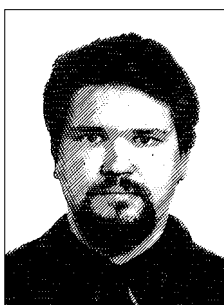


# ПОДРОСТКОВАЯ АГРЕССИВНОСТЬ — ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАКОНОМЕРНОСТЬ ИЛИ СОЦИАЛЬНЫЙ ФЕНОМЕН?

**Пожалуй, нет ни одного человека, который не осознавал бы, насколько в нашем обществе распространено насилие. Почти каждый день нас информируют о происходящих в мире войнах и убийствах. Акты насилия, с виду беспричинные, происходят почти повсюду и постоянно. Выросло целое поколение, для которого слова «война», «убийство», «терроризм» являются обиходными.**



**Дмитрий Журавлёв,**  
проректор по научной работе  
Института сферы  
социальных  
отношений,  
кандидат  
психологических  
наук

Это примеры лишь крайних случаев агрессии. А сколько проявлений агрессивного поведения мы встречаем каждый день? Грубость, окрик, хамство, к сожалению, стали обыденными формами общения. Вывод неутешителен: агрессия приобрела отчётливый социогенный характер.

Больше всего беспокоит то, что агрессивные формы поведения и насилие активно распространяются в подростковой среде. Приведу две наиболее типичные ситуации, с которыми сталкиваются родители и учителя.

Первая — гиперактивность, агрессивность и психическая неуравновешенность детей, которые совершенно неуправляемы на уроках (отвлекаются, разговаривают, ходят по классу, «задирают» учеников) или переменах (бегают по коридору, устраивают потасовки). Здесь всё вроде бы ясно. Наиболее «действенный» метод воспитания в этом случае — «усиление давления» на такого беспокойного ученика со стороны учителей и родителей.

Вторая — агрессивные проявления в общем-то благополучных детей (надписи на стенах и партах, разорванная мягкая мебель, нецензурная брань). Поэтому-то и возникает недоумение: «Как это он или она могли это сделать? Ведь это так на них не похоже!»

Справедливости ради надо сказать, что обе эти ситуации довольно сложны для решения. Но при видимой внешней разнице у них есть общие корни: проявление агрессивности при ослаблении контроля взрослых. И если даже в первом случае «приобщение» к дисциплине и даст результаты, то ребёнок, постоянно ожидая наказания, будет подавлять в себе любое проявление активности или агрессивности в присутствии взрослых и соответственно давать выход накопившейся энергии, когда их никто не контролирует. Во втором случае происходит примерно то же самое, только наказание заменяется излишней требовательностью, заставляющей ребёнка надевать маску пай-мальчика.

Безусловно, это очень приблизительное рассмотрение причин агрессивного поведения. Скорее даже гипотетическое рассуждение, необходимое для того, чтобы начать разговор о проблеме агрессивного поведения в подростковой среде.

Всё-таки каковы же причины подростковой агрессивности? Возможно ли её избежать?

Поиски причин растущей волны агрессии и насилия в подростковой среде ведутся в разных направлениях. По мнению одних исследователей, готовность подростков прибегать к агрессии, скорее всего, связана с возрастными особенностями развития. Они рассматривают их поведение как следствие «гормонального взрыва», повышающего агрессию в подростковом возрасте. Действительно, согласно современным исследованиям эндокринные особенности полового созревания определяют специфику эмоциональных реак-



ций и ролевого поведения. В фазе полового созревания уровень тестостерона в крови коррелирует с агрессивным поведением. Так, у юношей установлено прямое воздействие уровня тестостерона в крови на готовность агрессивно воспринимать провокации и косвенное, более слабое влияние на характер агрессивного поведения. Если уровень тестостерона в крови высок, наблюдаются нетерпимость, раздражительность, стремление к агрессивно-деструктивным действиям.

Однако (и это существенно!) андрогены только включают фазу половой активности, но после созревания все сексуальные потребности и действия определяются другими факторами (воспитанием, личным опытом и т.д.), поэтому не стоит переоценивать гормональные изменения и списывать на них все «грехи».

Вывод напрашивается сам собой: существуют социальные механизмы, позволяющие контролировать степень агрессивности подростков. И именно этой точки зрения придерживаются другие исследователи, отдающие предпочтение социальным факторам развития агрессивности, акцентирующие внимание на внешних (социальных) причинах агрессии. Такой взгляд на причины агрессии наиболее продуктивен. Ну не решать же все подобные проблемы медикаментозными средствами, пытаясь обуздать «гормональный взрыв».

Для того чтобы раскрыть социогенный характер детской агрессии, приведу пример негативного влияния средств массовой информации. Кровь, грязь, жестокие убийства, разборки, драки — всё это в изобилии выплёскивается на телезрителя ежедневно. Причём телевидение часто украшает и эстетизирует насилие, создавая привлекательные образы суперменов, способных решить любой вопрос.

Согласно теории социального научения, переживания, вызываемые пассивным наблюдением агрессии и насилия (происходящие как на экране, так и в реальной жизни), ведут к возбуждению агрессии. Зритель, особенно ребёнок, склонен совершать те же самые действия, что и лицо, за кото-

рым он наблюдает. В частности, ожидание или сам просмотр сцен насилия может увеличивать степень агрессивности. Немаловажно и то, что у зрителей развивается привыкание ко всякого рода агрессивным проявлениям на экране, что в свою очередь способствует увеличению «стрессового допинга». Кстати, зрители с высоким уровнем агрессивности больше интересуются видеонасилием, в то время как малоагрессивные, просматривая такие фильмы, не концентрируются на сценах подстрекательства и ответного насилия.

Также настораживает и тот факт, что, согласно статистике, дети, которые в семье чаще подвергаются наказаниям, не только больше смотрят телевизионные передачи, но и выбирают именно те, в которых присутствует насилие, а их любимые телегерои — люди, проявляющие враждебность и агрессию. Причём у подростков создаётся иллюзия, что если телегерои на экране сумели насилием решить вопрос, то и у них получится тоже. Не трудно догадаться, что произойдёт, если некоторые дети позаимствуют с телеэкранов такое представление о жизни...

Что можно сделать в этом случае? Только уменьшить количество сцен насилия в кино и на телевидении. Но, согласитесь, этот способ решения вопроса несколько наивен. Неужели возможно, чтобы СМИ перестали интересоваться своим рейтингом (другими словами, **деньгами**)? Кроме того, уже сформировано и взлелеяно целое поколение на рекламе и боевиках, которому уже больше ничего и не нужно.

Всё это, конечно же, верно — СМИ оказывают очень большое влияние на детей и формируют не только их общественное мнение, но и общественное сознание. Но стоит ли сидеть сложа руки и ждать, когда изменится политика средств массовой информации, создающих «общественный ветер»? Разве будет разумно безраздельно доверить воспитание наших детей телевизору или компьютеру? Конечно же, нет!

**Что же необходимо для того, чтобы противостоять стихийному развитию агрессивного поведения подростков?**

### **Кто должен нести расходы, связанные с проведением аттестации и увеличением фонда заработной платы в связи с присвоением квалификационных категорий?**

Дополнительные ассигнования на эти цели должны планироваться из средств соответствующих бюджетов.

Л.П. Погребняк



Во-первых, чёткое представление родителей и учителей о возрастных особенностях проявления агрессии, во-вторых, знание типичных ошибок при работе с этим явлением, в-третьих, умение выявлять первые симптомы агрессивности и правильно реагировать на них, т.е. использовать психологические механизмы контроля агрессии. Таким образом, сложившуюся ситуацию можно исправить, повышая грамотность взрослых, занимающихся воспитанием детей. В этом случае независимо от причин, вызвавших агрессивное поведение, будет проведена грамотная работа с этим сложным психологическим явлением.

#### **Каковы особенности проявления агрессии в подростковом возрасте?**

На возникновение агрессии часто оказывают влияние не только факторы, опосредованные особенностями процесса развития ребёнка, но и ситуативные. Рассмотрим только два ситуативных фактора: оценка другими людьми и желание возмездия.

**Оценка другими людьми.** Присутствие других людей уже само по себе может либо усиливать, либо тормозить агрессию. Однако здесь важную роль играет оценка степени агрессивности наблюдателя. Так, например, экспериментально доказано, что если за поведением детей наблюдал человек, по их мнению, склонный к агрессии (скажем, тренер по восточным единоборствам), то в поступках детей было больше агрессии. Если в этой же ситуации наблюдателем оказывался человек, воспринимаемый детьми как противник агрессии (скажем, учитель), то их поведение отличалось большей сдержанностью. Причём следует отметить такую закономерность: как только агрессивный наблюдатель уходил, уровень агрессии в поведении детей значительно снижался или достигал исходного уровня. Эти данные могут быть подкреплены и проиллюстрированы некоторыми примерами. Обычно если драка происходит один на один и в укромном месте, то она чаще всего продолжается «до первой крови» или слёз одного из дерущихся. Однако совершенно по иному сценарию идёт дра-

ка, если собираются «болельщики». В этом случае дерущиеся становятся более жестокими и озлобленными.

**Желание возмездия.** Часто агрессия, особенно в детском возрасте, может возникать как ответная реакция на неприемлемое поведение окружающих, то есть как акт возмездия за что-либо. Так, например, ребёнок, часто подвергавшийся наказаниям, усваивает, что человек сам должен наказывать, если другие совершают неблагоприятные поступки. Ответное причинение страданий своему обидчику (явное, косвенное или в фантазиях) и наблюдение его страданий ослабляют у ребёнка реакцию гнева и удовлетворяют его потребность в агрессии.

Некоторые данные свидетельствуют о наличии прямой зависимости между возможностью осуществить возмездие и агрессией. При отсутствии возможности возмездия уровень агрессивной мотивации в результате фрустрации повышается, а уровень мотивации торможения агрессии снижается. Более того, согласно экспериментальным данным, можно предположить, что агрессивное кино негативно действует только на человека, подвергшегося агрессии и думающего о возмездии, поскольку некоторые его сюжеты могут не только привести к появлению замещающего переживания, но и возбуждать и умножать надежды на отмщение обидчику, а следовательно, приводить к усилению агрессивной мотивации.

Приведу некоторые результаты собственных исследований, позволяющих выявить существующие тенденции агрессивного поведения у подростков. Наблюдения и диагностика учащихся 6–8-х классов на протяжении пяти лет позволили сделать некоторые выводы (см. табл.).

Таким образом, по мере изменения потребностей и направленности подростка изменяются и значимые факторы для проявления агрессии (побудители агрессивного поведения) в среде сверстников. Если в 12 лет агрессивное поведение возникает при непризнании подростка «своим», то в 13 оно зависит от того, насколько

#### **В каком порядке проводить аттестацию вновь назначаемого руководителя образовательного учреждения?**

В соответствии с п. 3 ст. 35 Закона РФ «Об образовании» аттестация проводится для определения возможностей вновь назначаемого руководителя по управлению данным учреждением с учётом образования, стажа и опыта работы, знаний основ управленческой деятельности и других требований, предусмотренных тарифно-квалификационной характеристикой, то есть аттестация проводится на соответствие работе, должности, на которую он претендует. Форма и процедура такой аттестации определяются учредителем и закрепляются в уставе учреждения.

Л.П. Погребняк



Класс	Тенденции
6-й	Агрессивность поведения в большей степени определяется отношениями подростка с группой сверстников (принятие или непринятие, одобрение или неодобрение), демонстративностью поведения, желанием «выставить себя напоказ»; основа агрессивных проявлений — <b>раздражение и аутоагрессия</b> . Раздражение проявляется в готовности при малейшем возбуждении к вспыльчивости, резкости, грубости, аутоагрессия — в убеждении, что он является плохим человеком, поступает плохо по отношению к своим сверстникам, что приводит к доминированию мнения членов группы, которая чрезвычайно значима в этом возрасте, и формированию внутриличностного конфликта; чем менее тревожен подросток и стабильнее его самооценка, тем более он контактен, дружелюбен и менее агрессивен
7-й	В этом возрасте демонстративность поведения уже находит проявление в физической агрессии; основа агрессивных проявлений личности — <b>подозрительность</b> . От уровня подозрительности будут зависеть его раздражительность, обидчивость, негативизм и косвенная агрессия; подозрительности сопутствует вербальная агрессия, которая связана с выраженностью активности ребёнка, адекватностью принятия на себя ответственности и корыстностью его действий
8-й	Главное условие мирных отношений в группе — отсутствие требований к ребёнку. Если на него «давят» или недовольны им, он начинает вести себя агрессивно, открыто демонстрируя свои намерения; цели возможной борьбы — удовлетворение своих амбиций и побуждений, желание стать более уверенным в себе, опередиться в своих стремлениях; идёт идентификация себя, поиск кумира. Поскольку он ещё несамостоятелен, то склонен к сотрудничеству, некритичному доверию к партнёру. Эмоциональная привязанность слабая, и как только «доверенное лицо» отталкивает его или разочаровывает, появляются резкие оппозиционные реакции, вспыльчивость и грубость; среди видов агрессии основная — <b>вербальная</b>

ко оправдываются ожидания подростка, связанные с группой или значимыми людьми, в 14 — от проявления давления на подростка, стремления его подчинить, переделать.

Проведённые исследования также показывают отличительные особенности агрессивного поведения юношей и девушек (см. рис.):

- в возрасте 12–13 лет практически все формы агрессии более выражены у мальчиков, чем у девочек;
- к 13–14 годам формируется устойчивая тенденция (сохраняющаяся до 15 лет) — значительно больший негативизм и подозрительность у девочек по сравнению с мальчиками;
- у мальчиков в подростковом возрасте наиболее выражена физическая, косвенная и аутоагрессия (чувство вины);
- описанные выше особенности проявляются при относительно стабильном общем уровне агрессивности в течение всего подросткового возраста.

Для исследования агрессивности применяются те же группы методов, что и для других свойств личности: наблюдение, опросные и проективные методики. Часть методов является специализированной, т.е.

направлена на диагностику только агрессивности. Применяются и вспомогательные методики, выявляющие агрессивность вместе с целым комплексом других личностных свойств и психических состояний.

Описанные выше тенденции были установлены с помощью опросника Басса-Дарки, определяющего качественную и количественную характеристики проявлений агрессии. Он может быть использован для определения форм агрессивности и враждебности подростков, к которым относятся:

**Физическая агрессия** — использование физической силы.

**Вербальная агрессия** — выражение негативных чувств в виде ссоры, крика, визга, а также угрозы, проклятия, ругани.

**Косвенная агрессия** — использование направленных против других лиц сплетен, шуток и проявления неупорядоченных взрывов ярости (крик, топанье ногами).

**Негативизм** — оппозиционная форма поведения, направленная против авторитета и руководства (от пассивного сопротивления до активных действий против требований, правил, законов).

**Раздражение** — склонность к раздражению, вспыльчивости, резкости, грубости при малейшем возбуждении.



**Подозрительность** — склонность к недоверию и осторожному отношению к людям, из-за убеждения, что окружающие намерены причинить вред.

**Обида** — проявление зависти и ненависти к окружающим, обусловленные чувством гнева, недовольства кем-то именно или всем миром за действительные или мнимые страдания.

**Аутоагрессия или чувство вины** — отношения и действия по отношению к себе и окружающим, связанные с возможным убеждением обследуемого в том, что он является плохим человеком, поступает плохо (вредно, злобно или бессовестно).

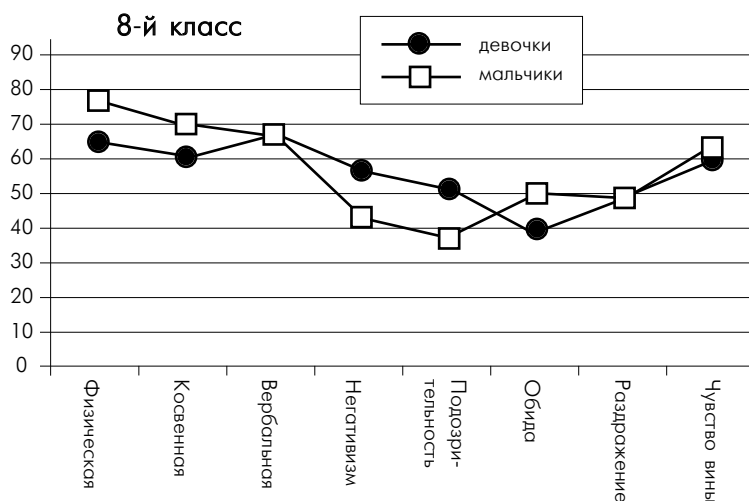
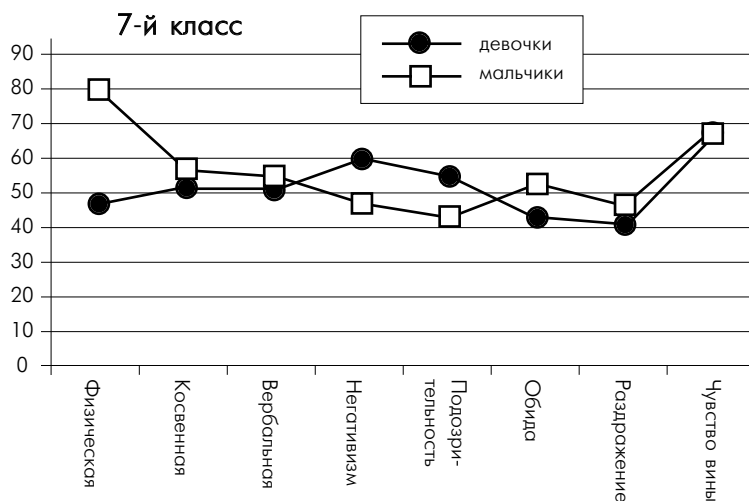
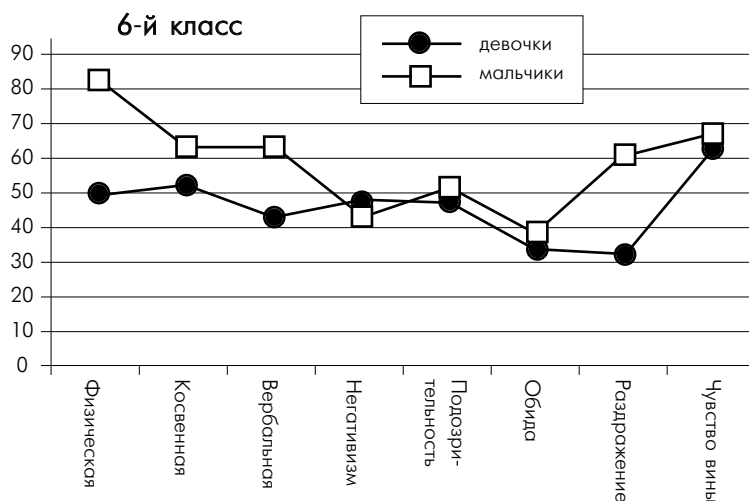
**Как родителям реагировать на агрессивное поведение детей?**

Безусловно, в формировании культурных установок детей важную роль играют внутрисемейные отношения. Родители, столкнувшись с проявлениями агрессии у своего чада, могут реагировать различными способами.

**В первом случае** взрослые непосредственно поощряют агрессивность в детях. Как это проявляется? В отсутствии осуждения враждебности детей по отношению друг к другу. Скорее она даже поддерживается и объясняется необходимостью «постоять за себя» или «выплеснуть» негативные эмоции.

Наиболее опасной считается ситуация, когда родители показывают пример (модель) соответствующего поведения по отношению к другим и окружающей среде. Так, дети, наблюдающие агрессивность взрослых, особенно если это значимый и авторитетный для них человек, которому удаётся добиться успеха благодаря агрессивности, обычно воспринимают эту форму поведения. Многие агрессивные родители передают свою агрессивность и детям: ведь то, как дети воспитываются и какой опыт переживаний они получают в семье, конечно же, влияет на их склонность к насилию.

В общем, всё происходит как в той истории, когда муж, рассерженный своим боссом, придя домой, накричал на жену, которая даёт подзатыльник сыну за какую-то мелкую провинность, который,



Выражение агрессивных проявлений у мальчиков и девочек 6–8-х классов



### Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает «да» или «нет».

Внимательно прочитайте каждое из приведённых в опроснике утверждений. Если Вы считаете, что оно соответствует Вашему стилю поведения, Вашему образу жизни, то поставьте знак «+», если же не соответствует — знак «-».

1. Временами не могу справиться с желанием навредить кому-либо.
2. Иногда могу посплетничать о людях, которых не люблю.
3. Легко раздражаюсь, но легко и успокаиваюсь.
4. Если меня не попросить по-хорошему, просьбу не выполняю.
5. Не всегда получаю то, что мне положено.
6. Знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если не одобряю поступки людей, даю им это почувствовать.
8. Если случается обмануть кого-либо, испытываю угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Никогда не раздражаюсь настолько, чтобы разбрасывать вещи.
11. Всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Когда установленное правило не нравится мне, хочется его нарушить.
13. Другие почти всегда умеют использовать благоприятные обстоятельства.
14. Меня настораживают люди, которые относятся ко мне более дружелюбно, чем я этого ожидал.
15. Часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь ударит меня, я не отвечу ему тем же.
18. В раздражении я хлопаю дверьми.
19. Я более раздражителен, чем кажусь со стороны.
20. Если кто-то строит из себя начальника, я поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Думаю, что многие люди меня не любят.
23. Не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Увиливающие от работы должны испытывать чувство вины.
25. Кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на неприятности.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.

в свою очередь, даёт пинка своей собаке. Все эти персонажи были спровоцированы, но, не в силах или не желая атаковать своего учителя, разряжали агрессию на ком-то другом. Эта ситуация — пример смещённой враждебности или феномена «козла отпущения», который может переноситься ребёнком на сверстников. Кроме того, чем чаще родители дерутся друг с другом, тем больше вероятность, что один из них или оба бьют своих детей, которые на горьком личном опыте усваивают «нормы общения» в семье.

**Второй способ** реагирования — наказание детей за проявление агрессивности (от резкого подавления агрессивности до полного безразличия).

Согласно некоторым исследованиям родители, подавляющие агрессивность у своих детей, на самом деле воспитывают в ребёнке озлобленность, которая будет проявляться позже — в более зрелые годы. При этом в основном используются частые наказания при отсутствии поощрений. В результате формируются такие отрицательные качества, как подозрительность, сильная агрессивность, эгоизм и жестокость.

В тех же случаях, когда родители не наказывают своих детей за проявление агрессивности, воспитывается чрезмерная агрессивность. Отличительной особенностью этой ситуации является, с одной стороны, представление родителей о том, что порционное проявление агрессии обеспечивает «безопасную разрядку» и более приемлемо, чем её накопление, а с другой — стихийность формирования моральных норм детей за счёт заранее полученного разрешения и защиты родителей.

А вот родителям, разумно подавляющим агрессивность у своих детей, как правило, удаётся воспитать умение владеть собой в ситуациях, провоцирующих агрессивное поведение.

Родители часто по-разному реагируют на агрессивное поведение детей в зависимости от того, направлено ли оно на них или на сверстников. Обычно ребёнок строже наказывается за агрессивность по отношению к взрослому, чем к своему сверстнику, особенно если последний действительно заслужил это. Более того, отношение родителей к поведению ребёнка также различно. Если отцы больше утешают девочек, когда те огорчены, чаще их одобряют, чем мальчиков, то матери более снисходительны и терпимы к сыновьям и разрешают им чаще проявлять агрессию в отношении родителей и других детей, чем девочкам.

Каковы особенности родительских наказаний?

Отцы чаще всего предпочитают физические наказания, а матери — не прямые или более психологические воздействия и на сыновей, и на дочерей. Согласно некоторым исследованиям мальчиков родители чаще подвергают физическим наказаниям, чем девочек, а более частые и сильные наказания воспитывают у мальчиков и большее сопротивление.

**Как предотвратить агрессивное поведение?**

Психологические механизмы контроля агрессии формируются у детей в процессе социализации агрессии, когда агрессив-





ные устремления выражаются в формах, приемлемых в определённом сообществе.

Очевидно, что «природный» агрессивный потенциал никуда не исчезает в более зрелом возрасте. Просто в результате социализации развивается умение регулировать свои агрессивные импульсы, адаптируясь к требованиям общества.

На социализацию агрессии оказывают влияние два основных фактора: поведение родителей и подкрепление агрессивного поведения со стороны окружающих. Так, в семьях агрессивных детей больше распространены агрессивные проявления со стороны взрослых, задающих образец отношений, по сравнению с семьями неагрессивных детей. Существует связь между родительским наказанием и агрессией у детей: мальчики, чьи родители применяли суровые методы воспитания, были высокоагрессивны во взаимодействии со сверстниками и взрослыми вне дома, хотя проявляли мало прямой агрессии по отношению к родителям.

Как же всё-таки предотвратить агрессивное поведение? Для этого необходимо внимательно следить за тем, как себя ведёт ребёнок в общении, так как в дальнейшем это может стать установками. А установки — достаточно стабильные личностные образования, которые требуют профессионального вмешательства психолога. Я имею в виду техники поведенческого тренинга или оказание помощи в осознании подавленных чувств возмущения, обиды, негодования.

Приведу примеры позиций, которых нужно избегать самим взрослым и стараться не допускать у детей.

**Обвинение всегда и во всём других и никогда — себя.**

Необходимо отказаться от преобладания откровенных обвинительных стремлений видеть причины и следствия происходящего в окружающих, в обстоятельствах, а не в себе. Это искажает и упрощает реальность, но лишь на время. В конце концов взаимодействие с окружающими становится вызывающим, строится на основе конфронтации.

**«Поиск мишени» — стремление выместить агрессию на невинном человеке.** В обиденной жизни в роли объекта, на который изливается злость, досада, ярость, гнев, оказывался близкий человек или кто-нибудь, случайно попавшийся под руку. Агрессор неосознанно находит «виновного» и ему становится легче — объект для излияния негативных эмоций найден. Можно оскорбить его, можно ударить. Главное — остаться безнаказанным. Безнаказанность — мощный стимул агрессии.

**«Оправдание через нападение» — механизм агрессии, основанный на подмене объекта порицания.** При этом вместо себя агрессор подставляет другого. Агрессивному человеку трудно признать ошибку, допущенный промах или случившийся конфуз. Возникшее при этом энергетическое напряжение требует разрядки. Куда её направить? Легче всего на свидетеля промашки, на оппонента или критика. Основным принципом поведения нередко избирается житейская псевдомудрость: «Нападение — лучший вид обороны». Применяя этот девиз, агрессор крушит всё вокруг.

28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю всё, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю вижу кого-нибудь из тех, кто мне не нравится.
30. Довольно многие завидуют мне.
31. Требую, чтобы люди уважали мои права.
32. Меня огорчает, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их проучили.
34. От злости иногда бываю мрачным.
35. Если ко мне все относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не огорчаюсь.
36. Если кто-то пытается вывести меня из себя, я не обращаю на него внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если злюсь, не прибегаю к сильным выражениям.
40. Хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Обижаюсь, когда иногда получается не по моему.
43. Иногда люди раздражают меня своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
46. Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему всё, что о нём думаю.
47. Делаю много такого, о чём впоследствии сожалею.
48. Если разозлюсь, могу ударить кого-нибудь.
49. С десяти лет у меня не было вспышек гнева.
50. Часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы вы знали, что я чувствую, то считали бы меня человеком, с которым нелегко ладить.
52. Всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда кричат на меня, кричу в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Дерусь не реже и не чаще других.
56. Могу вспомнить случаи, когда был настолько зол, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал её.
57. Иногда чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда чувствую, что жизнь со мной поступает несправедливо.



59. Раньше думал, что большинство людей говорит правду, но теперь этому не верю.
60. Ругаюсь только от злости.
61. Когда поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я делаю это.
63. Иногда выражаю свой гнев тем, что стучу по столу.
64. Бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
66. Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.
67. Часто думаю, что живу неправильно.
68. Знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову мысль о том, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозу в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Стараюсь скрыть плохое отношение к людям.
75. Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

#### Ключ для обработки результатов.

- «1» Физическая агрессия (к = 11): 1+, 9-, 17-, 25+, 33+, 41+, 48+, 55+, 62+, 68+.
- «2» Вербальная агрессия (к = 8): 7+, 15+, 23+, 31+, 39-, 46+, 53+, 60+, 66-, 71+, 73+, 74-, 75-.
- «3» Косвенная агрессия (к = 13): 2+, 10+, 18+, 26-, 34+, 42+, 49-, 56+, 63+.
- «4» Негативизм (к = 20): 4+, 12+, 20+, 28+, 36-.
- «5» Раздражение (к = 9): 3+, 11-, 19+, 27+, 35-, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+.
- «6» Подозрительность (к = 11): 6+, 14+, 22+, 30+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-.
- «7» Обида (к = 13): 5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.
- «8» Чувство вины (к = 11): 8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+.

*Для сопоставимых результатов (ведь количество вопросов в шкалах различное) необходимо результат, получившийся после проверки по ключу, умножить на коэффициент, находящийся в скобках. Доминирующей является форма агрессивности или враждебности, имеющая наибольшее количество баллов.*

На ваше замечание он отвечает: «Не тебе меня учить». Вы к нему с претензией, а он: «На себя посмотри». Вы к нему с миролюбивым пожеланием, а он вам: «Чья бы корова мычала...» Агрессивный человек часто безнравствен.

**Оправдание собственной агрессии возвышенным мотивом.** При этом возмущение облачается в форму благородного протеста. Зависть маскируется под рассуждения о чести и достоинстве: «Я не завидую, просто меня раздражают карьеристы».

**Приписывание своих недостатков партнёру.** Агрессивная личность не может смириться с тем, что у неё есть недостатки. Однако признавать их и тем более преодолевать она не намерена, ведь это трудная задача — переделать себя или избавиться от части своего Я, пусть даже осуждаемой. И тогда бессознательно возникает соблазн обвинить в собственных пороках других, как бы поставить знак равенства между плохим своим Я и Я других. Собственные плохие качества вызывают внутренний дискомфорт, но если их увидеть у партнёра, становится легче: «Не один я плохой».

**Самоутверждение путём унижения другого.** Бывает проще принизить достоинства другого. Об умном сказать, что он таким лишь кажется. О честном намекнуть, что он себе на уме. О растущем профессионально утверждать, что ему помогает «большая рука». Или ловко выпятить второстепенные достоинства партнёра: «У него хорошо подвешен язык», «он бездарен, но обладает пробивной силой». Можно найти какой-нибудь сомнительный аргумент в пользу того, кто раздражает агрессора своими достоинствами: «Дуракам у нас открыта дорога», «бездарям позволяют расти — они никому не мешают»

«Деликатное хамство» — изощрённое оскорбление человеческого достоинства. Это мягкая по форме, но жестокая по содержанию агрессия, рассчитанная на унижение личности.

Примеры позиций, приведённые выше, к сожалению, встречаются очень часто в среде взрослых, с ними приходится сталкиваться не один раз в день.

Итак, агрессия укоренилась как социогенная стратегия психологической защиты в самых разных аспектах и ситуациях взаимодействия. Агрессивность, появляясь на свет вместе с рождением ребёнка, — это естественная реакция на преграды, мешающие удовлетворению жизненно важных потребностей, реализации «принципа удовольствия». В дальнейшем развитие агрессивности зависит от отношения к ней родителей и ближайших родственников ребёнка, а позднее — успешности и скорости процессов полоролевой идентификации и социализации. Кроме стиля семейного воспитания и влияния учителей, существует масса побочных, ситуативных факторов, которые могут стимулировать или провоцировать возникновение агрессии в ребёнке. И очень важно взрослым внимательно относиться к своим проявлениям, своевременно реагировать на первые «симптомы» агрессивного поведения детей. Не стоит доводить ситуацию до того, чтобы обращаться к психологу. Ведь именно во взаимном контакте с ребёнком, полном взаимопонимании и доверии состоит искусство воспитания. А в этом случае любая проблема разрешима. ■