

ГБУ СО "Ирбитский центр
психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи»



Профилактика детской агрессивности
в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте:
игры и упражнения

Рекомендации для педагогов

Автор-составитель
Сложинская Светлана Викторовна,
Педагог-психолог

г. Ирбит
2023 г.

detiirbita.ru



Профилактика детской агрессивности в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте: игры и упражнения: рекомендации для педагогов / Автор-составитель Сложинская С.В.; Редактор Фомичева С.В.: ГБУ СО «Ирбитский ЦППМСП».- Ирбит, 2023

В пособии представлены различные практики и техники управления стрессом, предложены рекомендации родителям и педагогам, как справиться со стрессом самим и как эффективно помочь ребенку.

государственное бюджетное учреждение Свердловской области
"Ирбитский центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи"
(ГБУ СО "Ирбитский ЦППМСП")
623850 Свердловская обл. г. Ирбит, ул. Пролетарская, 16
8 (343-55) 6-35-42, detiirbita@yandex.ru

Содержание

Особенности детской агрессии.....	6
Как выявить агрессивного ребенка	7
Игры, направленные на профилактику и коррекцию агрессивного поведения у детей	8
Рекомендации для взрослых при общении с агрессивными детьми.....	14
Литература	14

Особенности детской агрессии

Детская агрессия – в настоящее время это одна из самых обсуждаемых тем в родительском и педагогическом сообществе.

По мнению С. Л. Колосовой, доктора психологических наук, психология в дошкольном и младшем школьном возрасте имеет отличительные от подросткового и юношеского возраста причины. «Динамика детской агрессии заключается в том, что до 5-6 лет наличие агрессии в поведении детей представляет собой некоторый всеобщий этап в развитии социального поведения, обусловленный отсутствием его опосредованности в этом возрасте социальными нормами в силу незрелости детского сознания и выражается в спонтанном проявлении детьми врожденных защитных реакций в осваиваемой ребенком новой для него социальной среде, и только в период перехода от дошкольного к младшему школьному возрасту агрессия у детей впервые приобретает личностный смысл и становится симптомом отклонений в развитии личности»¹.

Детская агрессия представляет собой качественно специфический феномен, на который не распространяются законы подростковой и взрослой агрессии, что предполагает специфичность целей, задач и методов ее профилактики и коррекции

Детская агрессивность имеет несколько ключевых причин:

- накопившееся эмоциональное напряжение;
- неумение выражать словами обиду;
- стремление получить желаемое (желание получить чужую игрушку);
- недостаток внимания взрослых;
- самоутверждение и привлечение внимания сверстников и друзей;
- защитная реакция.

Часто дети причиняют вред окружающим или себе, потому что чувствуют беспомощность, грусть, обиду, но не могут разобраться в собственном состоянии, не владеют коммуникативными навыками для разрешения проблемы.

Однако агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия — это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.

Вот как описывает Н.Л. Кряжева поведение этих детей: “Агрессивный ребенок, используя любую возможность, ... стремится разозлить маму, воспитателя, сверстников. Он “не успокаивается” до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку”².

Родителям и педагогам не всегда понятно, чего добивается ребенок и почему он ведет себя так, хотя заранее знает, что со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых - наказание.

Агрессивные дети часто не могут сами оценить свою агрессивность. Они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их.

¹ Колосова С.Л. Развитие личности детей с агрессивным поведением в период перехода от дошкольного к младшему школьному возрасту: Автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук. - http://irbis.gnpbu.ru/Aref_2006/Kolosova_S_L_2006.pdf

² Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль: Академия развития, 1996.

Как выявить агрессивного ребенка

Агрессивные дети нуждаются в понимании и поддержке взрослых, поэтому главная наша задача заключается в оказании посильной и своевременной помощи ребенку.

Как правило, для педагогов не составляет труда определить, у кого из детей повышен уровень агрессивности. Но в спорных случаях можно воспользоваться критериями определения агрессивности, которые разработаны американскими психологами М. Алворд и П.Бейкер.

Критерии агрессивности (схема наблюдения за ребенком)

Ребенок:

1. Часто теряет контроль над собой.
2. Часто спорит, ругается со взрослыми.
3. Часто отказывается выполнять правила.
4. Часто специально раздражает людей.
5. Часто винит других в своих ошибках.
6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо.
7. Часто завистлив, мстителен.
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Предположить, что ребенок агрессивен можно лишь в том случае, если в течение не менее чем 6 месяцев в его поведении проявлялись хотя бы 4 из 8 перечисленных признаков.

Ребенку, в поведении которого наблюдается большое количество признаков агрессивности, необходима помощь специалиста: психолога или врача.

Кроме того, с целью выявления агрессивности у ребенка в группе детского сада можно использовать специальную анкету, разработанную для воспитателей (Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М., 1992) – (Приложение 1).

Как помочь агрессивному ребенку

Часто дети ведут себя агрессивно, потому что не знают, как поступить иначе. Их поведенческий репертуар довольно скуден, и, если педагоги предоставят им возможность выбора способов поведения, дети с удовольствием откликнутся на предложение, и общение с ними станет более эффективным и приятным для обеих сторон.

Работа воспитателей с данной категорией детей должна проводиться в трех направлениях:

1 Работа с гневом. Обучение агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева.

2 Обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.

3 Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию и т.д.

Игры, направленные на профилактику и коррекцию агрессивного поведения у детей

Наиболее эффективной для дошкольника является игровая коррекция агрессивного поведения, так как ведущий вид деятельности в дошкольном возрасте – игровой.

Игра является универсальным средством коррекции и профилактики отклонений и трудностей в развитии ребенка дошкольного возраста. Именно через игру можно попытаться решить некоторые проблемы агрессивного поведения.

Работа с гневом. Обучение агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева

«Листок гнева»

Цель: формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме, снижение эмоционального напряжения.

Оборудование: лист бумаги, карандаш, мусорное ведро

Содержание. Предложите ребенку представить, как выглядит его гнев: какой он формы, размера, на что или на кого похож. Теперь пусть ребенок изобразит получившийся образ на бумаге (с маленькими детьми нужно сразу переходить к рисованию, так как им еще сложно изобразить образ словами, что может вызвать дополнительное раздражение). Дальше для расправы с гневом предложите ребенку разные способы выражения своих негативных эмоций: можно комкать, рвать, кусать, топтать, пинать листок гнева до тех пор, пока ребенок не почувствует, что это чувство уменьшилось, и теперь он легко с ним справится. После этого попросите ребенка окончательно справиться со своим гневом, собрав все кусочки «гневного листа» и выбросить их в мусорное ведро. Как правило, в процессе работы дети перестают злиться, и эта игра начинает их веселить, так что заканчивают ее обычно в хорошем настроении.

«Бумажные мячики» (Фопель К.)

Цель: предоставление детям возможности вернуть бодрость и активность после того, так они чем-то долго занимались сидя, снизить беспокойство и напряжение войти в новый жизненный ритм.

Содержание. Перед началом игры каждый ребенок должен скомкать большой лист бумаги (газеты) так, чтобы получился ложный мячик.

«Разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждая из них выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло 4 метра. По команде ведущего вы начинаете бросать мячи на сторону противника. Команда будет такой: «Приготовились! Внимание! Начали!»

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на стороне противника. Услышав команду «Стоп!» вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне окажется меньше мячей на полу. Не перебегайте, пожалуйста, через разделительную линию». Бумажные мячики можно будет использовать еще неоднократно.

"Обзывалки" (Кряжева Н.Л., 1997)

Цель: снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой

Скажите детям следующее: "Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов

или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: "А ты, ..., морковка!" Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем.

В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что- ни будь приятное, например: " А ты, ... солнышко!" Игра полезна не только для агрессивных, но и для обидчивых детей. Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

Примечание: прежде, чем поругать ребёнка плохим словом, вспомните это упражнение.

«Тух-тиби– дух» (К. Фопель)

Эта игра–еще один рецепт снятия негативных настроений восстановления сил в голове, теле и сердце. В этом ритуале заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово «тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

Я сообщу вам сейчас особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований, против всего, что портит настроение. Чтобы это слово подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Начните ходить по комнате, ни с кем не разговаривая.

Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из детей и произнесите волшебное слово: «Тух-тиби-дух!». После этого продолжайте прогуливаться по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово действительно подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а определенному человеку, стоящему перед вами.

"Два барана" (Кряжева Н.Л., 1997)

Цель: снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность "легальным образом" выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло.

Воспитатель разбивает детей на пары и читает текст: "Рано-рано два барана повстречались на мосту". Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача — противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше. Можно издать звуки - «Бе-е-е". Необходимо соблюдать "технику безопасности", внимательно следить, чтобы "бараны" не расшибли себе лбы.

Упражнения, направленные на обучение детей приемлемым способам разрядки гнева и агрессивности

- Комкать и рвать бумагу.
- Бить подушку или боксерскую грушу.
- Топать ногами.
- Нарисовать на бумаге свой гнев, как он его представляет, скомкать и выбросить бумагу.
- Втирать пластилин в картонку или бумагу.
- Посчитать до десяти.
- Самое конструктивное – спортивные игры, бег.
- Вода хорошо снимает агрессию.

Обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева

«Король» (Фопель К.)

Цель: предоставление детям возможности на некоторое время оказаться в центре внимания, при этом никого, не смущая и не обижая.

Содержание. Наиболее полезна игра для стеснительных и агрессивных детей. Они получают право высказывать все свои желания, не боясь «потерять лицо». В роли короля они даже могут проявить определенную щедрость и открыть новые стороны в самих себе. Поскольку в игре четко заданы границы, все участвующие чувствуют себя в полной безопасности. Последующий анализ игры позволяет предотвратить возможное появление «жертв» в коллективе.

Инструкция: Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого?

Я хочу предложить вам игру, в которой вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно, а всего лишь минут на десять. Все остальные дети становятся слугами и должны делать все, что приказывает король. Естественно, король не имеет права отдавать такие приказы, которые могут обидеть или оскорбить других детей, но он может позволить себе многое. Он может приказать, например, чтобы его носили на руках, чтобы ему кланялись, чтобы подавали ему питье, чтобы слуги были у него «на посылках» и так далее. Кто хочет стать первым королем?

Пусть со временем каждый ребенок получит возможность побыть королем. Сразу же скажите детям, что наступит очередь каждого. За один раз в этой роли могут побыть два-три ребенка. Когда время правления короля закончится, соберите всю группу в круг и обсудите полученный в игре опыт. Это поможет следующим королям соизмерить свои желания с внутренними возможностями остальных детей и войти в историю добрым королем.

«Возьми себя в руки» (игровое упражнение)

Цель: учить сдерживать себя.

Содержание. Объяснить детям, что когда они испытывают неприятные эмоции: злость, раздражение, желание ударить кого-либо, то можно себя «взять в руки», т.е. остановить себя. Для этого нужно несколько раз глубоко вздохнуть и выдохнуть. Выпрямиться, прикрыть глаза, посчитать до 10, улыбнуться, открыть глаза.

«Добрые приветствия» (игра с правилами)

Цель: развивать самоконтроль, создать доброжелательную атмосферу.

Содержание. «Когда марсиане кончают смеяться, они глубоко дышат: делают вдох-выдох, вдох-выдох. Это помогает им думать. И они понимают, что на планете Земля к ним относятся по-доброму. Марсианам хочется поприветствовать всех представителей Земли. Они приветствуют людей нежным рукопожатием, а животных ласково гладят».

Взрослый предлагает передавать движение по кругу, называя представителя Земли. Например: «Приветствуем зайчонка», «Приветствуем мальчика» и др.

«Свирепый тигр» (подвижная игра)

Цель: развивать у детей выдержку, наблюдательность. Формировать умения управлять своим поведением. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

Содержание: Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга отчерчивается дом тигра. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит: «Я иду искать свирепого тигра!», дотрагивается до одного из играющих, передает ему игрушку (тигренок), который становится свирепым тигром.

Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них свирепый тигр, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затем громче «Свирепый тигр, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Свирепый тигр быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, показывая игрушку, говорит: «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а тигр их ловит. Пойманного тигра отводит домой.

«Камушек в ботинке», игра проходит в два этапа:

1 этап (подготовительный). Дети сидят в кругу на ковре. Педагог спрашивает: «Ребята, случилось ли, что вам в ботинок попадал камушек?» Обычно дети очень активно отвечают на вопрос, так как практически каждый ребенок 6—7 лет имеет подобный жизненный опыт. По кругу все делятся своими впечатлениями о том, как это происходило. Как правило, ответы сводятся к следующему: «Сначала камушек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть его, найти удобное положение для ноги, но постепенно нарастает боль и неудобство, может даже появиться ранка или мозоль. И тогда, даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок и вытряхивать камушек. Он почти всегда совсем крошечный, и мы даже удивляемся, как такой маленький предмет смог причинить нам такую большую боль. Нам-то казалось, что там огромный камень с острыми, как лезвие бритвы, краями».

Далее педагог спрашивает детей: «Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а, придя домой, просто снимали ботинки?» Дети отвечают, что и такое уже бывало у многих. Тогда в освободившейся от ботинка ноге боль стихала, происшествие забывалось. Но наутро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Боль, причем, более сильная, чем накануне, обида, злость, — вот такие чувства испытывают обычно дети. Так маленькая проблема становится большой неприятностью.

2 этап. Педагог говорит детям: «Когда мы сердимся, чем-то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорей всего, возникнут проблемы, и немалые. Поэтому всем людям — и взрослым, и детям — полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят. Давайте договоримся: если кто-то из вас скажет: «У меня камушек в ботинке», мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом. Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то неудовольствия, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете, скажите нам, например: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Женя ломает мои постройки из кубиков». Расскажите, что вам еще не нравится».

Дети по кругу рассказывают, что же мешает им в данный момент, описывают свои ощущения.

Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем испытывают потребность рассказывать о своих проблемах.

Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию

«Это я. Узнай меня» (игра с правилами)

Цель: снижение эмоционального напряжения, развитие эмпатии.

Содержание. Дети сидят на ковре. Один из них поворачивается спиной к сидящим. Дети по очереди ласково поглаживают его по спине ладошкой и говорят: «Это я. Узнай меня». Водящий ребенок (которого поглаживают) должен отгадать, кто до него дотронулся. Воспитатель помогает ребенку отгадать, называя по очереди по имени всех участвующих в игре детей. Желательно, чтобы каждый ребенок побывал в роли ведущего.

«Тренируем эмоции» (игровое упражнение)

Цель: формирование умения выражать свои мысли

Содержание. Попросите ребенка:

Нахмурьтесь как:

- осенняя туча;
- рассерженный человек;
- злая волшебница.

Улыбнитесь как:

- кот на солнце;
- само солнце;
- как хитрая лиса;
- как радостный ребенок;
- как будто ты увидел чудо.

Позлитесь, как:

- ребенок, у которого отняли мороженное;
- два барана на мосту;
- как человек, которого ударили;

Испугайтесь, как:

- ребенок, потерявшийся в лесу;
- заяц, увидевший волка;
- котенок, на которого лает собака;

Устаньте, как:

- человек, поднявший тяжелый груз;
- муравей, притащивший большую муху.

Отдохните, как:

- ребенок, который много потрудился, но помог взрослым;
- как уставший воин, после победы.

«Разноцветный букет» (игра с правилами)

Цель: учить детей взаимодействовать друг с другом, получая от этого радость и удовольствие.

Содержание. Каждый ребенок объявляет себя цветком и находит себе другой цветок для букета, объясняя свой выбор. Затем все «букетики» объединяются в один большой «букет» и устраивают хоровод цветов.

«Своя тень» (подвижная игра)

Цель: научить управлять своим поведением, сплотить детский коллектив.

Содержание. Дети делятся на пары, в каждой, из которой один ребенок играет сам себя, а другой - его тень. Тот, кто играет сам себя по сигналу бежит по кругу. Не далее, чем в шаге от него бежит его «тень». Первый ребенок стремится уйти от преследователя («тени»), который старается от него не отстать. Первый ребенок может делать обманные остановки, замедлять или ускорять движения, путая свою «тень».

«Гномики» (дидактическая игра)

Цель: развивать чувство эмпатии, сочувствия и желания помочь.

Оборудование: колокольчики по числу участников (5 - 6). Один колокольчик должен быть испорчен (не звенеть).

Содержание. Взрослый предлагает детям поиграть в гномиков. У каждого гномика есть волшебный колокольчик, и, когда он звенит, гномик приобретает волшебную силу – он может загадать любое желание, которое когда-нибудь исполнится. Дети получают колокольчики (одному из них достается испорченный). «Давайте послушаем, как звенят наши колокольчики! Каждый из вас по очереди будет звенеть, и загадывать свое желание, а мы будем слушать». Дети по кругу звенят своими колокольчиками, но вдруг оказывается, что один из них молчит. «Что же делать? У Коли не звенит его колокольчик! Это такое несчастье для гномика! Он теперь не сможет загадать желание... Может, мы его развеселим? Или подарим что-нибудь вместо колокольчика? Или попробуем выполнить его желание? (дети предлагают свои решения.) а может, кто-нибудь уступит на время свой колокольчик, чтобы Коля мог позвенеть им и загадать свое желание?». Обычно кто-нибудь из детей предлагает свой колокольчик, за что, естественно, получает благодарность товарища и одобрение взрослого.

«Мое настроение» (игровое упражнение)

Цель: развивать умение описывать свое настроение, распознавать настроение других, стимулировать эмпатию.

Содержание. Детям предлагается поведать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, физическим состоянием, показать его в движении. Все зависит от фантазии и желания ребенка.

Рекомендации для взрослых при общении с агрессивными детьми

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения.
3. Обучать приемлемым способам выражения гнева.
4. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.
5. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.
6. Развивать способность к эмпатии.
7. Расширять поведенческий репертуар ребенка.
8. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.
9. Учить брать ответственность на себя.

Однако все перечисленные способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер.

Терпение и внимание к ребенку, его нуждам и потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими — вот что поможет взрослым наладить взаимоотношения с ребенком.

Литература

1. Дубровина И. В. Практическая психология образования. – М.: Владос, 2006. – 592 с.
2. Кэмпбелл Росс "Как справиться с гневом ребенка"
3. Лютова Е.К., Моница Г.Б.: "Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми" - – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2010. – 136 с.
4. Фопель К.: как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Практическое пособие. - М.: Генезис, 1998.

Критерии агрессивности у ребенка (анкета)

- 1 Временами кажется, что в него вселился злой дух.
- 2 Он не может промолчать, когда чем-то недоволен.
- 3 Когда кто-то причиняет ему зло, он обязательно старается отплатить тем же.
- 4 Иногда ему без всякой причины хочется выругаться.
- 5 Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки, что-то разбивает, потрошит.
- 6 Иногда он так настаивает на чем-то, что окружающие теряют терпение.
- 7 Он не прочь поддразнить животных.
- 8 Переспорить его трудно.
- 9 Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает.
- 10 Иногда у него вспыхивает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.
- 11 В ответ на обычные распоряжения стремится сделать все наоборот.
- 12 Часто не по возрасту ворчлив.
- 13 Воспринимает себя как самостоятельного и решительного.
- 14 Любит быть первым, командовать, подчинять себе других.
- 15 Неудачи вызывают у него сильное раздражение, желание найти виноватых.
- 16 Легко ссорится, вступает в драку.
- 17 Старается общаться с младшими и физически более слабыми.
- 18 У него нередки приступы мрачной раздражительности.
- 19 Не считается со сверстниками, не уступает, не делится.
- 20 Уверен, что любое задание выполнит лучше всех.

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.

Высокая агрессивность — 15—20 баллов.

Средняя агрессивность — 7—14 баллов.

Низкая агрессивность — 1—6 баллов.