УДК 159.9.019.4+159.922.8

КОНЦЕПТУАЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ КОРЕКЦІЇ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ

Перевознюк Т.О.
Донецький національний технічний університет

Анотація. Досліджено теоретичні питання проблеми корекції агресивної поведінки. Уточнено, що корекційна робота з попередження агресивної поведінки повинна будуватися: на формуванні свідомого контролю над власними емоціями; формуванні уміння використовувати механізм зворотнього зв'язку; на основі виявлення і закріплення реакцій, несумісних з агресією.
Ключові слова: агресія, агресивні вияви, корекція агресивної поведінки, управління агресією.

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку психологічної науки контроль над соціально неприйнятною, а в деяких випадках навіть небезпечною агресивністю, та способами її запобігання становить найважливішу проблему психології людської агресивності. Ця проблема інтенсивно вивчається психологами (Н.В.Алкіна, Г.М.Андрєєва, О.Б.Бовть, М.М.Григорьєва, В.М.Пилипенко, С.Г.Шебанова, Т.С.Яценко та ін.), і отримані результати досліджень становлять безсумнівний інтерес для педагогів, керівників різних рангів, яким часто доводитися застосовувати свою владу

Мета статті: на основі аналізу психологічної літератури уточнити зміст корекційної роботи з попередження агресивних виявів у поведінці.

Виклад основного матеріалу. Перші наукові уявлення про методи корекції агресивної поведінки викладені в роботах учених періоду античності і раннього середньовіччя (Арістотель, Р.Декарт, Б.Спіноза, Т.Гоббс, Ж.-Ж.Руссо). Вчені Арістотель, Р.Декарт, Б.Спіноза вперше звернули увагу на зв'язок між агресивними виявами людини та особливим видом її переживань, що різко відрізняється від інших як характером власних виявів, так і роллю у процесі пізнання. Мова йде про «розумові насолоди», джерелом яких є пізнавальна діяльність. «Розумові задоволення і страждання» порівняно з іншими видами переживань людини, розглядалися філософами античності як вищі, «чисті» переживання, відірвані від повсякденності, від більш «низьких» потреб, деструктивної поведінки і пристрастей тіла. Особливе місце серед цих «чистих» і піднесених почуттів посідає задоволення, що, на думку Арістотеля, є своєрідним стимулом пізнавальної діяльності [1].

Рене Декарт виділяв у людських «пристрастях» (агресивних виявах) два боки – духовний і тілесний. Проблему управління пристрастями також розглядають у двох планах. Наприклад, побачивши щось жахливе, що спричиняє страх, людина може втекти без будь-якого сприяння душі, тільки «тілесним способом». Однак якщо душа має особливу «силу», вона може втрутитися і змінити поведінку людини. Вона може, зокрема, відвернути її від втечі і змусити залишитися на місці всупереч страху. Для опису конкретного механізму керування, що змушує людину змінювати власну поведінку, Р.Декарт користується «машинотвірною» термінологією. Душа впливає на тіло за допомогою найніжнішого повітря, «тваринними парфумами». Вона «розгойдує залозу» і змушує ці «парфуми» йти іншими шляхами. Однак навіть сильній душі одного бажання і волі не вистачає для того, щоб перемогти пристрасті. У такому випадку на арену виступає інтелект. Відповідно до позиції Р.Декарта, пристрасті можна перемогти інтелектуально. Для цього необхідно знати істину й добре усвідомлювати можливі наслідки тієї чи іншої поведінки [4, с. 112].

Стоїки розглядали афекти як «псування розуму» і вважали, що людину треба «лікувати» від них, як від хвороби. Тільки звільнений від будь-яких афектів розум може правильно керувати поведінкою. Б.Спіноза полемізує з ідеями стоїків про можливості приборкання й управління афектами. Безсилля й обмеженість можливостей людини в цій боротьбі він називає «рабством». Це рабство виявляється в тому, що пристрасті є могутнішими, ніж пізнання. Афекти можуть не тільки шкодити, але й бути корисними, збільшуючи здатність тіла. Однак всі афекти можуть вводити людину в оману, роблячи її іграшкою фортуни. Перемога розуму над афектами призводить до людської свободи.

Вчені Т. Гоббс, Ж.-Ж. Руссо вказували на необхідність дотримання соціальних норм та обмежень, щоб контролювати деструктивну поведінку людини, оскільки агресивні імпульси є природженими і вони важко піддаються переорієнтації.

На сучасному етапі розвитку психологічної науки контроль над соціально неприйнятною, а в деяких випадках навіть небезпечною агресивністю, та способами її запобігання становить найважливішу проблему психології людської агресивності. Ця проблема інтенсивно вивчається психологами (Н.В.Алкіна, Г.М.Андрєєва, О.Б.Бовть, М.М.Григорьєва, В.М.Пилипенко, С.Г.Шебанова, Т.С.Яценко та ін.), і отримані результати досліджень становлять безсумнівний інтерес для педагогів, керівників різних рангів, яким часто доводитися застосовувати свою владу.

Для захисту життя й інтересів як індивідів, так і суспільства, необхідно встановити контроль над людською агресивністю та найбільш агресивними людьми. Небезпеку являють не тільки прямі й фізичні форми агресивної поведінки, але і її символічні варіанти, наприклад, наклеп, поширення непристойних чуток, які дискредиту-

© Перевознюк Т.О., 2014

ють людину. Небезпечні так само є такі незлочинні форми агресії, як понадсуворе ставлення до дітей, бурчання, ниття, нестримне вираження власного настрою без урахування інтересів присутніх.

Однак, як свідчить аналіз досліджень з проблеми агресії (М.І.Блонський, Б.П.Жизнєвський, З.І.Ікуніна, Н.М.Каут, О.Ю.Климовська, І.С.Мазоха, З.В.Спринська), більшою мірою увага дослідників сконцентрована навколо розкриття причин, детермінант агресії і в меншій мірі спрямована на пошук засобів її попередження. Такий підхід можна пояснити поширеною думкою, що в сучасних суспільствах одним із основних способів розв'язання проблем агресивності, з одного боку, є покарання індивіда за вираження відкритої агресії, а, з іншого, створення умов для вираження агресивності яким-небудь конкретним способом, що не порушує права інших людей.

Покарання або погроза можливим покаранням, як традиційні способи впливу на агресора та запобігання його наступним руйнувальним діям, широко застосовуються в усьому світі, у всіх людських товариствах. Саме тому майже всюди різні способи покарання передбачаються як правовими, так і моральними, релігійними традиціями. Найпоширенішим способом контролю над ворожістю та агресією є встановлення заборон, створення з цією метою законів і правил поведінки. Значна частина психологів дотримується того погляду, що чим суворішим є очікуване покарання, тим сильніша та внутрішня сила людини, що стримує її, запобігаючи її ворожим вчинкам. Тільки очікування помсти з боку суспільства і потерпілого, вважає більшість психологів, стримують тенденцію більшості індивідів до здійснення агресивних дій. Цей погляд виправдовує себе у багатьох випадках життя. Наприклад, більшість батьків добре знає, що діти відмовляються від своїх агресивних намірів, якщо впевнені, що батьки їх засудять [2, 6].

Згідно з думкою Л.Берковіца, дійсне покарання може утримувати агресора від наступного здійснення агресивних дій тільки у випадку, якщо реципієнт вважає покарання цілком заслуженим, якщо воно слідує відразу ж за здійсненням агресивних дій і виконується з дотриманням усіх установлених правил [3].

Гіпотеза про існування катарсису припускає, якщо індивід, який відчуває гнів, вчасно дасть вихід своїй агресії, то це знизить імовірність вияву соціально небезпечних форм агресії. Однак ця гіпотеза не підтверджується накопиченими емпіричними даними [3]. Крім того, досягнуте у такий спосіб зниження агресивності може бути нетривалим.

Незважаючи на поширеність зазначених засобів контролю агресії – покарання і катарсису, вони не завжди відповідають дійсності та є ефективними у регуляції агресивної поведінки, про що свідчить значна кількість досліджень з проблеми контрольованого вираження агресії [7, 8].

Якщо говорити про можливість повного усунення когнітивних і соціальних умов, сприятливих для агресивних виявів, то нам видається така можливість недоцільною, оскільки ми дотримуємось тієї позиції, що сама по собі агресивність не є соціально небезпечною. Такою її роблять ті мотиви, цілі і цінності, їх сила, на основі яких розгортається поведінкова активність. До того ж, на думку А.Басса, С.С.Занюка, А.Налчаджана, певним рівнем агресивності, необхідним для соціальної адаптації, повинна володіти кожна людина. Відсутність її призводить до пасивності, залежності, конформності. Надмірний її розвиток починає визначати весь склад особистості, що може стати конфліктною, не здатною на свідому кооперацію [5, 6]. Згідно з позицією названих авторів, агресія містить у собі певний емоційний заряд, потужність якого обумовлена, з одного боку, ступенем виразності такої «обов'язкової» властивості особистості, як агресивність, а з іншого боку, силою мотивації та метою діяльності, заради досягнення яких і розгортається поведінкова активність.

Відповідно до інстинктивної та етологічної теорій, агресія від народження притаманна всім людям, а отже, людина за своєю природою агресивна [2].

Зважаючи на неминучість феномена агресії у соціумі, корекційна робота з попередження агресії повинна будуватися, насамперед, на формуванні свідомого контролю над власними думками, особистісними реакціями, почуттями, емоціями й способами їх альтернативного (адекватного) вираження.

Разом з формуванням самоконтролю для корекції власної поведінки у суперечливих та проблемних ситуаціях варто враховувати механізм зворотнього зв'язку. Зворотній зв'язок припускає уміння свідомо контролювати поведінку інших людей, давати осмислену, об'єктивну оцінку їх реакціям. Уміння використовувати зворотній зв'язок буде сприяти адекватній інтерпретації вчинків інших людей.

На сьогодні дуже плідно розвивається когнітивно-поведінковий напрямок у груповій психотерапії. Його суть полягає в тому, що разом із класичними процедурами поведінкової терапії застосовуються техніки когнітивного переструктурування – «атаки» на ірраціональні переконання (В.П.Захаров, К.Рудестам, М.Г.Рудюк, І.О.Фурманов та інші), формування здатності до усвідомлення сутності і наслідків власної поведінки, відповідальності, правильних установок й звичок.

При такому підході стає очевидним, що будь-яка поведінкова активність, викликана спонуканнями мотивації, пов'язана з осмисленням і продумуванням конкретних предметів задоволення потреби. Тому при виборі засобів задоволення потреби людина здійснює складну розумову діяльність, яка, по суті, і визначає, скоїть людина вчинок або відмовиться від нього, і що буде стимулювати активність її організму – агресивні чи раціональні мотиви.

Наші міркування співвідносяться з низкою досліджень, присвячених ролі атрибуції щодо намірів, що приховуються за поведінкою інших (Т.Фергюсон, Б.Руле, Т.Жонсон, Ж.Кремер,

Л.Стефенс та інші). Автори таких праць зазначають, що характер реакцій індивідуума на провокувальні дії інших людей значною мірою залежить від зазначених індивідуумом атрибуцій, тобто від того, яке причинове пояснення одержують дії іншого. З найбільшою ймовірністю агресія виникає у випадку ворожої інтерпретації мотивів вчинків інших людей, тобто коли поведінка інших розцінюється людиною як загрозлива або злочинна.

Таким чином, корекція агресивної поведінки на основі формування самоконтролю за власними думками, переживаннями та набутими умінням використовувати механізм зворотнього зв'язку, з метою об'єктивної оцінки поведінкових реакцій інших людей, не виключає можливість трансформації спрямованості агресії з форми невиправданої жорстокості у форму раціонально вибіркової її спрямованості.

Більшість досліджень з проблеми управління людською агресією концентрує свою увагу на питаннях про те, як думки визначають почуття, і навпаки, як почуття впливають на думки (А.Ішен, Р.Берон, Р.Зажонс, С.Мерфі, М.Інглєхарт). Зокрема, дослідники намагалися з'ясувати, чи може специфічна форма соціальної інформації знизити рівень збудження як реакції на провокацію, а також зменшити ймовірність і силу об'єктивних виявів агресії (Д.Зіллманн). Було встановлено, що включення когнітивних процесів при одержанні індивідом інформації про пом'якшувальні обставини (наприклад, посилання людини, що вибачається на непідконтрольні зовнішні обставини) служить ефективним засобом запобігання відповідної агресії, але тільки для осіб з низьким рівнем збудження. Високий же рівень збудження перешкоджає ефективній переробці інформації щодо пом'якшувальних обставин. Якщо щирі вибачення сприяють зменшенню сили відповідної агресії, то за результатами інших досліджень (Р.Берон, Р.Біис, Д.Шапіро), нещирі пояснення тих чи інших причин можуть призвести до несподіваних результатів та підвищити ймовірність агресії [2, с. 310].

Подібні дослідження підтверджують залежність між здатністю переробляти складну інформацію про інших та рівнем агресивних виявів особистості. Мисленнєва обробка людиною чиїхось дій, намірів, аналіз власних переживань може або послабити агресію, вбачаючи її невиправданою, безглуздою, або підсилити, за рахунок змісту, що додається. Така когнітивна інтерпретація виявляється у виборі тієї чи іншої стратегії поведінки. Однак високий рівень збудження, наприклад, у випадку сильної провокації, за рахунок звуження свідомості, блокує об'єктивний аналіз ситуацій і знижує мотиваційну тенденцію до стримування агресії, надаючи їй агресивного характеру. Звідси стає зрозумілим, що раціональна поведінкова стратегія, що конструюється оптимальним рівнем збудження, без перевищення його рівня, за яким слідує деструктивна афектація, можлива завдяки оволодінню технікою саморегуляції власних почуттів і переживань, оскільки усвідомлення й прийняття людиною реальних конструктів власного «Я» робить її менш уразливою до різного роду провокацій.

Дослідження показують, що агресивність людини, загальна і специфічна тенденція до здійснення агресивних, ворожих та руйнівних дій, тісно пов'язана з різними її переживаннями й експресією. За такого підходу особливої уваги заслуговують зв'язки агресії з плачем, емпатією, сміхом. В основу зазначених зв'язків покладена гіпотеза несумісних реакцій. Наприклад, практично неможливо одночасно мріяти й виконувати складні когнітивні дії, такі, як робота за комп'ютером або читання наукової статті (Р.Берон). Відповідно до цієї теорії, можна зменшити гнів або рівень відкритої агресії, викликаючи тим чи іншим способом у людей емоційні стани, несумісні з гнівом та агресією (Д.Зіллманн, Б.Саполсі).

Доказом зв'язку агресії та емпатії є результати досліджень (Б.Руле, Дж.Легєр), які показують, що плач (сигнали про біль) і емпатія, яка є наслідком плачу, можуть бути ефективним засобом зниження рівня відкритої агресії. Цей метод виправдує себе тільки в тих випадках, якщо агресор ще до цього не піддавався сильній провокації. Якщо ж фрустратор перебуває у роздратованому стані, то спроби зменшити агресію за допомогою прямого зворотнього зв'язку з боку жертви тільки підсилюють інтенсивність агресивних дій [6, с. 327].

Таким чином, плач може стати першим етапом адаптації фрустрованої особистості, який висуває їй мораторій для наступної мобілізації адаптивних механізмів більш конструктивного характеру, тобто вибір певних механізмів, за допомогою яких можна реально змінити ситуацію й пристосувати її до власних цілей і домагань, замість того, щоб пасивно пристосуватися до ситуації без її зміни або подолання.

Якщо плач здатний викликати каяття совісті, співчуття у фрустратора, не обтяженого високим зарядом роздратованості, то жарт служить механізмом переходу від агресії до сміху, дружби. У цілому існуючі дані свідчать про вплив сміху на зниження агресії в тому випадку, коли в основі сюжетів жартів, гумористичних матеріалів лежить ворожість, зла іронія, глузування. В іншому випадку сміх буде розцінений як вираження агресії. Для повноти картини розглянутих явищ відзначимо, що агресію стримує також легке сексуальне збудження. Цей висновок був перевірений в експериментах Р.Берона і П.Белла. Наприклад, коли розгніваний чоловік помічає красиву жінку, то його агресія явно знижується [2, с. 261]. Ці та інші дослідження доводять, що почуття провини, емпатія, сміх і взагалі всі переживання, несумісні з агресивністю, значно впливають на зниження агресивності.

Висновок. Посилаючись на провідну роль соціальних факторів у детермінації агресії, ми розглядаємо агресивну поведінку як набуту в процесі научіння. При такому підході висока ймовірність контролю агресії шляхом протидії (ослаблення) тим факторам, що її провокують, а саме заохоченням і формуванням неагресивної

поведінки за рахунок оволодіння техніками рефлексії, саморегуляції власних переживань, механізмам зворотнього зв'язку (свідомий контроль над реакціями інших), виявленню й закріпленню реакцій, несумісних з агресією (розвиток здатності до продуктивної навчальної діяльності).

Можливо, що навіть мисленнєве заглиблення у розв'язання завдань може породжувати почуття, несумісні з агресивністю. У контексті проблеми управління агресією ми дотримуємося тієї позиції, що інтелектуальне тренування за допомогою вправ з удосконалювання процесів мислення сприяє формуванню уміння правильно думати, об'єктивно аналізувати ситуацію, мислити над різними проблемами. Активізація розумових процесів особистості дозволить виробити багатоаспектний спосіб сприйняття і раціонально вибіркового реагування у різних життєвих ситуаціях

Список літератури:

1. Аристотель. О душе / Аристотель. – М.: Наука, 1976. – 448 с.
2. Бэрон Р. Агрессия / Р.Берон, Д.Ричардсон; [пер. с англ. С.Меленевская]. – СПб.: Питер, 1999. – 352 с.
3. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия, контроль / Л.Берковиц; [пер. с англ. Ю.Е.Зайцева]. – СПб.: Речь, 2001. – 512 с.
4. Декарт Р. Избранные произведения / Р.Декарт. – М.: ГИПЛ, 1950. – 710 с.
5. Занюк С.С. Психологія мотивації: навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / С.С.Занюк. – Київ: Либідь, 2000. – 304 с.
6. Налчаджян А. Агрессивность человека / Альберт Налчаджян. – СПб.: Питер, 2007. – 736 с.
7. Румянцева Т.Г. Агрессия и контроль / Т.Г.Румянцева // Вопросы психологии. – 2010. – №5. – С. 35 – 40.
8. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция / И.А.Фурманов. – Мн.: Харвест, 2006. – 240 с.

Перевознюк Т.А.
Донецкий национальный технический університет

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Резюме
Исследованы теоретические вопросы проблемы коррекции агрессивного поведения. Уточнено, что коррекционная работа по предупреждению агрессивного поведения должна основываться: на формировании сознательного контроля над собственными эмоциями; формировании умения использовать механизм обратной связи; на основе выявления и закрепления реакций, несовместимых с агрессией.
Ключевые слова: агрессия, агрессивные проявления, коррекция агрессивного поведения, управление агрессией.

Perevozniuk T.O.
Donetsk National Technical University

THE THEORETICALL ANALYSIS PROBLEM OF CORRECTION OF AGGRESSIVE BEHAVIOR

Summary
The article is devoted the result theoreticall analysis problem of correction of aggressive behavior. The conceptual model of aggressive behaviour and his psychocorrection by means of activations of the mentations is grounded. This correction is based on individual experience extension, in particular on the development of mental and creative abilities, increasing of the emotional culture, improvement of the culture and ways of productive mentation.
Key words: aggression, aggressive behaviour, correction of aggressive behavior, control by aggression.