

КАК ВЫГЛЯДИТ АГРЕССИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ И ЧТО ДЕЛАТЬ С ЕЕ ПРОЯВЛЕНИЯМИ

1.1. КАКИЕ ОНИ — ПОДРОСТКИ?

Психологические характеристики подросткового возраста, обуславливающие особенности агрессивного поведения.

Подростковый возраст охватывает период от 12 до 18 лет и характеризуется как биологическими, так и психологическими и социальными изменениями.

Анатомо-физиологическое развитие подростков.

Подростковый возраст начинается с интенсивной перестройки эндокринной системы и заканчивается достижением половой зрелости, кроме того, изменяются пропорции в теле подростка.

В это время происходит значительный рост костной системы (около 10 см в год), увеличиваются рост и вес ребенка, причем у мальчиков этот «скачок роста» приходится позже, чем у девочек. Изменения в строении тела приводят к непропорциональности тела подростка, его подростковой угловатости. В этот период происходит завершение формирования легочной и кровеносной системы, что влияет на самочувствие подростков. Так как кровеносные сосуды растут медленнее, артериальное давление становится нестабильным. Поэтому подростки могут испытывать частые головные боли, они быстро устают, что нередко ошибочно принимается взрослыми за лень, недостаток мотивации.

Недостаточное насыщение мозга кислородом приводит к ухудшению его функционирования, а значит, снижается продуктивность интеллектуальной деятельности подростка. Например, происходит ухудшение внимания и всех его свойств (объема, переключения, распределения и концентрации). Процессы торможения и возбуждения в коре головного мозга в этом возрасте также нестабильны, что ведет к повышенной эмоциональной расторможенности.

Вместе с процессом полового созревания, который активно происходит в подростковый период, подростки начинают испытывать сексуальное возбуждение, что еще больше усиливает эмоциональную нестабильность.

Психологическое развитие подростков.

Основная особенность подросткового периода — качественные изменения, затрагивающие все стороны развития. Эти изменения происходят неравномерно. Какие-то стороны психики подростка

развиваются быстрее, какие-то медленнее. Известны случаи, когда интеллектуальное развитие школьника существенно опережает развитие личностных особенностей: по интеллекту он уже подросток, а по особенностям личности — ребенок. Девочки во многих отношениях развиваются быстрее, чем мальчики.

В подростковом возрасте отмечается повышенный и даже *болезненный интерес к своей внешности*. Из-за ее гипертрофированной значимости могут остро переживаться реальные и выдуманные недостатки внешности. Отрицательная оценка своей внешности может приводить подростка к переживанию чувства своей неполноценности, повышает раздражительность и обидчивость.

В этот период происходит *становление психосексуальной идентичности*, когда для подростков становятся особенно важны идеалы «мужественности» и «женственности», которым они изо всех сил стремятся следовать в своем поведении, манере одеваться, в своих интересах. Часто эти идеалы нереалистичны, что приводит к повышенной тревожности, трудностям в общении. Чтобы компенсировать чувство тревоги, подростки могут компенсировать реальные или вымышленные недостатки экстравагантностью в одежде, прическах, вызывающем макияже, развязном поведении. Это вызывает неприятие со стороны взрослых, что еще больше усиливает конфликтность и тревожность подростков, нестабильность, изменчивость их настроения.

Основные психологические потребности подростка связаны с *общением со сверстниками*, их стремлением к самостоятельности и независимости от мнения и контроля со стороны взрослых. У подростков появляется обостренная потребность в признании своих собственных прав, вкусов, взглядов со стороны близких, других людей. В отечественной психологии это получило название чувства взрослости. Подросток начинает чувствовать себя взрослым и хочет, чтобы и окружающие признавали его самостоятельность и значимость. Однако подросток остается зависимым от своей семьи, хотя и претендует на свою самостоятельность и автономность. Это становится одной из важнейших причин конфликтов подростков со взрослыми, которые обостряются в период кризиса.

В психологии и педагогике выделяют кризис 13 лет как границу между младшим школьным и подростковым возрастами. Подростки становятся неуправляемыми, демонстративно игнорируют требования взрослых, эмансипируются от них. У многих подростков эмоциональные связи с семьей ослабевают, отношения с учителями становятся напряженными и конфликтными. В поведении подростка появляется грубость, негативизм, подросток часто становится резким и вспыльчивым. Немотивированное противостояние взрослым сочетается с бравадой, необоснованным оптимизмом. Часто подросток

обостренно воспринимает исключение из группы сверстников, болезненно воспринимает чувство одиночества.

1.2. ОСНОВНЫЕ ФОРМЫ И ВИДЫ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Современные исследователи все чаще говорят о том, что современные подростки отличаются от сверстников предыдущих поколений. Они чаще демонстрируют отклоняющееся поведение, испытывают сложности социальной адаптации: частые конфликты с учителями, одноклассниками, смену друзей, неустойчивость увлечений, включенность в «плохие компании». Участились уходы из дома, прогулы уроков, увлеченность интернетом, компьютерными играми. Все это создает особый эмоциональный фон, который усиливает присущие возрасту нарушения поведения. В отдельных случаях нарушение поведения принимает формы отклоняющегося поведения, которое может быть девиантным или деликвентным.

Агрессивное поведение — это еще один вид нарушений поведения. Подростковая агрессия проявляется по-разному.

Физическая агрессия

подростков имеет целью причинить боль и вред другому человеку. И бурное развитие самосознания в подростковом возрасте приводит к тому, что это стремление становится намеренным, осознанным.

Вербальная агрессия

выражается в критике чужих действий или поведения, нецензурной брани, насмешках.

Аутоагрессия —

специфическая форма агрессивного поведения, при которой человек причиняет вред самому себе. Аутоагрессия в пубертатном возрасте она проявляется достаточно часто и выражается в разных формах. Это может быть отказ от еды; нанесение вреда себе и своему здоровью (порезы, травмы, суицидальные попытки); осознанное или бессознательное желание попасть в аварию или катастрофу; злоупотребление психоактивными веществами, увлечение экстремальными видами спорта.

Косвенная агрессия

все чаще принимает формы пассивно-агрессивного поведения: подросток забывает о просьбах и поручениях, намеренно не делает то, что просят или делает слишком медленно, демонстративно неохотно.

Сохраняются и такие агрессивные проявления как **враждебность** в виде подозрительности и обидчивости. Подозрительность проявляется в недоверии, негативном восприятии действий или намерений других людей. Обида у подростков возникает легко, буквально по малейшему поводу. Именно в этом возрасте она может быть не только связана с кем-то конкретным (сверстником или взрослым), но и быть максимально генерализованной (обида «на весь мир», «на жизнь вообще»).

В это возрасте появляются и такие формы агрессии как:

Буллинг —

это неоднократное умышленное нанесение вреда одним подростком или группой другому подростку, который в данной ситуации оказывается не способным себя защитить и лишен возможности её покинуть. Ключевая особенность буллинга заключается в неравенстве сил между обидчиком и жертвой: обидчик физически сильнее или выше по социальному статусу, чем жертва. Буллинг представляет собой комплексное явление, и включает в себя разные формы проявления агрессии: вербальные и физические.

Агрессия в киберпространстве (кибербуллинг) —

это агрессивное поведение, совершающееся посредством электронных устройств — смартфонов, планшетов, компьютеров и других. Формы такой агрессии могут быть разными и совпадать с вербальными формами, например, насмешками, распусканием слухов, оскорблениями. Существуют также специфические формы — например, троллинг, секстинг.

Вандализм —

это поведение, связанное с порчей общественного или частного имущества. В отличие от порчи вещей, вандализм направлен против объектов, которые выступают знаками или символами чего-либо, а не являются личными предметами другого человека.

Жесткое обращение с животными —

поведение по отношению к животным, цель которого — причинить боль животному, вызвать его страдания или смерть.

Усиливаются и гендерные различия в агрессивных проявлениях. К 14-15 годам у мальчиков происходит всплеск как физической, так и вербальной агрессии. «Пик» вербальной агрессии у девочек — 12 — 13 лет. Негативизм значительно сильнее проявляется у мальчиков, чем у девочек на всех возрастных периодах подросткового возраста.

Существенной чертой подростковой агрессии является то, что в ее происхождении и манифестации большая роль принадлежит

группе сверстников, внутри которой происходит борьба за власть, за высокий социальный статус, за одобрение и принятие. Во многих асоциальных и криминализованных группах подростков эти процессы дополняются тяжелыми конфликтами между этими группами. Совместно совершаемые антисоциальные действия укрепляют чувство групповой солидарности. Подростковые акты вандализма и жестокости, как правило, совершаются сообща, в группе при диффузии моральной ответственности каждого.

Реакции группирования нередко сопровождаются вспышками «немотивированной агрессии», часто направленной на посторонних людей. Изощренную жестокость нередко проявляют избалованные дети, для которых агрессивные действия, насилие и жестокость в этом возрасте становятся извращенным инструментом самоутверждения.

1.3. КАКАЯ «АГРЕССИЯ» АГРЕССИЕЙ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ: С ЧЕМ НАДО, А С ЧЕМ НЕ НАДО БОРОТЬСЯ

Для определения видов агрессии и враждебности у подростков можно использовать различные методики (проективные, тесты, опросники). Уровень развития самосознания и саморефлексии делает для них доступным их выполнения. Однако конфликтные и напряженные отношения подростков со взрослыми могут поставить под сомнение их результаты.

Подростковая агрессия — достаточно закономерное явление, поскольку она во многом обусловлена половым созреванием, внутренним напряжением, способствующим вспышкам агрессии, а также достаточно недостаточным поведенческим репертуаром подростков, их низкой конфликтологической компетентностью.

Кроме того, анатомические изменения, рост костной системы и отставание роста кровеносной системы делает подростка уязвимым перед учебными и другими нагрузками. Высокая утомляемость в этот период часто принимается взрослыми (родителями, учителями) за лень, апатию, что обижает подростков, фрустрирует их неудовлетворенную потребность в признании, чувстве взрослости.

Нередко взрослые принимают **страхи подростков** за агрессивные намерения. Так, к примеру, если школьник не хочет разговаривать, взрослые могут делать неправильный вывод о его негативизме, но, возможно, у подростка возникли какие-то проблемы, а он или она просто боится о них рассказать.

Эти страхи нередко связаны с начавшимся половым созреванием. Грубость в отношении лиц противоположного пола, особенно у мальчиков, может в этом возрасте маскировать смущение от эрекции или сексуальных фантазий. Для нормально развивающихся подростков

агрессия часто признак внутреннего дискомфорта и неумения владеть своими эмоциями. Ребенок в это время только учится владеть своими эмоциями, а внутренний дискомфорт часто сопровождает человека в подростковом возрасте, в силу психологических особенностей этого периода.

Присущий этому возрасту **максимализм** часто является одной из причин негативизма и вербальной агрессии из-за радикального отстаивания своих мировоззренческих установок. Отстаивание своих прав, взглядов по форме чаще всего напоминает проявления агрессии, но для большинства подростков — это большой шаг вперед в личностном развитии, потому что означает, у школьника есть свои взгляды на жизнь, свое мировоззрение и стоящие за ним ценности.

На проявления агрессии у подростков влияют **особенности семейного воспитания**. Например, родители подростка пытаются «образумить» ребенка (криками, наказаниями, обидными словами), что только способствует закреплению агрессивного поведения как формы самозащиты. Если у родителей отношения конфликтные, они находятся в предразводном состоянии или в процессе развода, то такие отношения усиливают эмоциональную неустойчивость, свойственную подростковому возрасту, что может находить разрядку в виде агрессивных вспышек, особенно в вербальном проявлении агрессии. В этом случае подросток часто и сам не знает, почему он или она так себя ведет. Эта агрессия направлена на то, чтобы разозлить, вывести из себя близких и окружающих, причинить им боль, которую они причиняют ему или ей.

Понятно, что учитель чаще всего незнаком с обстановкой в семье подростка, однако такие признаки как подавленное настроение, дисфория в понедельник, на первых уроках, которая проходит спустя какое-то время, могут указывать на связь агрессии с напряженной обстановкой в семье. Об этом же может сигнализировать и высокая тревожность, неуверенность, чувство вины, замкнутость у этого подростка. Как и агрессивное поведение, эти чувства — симптомы незащитности перед неблагоприятной семейной обстановкой.

1.4. КАК БЫТЬ УВЕРЕННЫМИ В ТОМ, ЧТО ПОДРОСТОК НЕ СТАЛ ЖЕРТВОЙ АГРЕССИИ

Каковы признаки того, что подросток переживает по поводу агрессивных проявлений с чьей-либо стороны:

1. Подросток часто/постоянно находится в подавленном состоянии: настроение тоскливое или злобное (возможно одновременное проявление этих двух фонов), не смеется, не улыбается, не шутит, плачет, огрызается, подолгу молчит.

2. Подросток избегает общения с одноклассниками: не включается в игры и разговоры, не общается по телефону, не отвечает на вопросы, не инициирует общение, перемены проводит в одиночестве либо общается с кем-то одним.
3. На теле подростка появляются ссадины, порезы, кровоподтеки, царапины, ожоги и другие повреждения. Обратите внимание: ребенок, став жертвой агрессии, может наносить повреждения себе сам!
4. У подростка испорчены личные вещи: порвана одежда, сломаны гаджеты, повреждены тетради, учебники, принадлежности для учебы. Какие-то вещи пропали.
5. У подростка появились опасные хобби: ружинг (передвижение по крышам), зацепинг (езда на крыше вагона поезда, между вагонами, под вагонами, на подножке хвостового вагона), сталкинг (посещение недостроенных, разрушенных, заброшенных, охраняемых объектов и территорий), диггерство (проникновение в подземные сооружения — шахты метро, канализацию, бункеры, убежища и т.д.), селфи в опасных для здоровья и жизни ситуациях (фотографирование себя на крышах, шпилях, подъемных кранах, мостах и других высотных сооружениях, с холодным и/или огнестрельным оружием, на проезжей части дороги, рельсах и т.д.). Обратите внимание: агрессоры могут заставлять подростка заниматься опасными видами хобби угрозами, шантажом, угрозами и т. д.! Данные виды хобби можно определить по следующим признакам: у подростка появились фотографии и видеоролики, сделанные в опасных местах, подросток часто смотрит на фотографии и видеоролики других людей, сделанные в опасных местах, подросток участвует в соответствующих группах в социальных сетях, чатах, форумах, у подростка появились странные вещи: рабочие инструменты, спецовки, фонарики, перчатки и обувь для строительных, монтажных, высотных работ, на одежде и/или обуви имеются странные пятна: мазут, сажа, цемент, побелка, ржавчина и т.д., от одежды, обуви, сумки/рюкзака исходят странные и/или неприятные запахи: металла, различных стройматериалов, химических веществ и т.д., подросток отказывается обсуждать свои увлечения со взрослыми, либо открыто заявляет о своих опасных приключениях. Возможно появление новой лексики, связанной с опасными хобби: зацеп, схождение, джампинг (прыжок с поезда на ходу), хай-джампинг (прыжок с поезда на ходу в сугроб), фронтрайдинг (езда на передней кабине поезда) и т. д.
6. Подросток перестал посещать мероприятия класса, школы, участвовать во внеклассных и внеурочных мероприятиях.

7. Подросток стал часто пропускать уроки, отпрашиваться с уроков и других занятий под любыми предлогами.
8. Подросток стал чаще болеть: нервное напряжение может проявляться сбоями на соматическом уровне.
9. Подросток стал вздрагивать, нервничать от телефонных звонков и сообщений, приходящих на телефон из мессенджеров и чатов.
10. Подросток пытается или ворует деньги/вещи у родителей и других родственников, учителей, одноклассников, соседей, пытается украсть/крадет что-то из магазинов.

Если вы заметили проявление одного из перечисленных признаков, то, возможно, проблема не в агрессии по отношению к подростку, но если признаков два и более, то это повод поговорить с подростком откровенно.

ИСТОЧНИКИ АГРЕССИИ

Физическая агрессия. Почему дети дерутся: чаще всего — из-за отсутствия представлений о нормах поведения (29%), в целях поиска внимания (27%), и вследствие нарушения отношений внутри семьи — плохого материального и социального положения в семье (24%), насилия в семье (22%), заимствования агрессивного опыта у взрослых (22%).

Менее важную роль респонденты отводят индивидуальным факторам (темперамент (19%), физическая сила (14%), диагноз или пограничное состояние (2%)), указывая, в первую очередь, на важность среды в ситуации школьных драк. Индивидуальные факторы формируют предрасположенности: в частности, возбудимость и гиперактивность стойко ассоциируются с агрессивным поведением. Дети, участвующие в драках, склонны испытывать негативные эмоции в ответ на внешние стимулы и испытывают трудности с регуляцией собственных эмоций.

Почему дети нападают на других: поиск внимания (24%), наличие диагноза или пограничного состояния (22%), насилие в семье (20%), плохое социальное и материальное положение семьи (18%), темперамент ребенка (16%).

Почему дети портят вещи сверстников? Респонденты назвали следующие факторы возникновения этой формы агрессии: вседозволенность (25%), отсутствие представлений о нормах поведения (25%), поиск внимания (50%). Таким образом, респонденты в первую очередь ассоциируют порчу вещей с недостатком воспитания или некорректным воспитанием в семейной среде.

Вербальная агрессия. Причинами оскорблений респонденты назвали отсутствие представлений о нормах поведения (48%),

поиск внимания (36%), насилие в семье (24%), заимствование опыта агрессивного взаимодействия у сверстников (19%) и плохое социальное положение семьи и заимствование опыта у взрослых (18%).

Почему дети чаще всего насмехаются над сверстниками? По мнению респондентов, причина насмешек лежит в нарушении адаптации к школе или школьному коллективу (35%), поиске внимания (29%), плохом материальном положении семьи (25%), заимствовании опыта агрессивного взаимодействия у взрослых (15%) или слишком хорошем материальном положении семьи и вседозволенности (11%).

Почему дети чаще всего ябедничают? Так, младшие школьники сообщают, что ябеды пытаются привлечь внимание взрослых (67%), привлечь внимание детей (47%), стремятся отомстить (40%), не обладают достаточной социальной компетентностью (27%) или стремятся угодить учителю (13%).

Почему дети чаще всего распускают слухи? Причины распускания слухов респонденты связывают с поиском внимания (50%) и отсутствием друзей среди сверстников (50%).

Буллинг. Среди самых распространённых факторов возникновения буллинга, респонденты назвали поиск внимания (38%), особенности темперамента (22%), плохое социальное положение семьи (20%), насилие в семье (20%), отсутствие друзей среди сверстников (20%), нарушение адаптации в школе (16%), незнание норм поведения (16%).

Аутоагрессия. Среди причин аутоагрессии респонденты выделили негативный детский опыт (50%), нарушение адаптации в школе (33%), диагноз или пограничное состояние (33%). В качестве причин, которыми подростки объясняют несуицидальные самоповреждения, называют попытки регуляции внутренних и внешних эмоций (87%; 82%); способы социального влияния и привлечение внимания (57%); снижение тревоги (28,9%).

Киберагрессия. Агрессия в киберпространстве связана с безнаказанностью (40%), поиском внимания (28%), потребностью во власти и доминировании (33%). Также респонденты отметили, что дети пытаются перенести в киберпространство агрессию из реальной жизни, так как не могут выразить её из-за успешности жертвы.

Вандализм. Вандализм чаще всего связан с поиском внимания (100%), отсутствием представлений о нормах поведения (50%), заимствованием опыта взрослых (50%), заимствование опыта сверстников (50%), слишком хорошим социальным положением семьи и вседозволенностью (25%).

Жестокое обращение с животными. Известно, что жестокость к животным часто связана с какой-либо психологической травмой.

Чаще всего такая травма была получена в результате насилия дома или наблюдения такого насилия между взрослыми. Ребенок либо перенаправляет свои переживания в агрессию, либо проигрывает травмирующее событие в более выгодной роли обидчика, где животное выступает жертвой.

ФАКТОРЫ, ПРОВОЦИРУЮЩИЕ АГРЕССИЮ В ШКОЛЕ

- Отсутствие достоверных знаний о семье воспитанника, необходимых для выбора тактики работы с семьей и ребенком
- Необъективное оценивание результатов учебных достижений
- Зависть одноклассников в отношении более успешных сверстников, наличие в классе конкурентности или соревновательности
- Агрессивное поведение преподавателя
- Неготовность школьника к принятию навязанной ему социальной позиции, формируемой в процессе множественных социальных контактов взрослых и детей
- Распространенность культурных сценариев, в которых поддерживают насилие как средство решения проблем. Перенос домашнего и экранного насилия в школу — дети склонны отождествлять себя с жертвами или агрессорами и переносить эти роли в реальные ситуации
- Разница в материальном и социальном статусе семей часто приводит к изоляции или травле детей, т.к. дети могут воспринимать вещи как «пропуск» в ту или иную группу, компанию
- Проявление различных форм вымогательства со стороны учащихся старших классов по отношению к младшим
- Низкая ценность права в сознании учащейся молодежи и толерантное отношение к внеправовым практикам

ПОДСКАЗКИ ПО САМОРЕГУЛЯЦИИ ПЕДАГОГАМ

- Сохраняйте спокойствие! Будьте спокойны и доброжелательны. Не дайте себе «заразиться» агрессией ребенка
- Признайте право ребенка на гнев: «Я понимаю твои чувства...», «Я понимаю твой гнев...»
- Напомните ребенку о его позитивных качествах: «Ты хорошая добрая девочка, которая умеет справляться с проблемами. Но сейчас твое поведение неприемлемо! Ты хочешь кого-то обидеть?»

- Сведите вину ребенка к минимуму в глазах окружающих: «Ты, наверное, не очень хорошо себя чувствуешь? Ты сильно устал?»
- Предложите помощь: «Чем я могу сейчас тебе помочь?»

Что делать не рекомендуется:

- передразнивать, допускать сарказм, унижать,
- давить авторитетом: «Я учитель, я решаю, что всем делать!»,
- читать нотации,
- вовлекать в конфликт других детей: «Вы только посмотрите на него, что он вытворяет!»

АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ И ЕГО ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ

Агрессивное поведение ребенка — это «сигнал бедствия», просьба о помощи, способ привлечения внимания родителей, педагогов, воспитателей. Важно понимать, что агрессия — это единичный поступок, а агрессивное поведение — это набор привычных и постоянных действий. И именно агрессивное поведение требует вмешательства взрослых.

Родителям и педагогам (воспитателям) следует насторожиться, если ребенок

- часто ругается со сверстниками и взрослыми, постоянно вступает в споры и выясняет отношения
- часто и длительно пребывает в состоянии злости, гнева, ярости, подавленности
- часто затевает драки
- систематически не реагирует на просьбы, указания, пожелания, предписания взрослых, нарушает установленные правила
- долго помнит обиды, испытывает ненависть к кому-либо, вынашивает планы мести
- совершает поступки назло кому-либо, намеренно вызывает негативные реакции у окружающих: раздражение, злость, страх и т. д.
- перекладывает ответственность за свои ошибки и проступки на других, говорит неправду, чтобы избежать ответственности
- умышленно запугивает, унижает, причиняет боль кому-либо
- намеренно ломает игрушки, портит вещи, что-то разрушает и получает от этого удовольствие
- жестоко обращается с животными (бьет, намеренно причиняет боль)

ПРАВИЛА ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ АТМОСФЕРЫ В КЛАССЕ, ПОЗИТИВНОГО ОБЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ

Позитивная, доброжелательная атмосфера в классе, в школе — отличное средство профилактики агрессивного поведения учащихся.

- Приветствуйте учеников по утрам с улыбкой
- Не допускайте использование в речи экспрессивно окрашенных и агрессивных слов и выражений
- Оценивайте и обсуждайте только поступки, а не личностные качества или внешность ребенка
- Отмечайте успехи и хорошие поступки каждого ребенка при всех, обсуждайте проступки и ошибки наедине
- Шутите в позитивной манере, избегайте сарказма
- Не сравнивайте детей между собой, ребенка можно сравнивать с самим собой — чего он достиг на настоящий момент, чему научился, каких успехов добился
- Наблюдайте за отношениями детей в классе, используйте наблюдение как возможность предотвратить проявление агрессии в классном социуме
- Включайте детей в социально-значимую деятельность (участие в патриотических акциях, волонтерском движении (помощь пожилым, инвалидам), экологическом движении (помощь животным, благоустройство школьного двора)) и т. д.
- Используйте примеры для подражания: приглашайте на классные часы людей, которым удается сохранять позитивный настрой в трудных и экстремальных ситуациях (полицейских, пожарных, спасателей, врачей и т. д.)
- Привлекайте детей к постановке целей: чему мы научимся, для чего это, как использовать.
- Предоставляйте детям возможность выбора: какой предмет изучать углубленно, в какой общественной деятельности в классе или вне его принимать участие и т. д.
- Обсуждайте с детьми возможные правовые последствия агрессивного поведения на школьных диспутах и классных часах

- Информировать детей об основных опасностях информационной сети Интернет (вовлечение в секты, экстремистские группировки, «группы смерти»)
- Обсудите с учениками, почему возможно проявление агрессии в школе и что можно сделать, чтобы это предотвратить
- Предоставьте детям информацию о номерах телефонов службы доверия, проинформируйте учащихся, о том, что обращаться за помощью и советами к специалистам — это нормально и правильно. Составьте совместно с учениками список тех, кому необходимо звонить в сложной ситуации (включая родителей)

Методические материалы

подготовлены в рамках государственного задания ФГБНУ «Институт изучения, детства, семьи и воспитания Российской академии образования» № 073-00015-21-03 на 2021 год

Авторский коллектив:

Андрианова Р. А., Берлянд Ю. Б., Борисова Т. С., Бочавер А. А.,
Леньков С. Л., Лобынцева С. В., Усольцева И.В., Шемшурин А.А.