось, что индивидуумы не всегда реагируют агрессией на фрустрацию, Доллард и соавторы пришли к выводу, что подобное поведение не проявляется в тот же момент фрустрации, прежде всего, из-за угрозы наказания. В этом случае происходит “смещение”, в результате которого агрессивные действия направляются на другого человека, нападение на которого ассоциируется с наименьшим наказанием.

Таким образом, человек, которого удерживает от агрессивности против фрустатора сильный страх наказания, прибегает к смещению своих наладок, направляя на другие мишени - на тех лиц, по отношению к которым у данного индивидуума не действует сдерживающий.

Какие же факторы ослабляют агрессивную мотивацию? Ответ на этот вопрос следует искать в процессе катарсиса, т.е. такие акты агрессии, которые не приносят ущерба, снижают уровень побуждения к агрессии.(оскорбление, агрессивные фантазии, удар по столу кулаком - акты агрессии, которые снижают уровень побуждения к последующей более сильной агрессии).

Теория социального научения (бихевиоральная модель).

В отличие от других, эта теория гласит, что агрессия представляет собой усвоенное поведение в процессе социализации через наблюдение соответствующего образа действий и социальное подкрепление, т.е. идет изучение человеческого поведения, ориентированного на образец.

Эта теория была предложена А. Бандурой и представлена в работе в виде таблицы 1., объясняющей усвоение, провоцирование и регуляцию агрессивного поведения.

Таблица 1.

Теория социального научения А. Бандуры.

|  |
| --- |
| Агрессия, приобретаемая посредством: |
| Биологических факторов (например, гормоны, нервная система) |
| Научения (например, непосредственный опыт, наблюдение) |
| Агрессия провоцируется: |
| Воздействием шаблонов (например, возбуждение, внимание) |
| Неприемлемым обращением (например, нападки, фрустрация) |
| Побудительными мотивами (например, деньги, восхищение) |
| Инструкциями (например, приказы) |
| Эксцентричными убеждениями (например, параноидальными убеждениями) |
| Агрессия регулируется: |
| Внешним поощрением и наказанием (например, материальное вознаграждение, неприятные последствия) |
| Викарным подкреплением (например, наблюдение за тем, как поощряют или наказывают других) |
| Механизмами саморегуляции (например, гордость, вина) |

С его точки зрения, анализ агрессивного поведения требует учета трех моментов:

способов усвоения подобных действий;

факторов, провоцирующих их появление;

условий, при которых они закрепляются.

Поэтому, существенное значение здесь уделяется обучению, влиянию первичных посредников социализации, а именно родителей, на обучение детей агрессивному поведению. В частности, было доказано, что поведение родителей может выступать в качестве модели агрессии и, что у агрессивных родителей обычно бывают агрессивные дети.

Также эта теория утверждает, что усвоение человеком широкого диапазона агрессивных реакций - прямое поощрение такого поведения. Т.е. получение подкрепления за агрессивные действия повышает вероятность того, что подобные действия будут повторяться и в дальнейшем.

Вместе с тем, существенное значение имеет результативная агрессия, т.е. достижение успеха при использовании агрессивных действий. Сюда же относится и викарный опыт, т.е. наблюдение поощрения агрессии у других. Социальное поощрение и наказание относятся к побуждению агрессии.

Самопоощрение и самонаказание - модели открытой агрессии, регулируемые поощрением и наказанием, которые человек устанавливает для себя сам. Хочется отметить, что эта теория оставляет гораздо больше возможностей предотвратить и контролировать человеческую агрессию.

Согласно теории, агрессия - приобретенная модель социального поведения. Отсюда, она может быть ослаблена с помощью процедур (устранение условий) социальное научение предполагает проявление агрессии людьми только в определенных социальных условиях.

В настоящее время теория социального научения является наиболее эффективной в предсказании агрессивного поведения, особенно если есть сведения об агрессоре и ситуации социального развития.

Таким образом, из вышеупомянутых теорий, объясняющих природу агрессивности, можно сделать следующие выводы:

Проявление агрессии объясняют биологические и социальные факторы.  
Агрессивность может быть не только жестокой, но и нормальной реакцией индивидуума в ходе борьбы за выживание.

Агрессивные действия могут быть ослаблены или направлены в социально приемлемые рамки с помощью положительного подкрепления неагрессивного поведения, ориентации человека на позитивную модель поведения, изменение условий, способствующих проявлению агрессии.

Рассмотрев основные теории, объясняющие природу агрессивности, определим основные понятия.

Р.Бэрон и Д.Ричардсон, считают, что агрессия, в какой бы форме она не проявлялась, представляет собой поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющего все основания избегать подобного обращения с собой. Данное комплексное определение включает в себя следующие частные положения:

Агрессия обязательно подразумевает преднамеренное, целенаправленное причинение вреда жертве;

В качестве агрессии может рассматриваться только такое поведение, которое подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам;

Жертвы должны обладать мотивацией избегания подобного обращения с собой (Р.Бэрон, Д.Ричардсон “Агрессия”).

Под агрессией, по Э.Фромму, следует понимать любые действия, которые причиняют или имеют намерение причинить ущерб другому человеку, группе людей или животному, а также причинение ущерба вообще всякому неживому объекту.

Агрессивность, по Р.С.Немову, понимается как враждебность - поведение человека в отношении других людей, которое отличается стремлением причинить им неприятности, нанести вред.

Психологический словарь предлагает следующее определение: Агрессия - мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности).

Проявление агрессии весьма разнообразно. Различают два основных типа агрессивных проявлений:

Целевая агрессия;

Инструментальная агрессия

Первая выступает как осуществление агрессии в качестве заранее спланированного акта, цель которого - нанесение вреда или ущерба объекту. Вторая совершается как средство достижения некоторого результата, который сам по себе не является агрессивным актом.

**2. Структура агрессии.**

Структуру агрессивного проявления предложили в своих работах И.К. Заградова, Н.Д. Левитов, А.К. Осинский:

Таблица 2.

Структура агрессивного проявления

|  |
| --- |
| По направленности: |
| Агрессия, направленная вовне; |
| Аутоагрессия - направленная на себя. |
| По цели: |
| Интеллектуальная агрессия; |
| Враждебная агрессия; |
| По методу выражения: |
| Физическая агрессия; |
| Вербальная агрессия. |
| По степени выраженности: |
| Прямая агрессия; |
| Косвенная агрессия. |
| По наличию инициативы: |
| Инициативная агрессия; |
| Оборонительная агрессия. |

Теперь определим, что такое агрессивное действие и агрессивное поведение, агрессивность, т.к. часто в эти понятия вкладывают один и тот же смысл.

Агрессивное действие - это проявление агрессивности, как ситуативной реакции. Если же агрессивные действия периодично повторяются, то в этом случае следует говорить об агрессивном поведении.

Сама же агрессивность подразумевает ситуативное, социальное, психологическое состояние непосредственно перед или во время агрессивного действия.

Так же хочется отметить, что каждая личность должна обладать определенной степенью агрессивности, так как агрессия является неотъемлемой характеристикой активности и адаптивности человека.

В. Клайн считает, что в агрессивности есть определенные здоровые черты, которые просто необходимы для активной жизни. Это - настойчивость, инициатива, упорство в достижении цели, преодоление препятствий. Эти качества присущи лидерам. Р.С.Хоманс считает, что агрессию может вызвать ситуация, связанная со стремлением к справедливости. Реан А.А., Бютнер К. и другие рассматривают некоторые случаи агрессивного проявления как адаптивное свойство, связанное с избавлением от фрустрации и тревоги.

Состояние фрустрации - это психическое состояние, характеризующееся наличием стимулированной потребности не нашедшей своего удовлетворения. Это состояние сопровождается различными отрицательными переживаниями: раздражением, отчаянием.

Таким образом, агрессию можно рассматривать как биологически целесообразную форму поведения, которая способствует выживанию и адаптации. С другой стороны, агрессия расценивается как зло, как поведение, противоречащее позитивной сущности людей.

Так какой акт поведения можно считать агрессивным?   
Румянцева Т.Г. считает, что сегодня на первый план выдвигается нормативный подход. Согласно этой точке зрения, в определении поведения как агрессивного решающее место должно принадлежать понятию нормы. Нормы формируют своеобразный механизм контроля за обозначением тех или иных действий.

Понятие нормы формируется в процессе социализации ребенка. Отсюда, Поведение будем назвать агрессивным при наличии двух обязательных условий: когда имеют место губительные для жертвы последствия; когда нарушены нормы поведения.

Важную роль в становлении агрессивного поведения играют обучение и воспитание. Р. Кратчфилд и Н. Левинсон признают, что над агрессивными проявлениями возможен контроль, связанный с процессом социализации. Социализацией агрессии можно назвать процесс научения контролю собственных агрессивных устремлений и выражения их в формах, приемлемых в рамках данной цивилизации.

В результате социализации многие учатся регулировать свои агрессивные импульсы, адаптируясь к требованиям общества. Другие же остаются весьма агрессивными, но учатся проявлять агрессию более тонко: через словесные оскорбления, скрытые принуждения, завуалированные требования и прочее.

Третьи ничему не научаются и проявляют свои агрессивные импульсы в физическом насилии.

Здесь важную роль играет ранний опыт воспитания ребенка в конкретной культурной среде, семейные традиции и эмоциональный фон отношения родителей к ребенку.

По мнению И. Заграфовой податливость к агрессивным действиям формируется по мере накопления недостатков в процессе социализации. Она выделяет две степени социализации:

усвоение социального опыта, ценностей, норм культурного поведения;

усвоение субкультурного опыта меньшего объема, но содержащего нормы поведения, допускающие агрессивность.

Таким образом, податливость к агрессивным действиям формируется при недостаточно сбалансированной социализации.

**Заключение**

Согласно одному из определений, предложенному Бассом, агрессия – это любое поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим. Второе определение, предложенное, несколькими известными исследователям, содержит следующее положение: чтобы те или иные действия были квалифицированы как агрессия, они должны включать в себя намерение обиды или оскорбления, а не просто приводить к таким последствиям. Третья точка зрения, высказанная Зильманом, ограничивает употребление термина агрессия попыткой нанесения другим телесных или физических повреждений.

Несмотря на значительные разногласия, относительно определений агрессии, многие специалисты в области социальных наук склоняются к принятию определения, близкого ко второму. В это определение входит как категория намерения, так и актуальное причинение оскорбления или вреда другим.

Таким образом, в настоящее время большинством принимается следующее определение: агрессия – это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Особенности личности проявляются ярче в состоянии эмоционального напряжения. Поэтому психологи внимательно изучают реакции индивида в ситуации фрустрации. Рассматривая понятие «фрустрация» в рамках психодиагностического подхода и с точки зрения межличностного взаимодействия, мы имеет в виду ситуации, в которых окружающие индивида лица специально или нечаянно ущемляют его интересы, что приводит к блокировке значимых потребностей, или задевают его самолюбие, негативно воздействуя на его самооценку.

В ситуации фрустрированности эмоциональное состояние проявляется:

1) как реакции страха, тревоги, отказа от самореализации, может сопровождаться чувством вины, стремлением уйти от конфликта;

2) как наступательное, обвиняющее других, активное или даже агрессивное поведение, враждебные высказывания или действия;

3) как стремление подавить и те, и другие реакции, пассивно или индифферентно отнестись к случившемуся, постараться нивелировать остроту конфликта.