МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВІННИЦЬКИЙ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ ІНСТИТУТ
УНІВЕРСИТЕТУ «УКРАЇНА»

Кафедра соціальних технологій
Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
Спеціальність 053 «Психологія»

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття освітнього ступеня «магістр»

«ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ З РІЗНИМ РІВНЕМ АЛЬТРУЇЗМУ»

Виконав(ла): здобувач 2-го курсу магістратури,
групи ЗПЛ-22-2м-vn
заочної форми навчання

_____ Нечеталюк Ірина Вікторівна

Керівник _____ PhD, Лєсніченко Н.П.
(підпис)

Допущено до захисту рішенням кафедри соціальних технологій
Протокол № __ від «__»_____ 2024р.
Завідувач кафедри _____ Костенко Н.І.
(підпис)

Вінниця 2024

АНОТАЦІЯ

Нечеталюк І.В. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ З РІЗНИМ РІВНЕМ АЛЬТРУЇЗМУ

Перебуваючи в процесі безперервної взаємодії із середовищем, особистість щомиті піддається впливу чималої кількості різноманітних подразників, котрі, незалежно від рівня усвідомлення людиною їхньої сутності, спонукають її до певного типу реагування. Тип реакції залежить не лише від особливостей стимулу, а й від умов поточної ситуації та внутрішніх характеристик особи. Саме тому вивчення особливостей поведінки будь-якого індивіда передбачає необхідність врахування не звичайної сукупності, а цілісної системи взаємопов'язаних факторів.

Ключові слова: агресивність, альтруїзм, особистість, юнацький вік, молодь.

ABSTRACTS

Nechetaluk I.V. CHARACTERISTICS OF THE MANIFESTATION OF AGGRESSION IN YOUTH STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF ALTRUISM

Being in the process of continuous interaction with the environment, the individual is moment by moment exposed to a considerable number of various stimuli, which, regardless of the level of awareness of their essence by a person, prompt him to a certain type of response. The type of reaction depends not only on the features of the stimulus, but also on the conditions of the current situation and the internal characteristics of the person. That is why the study of the characteristics of the behavior of any individual requires taking into account not the usual aggregate, but a whole system of interrelated factors.

Key words: aggressiveness, altruism, personality, youth, youth.

ЗМІСТ

ВСТУП 4

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМ АЛЬТРУЇЗМУ ТА АГРЕСИВНОСТІ У ПСИХОЛОГІЇ 8

1.1. Поняття та основні підходи до дослідження альтруїзму 8

1.2. Поняття агресивності у психологічній науці 13

1.3. Чинники прояву альтруїзму та агресивності 21

Висновки до І розділу 34

РОЗДІЛ 2. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ З РІЗНИМ РІВНЕМ АЛЬТРУЇЗМУ 36

2.1. Характеристика вибірки та методів дослідження 36

2.2. Аналіз отриманих результатів 38

Висновки до ІІ розділу 46

РОЗДІЛ 3. РОЗВИВАЛЬНО-КОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА ЗНИЖЕННЯ РІВНЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ 48

3.1. Розробка розвивально-корекційної програми зниження агресивної поведінки у студентської молоді 48

3.2. Оцінка результатів дослідження прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму 57

Висновки до ІІІ розділу 60

ВИСНОВКИ 61

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 63

ДОДАТКИ 67

ВСТУП

Актуальність теми. Перебуваючи в процесі безперервної взаємодії із середовищем, особистість щомиті піддається впливу чималої кількості різноманітних подразників, котрі, незалежно від рівня усвідомлення людиною їхньої сутності, спонукають її до певного типу реагування. Тип реакції залежить не лише від особливостей стимулу, а й від умов поточної ситуації та внутрішніх характеристик особи. Саме тому вивчення особливостей поведінки будь-якого індивіда передбачає необхідність врахування не звичайної сукупності, а цілісної системи взаємопов'язаних факторів.

Загальновідомим є той факт, що у молодому віці перед відносно сформованою особистістю розкривається практично невідомий горизонт життєдіяльності, який пов'язаний із необхідністю обирати майбутню професію, адаптуватися до незнайомих умов в новому соціальному середовищі, приймати нові соціальні ролі, а також нові обов'язки та можливості. Слід зазначити, що така ситуація вимагає від молодої людини максимальної мобілізації особистісного потенціалу, від якого залежить подальший процес її особистісного становлення. Неабияке значення для подальшої ефективної соціалізації молодої людини має схильність до альтруїстичної поведінки, сутність якої полягає в реалізації діяльності на користь інших людей та сприянні задоволенню їхніх потреб за рахунок специфічного самозречення. На нашу думку, даний феномен функціонує, як правило, за принципом соціальної сили притягання, оскільки дозволяє особистості успішно налагоджувати контакти з оточуючими та небезпідставно викликати симпатію з їхнього боку.

Результати низки досліджень (І. М. Багмет, А. С. Прохорова [2; 20]) свідчать про те, що особам молодого віку більшою мірою притаманний низький рівень альтруїзму, тобто їхня поведінка спрямована переважно на задоволення власних інтересів, що може бути наслідком активного пропагування ідей індивідуалістичної культури, а також життєвих обставин, оскільки переважна більшість молодих людей проживає з батьками та отримує від них необхідні ресурси для задоволення власних потреб, саме тому, можливо, турбота про

благополуччя інших людей відіграє доволі слабку роль в структурі мотиваційної сфери осіб даної вікової групи.

Деякі вчені протиставляють альтруїзм агресивності, прояв якої ототожнюється із соціальною силою відштовхування. Незважаючи на те, що агресивне реагування в цілому являє собою нормальну частину людської сутності, гіпертрофована схильність до агресивності зазвичай негативно впливає на хід особистісного становлення молодої людини та її зв'язок із навколишнім середовищем. Систематичне продукування деструктивного впливу, спрямованого на оточуючих індивідів, може викликати захисну реакцію з їхнього боку, зокрема призвести до остракізму, тобто своєрідного виключення з контексту суспільної взаємодії, що становить велику небезпеку для молодої особистості, оскільки створює певні труднощі у процесі реалізації власного потенціалу. Саме тому особливої уваги заслуговує припущення, що одним із варіантів усунення надмірної агресивності є прищеплення альтернативних мотиваційних програм, серед яких провідне місце належить саме альтруїстичній поведінці.

Отже, виходячи з вищевикладеного, стає зрозумілим, що проблема дослідження особливостей прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму є не лише актуальною з теоретичного погляду, але й характеризується неабиякою практичною значущістю, оскільки саме молодь виступає потенціалом розвитку країни, що і обумовлює необхідність створення оптимальних умов для її благополучного становлення.

Об'єкт дослідження: агресивність як риса особистості.

Предмет дослідження: особливості прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму.

Мета дослідження: дослідити особливості прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму.

Гіпотезу дослідження склали припущення, що представники студентської молоді з різним рівнем альтруїзму мають певні відмінності у прояві агресивності,

зокрема студенти з низьким рівнем альтруїзму більш схильні до прояву агресивності, ніж студенти з високим рівнем альтруїзму.

Досягнення поставленої мети здійснюється шляхом вирішення наступних **завдань:**

1) розглянути поняття альтруїзму та основні підходи до його дослідження;
2) розкрити сутність проблеми агресивності у психологічній науці;
3) визначити чинники, що впливають на рівень альтруїзму та схильність до агресивної поведінки;
4) організувати та провести емпіричне дослідження особливостей прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму;
5) проаналізувати отримані результати та сформувати загальні висновки.

Методологічна основа роботи. Проблема агресивності висвітлюється у роботах таких науковців, як: Ю. С. Андрєєв, А. Бандура, А. Басс, Р. Берон, Є. П. Ільїн, О. Г. Коломієць, К. Лоренц, Д. Маєрс, Т. О. Перевознюк, Д. Річардсон, З. Фрейд, Е. Фромм, Х. Хекхаузен та інші.

Феномен альтруїзму досліджували як зарубіжні, так і вітчизняні дослідники, зокрема У. Гамільтон, А. Гоулднер, В. Р. Дольник, В. Р. Дорожкін, І. Ейбл-Ейбсфельдт, О. Конт, Р. В. Малиношевський, А. І. Протопопов, Р. Трайверс, А. Швейцер, А. Шопенгауер, К. Хорні, О. Б. Фельдман та інші.

Методи дослідження. Відповідно до мети та завдань дослідження, нами було застосовано наступні теоретичні методи дослідження: теоретико-методологічний аналіз, систематизація та узагальнення наукової літератури, пов’язаної із проблемою дослідження. У якості психодіагностичного інструментарію було використано: методика виявлення альтруїзму (автори Н. П. Фетіскін, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов); тест «Альтруїзм-егоїзм» (автор Є. П. Ільїн); методика оцінювання агресивності у стосунках А. Ассінгера; методика діагностики агресивних та ворожих реакцій А. Басса і А. Дарки.

Отримані в ході дослідження дані піддавалися математико-статистичним методам обробки з подальшим якісним обґрунтуванням та узагальненням.

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилося на базі Вінницького соціально-економічного інституту Університету «Україна». Вибірка дослідження складається з 53 студентів I-IV курсів спеціальностей «Психологія». Середній вік досліджуваних становив 20±3 роки.

Теоретична значущість дослідження полягає в систематизації наукових підходів до висвітлення феноменів альтруїзму та агресивності у психологічній науці.

Практична значущість дослідження передбачає можливість застосування отриманих результатів емпіричного дослідження психологами, соціальними працівниками і педагогами в процесі розробки тренінгів та лекційних програм, присвячених профілактиці проблеми прояву агресивності у молодіжному середовищі.

Апробація.

Структура роботи. Наукова робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаної літератури, який складається з 24 найменувань, додатків. Загальний обсяг роботи становить 40 сторінок, містить 11 рисунків.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМ АЛЬТРУЇЗМУ ТА АГРЕСИВНОСТІ У ПСИХОЛОГІЇ

1.1. Поняття та основні підходи до вивчення альтруїзму

Інтерес до проблеми альтруїзму зумовлений значним поширенням в умовах сьогодення егоїстичних тенденцій у відносинах між людьми. Егоїзм стає нормою, до нього прагнуть, його використовують як засіб і мету досягнення різноманітних цілей. Не можна не зважати й на те, що альтруїстична поведінка часто набуває перекручення, виявляючись у вигляді саморуйнування (що тотожне відмові людини від власних сподівань на ресурс) або стає надмірною, дезадаптуючи одержувача альтруїстичних дій. Турбота про ближнього властива людському суспільству від започаткування його існування.

У різні історичні періоди це соціальне явище тією чи іншою мірою допомагало вижити як окремим індивідам, так і соціуму загалом. Одним із важливих принципів, що покладається в основу цієї турботи, є принцип альтруїзму. Адже в історії еволюції збереглися саме ті групи, в яких знаходилося місце для "справжнього альтруїзму", й гинули спільноти, що складалися з егоїстів" [2]. Однак уже від самого початку трактування альтруїзму, ставлення до нього як до певної характеристики взаємодії між людьми не мали однозначного виміру, викликаючи суперечки між представниками різних течій і наукових шкіл. Ці тенденції певною мірою зберігаються й донині. Тому для кращого осягнення змістових ознак альтруїзму, визначення особливостей альтруїстичної поведінки необхідно розглянути еволюцію цих понять, зокрема в працях представників західної філософської і психологічної думки.

Проблема альтруїзму традиційно розглядається крізь призму трьох наукових сфер: етології, філософії та психології. У межах психологічної науки при вивченні даного феномену було сформовано три основні теоретичні парадигми: 1) альтруїзм як установка та елемент спрямованості особистості, що виникає в процесі діяльності людини, а також як механізм реалізації специфічних

альтруїстичних емоцій та мотивів в контексті кооперативної міжособистісної взаємодії; 2) альтруїзм як соціально-психологічна модель поведінки, що базується на загальнолюдських нормах та регулює процес взаємного обміну; 3) альтруїзм як механізм захисту слабкого Его суб'єкта [10]. На нашу думку, у всіх вищевказаних підходах відсутнє єдине розуміння поняття альтруїстичного акту, а феномен альтруїзму в більшості випадків тлумачиться згідно з етичними нормами конкретних культур, що і спричинило появу тенденції до сприймання даного явища як виключно моральної форми поведінки. Альтруїзм ототожнюється із добротою, безкорисливістю[8].

Термін «альтруїзм» був впроваджений французьким філософом О. Контом з метою вираження принципу життя, протилежного егоїстичним взаємостосункам. О. Конт тлумачив альтруїзм як «соціальне почуття» [10; 19].

Слідом за О. Контом проблемою вивчення альтруїзму зацікавилася велика кількість філософів (А. Швейцер, А. Шопенгауер, Дж. С. Мілль та інші), котрі більшою мірою розглядали даний феномен в контексті більш об'ємного поняття моральної поведінки [4].

У XIX столітті під впливом утилітаризму альтруїзм починає трактуватися як обмеження особистого інтересу заради загального (в деяких інтерпретаціях – суспільного) інтересу [7]. Водночас сама ідея альтруїзму зазнає гострої критики з боку християнських теологів унаслідок характерної для того часу "емансипації особистості". Альтруїзм звинувачується в "людинолюбстві", за якого забувається Бог і обов'язок щодо виконання його заповідей. Більше того, християнська етика розмежовує поняття "альтруїзм" і "любов до ближнього", суттєво звузивши те, що може вважатися альтруїзмом [1]. За альтруїстичної позиції (у розумінні О. Конта) пріоритет надається Людині, а за "любові до ближнього" – йдеться насамперед "про любов до Бога у своєму ближньому" [5, с. 27]. Тому з позицій християнського трактування, не всі вияви альтруїзму є богоугодними. Адже далеко не всі потреби та інтереси людини, яким може надаватися альтруїстична підтримка, відповідають нормативності з релігійного погляду.

Класичні концепції альтруїзму розглядають дане явище або як біологічний феномен, якому притаманний вроджений інстинктивний характер (етологічний підхід), або як культурно-соціальний феномен, що входить до складу більш комплексної моральної поведінки (філософські, релігійні та частина соціальних теорій походження альтруїзму), або як феномен, пов'язаний зі спрямованістю особистості, установками, особливостями емоційної сфери та специфікою взаємозв'язку між різними психічними інстанціями (психологічний погляд на альтруїзм) [10].

Альтруїзм – етичне поняття, яке перебуває в абсолютній залежності від конкретної суспільної системи цінностей. Інакше кажучи, в межах різних культур одні й ті ж поведінкові схеми можуть або ідентифікуватися як прояви альтруїзму, або зовсім не розглядатися в якості альтруїстичних актів. Альтруїстичній поведінці притаманні три основні принципи: 1) принцип справедливості (інтереси оточуючих не мають слугувати засобом досягнення власних цілей); 2) принцип поваги (вчинок людини не має пригнічувати інтереси та права оточуючих); 3) принцип співучасті (інтереси оточуючих мають бути метою вчинку людини).

Соціальні теорії альтруїзму містять як мінімум два погляди на основні механізми регулювання балансу альтруїстичних процесів у соціумі. Перший погляд є похідною правила взаємного обміну, тобто альтруїзм ідентифікується як взаємна поведінка, що реалізується згідно із принципом «ти мені – я тобі» [14]. Другий підхід передбачає детермінацію підтримки альтруїзму за рахунок виховання, научіння та соціалізації, тобто даний феномен засвоюється людиною в якості соціальної норми.

Психологічні концепції альтруїстичної поведінки розглядають поняття альтруїзму в контексті взаємозв'язку даного феномену з емпатією. Більшість людей, помічаючи страждання інших осіб, реагують на них дистресом. З метою нейтралізувати потужний психічний дискомфорт вони намагаються зменшити рівень негативних переживань відповідних індивідуумів. Отже, за даних умов альтруїзм являє собою спосіб опосередкованої регуляції людиною власного

настрою, що дозволяє повернутися до стану психічного гомеостазу. Також серед особистісних факторів варто виокремити механізм самовинагородження, котрий забезпечує людину можливістю переживати моральне задоволення, спричинене реалізацією альтруїстичного вчинку [8].

У процесі дослідження альтруїзму виникають певні труднощі, пов'язані з пошуком та визначенням специфічної альтруїстичної мотивації. Наприклад, представники глибинного підходу в психології стверджують, що специфічної альтруїстичної мотивації не існує, оскільки альтруїзм являє собою особливу форму психологічного захисту, пов'язану з невротичною поведінкою суб'єкта. Чимало соціальних психологів також наголошують на реципрокному, тобто небезкорисному, характері альтруїзму, а деякі вчені розглядають в ролі одного з альтруїстичних мотиваційних факторів навіть почуття страху. На нашу думку, вирішення даної проблеми насамперед потребує протиставлення альтруїзму не егоїстичним спонуканням, а агресивним імпульсам, оскільки обидві мотивації є продуктами психіки, що персоніфікується у формі Его суб'єкта, саме тому і альтруїзм, і агресивність можна вважати егоїстичними аспектами поведінки. Отже, альтруїстична поведінка завжди містить егоїстичний компонент, який не має впливати на оцінку рівня альтруїстичності відповідного вчинку [10].

Феномену альтруїзму притаманний глибокий еволюційний смисл: в ході історичного розвитку живої природи вижили тільки ті групи, які характеризувалися достатнім рівнем схильності до альтруїзму[17].

Свою типологію альтруїзму запропонували Раштон і Соррентіно, акцентуючи на таких його властивостях:

1) альтруїзм, базований на генетичному родичівстві, що має на меті збереження спільних генів;

2) альтруїстична поведінка, якої людина навчається в процесі морального виховання та когнітивного розвитку;

3) моральна поведінка, що застоюється в процесі соціалізації та привласнення досвіду інших (через спостереження та наслідування);

4) альтруїзм як поміркована поведінка, прийняття правил гри, в межах якої допомога одного з учасників може заохочувати відповідну допомогу з боку партнерів

Пов'язуючи альтруїзм з мотиваційною сферою індивіда, К. Джус констатує, що його вияв може зумовлюватися двома мотивами: морального обов'язку та морального співчуття. Людина, яка характеризується моральним обов'язком, здійснює альтруїстичні вчинки заради морального задоволення, самоповаги, гордості, підвищення моральної самооцінки (уникнення або усунення викривлення моральних аспектів Я-концепції, уявлення про себе), виявляючи різне ставлення до об'єкта допомоги (навіть негативне). Допомога має жертовний характер. Людям з яскраво вираженим моральним обов'язком властива підвищена моральна відповідальність. Людина з моральним співчуттям виявляє альтруїзм унаслідок ідентифікаційно-емпатійного поєднання, ототожнення, але не завжди реалізує його у діях. Її допомога не позначена жертовністю, альтруїстичні прояви нестійкі, оскільки можуть знижуватися внаслідок зменшення ідентифікації і підвищення особистісної відповідальності [8].

Отже, констатує К. Джус:

1) альтруїзм є наслідком емоційної реакції – емпатії, тобто афективного зв'язку з іншою людиною, здатності залучатися до емоційного життя іншої людини, поділяючи її переживання;

2) альтруїзм виникає внаслідок впливу на суб'єкта суспільних моральних норм. Останні представлені переважно очікуваннями інших людей щодо його можливої поведінки. Будучи нерозривно пов'язаним із суспільством, суб'єкт, навіть за відсутності спостерігача, буде поводитися відповідно до прийнятих норм поведінки;

3) альтруїзм спонукається так званими особистісними нормами, під яким розуміється реальність, що постає у формі ціннісних орієнтацій, коли головним критерієм морального оцінювання є інтереси іншої людини або соціальної спільноти;

4) альтруїстична поведінка спрямована на благо інших і не розрахована на зовнішню винагороду. Вона характеризується переживанням суб'єктом свого діяння як такого, що зумовлюється внутрішньою необхідністю і не суперечить інтересам інших [1].

Аналогічні погляди знаходимо і в працях інших зарубіжних дослідників. Так, Дж. Браун вважає, що альтруїст реагує на ситуацію спонтанно, відповідно до своїх етичних правил і норм. Важливою властивістю особистості, що орієнтує її на вияв альтруїстичної поведінки, є співпереживання людині, яка потребує допомоги, тобто емпатія. Емпатія може виявлятися у двох формах: співпереживання та співчуття.

На думку Р. В. Малиношевського [15], схильність до альтруїзму як соціально значущу рису можна виховати в процесі особистісного становлення, проте дана якість являє собою динамічний утвір, саме тому немає підстав гарантувати сталість її вираження впродовж усього періоду онтогенезу людини.

Отже, феномен альтруїзму являє собою складний біосоціопсихологічний феномен, що передбачає реалізацію діяльності на користь інших людей, сприяння задоволенню їхніх потреб за рахунок специфічного самозречення. Альтруїзм лежить в основі будь-якої соціальної поведінки і являє собою її обов'язкову умову.

1.2. Проблема агресивності у психологічній науці

Агресія – фізична або вербальна вмотивована деструктивна поведінка, що суперечить нормам співіснування людей, оскільки дане поняття охоплює велику кількість різноманітних дій, котрі порушують фізичну та психічну цілісність конкретного індивіда або соціальної групи, завдають матеріальної шкоди, перешкоджають реалізації намірів інших осіб, протидіють їхнім інтересам або знищують їх [6; 23]. Не слід ототожнювати агресію із агресивністю, оскільки агресія являє собою своєрідну форму поведінки, а агресивність – це властивість особистості, що полягає в схильності застосовувати агресію з метою вирішення різноманітних проблем [7; 22].

Р. Берон та Д. Річардсон виокремили три основні підходи до розуміння агресивної поведінки: 1) агресивність як інстинктивна поведінка (психоаналітичний та еволюційний погляди); 2) агресія як відповідь на фрустрацію; 3) агресія як результат научіння (когнітивно-поведінкові моделі) [10].

Феномен агресивної поведінки є міждисциплінарним об'єктом дослідження, завдяки чому існує багатозначність дефініцій цього феномена психіки. Терміни «агресивність», «агресія», «агресивна поведінка» є поширеними у повсякденному житті і нерідко тлумачення їх є взаємно замінним фактом. Цей факт є ще однією із причин необхідності здійснення теоретичного аналізу щодо розмежування цих дефініцій.

Науковий пошук теоретичних моделей агресивної поведінки доводить, що вони різняться методологічними орієнтаціями, але пріоритет виявлення психічних механізмів надається психоаналітичній орієнтації (З. Фройд) та необіхевіористській орієнтації (Н. Міллер і Д. Доллард) [5, с. 495].

Збагачення дефініцій «агресія», «агресивність», «агресивна поведінка», визначається етіологічними визначеннями, тобто про причини і умови виникнення цих феноменів як вроджених інстинктів (К. Лоренц, Р. Мізен, М. Морріс), опис злоякісної агресії (Е. Фром), концепції «гіпотеза фрустрації» (Д. Доллард, Н. Міллер), когнітивні концепції емоцій (Д. Берковіц), соціальна стигматизаціям (Дж. Мід).

Для аналізу поняття «агресивна поведінка» необхідно здійснити супроводжуючі родові поняття для того, щоб уникнути їх хибної підміни. Так у соціальній психології дослідник В. Трофимчук зазначає, що «…агресивна поведінка трактується поведінковими актами нанесення шкоди іншим (живим чи не живим об'єктам») [38, с. 158].

За сучасним тлумачним психологічним словником В. Шапара агресія розглядається як «…індивідуальна чи колективна поведінка або дія, направлена на заподіяння фізичної чи психічної шкоди або навіть на знищення іншої людини чи групи» [40, с. 8]. Агресія знаходить свій прояв в агресивній поведінці. Якщо

агресивні прояви стають провідними формами реагування людини в повсякденному житті, у неї формується стійка риса особистості – агресивність. Вона, в свою чергу, за словником В. Шапара тлумачиться як «…стійка риса особистості, що проявляється в готовності до агресивної поведінки» [40, с. 8]. За психологічним словником В. Шапара, інстинкт тлумачиться як «сукупність уроджених компонентів поведінки і психіки тварин та людини» [40, с. 176].

Агресивність може реалізовуватись у різноманітних формах — мстивість, ворожість, хамство, заздрощі, образи, сварки, погрози, нищівна критика. Все це збентежує, посилює напруженість співрозмовника, активізує у нього різні способи психологічного захисту. Навмисна агресія спричинює шкоду партнеру. Як правило, суб'єкт її заздалегідь усвідомлює наслідки свого вчинку, отримуючи потім задоволення від досягнення мети. Завдаючи болю, створюючи проблеми іншій особі, агресивна людина намагається підтримати свою високу самооцінку. Агресивна поведінка має ефект зараження. Якщо, наприклад, на зупинці транспорту у натовпі з'являється роздратована, обурена особа, у решти людей також підвищується тон розмови, з'являються погрозливі нотки.

Поняття "агресія" використовується в різних значеннях. Теорія інстинктів І потягів (У. Мак-Дугалл, 3. Фрейд) тлумачить її як природну внутрішню властивість людини, форму поведінки, що визначається вродженими інстинктами і потягами. Згідно з цією теорією агресивна енергія періодично накопичується в індивіда, потребуючи вивільнення або трансформації. 3. Фрейд у межах психоаналітичного підходу доводив, що поряд з інстинктом життя (Ерос) існує інстинкт смерті (Танатос). Тому, щоб уникнути саморуйнації, людина повинна позбутися пов'язаної з ним деструктивної енергії. На його думку, агресивна поведінка спрямовує у певне русло деструктивну енергію, знижуючи напруження. Нині теорію агресії як інстинкту не вважають актуальною.

Деякі вчені тлумачать агресивність як вроджену фізіологічну потребу в скоєнні агресивних вчинків. По-перше, на початкових етапах філогенезу агресивність виконувала адаптивну функцію, оскільки допомагала більш

успішно здобувати харчі, захищатися від ворогів та втримувати сексуального партнера, саме тому певні агресивні психологічні механізми могли закріпитися на генетичному рівні. По-друге, тип нервової системи та особливості хімічного складу крові визначаються спадковістю, тобто вона обумовлює чинники, від яких залежить рівень чутливості нервової системи до стимулів, що провокують агресивну реакцію [9; 14; 21].

Інші дослідники вважають, що агресивність – це природна реакція на фрустрацію. Фрустрація являє собою психічний стан, що виникає при появі непереборної перешкоди на шляху до задоволення певних потреб, тобто при руйнуванні задумів. Фрустрація, породжуючи емоцію гніву (емоційну готовність до агресивних вчинків), створює мотивацію для агресивного реагування. Чим сильніше людина прагне досягнути відповідної мети, тим інтенсивніше вона переживатиме фрустрацію за умов невдачі. Дана теорія спрямована на пояснення ворожої, а не інструментальної агресії [14].

На думку деяких дослідників (Ю. С. Андреєв [1], Т. О. Перевознюк [18]), агресивність є результатом научіння. Так, спостерігаючи за поведінкою оточуючих та відзначаючи її наслідки, людина засвоює агресивні навички, оскільки за певних обставин вони можуть призвести до позитивних наслідків. Соціальне научіння агресивності відбувається під впливом родини, субкультури та засобів масової інформації.

Агресію поділяють на гетероагресію та аутоагресію (відповідно до типу об’єкту, на який вона спрямована), на реактивну та спонтанну (відповідно до причини її виникнення), на інструментальну та ворожу (відповідно до спрямованості), на пряму та опосередковану (відповідно до ступеня відкритості прояву), а також на вербальну, експресивну та фізичну (залежно від її форми) [3;6; 7; 10]. Пряма фізична агресія виражається у фізичному впливі на іншу людину (напад, перешкоджання здійсненню нею певних дій). Опосередкована фізична агресія полягає у застосуванні сили до об’єктів, що не продукують агресивну стимуляцію (наприклад, удари кулаком по столу тощо). При прямій вербальній агресії словесна образа людини реалізується при безпосередньому

спілкуванні із нею, а при опосередкованій вербальній агресії – при взаємодії з непричетними до конфлікту особами [7].

Є. Ільїн [6] зауважив, що, диференціюючи ворожу та інструментальну агресію, дослідники переважно користуються тільки одним єдиним критерієм – метою здійснення агресивного вчинку. Ворожа агресія спрямована на навмисне заподіяння шкоди відповідній жертві заради задоволення, тому вона являє собою деструктивний феномен. Інструментальна агресія спрямована на досягнення певної (не пов'язаної з заподіянням збитків) мети, саме тому існує думка, що, будучи важливим механізмом адаптації, дане явище спонукає людину до конкуренції в оточуючому світі, до захисту своїх прав та інтересів й слугує підґрунтям для розвитку пізнання й здатності покладатися на самого себе. З іншого боку, Альберт Бандура зауважив, що і ворожа, і інструментальна агресія спрямовані на вирішення конкретних задач; відрізняються ж вони тим, що ворожа агресія обумовлюється переживанням ворожості, а інші види агресії цим феноменом не супроводжуються. Це дає підставу вважати ворожу агресію одним із видів інструментальної, що призводить до зникнення необхідності виокремлювати інструментальну агресію (оскільки будь-яка агресія є інструментальною) та протиставляти її ворожій.

Агресію також прийнято вважати позитивною, якщо вона приносить відповідному об'єкту користь, а якщо агресивний вчинок шкодить людині, на яку він спрямований, то його ідентифікують як акт негативної агресії [6].

Людина має дві різні мотиваційні тенденції, пов'язані з агресивною поведінкою: тенденція до агресії та до її гальмування. Сутність тенденції до агресії полягає в схильності індивіда оцінювати більшість ситуацій як загрозливі та реагувати на них відповідними агресивними вчинками. Тенденція до гальмування агресії передбачає схильність ідентифікувати власну агресивну поведінку як небажану та неприємну, що призводить до придушення, уникання та осудження агресивних дій [13].

На думку О. Г. Коломієць [11], більшість сучасних теорій, спрямованих на дослідження проблеми агресивної поведінки, припускають, що вона

обумовлюється зовнішніми факторами, які стосуються певної ситуації або навколишнього середовища в цілому, а також внутрішніми чинниками, котрі відображають характерні якості конкретного індивіда.

Готовність суб'єкта до агресивної поведінки розглядається як відносно стійка риса особистості — агресивність, неконтрольований вияв якої деструктивно впливає на взаємодію.

Агресивність може реалізовуватись у різноманітних формах — мстивість, ворожість, хамство, заздрощі, образи, сварки, погрози, нищівна критика. Все це збентежує, посилює напруженість співрозмовника, активізує у нього різні способи психологічного захисту. Навмисна агресія спричинює шкоду партнеру. Як правило, суб'єкт її заздалегідь усвідомлює наслідки свого вчинку, отримуючи потім задоволення від досягнення мети. Завдаючи болю, створюючи проблеми іншій особі, агресивна людина намагається підтримати свою високу самооцінку. Агресивна поведінка має ефект зараження. Якщо, наприклад, на зупинці транспорту у натовпі з'являється роздратована, обурена особа, у решти людей також підвищується тон розмови, з'являються погрозливі нотки.

Поняття "агресія" використовується в різних значеннях. Теорія інстинктів І потягів (У. Мак-Дугалл, 3. Фрейд) тлумачить її як природну внутрішню властивість людини, форму поведінки, що визначається вродженими інстинктами і потягами. Згідно з цією теорією агресивна енергія періодично накопичується в індивіда, потребуючи вивільнення або трансформації. 3. Фрейд у межах психоаналітичного підходу доводив, що поряд з інстинктом життя (Ерос) існує інстинкт смерті (Танатос). Тому, щоб уникнути саморуйнації, людина повинна позбутися пов'язаної з ним деструктивної енергії. На його думку, агресивна поведінка спрямовує у певне русло деструктивну енергію, знижуючи напруження. Нині теорію агресії як інстинкту не вважають актуальною.

Фрустраційні теорії агресії (Д. Доллард, Л. Берковіц та ін.) розглядають агресію як наслідок фрустрації (лат. — обман) — перешкоди цілеспрямованій дії людини. Теоретичне ядро цієї теорії вибудовується на таких положеннях:

— агресія є суттєвою, але не єдиною відповіддю індивіда на фрустрацію;

. — регулюють агресивну поведінку культура, звичаї, виховання;

• — агресивна енергія не виробляється автоматично як внутрішній процес, вона є наслідком події, що відбувалася в навколишньому середовищі, поразки в досягненні мети;

• — агресія пов'язана з покаранням: в одних випадках воно може посилити, а в інших — послабити чи взагалі не вплинути на її прояв.

Досліджуючи причини цього феномену, Л. Берковіц обґрунтував поняття "відповідні умови середовища (сигнали), що викликають агресію", яке є проміжним між поняттями "фрустрація" та "агресія". Фрустрація, на його погляд, не завжди і не відразу спричинює агресію, вона пробуджує у людини стан емоційної активації (гнів), який готує агресивну поведінку. Ця поведінка проявляється лише в наповненій агресивними сигнальними стимулами ситуації. Отже, джерелами акту агресії є гнів індивіда та зовнішні сигнали.

Згідно з теорією соціального научіння (А. Бандура та ін.) агресії, як й інших форм поведінки, набувають у результаті індивідуального досвіду взаємодії. Людина вдається до агресії не тільки тому, що це може бути корисним, вона переймає її як модель поведінки, спостерігаючи за іншими людьми. Зрозуміти і дослідити агресію можна, підійшовши до неї не з точки зору фрустраційних умов і покарань, а з погляду заохочувальних її наслідків. Агресивної поведінки можна навчитися шляхом моделювання, перебуваючи під впливом середовища. Це положення А. Бандура підтвердив таким експериментом: проглядаючи фільм, діти спостерігали агресивну і неагресивну поведінку дорослого щодо певних іграшок. Кожна модель поведінки мала два варіанти наслідків: покарання і винагородження. Різні групи дітей спостерігали одну з чотирьох моделей поведінки дорослого: агресію, що винагороджувалася; агресію, що каралася; неагресивну поведінку, яка винагороджувалася; неагресивну поведінку, що каралася.

На підставі аналізу результатів експерименту було зроблено такі висновки:

- — діти, котрі спостерігали агресивну модель, були у своїх вчинках агресивніші, ніж їх однолітки, які спостерігали за протилежною моделлю поведінки дорослого;
- — діти, котрі спостерігали агресію, що винагороджувалася, проявляли її частіше, ніж діти, які спостерігали агресію, що каралася;
- — агресія дорослого, що каралася, відтворювалася дітьми в іграх з подібними іграшками.

Ці дослідження дали змогу з'ясувати причини соціальної агресії, що стало передумовою науково вивіреної профілактики цього явища, формування неагресивної моделі поведінки.

У міжособистісній взаємодії важливо врахувати чинники, що провокують соціальну агресію (рис. 10). Польові і лабораторні експерименти засвідчили зв'язок між переглядом телепередач, які показують агресивні дії і сцени насилля, з агресивною поведінкою. Зокрема, тестування індивідів віком 8, а потім 18 років виявило, що відносно висока агресивність вісімнадцятилітніх індивідів співвідносилася з частим переглядом фільмів зі сценами насилля у восьмирічному віці. Серед інших чинників, які провокують агресивну поведінку, виокремлюють такі:

- — норма відплати (вендети, кровні війни та ін.). У деяких культурах агресія, ворожість щодо іншого є нормою;
- — ефект зброї. Якщо у людини є зброя, вона шукатиме можливостей її використати, тобто наявність зброї підвищує схильність до агресивної дії;
- — страх покарання. Небезпека бути покараним знижує агресивність, проте на рецидивістів загроза покарання менше впливає;
- — самоствердження. Вдаючись до агресивних вчинків, приниження іншого, людина стверджується сама.

Дослідники вважають, що мовчки стримувати агресію так само неефективно, як і зривати гнів на інших. Потрібно заохочувати і розвивати в собі кооперативність і неагресивну поведінку. Особистість стає менш агресивною, частіше вдається до неагресивних дій, якщо її агресивну поведінку ігнорувати.

Отже, агресивна поведінка спричинюється не звичайним комплексом різноманітних зовнішніх та внутрішніх факторів, а їхньою системою, що реалізується в ході формування мотиву [6; 16].

Агресивність можна розглядати як інтегральну властивість особистості, котра поєднує такі риси, як мстивість, напористість (прагнення нав'язати власну волю оточуючим), непоступливість (прагнення наполягти на своєму),нетерпимість до думки інших людей, безкомпромісність (небажання йти на взаємні поступки), а також конфліктність, що складається з дратівливості, образливості та підозріливості [23].

1.3. Чинники прояву агресивності та альтруїзму

В основі прояву агресивності та альтруїзму лежить чимала низка факторів. Пропонуємо розглянути основні з них. Так, Альберт Бандура [14] припустив, що агресивні вчинки спричинюються аверсивними обставинами, такими як фрустрація, біль, образа. Дані чинники викликають емоційне збудження, яке спонукає до агресивного реагування. Проте вираження агресії залежить від очікувань особистості, котрі базуються на її попередньому досвіді.

Особливості клімату теж можуть відігравати роль чинників агресивної поведінки. Найбільш вивченим кліматичним подразником є спека, проте між високою температурою та агресивним реагуванням спостерігається лише кореляція, що не дозволяє розглядати спеку як безпосередню причину агресивності. В будь-якому разі, протягом задушливих днів люди справді поводяться більш роздратовано, оскільки спека викликає фізичний та психічний дискомфорт [14].

Також агресивна реакція може виникати у відповідь на агресію з боку іншої людини, тобто реалізовуватися у формі помсти, або ж ґрунтуватися на суб'єктивному відчутті нестачі простору, оскільки тіснота є джерелом стресу [14].

Є. Ільїн вважав, що до складу психологічних особливостей, котрі провокують агресивну поведінку, варто віднести низький рівень розвитку інтелекту, комунікативних навичок, здатності до саморегуляції та ігрової діяльності, а також занижену самооцінку та порушення взаємовідносин з однолітками [6].

На нашу думку, вікові та статеві особливості впливають на процес сприймання агресивності. Зі збільшенням віку знижується оцінка агресивності оточуючих. Згідно з даними досліджень Ю. В. Кріпак [12], незважаючи на те, що в межах жіночої статі схильність до вербальної агресії наразі зростає,чоловіків зазвичай оцінюють як більш агресивних представників людського роду. Зі свого боку чоловікам (у порівнянні з жінками) властиво сприймати оточення як більш агресивне.

Існує думка, що батьки, котрі вважають своїх дітей агресивними, більшою мірою зосереджені на здійсненні контролю над ними, а їхнім вимогам та заборонам притаманний імпульсивний, непослідовний та неузгоджений характер. Стосунки таких батьків зі своїми дітьми передбачають низьку насиченість позитивною енергетикою та оптимізмом. Батьки ж, які ідентифікують своїх дітей як неагресивних, надають перевагу співробітництву з ними, формують у них високу самооцінку, установки на успіх, впевненість в своїх силах, а також сприяють засвоєнню дітьми моделі конструктивної поведінки в складних ситуаціях. Саме тому такі діти схильні звертатися по батьківську допомогу в процесі подолання труднощів, а не приховувати наявність відповідних проблем [6].

Деякі вчені стверджують, що висока частота проявів агресії тільки посилює схильність особистості до даної поведінки. Отже, процес катарсису навряд чи можна назвати адекватним способом нейтралізації агресивних спонукань. Більш ефективний підхід, що здатний забезпечити особистість можливістю контролювати прояви агресії, передбачає послаблення впливу аверсивної стимуляції (фрустрації, болю, образ), пропагування неагресивної поведінки, а також винагородження за її реалізацію[14].

К. Ізард [5] стверджував, що одним з чинників, які обумовлюють постійність агресивності, є поріг емоції гніву. Люди з низьким порогом гніву схильні частіше переживати дану емоцію, що збільшує вірогідність прояву агресивних реакцій. На нашу думку, між емоцією гніву та агресивною поведінко не спостерігається прямої кореляції ні на фізіологічному, ні на поведінковому рівнях, тобто гнів не обов'язково призводить до агресії, проте він породжує готовність до скоєння агресивних дій.

Серед внутрішніх чинників альтруїстичної поведінки Є. Ільїн виокремив вік (існує думка, згідно з якою рівень альтруїзму зростає в ході онтогенетичного розвитку), стать (чоловіки схильні допомагати переважно особам протилежної статі, а жінки подібної вибірковості не демонструють), вплив середовища проживання (мешканці мегаполісів зазвичай менш альтруїстичні, ніж мешканці невеликих міст чи сільських районів), особливості особистості (егоцентризм та макевіаллізм перешкоджають прояву альтруїзму), емоційний стан (позитивний настрій сприяє реалізації альтруїстичних вчинків), а також наявність засвоєних людиною норм соціальної відповідальності (тобто стандартів моральної поведінки). Зовнішні фактори охоплюють оцінку ситуації (реакція на певну подію залежить від особливостей інтерпретації індивідом сутності даної події), присутність інших людей (наприклад, ефект «дифузії відповідальності» пов'язаний з очікуванням того, що допомогу надасть хтось інший з-поміж великої кількості очевидців) та тому подібне [8].

Деякі дослідники вважають емпатію одним з найбільш значущих чинників альтруїстичної поведінки [14]. Даний феномен являє собою свідоме співпереживання поточному емоційному стану іншої людини без втрати відчуття зовнішнього походження даного переживання. Існує думка, згідно з якою емпатії притаманний переважно генетично обумовлений (спадковий) характер. Т. П. Гаврилова виокремила дві форми емпатії – співпереживання та співчуття [8].

Рівень альтруїзму вищий в групах, які перебувають в екстремальних умовах або в незнайомій обстановці, а в контексті стабільного середовища

спостерігається домінування егоїстичних тенденцій, оскільки кожний індивід починає турбуватися про особисте благополуччя [10].

Члени групи, які характеризуються високим статусом, не схильні до прояву альтруїстичних тенденцій, а також вони меншою мірою прагнуть до кооперативної поведінки (наприклад, лідери не лише нехтують внутрішніми груповими стандартами, а й намагаються будь-яким чином порушувати їх). З іншого боку, реципрокна кооперативна поведінка досить часто застосовується з метою підвищення власного соціального статусу [10].

О. Б. Фельдман [24] вважає, що жіночі альтруїстичні цінності певною мірою відрізняються від чоловічих, оскількижінки орієнтовані переважно на принципи турботи, співчуття, милосердя, співпереживання тощо, а чоловіки – на принцип справедливості,пов’язаний із солідарністю, повагою, вдячністю, подякою та тому подібним.

Зупинимося спочатку на деяких суттєвих аспектах, пов'язаних з уявленнями про особистісні детермінанти альтруїстичної поведінки.

Якщо, використовуючи поняття просоціальної поведінки, дослідники нерідко абстрагуються від її мотиваційної основи, фіксуючи лише зовнішні (процесуальні і результативні аспекти), то поняття альтруїстичної поведінки невіддільне від внутрішньої мотивації цієї форми активності, бо під альтруїстичними розуміються тільки безкорисливі допомагаючі дії, не обіцяють суб'єкту ніяких зовнішніх нагород і заохочень, іншими словами, альтруїстична поведінка є непрагматичною за своєю суттю. За межами альтруїзму виявляються форми допомагаючої поведінки, засновані на корисливому розрахунку і дії, пов'язані з міркуваннями витрат і користі від здійснюваних благодіянь. У сферу власне альтруїстичних проявів не включаються також акти допомоги, які здійснюються на рівні регулювання соціально-нормативного типу.

До них відносяться:

По-перше, шаблонно-стереотипні прояви допомоги (культурні звички, правила етикету), що складають якби операціональний склад просоціального стилю поведінки.

По-друге, до соціально-нормативних просоціальних дій, які не є власне альтруїстичними, відносяться акти допомоги, які здійснюються у відповідності із зовнішніми соціальними вимогами ж очікуваннями, а не на рівні внутрішніх особистісних детермінант. Прикладами такого зовнішнього виконання соціальних норм можуть служити: допомага у відповідь на демонстрацію моделі допомоги, дотримання норми взаємності (розплата за послугу послугою), виконання норми відповідальності у відповідності з очікуваною від людини поведінкою, тимчасове підвищення просоціальності членів групи, що живе за принципом "тут і тепер".

Альтруїстична мотивація - це завжди внутрішня особистісно-смислова мотивація, що описується поняттям смислоутворюючого мотиву. Середовище внутрішніх мотиваційних механізмів власне альтруїстичного змісту слід розрізняти два мотиви, які є смисловими детермінантами альтруїзму - мотив морального обов'язку і мотив співчуття.

Аналіз теоретичних робіт та даних експериментальних досліджень вітчизняних і зарубіжних психологів з проблематики альтруїстичної поведінки підтверджують реальність існування альтруїстичних мотивів як самостійних психічних утворень. Однак, розкриваючи зміст мотиву безкорисливої допомоги, або мотиву блага для іншого, одні дослідники інтерпретують цей мотив як інтеріорізованную альтруїстичних норму, а інші - як прояв дієвого співпереживання або співчуття. Таким чином, виділяються два основні підходи до розуміння мотиваційної природи альтруїстичної поведінки:

1) особистісно-нормативний (з боку моральних норм і моральних переконань особистостей

2) емоційний (з боку аналізу ролі альтруїстичних емоцій - емпатії, співпереживання, співчуття, симпатії в реалізації альтруїстичної поведінки). Більшість дослідників здійснює або індивідуально-нормативний, або емоційний підхід до аналізу мотиваційних детермінант альтруїстичної поведінки, причому найчастіше ці підходи виключають один одного. Найбільш перспективними

представляються спроби синтезу обох аспектів (Ш. Шварц, Х. Хекхаузен, Е. Кариловскій).

Щодо емоційних механізмів слід розрізняти ситуативний вплив альтруїстичних емоційних переживань на поведінку допомоги та стійке емоційне ставлення до ситуацій потреби і тяжкого стану іншої людини, яка виступає як специфічний мотив, що сформувався на емоційній основі (співчуття, співпереживання).

Розробка теоретичних уявлень про два змістотворних мотиви альтруїстичної поведінки (морального обов'язку і співчуття) проводилася з опорою на уявлення зарубіжних психологів Ш. Шварца, Я. Аронфрід, Х. Хекхаузена, Я. Рейковского, З. Кариловокого і вітчизняних дослідників А. В. Запорожця, Я. З. Неверович, Л. І. Божович, Б. І. Додонова, Е. В. Субботского.

Питання, які обговорюються мотиви важко помітні за своїми зовнішніми поведінковими проявами, проте мають абсолютно різний психологічний зміст.

Мотив морального боргу по відношенню до альтруїстичним дій є наслідком нормативного виховання особистості і формується на основі інтеріоризації альтруїстичних соціальних норм, які перетворюються у внутрішні імперативи, особистісно-смислові регулятори діяльності. Провідним почуттям у мотивації цього типу є почуття відповідальності за свої вчинки перед собою та іншими людьми. Дія цього мотиву безпосередньо пов'язано з областю моральної самооцінки. Його реалізація супроводжується позитивними почуттями морального задоволення, самоповаги, гордості, підвищенням самооцінки. Фрустрація, неможливість реалізації цього мотиву, пов'язана з відчуттям зле, негідно своєї поведінки, зниженим самоповагою. Ці моральні почуття виконують по відношенню до альтруїстичної поведінки дві специфічні функції: профілактичну, коли передбачають наслідки надання або ненадання допомоги, і компенсаторну, коли альтруїстичний вчинок використовується як засіб відновлення втраченого почуття моральної рівноваги і благополуччя. Осягнення внутрішніх станів, душевного миру об'єкта допомоги не є необхідним для мотивації цього типу, при цьому діяльність може здійснюватися і за наявності

амбівалентного ставлення до об'єкта допомоги і навіть при явно негативне ставлення до нього. Поведінка допомоги, детермінується виключно цим мотивом, має жертовний характер.

Мотив співчуття, заснований на вихованні ідентифікаційних і емпатийних здібностей людини, є другою і досить істотною смисловою детермінантою альтруїзму. Реалізація мотиву співчуття неможлива без здійснення уявної постановки себе на місце людини, що потребує допомоги, без процесу співчуття і співпереживання їй. Про мотив співчуття мова йде тоді, коли прояв співчуття у відповідь на тяжкий стан іншого виступає як стійка і закономірна тенденція поведінки. Співчуття передбачає не тільки розуміння іншого і співпереживання його станом, а й співпереживання можливого поліпшення стану реципієнта (об'єкта допомоги), тобто носить випереджаючий, передбачати характер, спонукаючи до скоєння акту допомоги. Механізм співчуття заснований на ідентифікаційній-емпатичній взаємодії, тобто злиття, ототожнення внутрішніх станів суб'єкта в об'єкта допомоги, тимчасове стирання межі між "Я" і "другим Я". Відзначимо, що носій мотивації співчуття може виявляти емоційноцентруючу спрямованість, коли діяльність співчуття обривається на емоційній ланці і не знаходить виходу у відкритій поведінці (співчуваючі, але не допомагають суб'єкти). У цьому випадку суб'єкт якби виходить за межі свого "Я" і долучається до життя і стану іншого тільки лиш для того, щоб знову повернутися до самого себе і зануритися в самозамилування своїми витонченими гуманними переживаннями (самоцінність для людини цих переживань). У той же час, коли мотив співчуття відіграє істотну роль у детермінації реальної діяльності допомоги, він позбавляє її жертовного характеру, оскільки внутрішнє ототожнення з об'єктом допомоги передбачає злиття блага для іншого і блага для себе.

Найбільш альтруїстичний виявляються суб'єкти з гармонійної представленість у структурі особистості обох змістотворних мотивів, коли мотиви боргу та співчуття однаково сильно діють у ситуаціях, апелюють до допомоги.

У цілому альтруїстична поведінка характеризує вчинки, що здійснюються однією людиною для іншої заради її користі. Це визначення вірне і в тому випадку, коли допомагає теж отримує користь. Всередині цієї широкої категорії існує більш обмежений тип альтруїстичної поведінки. Назвемо його проявом доброти. У цьому випадку вчинок приносить користь іншому, але не дає зовнішньої винагороди або визнання самому що допомагає. Основна відмінність між цими двома вчинками полягає в тому, яку винагороду ви хочете отримати: внутрішню або зовнішню. Психологи давно зрозуміли це розходження джерел винагороди, так що більш моральними вважаються ті просоціальні акти, які мотивовані виключно внутрішніми винагородами. Деякі теоретики визначили таку внутрішню мотивацію допомоги як альтруїстичну.

Альтруїстична поведінка - дії, призначені для того, щоб принести користь іншій людині.

Отже, схильність до альтруїзму та агресивність обумовлюються складним комплексом численних факторів, які необхідно враховувати, досліджуючи відповідні проблеми.

Проблема агресивної поведінки підлітків стала об’єктом дослідження багатьох фундаментальних психологічних шкіл. Дослідивши природу, мотивацію, гендерні особливості, генезис цього явища, вчені перейшли до дослідження проблеми чинників агресивної поведінки підлітків. Адже явище агресивності завжди було актуальним, тому науковців зацікавило, які ж саме причини виступають каталізатором розвитку цього явища.

Українська дослідниця О. Бовть у роботі «Причини агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку» описала чинники, які пов’язані з проявами агресивної поведінки. До них можна віднести: 1) політичні та соціальні умови суспільства; 2) загальноприйняті норми; 3) родина та система виховання; 4) спілкування з однолітками; 5) вікові та індивідуальні особливості дітей; 7) соматичні та психічні захворювання; 8) моделі агресивної поведінки в ЗМІ; 9) фізичні умови середовища, що оточують дитину (висока концентрація людей у великих містах, неможливість залишитися на самоті та ін.) [4, с. 96].

Перейдемо до детального аналізу чинників, які впливають на розвиток агресивності підлітків. Першим чинником, який впливає на розвиток агресивної поведінки – є родина, як перша соціальна інституція, в якій перебуває людина. Дитина потребує батьківської любові, особливо вона необхідна в перші роки життя, коли у неї формується базова довіра до світу.

Не потрібно забувати про процеси наслідування та уподібнення. Психологи А. Бандура, Ю. Гіпенрейтер та інші писали, що надзвичайно важливим для формування особистості є емоційний клімат в родині. Якщо в родині батько застосовує будь-який вид насилля проти матері, то у дитини почне спрацювати процес ідентифікації з одним із членів родини. Вона почне несвідомо уподібнюватися жертві або кривднику, формуючи толерантність до агресії, думаючи, що така поведінка є нормо типовою [48].

Вітчизняна дослідниця О. Мойсеєва у своїй роботі «Психологічні чинники агресії підлітків» описала чинники агресивної поведінки підлітків: «авторитарність батьків і велику психологічну дистанцію між поколіннями, фізичне і психологічне насильство, що практикується в сім'ї; фрустрацію соціогенних потреб актуальних для підліткового віку; ігнорування інтересів дитини і змін у її розвитку, пов'язаних з появою психологічних новоутворень, жорсткий тотальний контроль, так само як і безконтрольність; відсторонення батьків від процесу виховання і педагогічного керівництва поведінкою підлітка. Негативний вплив має наявність психологічних бар'єрів емоційного, оцінного та смислового характеру, велика кількість конфліктів, демонстрація деструктивних, агресивних моделей поведінки.» [25, с. 310]. Також каталізатором появи агресивної поведінки у дитини є стиль виховання в родині. Дослідниця О. Власова зазначала, що авторитарний стиль виховання, в основі якого лежить тиск на особистість, примус, наказові форми спілкування, провокують супротив дитини, який проявляється через агресивні спалахи, грубість та інше [7, с. 278].

Наступним чинником, який впливає на розвиток агресивної поведінки, є заклади освіти. Вчитель, особливо в початковій школі, стає для дитини ще

однією референтною особою, тому дитина також як у батьківській родині може наслідувати ті моделі поведінки, які притаманні вчителю. Тому якщо вчитель має професійну деформацію, проявляє жорстокість, диктатуру по відношенню до інших, дитина може привласнити собі такі моделі поведінки.

Або розвиток може піти по-іншому сценарію, коли у відповідь на жорстоке поводження вчителя або вихователя дитина буде проявляти агресивну поведінку, що буде сприяти закріпленню такої поведінки як копінг стратегії в житті. Вітчизняна дослідниця О. Яковлева зазначає, що агресивну поведінку серед дітей можна спостерігати ще в молодшому шкільному віці. Для таких дітей характерним є занижена або завищена самооцінка, завищений рівень домагань, який дитина не в змозі на цей момент реалізувати; напруженість та тривожність, низький рівень сформованості комунікативних навичок [44].

Третім чинником, який провокує агресію, є система відносини дитини з однолітками. Для особистості максимально важливо бути членом групи.

Тому дитина всіма засобами бажає отримати членство в референтних для неї групах, бажаючи бути ними схваленою. Загально визнаним фактом є те, що групові процеси, системи цінностей, норми та правила дуже впливають на кожного члена цієї групи. Спілкуючись з однолітками, у дитини можуть змінюватися ціннісні орієнтації, коригуватися поняття нормативної поведінки, формуватися завищена конформність. Це може призвести до проявів девіантної поведінки, схильності до агресії. Є. Кірічевська зазначає, що появі агресивної поведінки серед дітей сприяють такі механізми як наслідування, навіювання та переконання [16, с. 6]. Тобто особистості референтними особами може бути нав’язне когнітивне упередження, що агресія – це самий ефективний метод вирішення проблем, який допомагає тобі піднятися в соціометричній матриці.

Четвертим чинником, який впливає на появу агресивної поведінки, є індивідуально-психологічні чинники. Вони ускладнюють процеси соціалізації та комунікації. До них можна віднеси несформовані моральні цінності, стереотипності мислення, наявність неадекватних настанов, низький емоційний інтелект, тривожність, депресивні нахили, емоційні та духовні проблеми,

нереалізований потенціал, завищений рівень домагань, проблеми з самооцінкою, екстернальний локус контролю, акцентуації характеру. Тобто агресивна поведінка бере на себе функцію підвищення самоповаги та компенсації всіх тих вищеперерахованих якостей.

П’ятим чинником є особистісний, який провокує агресивну поведінку.

Це відчуття страху, невпевненості у своїх силах, відсутність відчуття безпеки. Також до цього чинника можна віднести уразливість, підвищену емоційність, самотність.

Шостим чинником є ситуативний. Він пов’язаний з різними життєвими обставинами, які зустрічають підлітка по життю. Це може бути як перевтома та виснаження дитини від постійного розумового перенавантаження, так і поява соматичних хвороб, дисгармонійний режим дня, відсутність здорового сну, конфліктні ситуації з оточуючими, висока щільність людей в одному місті, гучні звуки (сирен, вибухи, крики та інше), дефіцит часу, вирішення складних нетипових задач. Актуальним чинником, який відноситься до ситуативних, є війна. Оскільки велика кількість потреб людини залишаються фрустрованими. Агресивна поведінка виступає у ролі приглушення дії фрустрації на психіку особистості.

Сьомим чинником, який впливає на появу агресивної поведінки, є біологічний. До нього можна віднести роботу гормонів та нейромедіаторів.

Вченими доведено, що на появу агресивних реакцій впливає виділення гормону – тестостерону. Також більш агресивними є люди, які перебувають під дією гормональних змін, це вагітні жінки та підлітки. На появу та розвиток агресивних реакцій впливають обмінні процеси нейромедіаторів, а саме серотоніну, дофаміну та норадреналіну. На розвиток агресивності впливає робота лобних ділянок мозку, тому що саме в них здійснюється процеси регуляції поведінки людини.

Восьмим чинником є ЗМІ, кінофільми та соціальні мережі. Нерідко у цих мережах інформації діти стикаються із проявами насилля та агресивної поведінки. Американські дослідники, проводячи лонгітюдні дослідження

дійшли до висновку, що якщо місцеве телебачення показує сюжет з вбивством або насиллям, то обов'язково через малий проміжок часу подібні випадки поведінки будуть повторюватися. Таке явище називається «соціальне зараження». У кінофільмах часто романтизують образ негативного героя, якому обов'язково притаманна агресивність, як невід'ємна його риса. Діти, спостерігаючи за проявом жорстокості, яка соціально схвалюється або з часом виправдовується, уподібнюють свою поведінку, бажаючи стати об'єктом обговорення, особливо це актуально для осіб з істероїдним типом акцентуації характеру. Вітчизняна дослідниця О. Мойсеєва у своїй роботі «Соціальнопсихологічні чинники агресії підлітків» зазначала: «Агресивні сцени, демонстровані телебаченням, створюють сприятливі психологічні умови для стимуляції агресивних дій у глядача і взагалі спотворюють реальний стан речей. Такого роду вплив робить людину холоднокровною перед фактами жорстокості та насилля. При цьому, чим реалістичніше зображення, тим більше воно впливає на людей.» [25, с. 312].

Таким чином, ми бачимо, що велика кількість чинників впливають на появу та розвиток агресивної поведінки особистості. Про них потрібно знати, щоб створити таку систему превентивних заходів, аби попередити розвиток неадаптивних способів поведінки, а навпаки, навчити підростаючу особистість успішно долати життєві труднощі.

Обговорюючи питання агресивної поведінки та чинників, які на неї впливають, неможливо оминути тему гендерних особливостей її прояву. Цим питанням займалися такі українські дослідники як В. Павелків [26], О. Яковлева [44], О. Іванова [15], Н. Меленчук [21] та інші. Впродовж експериментальних досліджень психологами було визначено, що хлопці є більш агресивними ніж дівчата. Для хлопців більш характерним є фізична агресія та негативізм, а для дівчат – вербальна. Тобто представники чоловічої статі найчастіше відкрито проявляють агресію, їх поведінка є складно керованою. А дівчатам, оскільки вони є більш чутливими та сенситивними, більш характерно проявляти свою агресію вербально, за допомогою слів (лайки, суперечки, плітки та інше). Також

цікавим фактом є те, що агресія дівчат найчастіше направлена на представників протилежної статі, а ось у хлопців навпаки – проти інших хлопців.

Українська дослідниця О. Іванова пише: «Підвищений рівень агресивності може бути зумовлений перевагою маскулінізму, тобто плином психічної діяльності по чоловічому типу. І навпаки, перевага фемінізму (плин психічної діяльності по жіночому типу) є підґрунтям для зниженого рівня агресивності…» [15, с. 278]. Також вона стверджувала, що дівчатам характерна непряма та вербальна агресія, вони мають високий рівень ворожості. А хлопцям притаманна фізична агресія.

За теорією американського дослідника А. Бандури та Р. Уолтерса, чинниками агресивної поведінки визначені психічні властивості особистості, яку вони представили за описом «пасивної меланхолії» та «агресивного самозахисту». Їх ознаки проявляються в показниках «підвищена чутливість» / «занижена чутливість» до подразників, стриманість / швидка збудливість, а також «фізичне і психологічне здоров'я» / «фізичне і психологічне нездужання». Предикатами цих станів є домінуючі властивості особи.

Наприклад, підвищена тривожність; вередування; образа; незадоволення собою тощо [48, с. 274].

Отже, чинниками агресивної поведінки є однією із актуальних проблем сьогодення. Чинники можна розглянути за певними класифікаціями, які здійснюються за теоретико-методологічним підходом авторів з означеного питання. Умовно їх можна представити в наступному описі:

- біологічно-генетичні чинники, що спричиняють реактивну поведінку на загрозу особі (З. Фройд [39], О. Іванова [15]);

- індивідуально-психологічними властивостями структурування психіки (З. Фройд [55], О. Яковлева [44], А. Бандура [49], Р. Уолтерс [48]);

- соціокультурним середовищем, в якому домінують асоціальні смислові значимості (О. Мойсеєва [25], О. Власова [7], Є. Кірічевська [16]);

- інформаційно-комунікаційним засобам, в яких домінують емоційнонасичені агресивні повідомлення, ігри, угрупування тощо (В. Павелків [26], В. Шевченко [43], В. Шебанова [42]);

- булінг, безперервний напад з боку інших (іншого) засобами вербальної та невербальної образи, фізичне чи психологічне насильство з боку індивіда чи групи, які мають певні переваги в статусі чи інших можливостей відчувати безкарність (В. Павелків [26], О. Мойсеєва [25]);

- неблагополучні сім'ї, в яких відстежується тенденція жорстокого ставлення до членів родини, дітей тощо (В. Павелків [26], А. Бандура [48], О. Мойсеєва [25], О. Власова [7]);

У зв'язку з тим, що існують розбіжності у визначенні чинників агресивної поведінки, необхідно здійснити діагностичні дослідження, за якими б ми могли виявити умови зменшення та управління агресивною поведінкою.

Висновки до І розділу

У першому розділі нашого дослідження обґрунтовані три поняття: «агресія», «агресивність», «агресивна поведінка» за різними теоретикометодологічними орієнтаціями – це психоаналітична, необіхевіористська, когнітивна, гуманістична. Теоретичний аналіз понять представлений у дефінітивному аналізі: З. Фройд, К. Лоренц, Р. Мізен, М. Морріс, Р. Сірс, А. Бандура, Е. Фромм, Д. Доллард, Н. Міллер, Д. Мід, Т. Шибутані та інших.

Агресія пов'язана із особливостями єдності біологічного і психологічного як прояв інстинктивної реакції на загрожуючи подразники. Вона характеризується психічною напругою, індивідуальною поведінкою людей, тварин, яку породжує страх, лють, загроза життю тощо.

Агресивність визначають як ситуативну, психосоціальну реакцію, як стан сприйнятої загрози. Вона виникає в ситуаціях, коли індивід долає перешкоди, які є загрозливими для нього, що виникають безпосередньо перед або під час агресивних дій; агресивність – стійкі, постійно повторювані дії, що виникають

внаслідок незадоволення потреб особистості, внутрішнього конфлікту, загрози життю чи інших ситуацій, що є фрустраційними для конкретної особистості.

Агресивна поведінка є стійким патером реагування на незадоволення власних потреб, внутрішнього конфлікту, що виникає внаслідок фрустрації, стабільно проявляється протягом життя, на основі яких визначена теоретична стратегія дослідно-емпіричного дослідження нашої роботи.

В нашій роботі ми визначили чотири види агресивної поведінки – це деструктивна, позитивна, винахідлива та захисна.

Чинниками агресивної поведінки визначені: біологічно-генетичні; індивідуально-психологічні властивості структури особистості, соціокультурне середовище, інформаційно-комунікаційні засоби, в яких домінують емоційно-насичені агресивні повідомлення, ігри, угрупування тощо; булінг, неблагополучні сім’ї.

РОЗДІЛ 2 АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ З РІЗНИМ РІВНЕМ АЛЬТРУЇЗМУ

2.1. Характеристика вибірки та методів дослідження

Емпіричне дослідження на тему «Особливості прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму» було здійснене на базі ЗВО серед студентів спеціальностей «Психологія», «Облік і оподаткування»,«Економіка» (освітня програма «Бізнес-аналітика»). Загальна кількість досліджуваних склала 53 особи. Середній вік учасників дослідження становить 20±3 роки. Перед початком дослідження кожному учаснику була повідомлена мета дослідження. Всі досліджувані погодилися добровільно взяти участь в дослідженні. Специфіка комплексу психодіагностичнихметодик дала змогу проводити дослідження у груповій формі.

Згідно з метою та відповідними завданнями програма дослідження складалася з п’яти основних етапів. На *першому етапі* дослідження було визначено мету, об’єкт та предмет дослідження, висунуто гіпотезу дослідження, підібрано комплекс психодіагностичних методів та методик, сформовано вибірку досліджуваних. *Другий етап* дослідження передбачав теоретичний аналіз проблем агресивності та альтруїзму. На *третьому етапі* було здійснено емпіричне дослідження особливостей прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму. На *четвертому етапі* дослідження було реалізовано кількісний та якісний аналіз отриманих результатів. На *п’ятому етапі* було розроблено та проведено корекційну програму по зниженню агресивності На *шостому етапі* було узагальнення результатів дослідження, інтерпретація отриманих даних і формулювання загальних висновків дослідження.

Методика визначення особистісної установки «альтруїзм-егоїзм»

Опитувальник був розроблений Н. П. Фетіскіним, В. В. Козловим та Г. М. Мануйловим. Методика спрямована на вивчення соціально-психологічної установки особистості, зокрема сприяє виявленню альтруїзму. Тест містить 20

запитань, на кожне з яких досліджуваний має відповісти «так», якщо описана поведінкова тенденція йому притаманна, або «ні» у випадку незгоди. Підрахунок результатів здійснюється відповідно до ключа. Чим більшою є сума набраних балів, тим більшою мірою виражений альтруїзм. Результат, що становить 15 балів та більше, свідчить про високий рівень альтруїзму; від 8 до 14 балів – діапазон помірної рівня альтруїзму; результат, що становить 7 балів і менше, притаманний, як правило, особам з низьким рівнем альтруїзму.

Тест «Альтруїзм-егоїзм»

Опитувальник, описаний Є. П. Ільїним, дозволяє виявити, яка поведінкова тенденція більшою мірою характерна для досліджуваного – альтруїзм чиегоїзм. Методика містить 31 твердження, кожне з яких учасник дослідження має оцінити, обравши один із запропонованих варіантів відповідей.В ході обробки результатів згідно з ключем підраховуються бали за шкалами альтруїзму та егоїзму. При аналізі та інтерпретації отриманих даних визначається шкала, за якою досліджуваний отримав більшу кількість балів, що і дозволяє сформувати висновок з приводу домінуючої поведінкової тенденції. Під час дослідження увагу було зосереджено на шкалі альтруїзму: результат, що становить 42 бали та більше, свідчить про високий рівень альтруїзму; від 29 до 41бала – діапазон помірної рівня альтруїзму; результат, що становить 28 балів і менше, притаманний, як правило, особам з низьким рівнем альтруїзму.

Методика визначення рівня агресивності Басса-Дарки

Опитувальник є авторською розробкою А. Басса та А. Дарки. Методика спрямована на діагностування агресивних та ворожих реакцій. Тест складається з 75 тверджень, які досліджуваний має оцінити, обравши у разі згоди «так», а при незгоді – «ні».В процесі обробки результатів згідно з ключем підраховуються бали за шкалами фізичної, вербальної і опосередкованої агресії, а також дратівливості, негативізму, образливості, підозріливості та почуття провини. На завершальному етапі оброки результатів додаються бали за шкалами дратівливості, фізичної та вербальної агресії, що дозволяє визначити рівень агресивності особистості; сумування балів за шкалами образливості та

підозріливості дає змогу виявити рівень її ворожості. Додавання до рівня агресивності балів за шкалою опосередкованої агресії забезпечує дослідника можливістю оцінити сумарний індекс агресивних реакцій.

Методика оцінки агресивності у стосунках А. Ассінгера

Опитувальник являє собою авторську розробку А. Ассінгера. Методика застосовується з метою діагностування загального рівня агресивності особистості дорослого віку, визначення спрямованості прояву агресії та ступеня коректності в контексті соціальної взаємодії. Тест складається з 20 описів певних ситуацій. Кожна ситуація передбачає три варіанти відповідей, одну з яких має обрати досліджуваний. Обробка результатів здійснюється згідно з ключем. Результат, що становить 45 балів та більше, свідчить про надмірну агресивність; від 36 до 44 балів – діапазон помірної агресивності; результат, що становить 35 балів і менше,притаманний, як правило, миролюбним індивідам.

2.2 Аналіз отриманих результатів

З метою виявлення рівню альтруїзму серед учасників дослідження нами було використано методику визначення особистісної установки «альтруїзм-егоїзм» (автори Н. П. Фетіскін, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов) (див. додаток А). Згідно з отриманими результатами (рис. 3.1) 15,1% досліджуваних продемонстрували високий рівень альтруїзму, що може свідчити про наявність у даних осіб яскраво вираженої готовності реалізувати діяльність на користь інших людей, чуйно ставитися до потреб оточення та сприяти їхньому задоволенню за рахунок своєрідної відмови від особистих інтересів. У 24,5% учасників дослідження виявлено низький рівень альтруїзму, що характеризується зосередженістю на турботі про власне благополуччя та ігноруванням бажань оточуючих; домінуючими в структурі мотиваційної сфери даних індивідів є фактори, що безпосередньо пов’язані з набуттям індивідуальної вигоди. У 60,4 % досліджуваних було виявлено середній рівень альтруїзму, що свідчить про наявність у даних осіб здатності здійснювати вчинки на користь собі, враховуючи при цьому інтереси оточення, а також вміння оцінювати ситуацію з

погляду іншої людини та прогнозувати ймовірний розвиток подій, що являє собою важливе підґрунтя для формування реципрокних стосунків, котрі базуються на взаємному обміні певними ресурсами.

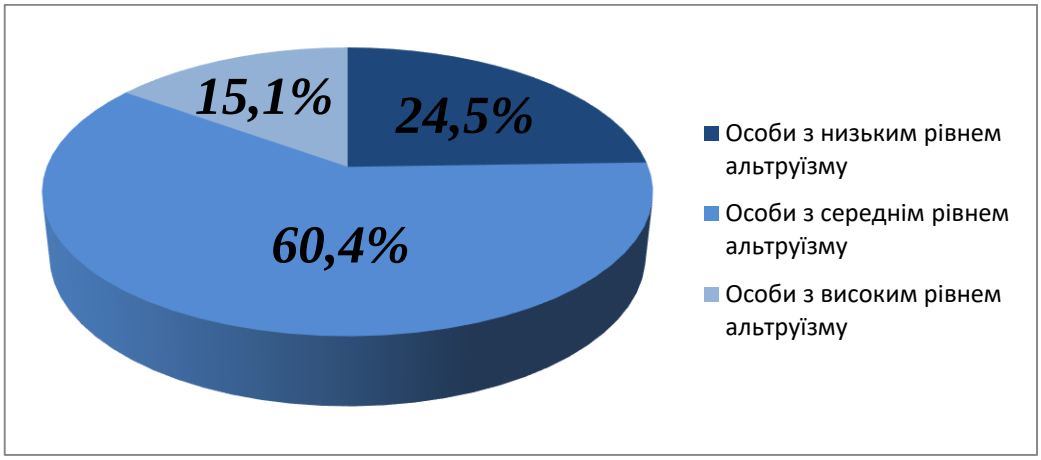


Рис. 3.1 Розподіл студентів за рівнем альтруїзму (у %) згідно з результатами методики визначення особистісної установки «альтруїзм-егоїзм»

Майже схожі результати були отримані за методикою Є. П. Ільїна «Альтруїзм-егоїзм» (див. додаток Б). Так, низький рівень альтруїзму було виявлено у 20,7% учасників дослідження, високий рівень альтруїзму – у 18,9%, середній рівень альтруїзму – у 60,4% (рис. 3.2).

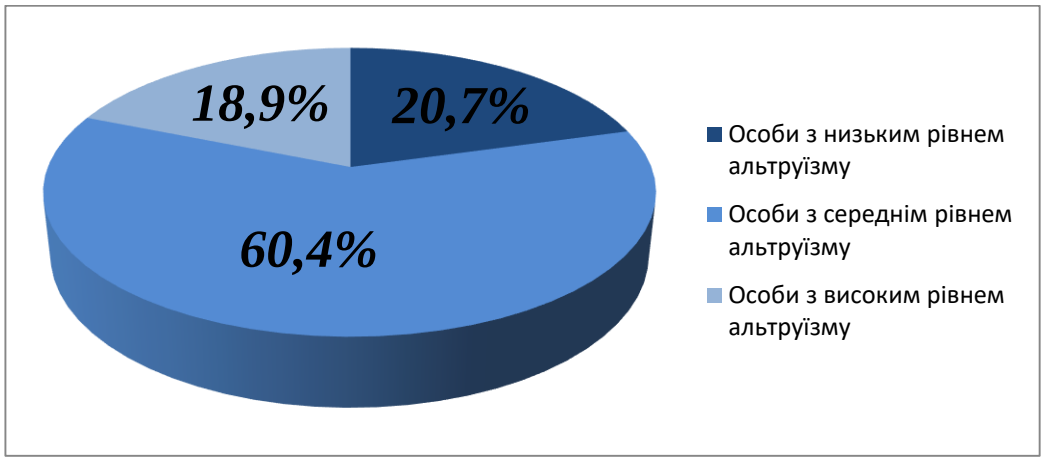


Рис. 3.2 Розподіл студентів за рівнем альтруїзму (у %) відповідно до результатів запропонованої Є. П. Ільїним методики «Альтруїзм-егоїзм»

Невелика розбіжність результатів двох методик може свідчити про достовірність отриманих даних.

Відповідно до мети дослідження вибірку досліджуваних нами було поділено на три підгрупи. До першої (І) підгрупи увійшли 13 осіб з низьким

рівнем альтруїзму, до другої (II) – 32 особи з середнім рівнем альтруїзму, а до третьої (III) – 8 осіб з високим рівнем альтруїзму. Подальша оцінка результатів здійснюватиметься у вигляді порівняльного аналізу показників серед досліджуваних трьох підгруп.

У процесі дослідження особливостей прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму нами було використано комплекс методик. Згідно з результатами методики оцінки агресивності у стосунках А. Ассінгера (див. додаток Г), серед досліджуваних I підгрупи у 25,0% учасників було виявлено помірний рівень агресивності (рис. 3.3). Таким особистостям в межах норми притаманний достатній ступінь вираження самовпевненості та честолюбства (прагнення до слави), що зазвичай здійснюють позитивний вплив на процес досягнення успіху. Слід зазначити, що у 75,0% досліджуваних з високим рівнем альтруїзму не виявлено схильності до агресивного реагування, що може бути наслідком миролюбності або ж свідчити про наявність у таких індивідів нерішучості та невпевненості в своїх силах.

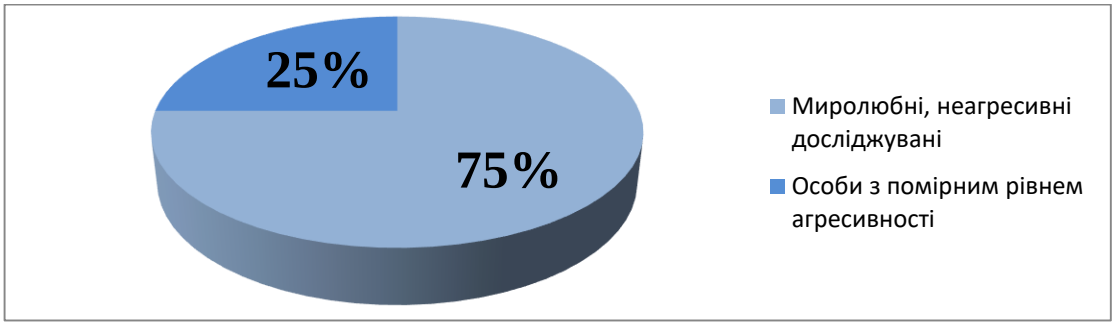


Рис. 3.3 Розподіл досліджуваних з високим рівнем альтруїзму за ступенем вираження агресивності відповідно до результатів методики А. Ассінгера

Серед учасників II підгрупи миролюбність притаманна 65,6% досліджуваних, а 31,3% опитуваних з середнім рівнем альтруїзму продемонстрували помірний рівень схильності до агресивної поведінки (рис. 3.4).

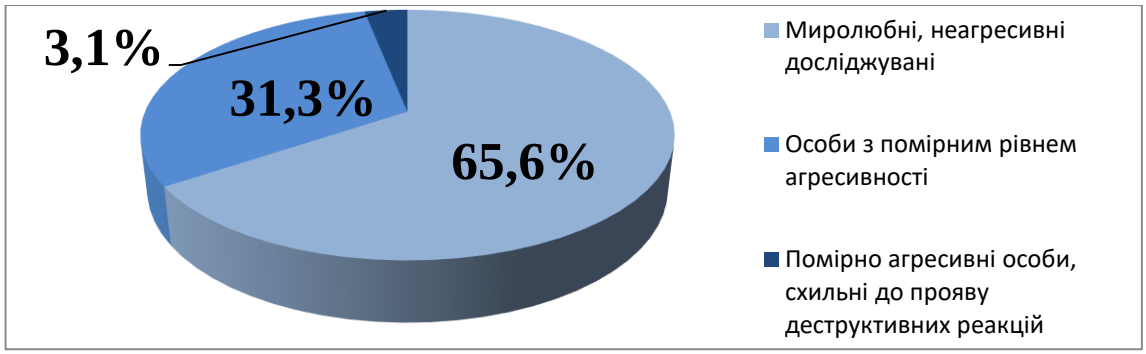


Рис. 3.4 Розподіл досліджуваних з середнім рівнем альтруїзму за ступенем вираження агресивності відповідно до результатів методики А. Ассінгера

Серед учасників ІІІ підгрупи помірний рівень агресивності було виявлено у 46,2% досліджуваних (рис. 3.5), при чому агресивним реакціям 7,7% осіб з низьким рівнем альтруїзму притаманний деструктивний характер, сутність якого полягає в поєднанні недостатньо обдуманих вчинків зі схильністю до реалізації запеклих дискусій. Варто зауважити, що серед досліджуваних ІІ підгрупи подібне явище спостерігається лише у 3,1% опитуваних, а учасникам І підгрупи взагалі не притаманна тенденція до деструктивного перебігу прояву агресивності.

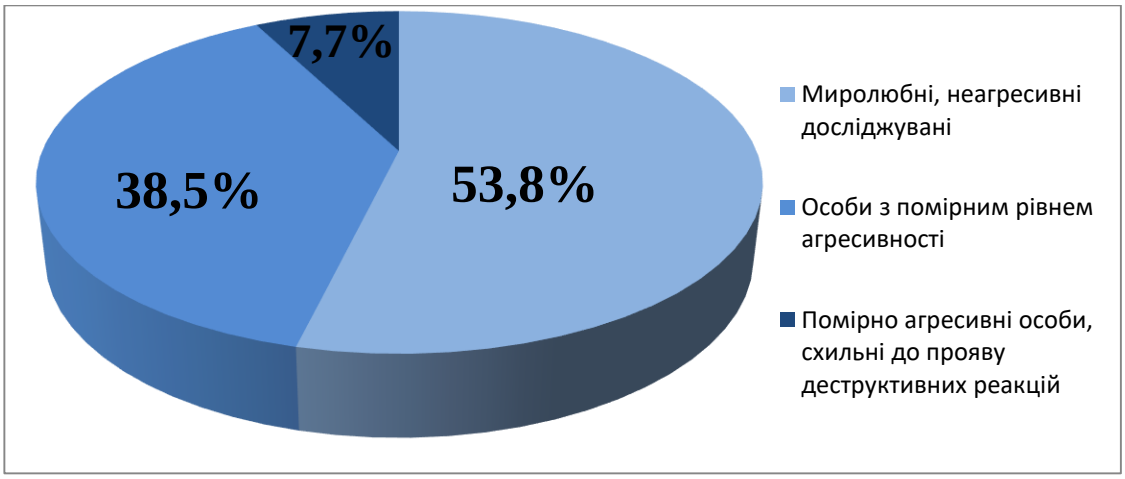


Рис. 3.5 Розподіл досліджуваних з низьким рівнем альтруїзму за ступенем вираження агресивності відповідно до результатів методики А. Ассінгера

Отже, узагальнюючи отримані результати, можна зробити висновок, що серед досліджуваних з високим рівнем альтруїзму виявлено найбільшу кількість миролюбних осіб з-поміж усієї вибірки, а серед учасників дослідження з низьким рівнем альтруїзму спостерігається найбільша кількість осіб, схильних до продукування агресії та деструктивних реакцій.

Для більш глибокого аналізу особливостей прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму нами було використано методику визначення рівня агресивності А. Басса та А. Дарки (див. додаток В). Даний опитувальник дозволяє оцінити схильність до прояву різних видів агресії за допомогою окремих шкал. Так, 50,0% учасників дослідження з високим рівнем альтруїзму (I підгрупа) продемонстрували нормальний рівень агресивності, а в 12,5% представників даної підгрупи виявлено гіпертрофований рівень агресивності, сутність якого полягає в надмірній схильності до продукування фізичної або вербальної агресії, котра, як правило, не відповідає вимогам конкретної ситуації. У 37,5% досліджуваних даної підгрупи чітко вираженої поведінкової тенденції до агресивного реагування не спостерігалося, що може свідчити або про їхню миролюбність, або про низьку оцінку власних спроможностей (рис. 3.6). Варто зазначити, що у переважної більшості учасників дослідження з високим рівнем альтруїзму (87,5%) виявлено нормальний рівень ворожості (рис. 3.7), а для 12,5% опитуваних, що входять до складу даної підгрупи, характерним є високий ступінь вираження даної особистісної орієнтації (як правило, таким індивідам притаманні образливість, підозріливість та негативне ставлення до оточення в цілому). Також слід додати, що у 75,0% осіб з високим рівнем альтруїзму виявлено схильність до переживання почуття провини.

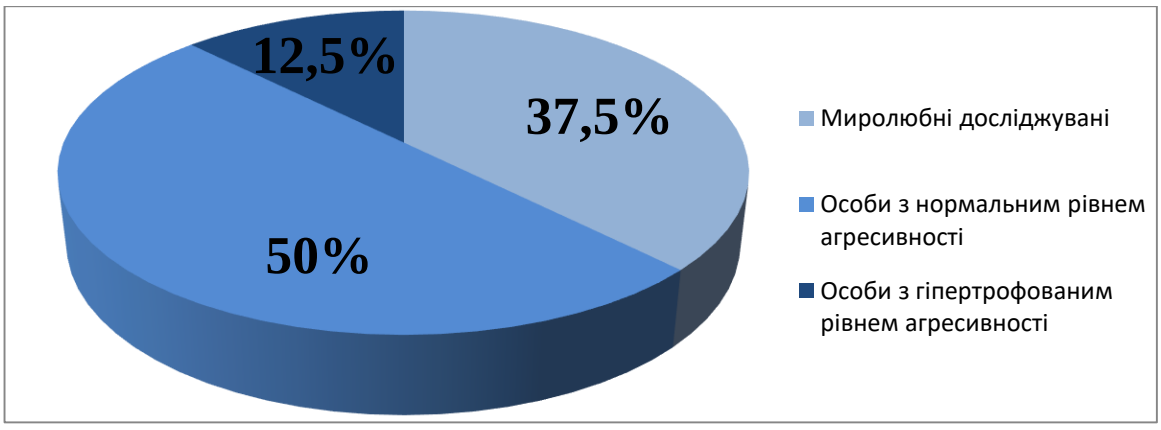


Рис. 3.6 Розподіл досліджуваних з високим рівнем альтруїзму за ступенем вираження агресивності відповідно до результатів опитувальника Басса-Дарки

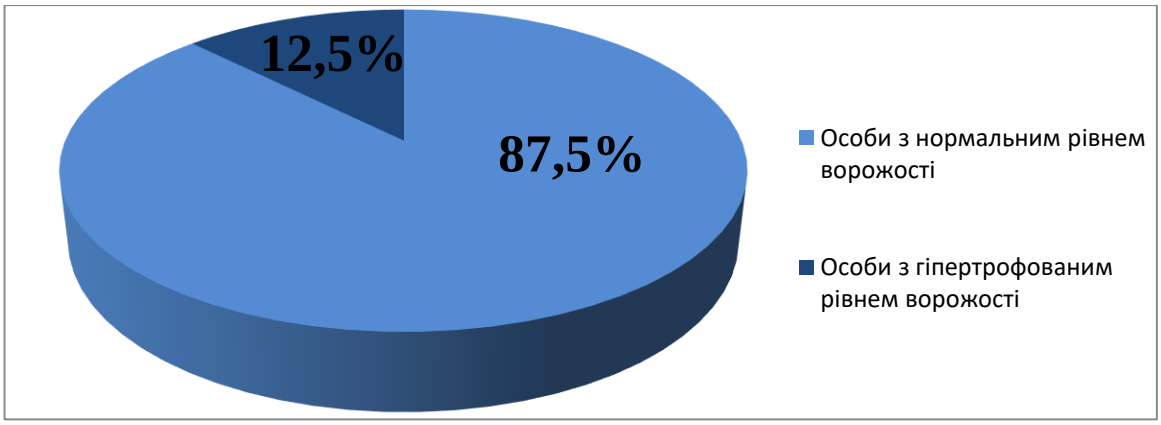


Рис. 3.7 Розподіл досліджуваних з високим рівнем альтруїзму за ступенем вираження ворожості відповідно до результатів опитувальника Басса-Дарки

У 65,6% учасників дослідження з середнім рівнем альтруїзму (II підгрупа) виявлено нормальний рівень агресивності, у 3,1% досліджуваних – гіпертрофований, а 31,3% представників цієї підгрупи характеризуються миролюбністю (рис. 3.8). Переважна більшість опитаних з середнім рівнем альтруїзму продемонструвала нормальний рівень ворожості; у 34,4% досліджуваних виявлено гіпертрофований рівень вираження даної риси, а серед 6,3% представників відповідної підгрупи схильних до ворожості осіб не спостерігалося (рис. 3.9). Слід зауважити, що учасники дослідження з середнім рівнем альтруїзму демонструють меншу схильність до переживання почуття провини, аніж досліджувані з високим рівнем альтруїзму.

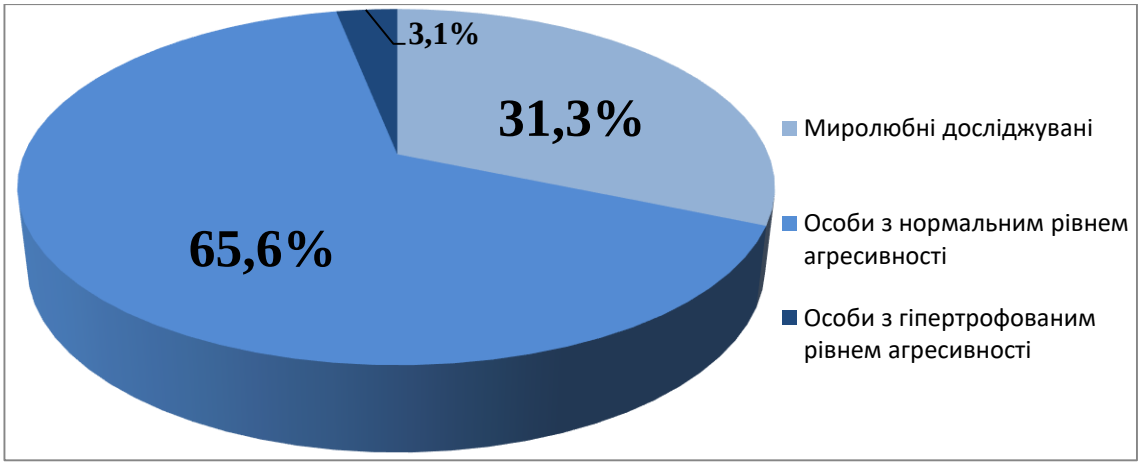


Рис. 3.8 Розподіл досліджуваних з середнім рівнем альтруїзму за ступенем вираження агресивності відповідно до результатів опитувальника Басса-Дарки

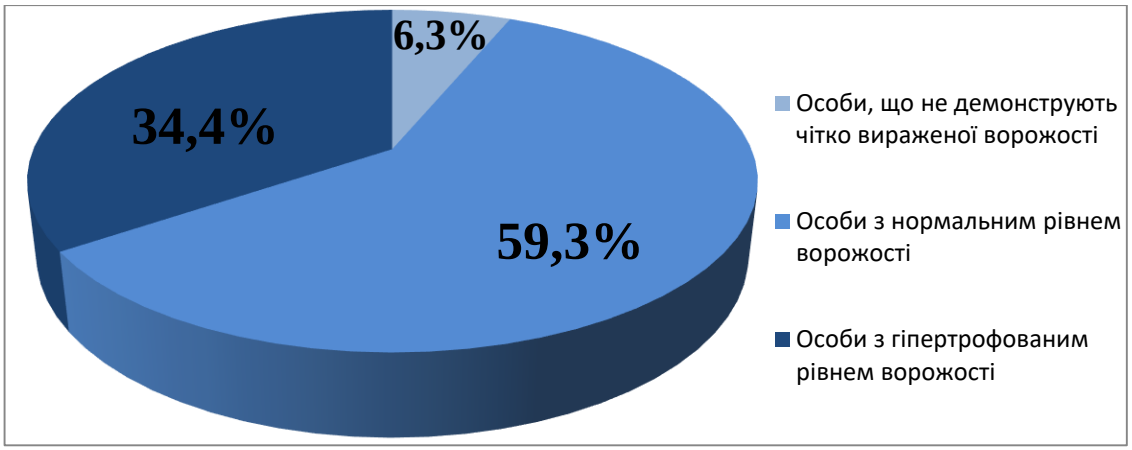


Рис. 3.9 Розподіл досліджуваних з середнім рівнем альтруїзму за ступенем вираження ворожості відповідно до результатів опитувальника Басса-Дарки

Було виявлено, що 69,2% учасників дослідження з низьким рівнем альтруїзму (III підгрупа) притаманний нормальний рівень агресивності, а решту представників даної підгрупи можна ідентифікувати як миролюбних (рис. 3.10). Також серед осіб з низьким рівнем альтруїзму у переважної більшості досліджуваних 76,9% виявлено нормальний рівень ворожості, проте у 23,1% опитуваних дана якість характеризується надмірним рівнем вираження (рис. 3.11). Варто зазначити, що в представників даної підгрупи спостерігається найменша схильність до переживання почуття провини з-поміж усіх учасників реалізованого дослідження.

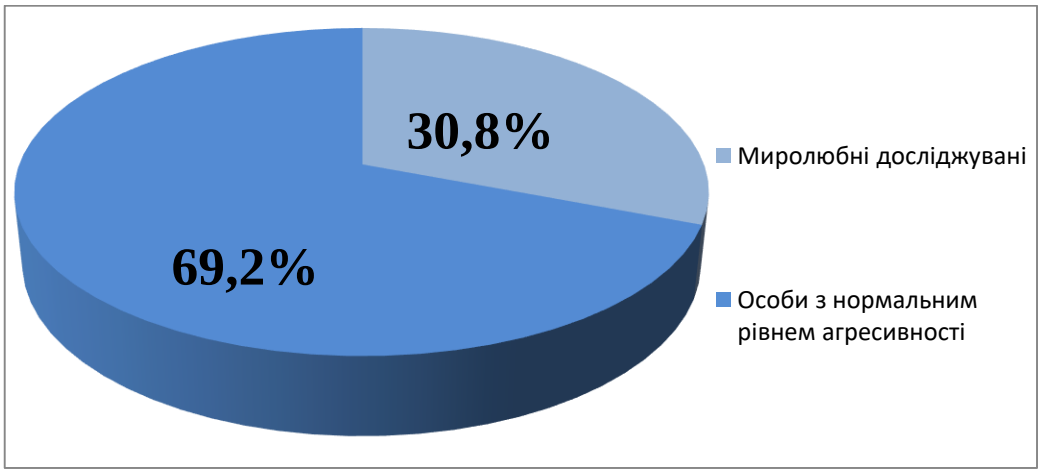


Рис. 3.10 Розподіл досліджуваних з низьким рівнем альтруїзму за ступенем вираження агресивності відповідно до результатів опитувальника Басса-Дарки

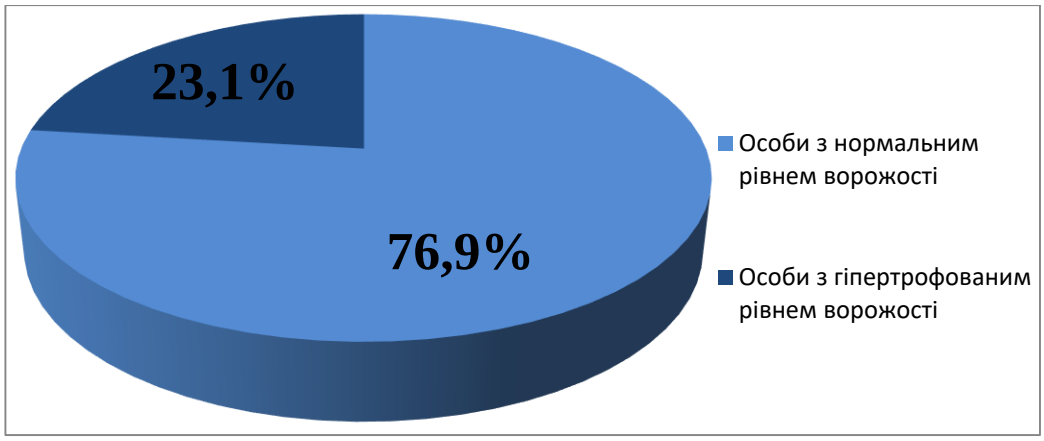


Рис. 3.11 Розподіл досліджуваних з низьким рівнем альтруїзму за ступенем вираження ворожості відповідно до результатів опитувальника Басса-Дарки

Після аналізу отриманих даних розглянемо результати кореляційного аналізу, що проводився з допомогою пакету SPSS з використанням коефіцієнту лінійної кореляції Пірсона [44; 45].

В результаті кореляційного аналізу ми отримали наступні результати:

1. Кореляційний аналіз за критерієм Пірсона дозволив виявити, що показники рівня агресивності, отримані за методикою А. Ассінгера, утворюють слабкий негативний зв'язок з результатами методики Н. П. Фетіскіна, В. В. Козлова й Г. М. Мануйлова (r=-0,14322).
2. З результатами запропонованої Є. П. Ільїним методики «Альтруїзм-егоїзм» – помірний негативний зв'язок (r=-0,36823). Це може свідчити про існування своєрідної закономірності, сутність якої полягає в зменшенні ступеня агресивності особистості при зростанні рівня її альтруїзму.
3. Також в ході кореляційного аналізу було виявлено, що відповідно до результатів методики визначення особистісної установки «альтруїзм-егоїзм»(автори Н. П. Фетіскін, В. В. Козлов й Г. М. Мануйлов) зі збільшенням рівня альтруїзму особистості певною мірою зменшується її схильність до негативізму(r=-0,22254), образливості (r=-0,21835), ворожості (r=-0,13592), опосередкованої (r=-0,08719) та вербальної (r=-0,0602) агресії, проте зростає ймовірність появи в поведінкових

програмах відповідної особи таких явищ, як фізична агресія (r=0,17361), роздратування (r=0,11726) та почуття провини (r=0,39255).

4. Водночас результати тесту «Альтруїзм-егоїзм» Є. П. Ільїна утворюють слабкий негативний зв'язок практично з усіма видами агресивної поведінки, які входять до складу опитувальника А. Басса та А. Дарки, що дозволяє вважати за ймовірне існування тенденції зменшення частоти прояву різних видів агресії та загальної агресивності індивіда в ході зростання його схильності до альтруїстичної поведінки.

Отже, узагальнюючи отримані результати дослідження, можна зробити висновок про те, що студентська молодь з високим рівнем альтруїзму меншою мірою схильна до агресивної поведінки, ніж особи з середнім рівнем альтруїзму, які зі свого боку характеризуються меншою агресивністю, ніж представники молоді з низьким рівнем альтруїзму.

Висновки до ІІ розділу

У процесі дослідження особливостей прояву агресивності у студентської молоді з різним рівнем альтруїзму нами було використано комплекс методик.

У якості психодіагностичного інструментарію було використано: методика виявлення альтруїзму (автори Н. П. Фетіскін, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов); тест «Альтруїзм-егоїзм» (автор Є. П. Ільїн); методика оцінювання агресивності у стосунках А. Ассінгера; методика діагностики агресивних та ворожих реакцій А. Басса і А. Дарки.

Узагальнюючи отримані результати, можна зробити висновок, що серед досліджуваних з високим рівнем альтруїзму виявлено найбільшу кількість миролюбних осіб з-поміж усієї вибірки, а серед учасників дослідження з низьким рівнем альтруїзму спостерігається найбільша кількість осіб, схильних до продукування агресії та деструктивних реакцій.

Слід зауважити, що учасники дослідження з середнім рівнем альтруїзму демонструють меншу схильність до переживання почуття провини, аніж досліджувані з високим рівнем альтруїзму.

Отже, узагальнюючи отримані результати дослідження, можна зробити висновок про те, що студентська молодь з високим рівнем альтруїзму меншою мірою схильна до агресивної поведінки, ніж особи з середнім рівнем альтруїзму, які зі свого боку характеризуються меншою агресивністю, ніж представники молоді з низьким рівнем альтруїзму.

РОЗДІЛ 3. КОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА ЗНИЖЕННЯ РІВНЯ АГРЕСИВНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

3.1. Розробка розвивально-корекційної програми зниження агресивної поведінки у студентської молоді

Даний віковий період є складним етапом переходу від дитинства до світу дорослих. Формування самосвідомості, бажання досліджувати себе самопізнання), нестримне бажання захищати свої особисті кордони, потреба у встановленні тісних емоційних контактів з однолітками створюють стресову ситуацію для психіки студентів. Вони дуже чутливі, тому нерідко починають захищати цілісність психіки за допомогою прояву агресивних реакцій по відношенню до світу.

Ми описували, що наковці розділилися в своїх думках з приводу агресивної поведінки як форми захисту. Одні дослідники стверджують, що агресивна поведінка допомагає зберегти цілісність психіки, інші зазначають, що такі реакції стають перепонами на шляху самореалізації особистості. На меті ми мали розробити таку корекційну програму, яка допоможе агресивним підліткам навчитися новим формам поведінки засобами рефлексивних механізмів (Л.О. Гапоненко, [11]), які будуть більш ефективними. В ході корекційної роботи психолог повинен навчити людей розуміти та контролювати власні емоції, допомогти усвідомити причини агресивних реакцій.

Психокорекційна робота з агресивними студентами може реалізовуватися як індивідуально, так і в групі. Ми обрали групову корекцію, оскільки хотіли не тільки створити умови для подолання дезадаптивних форм поведінки, а й навчити особистостей взаємодіяти в групі, підвищити їх навички комунікації.

Головною метою нашої психокорекційної програми є зниження рівня агресивності шляхом навчання новим, адаптивним формам поведінки. Нами була розроблена психокорекційна програма, яка складається з 15 занятЬ тривалістю в 60 хвилин. Програма розрахована на групу із 15 осіб. У створенні корекційної програми ми використовували методи когнітивно-поведінкової, арт-терапії,

психодрами та особистісно-орієнтованої терапії. Психокорекційні заняття ми реалізовували очно в кабінеті психолога. Під час проведення занять ми реалізовували: комунікативні, моделюючі, когнітивні, рольові вправи.

Задля досягнення цієї мети в процесі корекції ми повинні реалізувати такі завдання:

1. Навчити розрізняти власні емоції та усвідомити, які події провокують ті чи інші реакції.

2. Дати можливість зрозуміти особистості, що агресивна поведінка не є конструктивною формою реагування.

3. Навчити учасників справлятися з емоційним перенавантаженням, стримувати емоції.

4. Розвинути емоційний інтелект особистості, навчити толерантності по відношенню до інтересів та станів оточуючих.

5. Навчити учасників конструктивним формам реагування на конфліктні ситуації.

Сумлінне виконання вищеперерахованих завдань дає можливість знизити рівень агресивної поведінки. Проблема агресивності у наш час є актуальною. Психоневрологічні відхилення значно посилюють і без того «не простий» психічний стан молоді, в період становлення особистості: самосвідомості, самоприйняття, і світовідчуття будь-який внутрішній або зовнішній дискомфорт може спричинити за собою агресивну реакцію, часто – неадекватну події, що відбувається, у разі психо Агресія значно зростає і може протікати набагато довше. Необхідним пунктом у корекції та профілактиці агресивних тенденцій серед підлітків із психоневрологічними порушеннями є психокорекція.

Групова робота повинна проводитись у досить просторому, добре провітрюваному приміщенні. Для забезпечення занять необхідні: папір, олівці, гуаш, клей, ножиці, крейда, фломастери, м'ячі, м'які іграшки.

Перед тим, як розпочати безпосередньо самі корекційно-розвиваючі заняття, і після їх проведення, необхідно провести діагностику агресивності з

метою відображення результативності/ефективності корекційних заходів, що проводяться.

Структура занять:

- привітання;

- розминка;

- основна вправа;

- Завершення.

Цілі даної програми:

- Встановлення довірчих внутрішньогрупових відносин;

- Пошук альтернативних (соціально-прийнятних) способів задоволення власних потреб та взаємодії з оточуючими;

- Психологічна корекція дитячих образ.

Завдання програми:

- Відреагування негативних емоцій;

- Навчання прийомів регуляції свого емоційного стану;

- Формування адекватної самооцінки;

– навчання способів цілеспрямованої поведінки, внутрішнього самоконтролю та стримування негативних імпульсів;

– формування позитивної моральної позиції, життєвих перспектив та планування майбутнього

Структура роботи: У цю роботу входить пояснювальна записка, діагностичний блок, блок установок, корекційний блок, блок оцінки ефективності корекційних впливів, бібліографічний список.

Діагностичний блок

Мета – діагностика особливостей прояву агресії у учасників із психоневрологічними порушеннями.

Для цього використовуємо такі методики

.Вербальний фрустраційний тест, Л.М. Собчик.

2.Визначення інтегральних форм комунікативної агресивності. (В.В. Бойка).

3. Метод незакінчених пропозицій (Цей метод дозволяє виявити рівень внутрішньої напруги піддослідних при спонтанному продовженні пропозицій. Педагог може самостійно скласти список незакінчених пропозицій, обраних за своїм бажанням. Зразкові пропозиції можна переглянути у додатку 3).

Цей методичний інструментарій було підібрано з урахуванням особливостей випробуваних.

Всі перераховані вище методики вже не раз були нами апробовані на підлітках з психоневрологічними порушеннями, головною особливістю яких є непосидючість і низька концентрація уваги. Тому ці методики є актуальними при діагностиці зазначеного контингенту.

Установчий блок

Ціль - спонукання бажання взаємодіяти, зняття тривожності, формування бажання співпрацювати.

Для досягнення цієї мети ми використовуємо в даній програмі, на початку кожного заняття, вправи розминки, завдяки яким підвищуємо емоційне тло в групі і, тим самим, знижуємо тривожність і маємо у своєму розпорядженні учасників тренінгу до подальшої роботи.

Корекційний блок

Мета - зниження поведінкової агресивності у молоді які мають психоневрологічні порушення, навчання навичок саморегуляції та навчання конструктивним способам управління агресією у конфліктних ситуаціях.

Учасниками корекційної групи були 15 осіб, які були відібрані на основі попередньої первинної діагностики. Участь кожного учасника у психокорекційній роботі була добровільною, оскільки отримати позитивні зрушення можливо лише за умов високої вмотивованості людини та готовності до дій.

Таблиця 3.1

п/п	Тема	Необхідний час	Форма работи	Методичне,технічне, діагностичне, ін.
1	Усвідомлення та розуміння своїх емоцій та внутрішнього стану	1 год 25 хв.	Группова	Бумага, олівці
2	Все проблемы можно решить без ссор	60 минут	Группова	Бумага, олівці
3	Работа с гневом и обидами	60 минут	Группова	Бумага, олівці
4	Агрессия может быть конструктивной	60 минут	Группова	Бумага, олівці
5	Что такое «Агрессивное поведение»	1 час 20 минут	Группова	Бумага, олівці, візитки, фломастери
6	Снимаем напряжение	1 час 10 минут	Групповая работа	Бумага, карандаши
7	Положительное лидерство	1 час 10 минут	Групповая работа	
8	Формирование навыков отреагирования эмоций	60 минут	Групповая работа	
9	Умение распознавать эмоциональное состояние	1 час 10 минут	Групповая работа	Бумага, карандаши.
10	Конструктивные способы разрешения конфликта.	60 час	Групповая работа	Бумага, карандаши.

В психокорекційній роботі ми дотримувалися таких основних принципів роботи:

 врахування вікових особливостей учасників;

 індивідуальний підхід;

 екологічність, тобто відмова від жорсткого, форсованого впливу і орієнтація на максимально не маніпулятивні, не насильницькі методи роботи;

 акцент на пошук ресурсів для особистісного розвитку, а не на виявлення помилок.

Як ми зазначали раніше, головною метою корекційної роботи є подолання агресивної поведінки та научіння новим конструктивним формам поведінки. Починаючи з перших занять, ми наближалися до цієї мети. Для того, щоб це підтвердити, було доречним здійснити якісний аналіз деяких занять корекційної програми.

На першому занятті основною ціллю було налагодження позитивного клімату, що допоможе створити підґрунтя для подальшої ефективної роботи.

Психолог разом з учасниками групи створили «Правила групи». Важливо підмітити, що їх сумлінно дотримувався кожен учасник впродовж всього корекційного процесу, це, на перший погляд, просте завдання створило підґрунтя для прийняття особистісних кордонів та врахування інтересів інших.

Також основним завданням першого заняття було знайомство з учасниками та керівником корекційного процесу за допомогою вправи «Знайомство».

Учасники проявляли себе демонстративно, активно, але було помітно, що вони відчували певний дискомфорт.

Наступною вправою була «Складання правил групи». Спочатку учасники соромились, не виявляли активності, психолог допомогла їм із складанням першого пункту, вони зрозуміли, в якому руслі потрібно діяти, та доповнили правила ще шістьма пунктами. Було помітно, що деякі учасники були більш активними, а деякі менш.

Далі була запропонована вправа «Хмаринка емоцій». Вона полягала у тому, щоб кожен учасник по черзі вивісив на дошку смайлик із зображенням тієї емоції, яку він зараз переживає, та коротко розповів про неї. Психолог нагадала правила кожному учаснику, що всі повинні толерантно відноситися до інших, уважно слухати один одного. Домінантним настроєм у групі була зацікавленість та тривога, учасники які обрали тривогу, зазначили, що їм складно щось про себе розповідати.

Заключною вправою на всіх заняттях була рефлексія. В ході цієї вправи учасники могли розповісти, що їм сподобалося, а що ні; запропонувати свої пропозиції або зауваження. Головним принципом, який супроводжував всі заняття, був зворотній зв'язок. Після кожної вправи та наприкінці занять всі учасники розповідали іншим про свої емоції та почуття, цей принцип був корисний не лише людині, яка розповідала про свої переживання, а й для всіх інших, хто слухав про емоції ближнього. Члени групи зрозуміли, що одна й та сама ситуація може викликати зовсім різні емоції у людей, тому їх потрібно поважати. Таким чином, підлітки рефлексували конфронтаційні ситуації, які можуть викликати емоції різної модальності та зробили кроки у контролюванні своїх власних емоцій.

Всі наступні заняття були направлені на розуміння природи емоцій, усвідомлення мотивів поведінки. На шостому занятті ми мали показати учасникам психокорекційної групи не конструктивність агресивної поведінки.

Для цього ми проводили вправу «Вплив мислення». Вона закладалася в тому, що учасникам групи демонструвалася певна ситуація, і вони мали побачити вплив нашого мислення на поведінку. Показова ситуація з хлопцем та дівчинкою, яка не прийшла до нього на день народження показала, що неправильно проявляти агресивну поведінку, адже особистість чітко не знає, які мотиви послугували тим, що особистість поступити так, а не інакше. Ця вправа була показовою для учасників, вони зрозуміли, що потрібно повністю розібратися в ситуації перед тим, як робити висновки та проявляти емоції.

На сьомому занятті ми проводили вправу «Довіра». Метою цієї вправи було навчити особистостей співпраці, сенситивності, чуйності, брати відповідальність за іншого. Важливо підмітити, що багатьом було важко перебувати з заплющеними очима, тому що вони не довіряли опонентові, боялися впасти. Це є свідченням відсутності довіри агресивних підлітків до оточуючих, що і є підтвердженням того, що агресивна поведінка є захисною.

Такі підлітки галасували, починали сваритися, інші дуже сильно тримали «поводиря» за руки. Але коли вони самі стали у роль «поводиря» вони були дуже уважними, обережними до людини, яку вели. В процесі обговорення учасники, які боялися довіритися, зазначили, що коли вони стали у роль «поводиря», їм стало соромно за свою поведінку у ролі «незрячого», оскільки вони зрозуміли, що їх «поводирі» також гарно справлялися зі своєю задачею, тому хотіли віддячити їм і намагалися максимально обережно проводили їх повз перешкоди.

Також на сьомому занятті учасники навчилися правильно говорити про те, що їм не подобається за допомогою вправи «Я – повідомлення». Вони зрозуміли, що, по-перше, потрібно говорити про те, що їм не подобається, по-друге, в момент таких повідомлень потрібно казати опонентові виключно про його дії, поведінку, свій емоційний стан, а не давати оцінку особистості, на кшталт: «Ти дурний, тому що наступив мені на ногу». Навпаки, казати про свої емоції, які є реакцією на поведінку: «Я засмучений, що ти наступив мені на ногу, мені боляче».

Після того як ми з учасниками складали портрети агресивних людей, визначалися з мотивами такої поведінки, дослідили вплив мислення та суб’єктивного сприйняття ситуацій, зрозуміли, що агресія не допоможе нам у досягненні мети, психолог разом з учасниками склали «Банк конструктивних реакцій» за допомогою однойменної вправи.

Однією із задач, яку ми ставили перед собою, було навчити учасників навчити навичкам самоконтролю та керування власними емоціями. Для цього ми проводили велику кількість вправ, однією з яких є «Подивитися на ситуацію під іншою призмою». Суть вправи полягає у тому, що ви уявляєте фотогалерею, в

якій знаходити портрет свого кривдника, ви повинні поспілкуватися з ним, розповісти йому про свою біль, образу, потім уявити ваш діалог знову, але голос та розміри вашого кривдника буде високим, як у мультиплікаційного героя. Потім знову у голові прокрутити вашу розмову та подивитися на ваш діалог, картинка якого буде перекручена верх ногами.

Після всіх цих маніпуляцій учасник має прослідкувати за зміною свого психоемоційного стану та поділитися своїми враженнями.

Для нас важливим було підвищити рівень комунікативності учасників, розвинути їх рольовий репертуар, емоційний інтелект. Ми помітили, що учасники з кожним наступним заняттям стали відверто говорити про свої почуття, активно співпереживати, проявляти більшу активність та залученість в корекційний процес. Якщо на початку, вони були агресивними, демонстративними, іноді зухвалими, то на середині корекційного процесу вони перестали боротися за увагу групи будь-якою ціною. Вони були більш спокійними, позитивними, дуже часто приходили з гарним настоєм. Помітили за собою, що менш емоційно стали реагувати на агресію інших в буденному житті. Адже зрозуміли, що відповідь агресією на агресію провокує конфлікт, який буде дуже складно вирішити.

Наприкінці корекційної робити емоційний стан учасників групи покращився, також вони збільшили спектр реагування на ситуації, які відбуваються з ними. В цілому, у групі склалася позитивна атмосфера. Тепер доречним буде перейти до оцінки здійсненого втручання.

Заняття №1 «Усвідомлення та розуміння своїх емоцій та внутрішнього стану»Вправа 1 «Це моє ім'я»

Ціль: Створення атмосфери прийняття та розуміння, розвиток навичок спілкування, активного слухання, емпатії.

Час: 10 хвилин

Інструкція: «Учасникам необхідно назвати своє ім'я, ім'я яким хотілося себе називати і потім відповісти на низку запитань:

1. Чи подобається тобі твоє ім'я?

2. Хто його тобі вибрав?

3. Що воно означає?

4. Хто ще в сім'ї носив це ім'я?

Рефлексія

Вправа 2 "А ти хто?"

Ціль: Зняття напруженості, невротичних станів.

Час: 10 хвилин

Інструкція: «Учасникам необхідно до свого імені необхідно додати прикметник, який починається з тієї ж літери. Приклад "я чудова Зіна"».

Рефлексія

Вправа 3 «Прийняття правил групи»

Правила групи приймаються разом, записуються великими літерами на ватмані та вивішуються у кімнаті для занять.

Зразковий перелік правил:

Конфіденційність.

Добровільність участі при чіткому визначенні своєї позиції: виконання завдання та промова лише за згодою учасника.

Вміння слухати.

Вміння чути.

Правило «Стоп»: якщо не хочеш обговорювати тему, завжди можна сказати «стоп».

Активність.

Щирість у спілкуванні.

Оцінюється лише вчинок, а чи не особистість.

Правило "тут і тепер", говорити тільки про те, що відбувається всередині групи.

3.2. Оцінка ефективності корекційної роботи

Корекційна робота по зниженню агресивності молоді в першу чергу направлена на переформатування агресивних форм поведінки у соціально прийнятні форми. Тому розроблена нами програма спрямована на зниження рівнів агресивності, освоєння методів ефективного виходу з конфліктних ситуацій. Заняття програми направлені також на становлення власної ідентичності та індивідуальності, а також покращують навички комунікації. Все це разом сприяє кращій адоптації осіб у колективах та полегшує сприймання нового навчального матеріалу та нових методів навчання.

В результаті спільної комунікації, вирішенням проблемних завдань, дружній обстановці діти індивідуально розкриваються, мають змогу відкрито та у прийнятній формі висловити свої думки та почуття, навчаються розуміти себе та інших. Кожен учасник занять, в тій чи інший мірі починає розуміти, що агресивні форми поведінки не вирішують конфлікти та непорозуміння, а лише заглиблюють певні ситуації в міжособистісних стосунках у ще більшу прірву конфлікту.

У більшості досліджуванні з надмірно вираженою агресивністю не сформовані навички комунікації, що в свою чергу, обтяжує їхнє спілкування з однолітками.

Відвідуючи заняття такі особи мають змогу вдосконалити свої навички спілкування. Вони стають більш спокійними, легше йдуть на контакт, навчаються чути критичні зауваження з розумінням, не «стартуючи» у відповідь.

Комунікація – головна складова адоптації. Формуючи навички спілкування студенти легше встановлюють прийнятні стосунки з однолітками, краще адаптуються в колективі, що є однією з головних задач даної програми.

Також важливо при розробці програми було не тільки знизити агресивні тенденції, але і змога дати вихід спонтанним імпульсам агресії. Розрядка агресії понижує рівень її напруги. Тому після певних вправ та емоційних обговорень корисними є заспокійливі вправи, які включені у дану програму. Деякі вправи дозволяють відпрацювати агресивні імпульси та у спільній діяльності

переадресувати руйнівні виплески з партнера на подолання зовнішніх перепон у досягнення загальної мети.

Для осіб з вираженою захисною агресією включені вправи, що навчають різним стилям спілкування. За захисною агресією стоїть відчуття небезпеки, загрози зовнішніх факторів. У таких студентів необхідно зняти підвищену тривожність, і цьому сприяє тепла дружня атмосфера на заняттях, душевний комфорт.

Також в програму були включені вправи, спрямовані на формування позитивного ставлення до власного «Я», підвищення самооцінки та власної значимості. Це особлива категорія людей, що мають за показниками високі рівні аутоагресії. Завдяки певним вправам такі діти формують адекватне ставлення до себе, до своїх помилок і досягнень, навчаються адекватно сприймати критику, заслужену похвалу.

Для оцінки результативності та ефективності програми було проведено повторне вивчення стриманості/нестриманості типу агресивної поведінки, рівнів ауто/гетероагресії та показників самоконтролю. Результати подані у таблицях нижче.

Таблиця 3.1

Результати дослідження типу агресивної поведінки за методикою розробленою Є.П. Ільїним і П.А. Ковалевим до та після проведення корекційно-профілактичних занять.

		Н.р.	С.р.	В.р.
Учасники	До	6%	71%	23%
	Після	8%	73%	19%

За результатами повторного дослідження бачимо, що показники змінилися у всіх досліджуваних групах. У контрольній групі показники низького рівня агресивності зросли на 2%, показники середнього рівня теж зросли на 2%, показники високого рівня прояву агресивності знизились на 4 %.

Приймаючи до уваги особливості вікового періоду та ускладнюючі фактори побудови гармонійних стосунків у колективі, вважаємо, що це гарний позитивний результат.

Узагальнюючи дані показники, можна сказати про те, що спостерігається позитивна динаміка після реалізації корекційно-профілактичної програми.

Загальний аналіз результатів дослідження свідчить про наявність реально позитивної динаміки корекційно-профілактичних вправ, що в позитивному напрямку змінює показники агресивності та самоконтролю у досліджуваних.

Висновки до розділу 3

Дана програма націлена, в першу чергу, на переформатування агресивних форм поведінки у соціально прийнятні форми. Заняття програми направлені також на становлення власної ідентичності та індивідуальності.

Загальний аналіз результативності даної програми показав реальну позитивну динаміку корекційно-профілактичного впливу на формування навичок самоконтролю в поведінці, зниження рівня аутоагресивних проявів та загального рівня агресивності у досліджуваних.

Під час занять учасники мають змогу дати вихід спонтанним імпульсам агресії, формувати навички комунікації, висловлювати свої думки, не боюсь осуду. Кожен учасник занять в тій чи інший мірі розуміє, що агресивні форми поведінки не вирішують конфлікти та непорозуміння, а лише заглиблюють певні ситуації в міжособистісних стосунках у ще більшу прірву конфлікту. Це, в свою чергу, допомагає сформувати нові моделі поведінки у конфліктних та складних ситуаціях.

Студенти мають змогу навчитися різним стилям спілкування, розкрити свої позитивні сторони, відчути себе цінними, неповторними та несамотніми у цьому великому світі. Це знижує виражену захисну агресивність, зменшує рівень непорозуміння та збільшує сприйняття у колективі однолітків.

ВИСНОВКИ

На підставі теоретичного аналізу літературних джерел, а також у ході емпіричного дослідження можна зробити наступні висновки:

1. Альтруїзм являє собою складний біосоціопсихологічний феномен, сутність якого полягає в реалізації діяльності на користь інших людей, сприянні задоволенню їхніх потреб за рахунок специфічного самозречення. Зазвичай конкретний прояв альтруїстичної поведінки являє собою амбівалентне поліетичне явище, котре не завжди можна однозначно оцінити з позиції фіксованої моралі, тобто альтруїстичний вчинок може мати як просоціальний, так і асоціальний характер, проте за будь-яких обставин він залишатиметься проявом альтруїстичної поведінки.

2. Агресивність – це властивість особистості, що полягає в схильності застосовувати агресію з метою вирішення різноманітних проблем. Агресія – фізична або вербальна вмотивована деструктивна поведінка, що суперечить нормам співіснування людей, оскільки дане поняття охоплює велику кількість різноманітних дій, котрі порушують фізичну та психічну цілісність конкретного індивіда або соціальної групи, завдають матеріальної шкоди, перешкоджають реалізації намірів інших осіб, протидіють їхнім інтересам або знищують їх. Більшість сучасних теорій, спрямованих на дослідження проблеми агресивної поведінки, припускають, що вона обумовлюється зовнішніми факторами, які стосуються певної ситуації або навколишнього середовища в цілому, а також внутрішніми чинниками, котрі відображають характерні якості конкретного індивіда.

3. Внаслідок емпіричного дослідження було встановлено, що між рівнями альтруїзму та агресивності спостерігається негативний зв’язок, сутність якого полягає в тому, що більш альтруїстичні особи молодого віку демонструють меншу агресивність, ніж молодь з нижчим рівнем альтруїзму.

Таким чином, на підставі аналізу результатів емпіричного дослідження було підтверджено висунуту гіпотезу нашого дослідження, яка стверджує,що у представників студентської молоді з різним рівнем альтруїзму будуть

спостерігатися характерні відмінності в прояві агресивності, зокрема зі зростанням рівня альтруїзму особистості має зменшуватися її схильність до агресивної поведінки.

Нами була розроблена корекційна програма зниження рівня агресивності. Дана програма націлена, в першу чергу, на переформатування агресивних форм поведінки у соціально прийнятні форми. Заняття програми направлені також на становлення власної ідентичності та індивідуальності.

Після впровадження програми було проведено повторне діагностування учасників тренінгу.

В результаті статистичного аналізу ми виявили ефективність запропонованих методів для зниження агресивності у студентів.

Перспектива подальших досліджень полягає у більш ретельному дослідженні висвітленої проблеми, зокрема у визначенні гендерних особливостей прояву агресивності у молоді з різним рівнем альтруїзму, а також в розробці соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на формування альтруїстичної поведінки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Аналіз проявів девіантної поведінки окремих груп молоді Києва. Час молоді: інформаційно-методичний бюлетень. Соціальної служби молоді. м. Київ. 1997. № 4 (квітень). – С. 4–37.

2. Андреєв Ю. С. Причини виникнення підліткової агресії в сучасному середовищі. *Теоретичні аспекти девіантної поведінки*. 2014. № 5 (288). С. 148-157.

3. Багмет. І. М. Індивідуальні та гендерні відмінності альтруїзму-егоїзму особистості. Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.01. Одеський нац. ун-т ім. І.І.Мечникова. Одеса, 2004. 18 с.

4. Березка С. В. Причини та види агресивної поведінки особистості. *Молодий вчений*. 2017. № 9. С. 85-89.

5. Бэрон. Р, Ричардсон.Д. Агрессия. перев. с англ. URL. : https://kingmed.info/knigi/Psihologiya/book_2752/Agressiya-Beron_R_Richardson_D-2001-pdf

6. Бех І.Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. Київ. : Академвидав, 2012. С. 256.

7. Бігун Р. В. Альтруїзм та милосердя як цінності та чинники людинолюбства. *Гілея: науковий вісник*. 2015. Вип. 102. С. 197-201.

8. Заброцький М. М. Вікова психологія: Навч. Посібник/ Заброцький М. М.. – К.: МАУП, 1998. – 92 с

9. Вікова та педагогічна психологія : навч. посібн. О. В. Скрипченко, Л. В.Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. 4-те вид., і доп. Київ. : Каравела, 2014. С. 400.

10. Галушко Л. Я. Психологічна корекція агресивної поведінки у ранній юності засобами мистецтва : Психологія: теорія і практика. Випуск 2 (2)’ 2018. Педагогічна та вікова психологія. Л.Я. Галушко. Івано-Франківськ, 2010.

11. Гапоненко Л.О. Рефлексія як умова розвитку особистості. Монографія. Дніпропетровськ. : Пороги, 2009. С. 175.

12. Ильин Е. П. Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия. СПб.: Питер, 2013. 304 с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).

13. Качмар О. В. Евристичний потенціал етологічної концепції агресивності особистості. Гілея: науковий вісник. 2014. Вип. 91. С. 268-272.

14. Кейсельман В. Р. Грани альтруизма. К.: Ваклер, 2016.

15. Коломієць О. Г. Психологія агресивності: соціальний контекст. *Гілея: науковий вісник*. 2015. Вип. 92. С. 292-297.

16. Кріпак Ю. В. Вивчення мовленнєвої агресії в гендерному аспекті. *Наукові записки національного університету «Острозька академія».* Серія: Філологічна. 2014. Вип. 48. С. 13-16.

17. Мізерна О.О. Корекційна тренінгова програма «Самовдосконалення» для подолання агресивних проявів серед підлітків. Практична психологія та соціальна робота, 4-5, 2003.

18. Мойсеєва О.Є. Психологія агресії: вікові та генетичні виміри: навч. Метод.Посіб. К.: КММ, 2010. С.128

19. Малиношевський Р. В. Особливості формування альтруїзму як соціально значущої якості у молодших підлітків. *Теоретико-методологічні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2014. Вип. 18(1). С. 431-439.

20. Павелків В. Р. Психологічний аналіз змісту та типології проблеми агресивності у психологічній науці.*Психологія: реальність і перспективи*. 2013. Вип. 2. С. 139-143.

21. Пантюк Т. І. Сутність альтруїзму та методи його виховання у дітей та молоді. *Наукові записки Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова*. 2011. Вип. 97. С. 167-171.

22. Перевознюк Т. О. Концептуальний аналіз проблеми корекції агресивної поведінки. *Молодий вчений*.2014. № 1(04). С. 106-109.

23. Приманок Л. Л. Теоретичне осмислення сутності альтруїзму як моральної та міждисциплінарної категорії. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2014. Вип. 18(2). С. 170-178.

24. Прохоров А. С. Психологічні особливості прояву альтруїзму-егоїзму особистості. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2012. № 6. С. 146-149.

25. Руденко Л. М. Детермінанти виникнення агресивної поведінки. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.* Серія Психологія.2012. Вип. 19(1). С. 231-242.

26. Тимошенко В. І. Агресивна поведінка: її сутність та причини. *Бюлетень Міністерства юстиції України*. 2015. № 6. С. 55-63.

27. Теорія агресії і наслідування. Підхід Н. Міллера і Дж. Долларда. URL. : https://stud.com.ua/106933/psihologiya/teoriyi_agresiyi_nasliduvannya_pidhid_millera_dollard

28. Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі: С. М. Томчук, М. І. Томчук. Вінниця: КВНЗ «ВАНО», 2018. С. 200

29. Тренінг емоційної компетентності : навч.-метод. Посібник. автор І. М. Матійків. К. : Педагогічна думка, 2012. С. 11

30. Саннікова О. П., Ульянова Т. Ю. Співвідношення показників конфліктності та агресивності. *Наука і освіта*. 2014. № 2. С. 45-50.

31. Фельдман О. Б. Феномен альтруїзму у світлі чоловічого та жіночого (гендерний підхід). *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Філософія*. 2015. Вип. 45(1). С. 120-133.

32. Фром Е. Анатомія людської деструктивності: пер. с англ. Електронний сайт 2022. URL. : https://sites.google.com/site/persodzerela2semestr/home/from-e-anatomia-ludskoie-destruktivnosti

33. Шебанова С.Г., Шиндер А. Зв’язок агресивності з особливостями самооцінки та соціометричного статусу. Актуальні проблеми психології. Т.1. Соціальна психологія. Психологія управління. Организаційна психологія. К.:

Інститут психології імені Г.С.Костюка АПН України. 2002. Частина 3. С. 176 – 181

34. Шульга В. Корекція вчинків підлітків: Тренінг. К.: Шк. світ, 2007. 112с.

35. Bailey, K. G. (1985). Phylogenetic regression and the problem of extreme aggression. Journal of Social and Biological Structures, 8(3), 207-223.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика визначення особистісної установки «альтруїзм-егоїзм» Н. П. Фетіскіна, В. В. Козлова та Г. М. Мануйлова

№	Утверждение	Ответ
1	Вам часто говорят, что вы больше думаете о других, чем о себе?	Да/Нет
2	Вам легче просить за других людей, чем за себя?	Да/Нет
3	Вам трудно отказать людям, когда они вас о чем-нибудь просят?	Да/Нет
4	Вы часто стараетесь оказать людям услугу, если у них случилась беда или неприятности?	Да/Нет
5	Для себя вы делаете что-либо с большим удовольствием, чем для других?	Да/Нет
6	Вы стремитесь сделать как можно больше для других людей?	Да/Нет
7	Вы убеждены, что самая большая ценность в жизни — жить для других людей?	Да/Нет
8	Вам трудно заставить себя сделать что-то для других?	Да/Нет
9	Ваша отличительная черта — бескорыстие?	Да/Нет
10	Вы убеждены, что забота о других часто идет в ущерб себе?	Да/Нет
11	Вы осуждаете людей, которые не умеют позаботиться о себе?	Да/Нет
12	Вы часто просите людей сделать что-либо из корыстных побуждений?	Да/Нет
13	Ваша отличительная черта — стремление помочь другим людям?	Да/Нет
14	Вы считаете, что сначала человек должен думать о себе, а потом уже о других?	Да/Нет
15	Вы обычно много времени уделяете своей особе?	Да/Нет
16	Вы убеждены, что не нужно для других сильно напрягаться?	Да/Нет
17	Для себя у вас обычно не хватает ни сил, ни времени?	Да/Нет
18	Свободное время вы используете только для своих увлечений?	Да/Нет
19	Вы можете назвать себя эгоистом?	Да/Нет
20	Вы способны приложить максимальные усилия лишь за хорошее вознаграждение?	Да/Нет

Додаток Б

Тест «Альтруїзм-егоїзм» Є. П. Ільїна

№	Утверждение	Ответ
1	Даже если я выполняю срочную работу и очень занят, а меня просят о помощи, я стараюсь вникнуть в проблему человека и помочь ему.	• Согласен • Зависит от того, кто просит • Не согласен
2	Я хорошо запоминаю имена и лица своих новых знакомых.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
3	Мне нравится говорить с людьми, которые не похожи на меня и которые думают иначе, чем я.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
4	Я обдумываю то, что услышал от собеседника, особенно если его мнение не совпадает с моим мнением.	• Всегда • Иногда • Никогда
5	Мне досадно, когда мне плохо, а никто этого не замечает.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
6	В разговоре я стараюсь выяснить, правильно ли я понял собеседника.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
7	Я умею выслушать собеседника.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
8	Для меня важно, чтобы друг полностью разделял мои взгляды на жизнь.	• Согласен • Согласен частично • Не согласен
9	Мне нелегко менять свое мнение, если оно уже сформировалось, даже если мой друг считает иначе и, скорее всего, он прав.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
10	В разговоре мне приходится преодолевать желание «покрасоваться», т. е. блеснуть своими познаниями или чувством юмора.	• Всегда

		• Часто • Иногда • Никогда
11	Мне досадно, когда мне плохо, а никто этого не замечает.	• Всегда • Иногда • Никогда
12	Мне больше нравится дарить, а не получать подарки.	• Всегда • Часто • Иногда
13	Люди приходят ко мне за советами, хотя я не очень-то много знаю и понимаю.	• Часто • Иногда • Никогда
14	Выслушивая чужую точку зрения, я стараюсь внутренне не спорить с ней, чтобы до конца понять, в чем же она состоит.	• Часто • Иногда • Никогда
15	Мне трудно выбирать подарки; никогда не угадаешь точно, понравится ли мой подарок человеку.	• Согласен • Все зависит от человека • Не согласен
16	Я думаю, что если человек не хочет понимать меня, с какой стати мне стараться понять его.	• Согласен • Все зависит от человека • Не согласен
17	Бывает, что я завидую успехам своих друзей и знакомых.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
18	Для меня важнее, чтобы дело было сделано хорошо, а не чтобы победила моя точка зрения.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
19	Мне легко поменять свои планы, чтобы привести их в соответствие с планами моих друзей.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
20	Меня не всегда правильно понимают, и меня это расстраивает и задевает.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
21	Меня раздражает, когда кто-либо подходит со своими вопросами и проблемами в то время, когда я занят серьезной и срочной работой.	• Всегда • Часто

		• Иногда • Никогда
22	В общении с лицами противоположного пола я предпочитаю не слишком углублять отношения, так как это может привести к новым обязанностям.	• Согласен • Все зависит от человека • Не согласен
23	Не думаю, что разумно менять свое мнение о том или ином вопросе после разговора с другим человеком.	• Согласен • Все зависит от человека •Не согласен
24	Мне удается разделить переживания даже не очень знакомого человека, вникнуть в суть того, чем он живет.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
25	После ссоры или конфликта я жду первого шага от партнера.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
26	В разговоре мне важно, чтобы меня хорошо понимали, и поэтому я начинаю с того, что объясняю, что я думаю и как я считаю.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
27	Даже если в процессе спора я понимаю, что не прав, то не могу признать свою неправоту.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
28	Я готов оказать помощь тому, кто в ней нуждается.	• Всегда • Иногда • Никогда
29	В разговоре я замечаю, как меняется настроение моего собеседника.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
30	Я бываю рад, когда близкие люди искренне говорят мне, что во мне не так, ведь это шанс что-то поменять в себе.	• Всегда • Часто • Иногда • Никогда
31	Я обращаюсь за помощью к другим людям.	• Часто • Когда необходимо • Крайне редко • Никогда

Додаток В

Методика визначення рівня агресивності Басса-Дарки

№	Утверждение	Ответы	
1	Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим	да	нет
2	Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю	да	нет
3	Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь	да	нет
4	Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню	да	нет
5	Я не всегда получаю то, что мне положено	да	нет
6	Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной	да	нет
7	Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать	да	нет
8	Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести	да	нет
9	Мне кажется, что я не способен ударить человека	да	нет
10	Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами	да	нет
11	Я всегда снисходителен к чужим недостаткам	да	нет
12	Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его	да	нет
13	Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами	да	нет
14	Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружественно, чем я ожидал	да	нет
15	Я часто бываю не согласен с людьми	да	нет
16	Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь	да	нет
17	Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему	да	нет
18	Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми	да	нет
19	Я гораздо более раздражителен, чем кажется	да	нет
20	Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор	да	нет
21	Меня немного огорчает моя судьба	да	нет
22	Я думаю, что многие люди не любят меня	да	нет
23	Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной	да	нет
24	Люди, увиливающие от работы, должны испытывать чувство вины	да	нет
25	Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку	да	нет
26	Я не способен на грубые шутки	да	нет
27	Меня охватывает ярость, когда надо мной насмехаются	да	нет
28	Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались	да	нет
29	Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится	да	нет
30	Довольно многие люди завидуют мне	да	нет
31	Я требую, чтобы люди уважали меня	да	нет
32	Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей	да	нет
33	Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их "щелкнули по носу"	да	нет
34	Я никогда не бываю мрачен от злости	да	нет
35	Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь	да	нет
36	Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания	да	нет
37	Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть	да	нет
38	Иногда мне кажется, что надо мной смеются	да	нет
39	Даже если я злюсь, я не прибегаю к "сильным" выражениям	да	нет
40	Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены	да	нет
41	Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня	да	нет
42	Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь	да	нет
43	Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием	да	нет
44	Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел	да	нет
45	Мой принцип: "Никогда не доверять "чужакам"	да	нет

46	Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю	да	нет
47	Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею	да	нет
48	Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь	да	нет
49	С детства я никогда не проявлял вспышек гнева	да	нет
50	Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться	да	нет
51	Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать	да	нет
52	Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня	да	нет
53	Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ	да	нет
54	Неудачи огорчают меня	да	нет
55	Я дерусь не реже и не чаще, чем другие	да	нет
56	Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее	да	нет
57	Иногда я чувствую, что готов первым начать драку	да	нет
58	Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо	да	нет
59	Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю	да	нет
60	Я ругаюсь только со злости	да	нет
61	Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть	да	нет
62	Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее	да	нет
63	Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу	да	нет
64	Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся	да	нет
65	У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить	да	нет
66	Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает	да	нет
67	Я часто думаю, что жил неправильно	да	нет
68	Я знаю людей, которые способны довести меня до драки	да	нет
69	Я не огорчаюсь из-за мелочей	да	нет
70	Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня	да	нет
71	Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение	да	нет
72	В последнее время я стал занудой	да	нет
73	В споре я часто повышаю голос	да	нет
74	Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям	да	нет
75	Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить	да	нет

Додаток Г

Методика оцінки агресивності у стосунках А. Ассінгера

№	Утверждение и варианты ответов	
1	Склонны ли вы искать пути к примирению после очередного служебного конфликта?	
	А)	Всегда
	Б)	Иногда
	В)	Никогда
2	Как вы ведете себя в критической ситуации?	
	А)	Внутренне кипите
	Б)	Сохраняете полное спокойствие
	В)	Теряете самообладание
3	Каким считают вас коллеги?	
	А)	Самоуверенным и завистливым
	Б)	Дружелюбным
	В)	Спокойным и независтливым
4	Как вы отреагируете, если вам предложат ответственную должность?	
	А)	Примите ее с некоторыми опасениями
	Б)	Согласитесь без колебаний
	В)	Откажетесь от нее ради собственного спокойствия
5	Как вы будете себя вести, если кто-то из коллег без разрешения возьмет с вашего стола бумагу?	
	А)	Выдадите ему по первое число
	Б)	Заставите вернуть
	В)	Спросите, не нужно ли ему еще чего-нибудь
6	Какими словами вы встретите мужа (жену), если он (она) вернулся (вернулась) с работы позже обычного?	
	А)	Что это тебя так задержало?
	Б)	Где ты торчишь допоздна?
	В)	Я уже начал (начала) волноваться
7	Как вы ведете себя за рулем автомобиля?	
	А)	Стараетесь обогнать машину, которая показала вам хвост?
	Б)	Вам все равно, сколько машин вас обошло
	В)	Помчитесь с такой скоростью, чтобы никто не догнал вас
8	Какими вы считаете свои взгляды на жизнь?	
	А)	Сбалансированными
	Б)	Легкомысленными
	В)	Крайне жесткими
9	Что вы предпринимаете, если не все удается?	
	А)	Пытаетесь свалить вину на другого человека
	Б)	Смиряетесь
	В)	Становитесь впредь осторожнее
10	Как вы отреагируете на фельетон о случаях распущенности среди современной молодежи?	
	А)	Пора бы уже запретить им такие развлечения
	Б)	Надо создать им возможность организованно и культурно отдыхать

	В)	И чего мы столько с ними возимся?
11	Что вы ощущаете, если место, которое вы хотели занять, досталось другому человеку?	
	А)	И зачем я только на это нервы тратил?
	Б)	Видно, его физиономия шефу приятнее
	В)	Может быть, мне это удастся в другой раз
12	Как вы смотрите страшный фильм?	
	А)	Боитесь
	Б)	Скучаете
	В)	Получаете искреннее удовольствие
13	Если из-за дорожной пробки вы опаздываете на важное совещание, то вы…	
	А)	Будете нервничать во время заседания
	Б)	Попытаетесь вызвать снисходительность партнеров
	В)	Огорчитесь
14	Как вы относитесь к своим спортивным успехам?	
	А)	Обязательно стараетесь выиграть
	Б)	Цените удовольствие почувствовать себя вновь молодым
	В)	Очень сердитесь, если не везет
15	Как вы поступите, если вас плохо обслужили в ресторане?	
	А)	Стерпите, избегая скандала.
	Б)	Вызовите метрдотеля и сделаете ему замечание
	В)	Отправитесь с жалобой к директору ресторана
16	Как вы себя поведете, если вашего ребенка обидели в школе?	
	А)	Поговорите с учителем
	Б)	Устроите скандал родителям малолетнего преступника
	В)	Посоветуете ребенку дать сдачи
17	Какой, по-вашему, вы человек?	
	А)	Средний.
	Б)	Самоуверенный
	В)	Пробивной
18	Что вы ответите подчиненному, с которым столкнулись в дверях учреждения, если он начал извиняться перед вами?	
	А)	Простите, это моя вина
	Б)	Ничего, пустяки
	В)	А более внимательным вы быть не можете
19	Как вы отреагируете на статью в газете о случаях хулиганства среди молодежи?	
	А)	Когда же, наконец, будут приняты конкретные меры
	Б)	Надо бы ввести телесные наказания
	В)	Нельзя все валить на молодежь, виноваты и воспитатели
20	Представьте, что вам предстоит заново родиться, но уже животным. Какое животное вы предпочтете?	
	А)	Тигра или леопарда
	Б)	Домашнюю кошку
	В)	Медведя