**Агрессивное поведение: сущность, виды и формы. Типология агрессивного подростка**

Агрессия - целенаправленное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), причиняющее физический ущерб людям и вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние психической напряженности, страха, подавленности)*(С.Н.Ениколопов)*

По определению энциклопедии, агрессивное поведение (от лат. aggressio — нападение) это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам существования людей, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический, моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Специфической особенностью агрессивного поведения в *подростковом возрасте* является его зависимость от группы сверстников на фоне крушения авторитета взрослых. В данном возрасте быть агрессивным часто означает «казаться или быть сильным».

Таким образом, агрессивное поведение достаточно обычное явление подросткового возраста. Более того, в процессе социализации личности агрессивное поведение выполняет ряд важных функций. В норме оно освобождает от страха, помогает отстаивать свои интересы; защищает от внешней угрозы, способствует адаптации. В связи с этим можно говорить о двух **видах агрессии:** доброкачественно – адаптивной, и деструктивно – дезадаптивной.

**Формы агрессивного поведения подростков**

Формы агрессивного поведения подростков бывают двух видом – вербальная и физическая.

*Вербальная агрессия* бывает косвенной и прямой. К вербальной форме чаще всего прибегают девушки, это – словесное оскорбление и унижение

*Физическая агрессия* больше свойственна юношам.

*Прямая физическая агрессия* – это физическое унижение.

*Косвенная физическая агрессия* – нанесение морального ущерба.

*Символическая физическая агрессия* – запугивание и угрозы.

*Реальная форма агрессии* – нанесение физических травм.

Единую **классификацию видов агрессии** и причин агрессивного поведения создать довольно сложно. Однако в мировой практике часто пользуются её определением по методу американских психологов

А. Басса и А. Дарки, которое включает пять составляющих агрессии:

1. Физическая агрессия (физические действия против кого — либо);

2. Раздражение (вспыльчивость, грубость);

3. Вербальная агрессия (угрозы, крики, ругань и т. д.);

4. Косвенная агрессия, направленная (сплетни, злобные шутки) и ненаправленная (крики в толпе, топанье и т. д.);

5. Негативизм (оппозиционное поведение).

Агрессивность подростков - это, как правило, не нападение, а защита неприкосновенности и целостности своего "я", или ответная реакция на разрушительные воздействия, направленные на него (как внешние, так и внутренние).

Факторы, способствующие росту агрессивности у подростков:

1. Эндокринный взрыв, резкое нарастание половых гормонов, главным образом тестостерона у мальчиков, способствующего росту агрессивности.

2. Органические поражения головного мозга - травмы, арахноидиты, менингиты и т. п.

3. Отношение взрослых - школы и, главное, родителей.

4. Развитию подростковой агрессии родители способствуют двумя основными способами:

А. Эмоциональное отвержение.

Б. Ужесточение контроля.

Говоря об особенностях агрессии в подростковом возрасте необходимо учитывать тот факт, что подросток растет в семье, семья является почти всегда основным фактором социализации, она же является главным источником живых примеров агрессивного поведения для большинства детей.

Становление агрессивного поведения у подростков - сложный процесс, в котором участвуют многие факторы. Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, а также массовой информации.

*Агрессия в ответ на негативные переживания.*

Подросток может стать агрессивным, когда он чувствуете разочарование, фрустрацию. Агрессивное поведение может также быть связано с депрессией, тревожностью, посттравматическим стрессовым расстройством или другими психологическими заболеваниями.

*Расстройства как причины агрессивного поведения*

Многие психические заболевания могут способствовать агрессивному поведению. Например, такие состояния:

* расстройства аутистического спектра;
* синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ);
* биполярное расстройство;
* шизофрения;
* расстройства поведения;
* посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).

Повреждения мозга также могут ограничить способность контролировать агрессию. Могут возникнуть повреждения головного мозга в результате:

* инсульта;
* травмы головы;
* некоторых инфекций;
* определенных заболеваний.

*Как агрессивное поведение лечится?*

* Необходимо выявить глубинные причины агрессивного поведения.
* Разговор с кем-то о переживаниях, которые заставляют вас чувствовать себя агрессивно может помочь. В некоторых случаях, вы можете научиться предотвращать неприятные ситуации, внеся изменения в свой образ жизни или карьеру. Вы также можете разработать стратегии для преодоления фрустрирующих ситуаций. Например, вы можете научиться более открыто и честно общаться, не становясь агрессивным.
* Можно рекомендовать психотерапию для лечения агрессивного поведения. Например, когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) поможет вам научиться контролировать ваше поведение. Это поможет вам развивать механизмы выживания. Она также может помочь вам понять последствия ваших действий. Важно помочь вам понять причины агрессии. В терапии можно работать через негативные чувства.
* В некоторых случаях, могут понадобиться лекарства, чтобы лечить агрессивное поведение. Например, могут предписать противоэпилептические препараты (ПЭП), такие как фенитоин и карбамазепин. Если у вас есть шизофрения, болезнь Альцгеймера или биполярное расстройство, могут назначить стабилизаторы настроения. Также можно принимать Омега-3 жирные кислоты.
* План лечения будет отличаться, в зависимости от основных причин агрессивного поведения.
* Каковы перспективы агрессивного поведения?
* Если Вы не справляетесь со своей агрессией, это может привести к более агрессивному и насильственному поведению.

Агрессивное поведение редко бывает без причины. Выявление причин агрессивного поведения может помочь вам избежать ситуаций, которые ее провоцируют. Терапия поможет научиться выявлять и лечить основные причины агрессивного поведения.