

## Դեռահասների ագրեսիվություն

Ագրեսիվ վարքի զարգացման հիմքերն առաջին հերթին տանում են դեպի ընտանիքը/դաստիարակությունը կյանքի առաջին տարիներին և դրան հաջորդող շրջաններ:

Ագրեսիայի զարգացման կարևոր պայմաններից է նաև սոցիալական միջավայրը: Դեռահասության շրջանում առաջ են գալիս որոշ խնդիրներ, որոնց շարքում կարևորներից է ֆրուստրացիայի երևույթը՝ ծնողական սիրո պակասը, չբավարարվածությունը կամ դրա բացակայություն, մշտական պատիժների կիրառումը /երկու ծնողի կողմից/: Գիտության մեջ նշվում են ագրեսիվ վարքը կանխարգելելու և արմատախիլ անելու երկու ճանապարհ.

- Ագրեսիվ պատժել
- Չխրախուսել

Մինչև երեխայի դեռահասության տարիքը հնարավոր է անտեսել ագրեսիվ վարքը, չխրախուսել և միևնույն ժամանակ խրախուսել /գովել/ այլ դրական գործողությունների համար, ինչը ժամանակի ընթացքում կթուլացնի ագրեսիվ վարքը /որպես առաջնային/:

Դեռահասության ագրեսիայի անտեսումն անցանկալի է, քանի որ հարող է հաճախացնել ագրեսիվ վարքը և դարձնել այն սովորական: Քանի որ երեխան փոքր է և նրա շփման շրջանակը նույնպես փոքր է, ընտանիքում ընդունված որոշումների վրա չի ազդում տվյալ սոցիալական միջավայրը և ծնողի ագրեսիվ վարքի անտեսումը իրոք մնում է ուժի մեջ: Իսկ դեռահասի դեպքում, քանի որ շփման շրջանակը լայն է, դեռահասն իր խրախուսանքը կարող է ստանալ նաև դրսից, այսինքն հավանություն հասակակիցներից, ինչն այդ տարիքային շրջանում ավելի կարևոր է:

Դեռահասները մշտապես փորձարկում են սոցիալական նորմերն ու կանոնները, ստուգում են դրանց ամրությունը և իրենց թույլատրելի վարքի սահմանը: Այդ պատճառով ծնողի կողմից նման վարքին չարձագանքելը կարող է դիտվել որպես թույլտվության և/կամ խրախուսանք:

Ակտիվ պատժելու դեպքում ագրեսիան կարող է անցնել, բայց կարող է նաև դրսևորվել այլ իրավիճակներում, ուր պատժելու վտանգը փոքր է կամ ընդհանրապես չկա: Ըստ Միլլեռի տեսության ագրեսիայի տեղափոխումն ուրիշ, ավելի թույլ օբյեկտի վրա ավելիանվտանգ է/, սակայն այդ օբյեկտը կարող է չլինել իրական ագրեսիայի պատճառ:

Ագրեսորի թիրախի ընտրությունը պայմանավորված է երեք գործոններով.

1. Ուղղակի ագրեսիայի դրդման ուժ
2. Նպաստող այլ գործոններ

### 3. Նմանություն իրական ագրեսիա ծնող օբյեկտի հետ

Հետազոտությունները ցույց են տվել, երբ ծնողը շատ խիստ է կամ չափազանց ներողամիտ է վերաբերվում, այսինքն երկու ծայրահեղությունների դեպքում էլ ագրեսիայի հակվածությունն ավելի բարձր է: Ուսումնասիրություններով հաստատված է, որ ագրեսիվ և ոչ ագրեսիվ երեխաների միջև տարբերությունը լինում է ոչ թե ագրեսիվ նախապատվությունների ընտրության մեջ, այլ կոնստրուկտիվ/կառուցողական լուծումների չիմացության պատճառով: Կառուցողական մոտեցումն իր մեջ ներառում է.

- Գիտելիքների համակարգ
- Սոցիալական հմտություններ
- Սեփական դիքորոշումներ

Վերոնշյալ մոտեցումը ձևավորում է սթրեսային իրավիճակին ընդունելի ձևով արձագանքելու կարողություն:

Դեռահասության շրջանում թե՛ տղաների և թե՛ աղջիկների մոտ են լինում ագրեսիվ վարքի դրսևորման առավել բարձր և ցածր մակարդակներ: Տղաների մոտ բարձր ագրեսիայի դրսևորումը լինում է 12 և 14-15 տարեկան հասակում /ֆիզիկական, բաց նաև վերբալ ագրեսիայի դրսևորումներ/, աղջիկների մոտ՝ 11 և 13 տարեկանում /անուղղակի, թաքնված և վերբալ ագրեսիա/:

Երկու սեռի ներկայացուցիչների մոտ էլ ագրեսիայի ակտիվ ձևերից է նաև նեգատիվիզմը, ինչն օպոզիցիոն/հակադրվող վարքի ձև է: Սովորաբար այն ուղղված է ավտորիտետի/իշխանության դեմ, ինչպես նաև կարող է ուղղված լինել կանոնների, նորմերի, սովորությունների դեմ:

Ոչ պակաս կարևոր խնդիրներից է դեռահասի ինքնագնահատականի և ագրեսիան փոխկապակցվածությունը: Հետազոտությունների /Տրոֆիմովա Ն. Բ., Ռեան Ա.Ա./ արդյունքները ցույց են տալիս, որ առավել ագրեսիվ դեռահասներն ավելի հաճախ ունենում են էքստրեմալ/ծայրահեղ ինքնագնահատական՝ շատ բարձր կամ ծայրահեղ ցածր:

Կարևոր է նաև վերլուծել ինքնագնահատականի և միջավայրի գնահատականի հարաբերակցությունը, որը տալիս են ռեֆերենտ անձինք օրինակ՝ ուսուցիչը, հասակակիցը և ա յլն: Եթե ինքնագնահատականը չի հաստատվում/ամրանում արտաքին սոցիալական իրականության մեջ, այսինքն ցածր է կամ բարձր, դա դիտարկվում է որպես ֆրուստրացիա, քանի որ արգելափակվում է հիմնական բազային պահանջումները՝ հարգված, ընդունված լինելը, ինչն էլ դրդում է ագրեսիայի:

### **Ինչպե՞ս վարվել ագրեսիվ դեռահասի հետ**

- Ոչ մի դեպքում թույլ մի տվեք ձեզ խոսել դեռահասի հետ բարձր տոնով:
- Եթե զգում եք, որ դեռահասի համար դժվար է իրեն զսպել, ապա հնարավորություն տվեք նրան դուրս բերել իր ագրեսիան առանց շրջապատին վնաս տալու:
- Ցույց տվեք արդյունավետ/ընդունելի վարքի օրինակներ: Նրա ներկայությամբ մի ցուցադրեք գայրույթի պոթենցիալներ և վրիժառության ծրագրեր:
- Արեք այնպես, որ դեռահասն ամեն պահի զգա դրական վերաբերմունք և սեր: Գնահատեք և ընդունեք նրան:

## **Ագրեսիայի առաջացման պատճառները**

Մի շարք գիտնականներ տարանջատում են հետևյալ պատճառները.

1. Ագրեսիան որպես բնագոյ՝ էվոլյուցիայի ընթացքում առաջացել է տեսակի պահպանման համար:
2. Ֆրուստրացիայից առաջացած ագրեսիա՝ ընկճվածություն, անհանգստություն, ինչն առաջացել է կարևոր պահանջմունքի չբավարարվելուց:
3. Ագրեսիան որպես սովորություն՝ հաճախ կրկնվող անախորժություններից, անհանգստություններից, որոնք ուղղորդվում են բացասական հույզերով:
4. Ագրեսիան որպես ձեռք բերված հակում՝ դրսևորվում է գայրույթի մեջ:

Ագրեսիվ վարքի առաջացմանը նպաստում է որևէ տեսակի բռնության /ֆիզիկական, հոգեբանական, սեռական/ ենթարկվելը, ինչը ծնում է անօգնականության զգացում, նվաստացած լինելը, գայրույթ, աճող մենակության զգացում, կախվածությունը և այլն:

Դեռահասի մոտ առաջանում է բացասական խթանին արձագանքման վերահսկման դժվարություններ /իմպուլսիվություն/: Ագրեսիվությունը առաջանում է նաև անզբաղ լինելուց, առօրյա հեռուստացույց նայելուց, ինչը խթանում է ագրեսիվ երևակայությունը:

## **Կոնֆլիկտների մարման մի քանի եղանակ**

- Վերլուծել սեփական վարքը՝ ծնողը, ուսուցիչը չպետք է ագրեսիվ վարքի դրսևորման օրինակ ծառայեն, քանի որ դեռահասի մոտ հարց է առաջանում. «Ձեզ կարելի է, ինձ՝ ոչ»:
- «Անտեսում»՝ եթե դիմացինին վտանգ չի սպառնում, ապա ագրեսիվ վարքը կարելի է անտեսել և երբ գայրույթը մարի, անդրադառնալ տեղի ունեցածին:
- «Մասնակի ընդունում»՝ ասում ենք. «Համաձայն եմ, որ դու անտրամադիր էիր կամ դա գայրացնող էր, տհաճ էր, քեզ հետաքրքիր չէր, բայց արտահայտմանդ ձևն անթույլատրելի էր, կոպիտ էր»:

## **Աջակցող վարժություններ**

### **1. Խմբային ջերմաստիճան**

35°C շատ ցուրտ է ձանձրալի, միայնակ

36°C նորմալ, բայց կա որոշակի չբավարարվածություն

36.6°C գերազանց, շատ դուրեկան է

38°C լավ կլիներ, բայց մթնոլորտը շատ շիկացած է

39°C վատ է, տագնապային, վախեցնող, կոնֆլիկտային

Վարժության մասնակիցներին բաժանում ենք թերթիկներ վերոնշյալ ջերմաստիճաններով: Մասնակիցները չեն գրում իրենց անունը, պարզապես ընդգծում/նշում են այն նիշը, որը համապատասխանում է իրենց զգացողությանը տվյալ պահին խմբում:

Հավաքում ենք մասնակիցների թերթիկները և հաշվում ենք խմբի միջին ջերմաստիճանը: Ցանկալի է ունենալ աղյուսակ և երբեմն կրկնել վարժությունը, որպեսզի երևա տվյալ խմբի դինամիկան:

Նշում. այս վարժությունը հնարավորություն է տալիս վերլուծել խմբում տվյալ մթնոլորտի պատճառները:

### **2. «Հյուրեր ապագայից»**

Խմբի մասնակիցներին բաժանվում են թերթիկներ, որոնց վրա յուրաքանչյուր մասնակից գրում է իր անուն, ազգանունը և հանձնում թերթիկը ուսուցչին: Մասնակիցները հերթով մոտենում են և տուփից կամ ուսուցչի սեղանի վրայից մի թերթիկ են վերցնում, որի վրա նշված է որևէ մասնակցի անունը: Եթե մասնակիցը վերցրել է իր անունով թերթիկը, ապա պետք է փոխի իր թերթիկը: Ցանկալի է թերթիկը ոչ ոքի ցույց չտալ:

Հրահանք. Պատկերացրեք, որ կարողացել եք մեկնել ապագա, 10 տարի հետո: Այժմ կարող ենք տեսնել այն մարդուն, ում անունը գրված է թերթիկի վրա՝ ինչպիսին նա կդառնա 10 տարի հետո:

Հանձնարարություն. նկարագրեք այդ մարդու կյանքից մի որևէ օր: Կարևոր է, որ պատմության մեջ նշվի ինչեր և ովքեր են շրջապատում այդ մարդուն, ինչ մասնագիտություն ունի, ինչ է մտածում, ինչ ձգտումներ ունի, ինչեր է հաղթահարել արդեն և իր որ որակներն են իրեն օգնել:

Տևողություն՝ մոտավորապես 10-15 րոպե և 3 րոպե պատմելու համար:

Կարևոր է, որ մնացած մասնակիցները կռահեն, թե ում մասին է խոսքը: