



### הבנת אגרסיביות

התנהגות אגרסיביות מקורה בדחף – אינסטינקט – ולכן לא מושפעת מהרגלי משמעת קונבנציונליים. אלה יעילים, אך רק באופן זמני ואינם פתורים בעיות אגרסיביות באופן עמוק וארוך טווח. קורס זה מציג גישה מרעננת בהתייחסותה לדחפים האחראים על ההתנהגות אגרסיביות, מניין התנהגות זו נובעת וכיצד להתמודד אתה בבית, בבית הספר ובמסגרות טיפוליות. במהלך הקורס נדון בבעיות אלו מהשורש, נתייחס לממצאים רלוונטיים בנירופסיכולוגיה, נבחן מודל מהפכני להתמודדות עם הבעיה זו ואת השלכותיה המעשיות של מודל זה.

**מפגש 1: תסכול, היקשרות ואגרסיביות.** הגדרת אגרסיביות, על פרצופיה השונים, כולל אגרסיביות פאסיבית ואובדנות. תפקיד התסכול, ההיקשרות ומוכוונות חברים והאינטראקציה ביניהם.

**מפגש 2: דמעות, מצב רוח ותוקפנות.** אגרסיביות כבעיה של חוסר הסתגלות והקשר לאימפולסיביות, בריחה מפגיעות והיעדר אינטגרציה. ההבדל בין התנהגות אגרסיבית של ילדים צעירים, לעומת ילדים גדולים יותר, מתבגרים ומבוגרים, העמקה בתפקוד המוחי והנורו-התפתחותי ובסיבה מדוע ישנם ילדים שלא מתפתחים ונתקעים בתוך דינמיקת האגרסיביות כברירת מחדל.

**מפגש 3: התמודדות וצמצום תקריות אלימות.** גישות קונבנציונליות לבעיות אגרסיביות, מדוע הן אינן יעילות ואף מובילות לתוצאות הפוכות. הנזק העמוק וארוך הטווח של אמצעי משמעת 'מבוססי פרידה'. כיצד להבדיל בין התנהגות אגרסיביות לבעיה של אגרסיביות. טיפול בתקריות – גישור אגרסיביות, עידוד 'התפרצויות בטוחות' וצמצום תסכול היקשרותי.

**מפגש 4: תוצאות אלטרנטיביות לאגרסיביות – לאן אנחנו שואפים.** העברת המוקד מאגרסיביות לתסכול. חשיפת התסכול וטיפול קשר אתו. טיפוח כוונות לא אלימות והתייחסות התפתחותית לאימפולסיביות. טיפוח הסתגלות וריכוך מגננות כאמצעי נוסף לעורר התפתחות וצמיחה מתוך בעיית האגרסיביות לבגרות ממותנת ומאוזנת, עמוקה וארוכת טווח.