

МІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Київський національний лінгвістичний університет  
Кафедра психології і туризму

КУРСОВА РОБОТА

з загальної психології

на тему: «Психологічні особливості прояву агресії»

Студента II курсу групи 02-21  
факультету туризму, бізнесу і психології  
Спеціальності 053 Психологія  
Комар Оксана Владиславівна

Науковий керівник: к.психол.н., доцент,  
доцент кафедри психології і туризму  
Кириленко Валентина Граціянівна

Національна шкала: \_\_\_\_\_  
Кількість балів: \_\_\_\_\_  
Оцінка ЄКТС: \_\_\_\_\_

Члени комісії:

_____	_____
(прізвище та ініціали)	(підпис)
_____	_____
(прізвище та ініціали)	(підпис)
_____	_____
(прізвище та ініціали)	(підпис)

КИЇВ – 2023

## ЗМІСТ

ВСТУП		4
РОЗДІЛ 1	ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСІЇ	
	1.1. Загальна характеристика поняття агресії в психології	7
	1.2. Типи та види прояву агресивної поведінки людини	10
	1.3. Аналіз факторів, що сприяють прояву агресивної поведінки людини	14
	Висновок до першого розділу	17
РОЗДІЛ 2	МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ТА ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСІЇ	
	2.1. Методика та організація дослідження	19
	2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження	20
	2.3. Практичні рекомендації щодо подолання агресивної поведінки людини.	23
	Висновок до другого розділу	26
ВИСНОВКИ		27
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ		28
ДОДАТКИ		30

## АНОТАЦІЯ

Курсова робота «Психологічні особливості прояву агресії»

Робота складається зі вступу, двох розділів, кожен з яких містить три підрозділи, висновки. Список літератури містить 25 джерел. Робота містить 34 сторінки.

**Мета роботи:** Теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити психологічні особливості прояву агресії.

**Об'єкт дослідження:** процес прояву агресії як спосіб поведінки.

**Предмет дослідження:** психологічні особливості прояву агресії.

**Метод дослідження:** основними методами дослідження виступили теоретичний аналіз літератури, синтез, порівняння і така методика емпіричного аналізу як: методика "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком). Методи математичної статистики: кількісний і якісний аналіз, кореляційний аналіз.

У першому розділі роботи було проведено дослідження основних понять визначень агресії за різними вченими, типи та види прояву агресивної поведінки людини. Розглянуто основні причини та фактори, що сприяють прояву агресивної поведінки людини, такі як: виховання в сім'ї, відносини з соціумом, зовнішні та внутрішні фактори. У другому розділі було організовано та проведено дослідження такими методами, як методика "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком). Порівняння проявів агресивної поведінки за віком та видом діяльності. Також підібрано практичні рекомендації для нормалізації агресивної поведінки.

**Ключові слова:** агресія, агресивна поведінка, прояви, види, чинники, подолання, жорстокість, маніпуляція .

## ANNOTATION

Course work "Psychological features of the manifestation of aggression"

The work consists of an introduction, two chapters, each of which contains three subsections, and conclusions. The bibliography contains 25 sources. The work contains 34 pages.

**The purpose of the work:** To theoretically substantiate and empirically investigate the psychological features of the manifestation of aggression.

**Object of research:** the process of manifestation of aggression as a way of behavior.

**Subject of research:** psychological features of the manifestation of aggression.

**Research method:** the main research methods were the theoretical analysis of literature, synthesis, comparison, and such a method of empirical analysis as: the "Self-assessment of mental states" method (according to H. Eysencko). Methods of mathematical statistics: quantitative and qualitative analysis, correlation analysis.

In the first section of the work, a study of the main concepts of definitions of aggression according to various scientists, types and types of manifestation of aggressive human behavior was carried out. The main reasons and factors contributing to the manifestation of aggressive human behavior are considered, such as: upbringing in the family, relations with society, external and internal factors. In the second chapter, research was organized and conducted using methods such as the "Self-Assessment of Mental States" method (according to H. Eysenko). Comparison of manifestations of aggressive behavior by age and type of activity. Practical recommendations for normalizing aggressive behavior have also been selected.

**Key words:** aggression, aggressive behavior, manifestations, types, factors, overcoming, cruelty, manipulation.

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Агресія – це форма девіантної поведінки, що виражається в прояві високої неадекватної агресивності, певної сталості в певних життєвих ситуаціях та деструктивними діями, мета яких – завдати неприємностей чи образити інших людей. Однією з основних проблем сучасного суспільства є підвищена агресивність та насильство. Цій проблемі присвячено багато досліджень, причому найчастіше людська та тваринна агресія порівнюється за своєю природою. Але людині властивий більш витончений прояв жорстокості. Тривожним дзвіночком виступає підвищення рівня девіантної поведінки в суспільстві загалом, який проявляється в діях проти соціуму, таких як: вживання наркотиків, алкоголю, недотримання законів про громадський порядок, скоєння вандалізму, хуліганства та злочинів, а також почала проявлятися жорстока та агресивна поведінка. Розробкою проблеми прояву агресії займалися багато вчених, таких як: Л.Бендер, А. Адлер, Х. Дельгадо, Ф. Зімбардо та інші.

Нелегка, шокуюча та напружено неспокійна, соціальна, екологічна, економічна, ідеологічна ситуація, що трапилася в нашій країні в теперішній час, спровокувала сучасне суспільство до підвищення рівня різноманітних відхилень та захворювань в психологічному, особистісному, соціальному та поведінковому плані зростаючих і дорослих людей. В числі цих захворювань та відхилень велике занепокоєння зумовлює різке зростання рівня, підвищеної тривожності, відчуженості, духовне спустошення соціуму і також жорстокість, цинізм, агресія. Найбільш гостре зростання цих відхилень нервової системи відбулося з початком воєнних дій на території країни, тоді суспільство почало переживати певні стадії усвідомлення і проживання горя, для кожної людини вони особливі, адже всі ми різні і наділені індивідуальними психологічними властивостями, такими як, характер і темперамент, які і зумовлюють нашу реакцію на певні стресові ситуації. Проблема агресивної поведінки людей, яка торкається всього соціуму, викликає велике занепокоєння психологів, психіатрів, педагогів, а також глибоке зацікавлення

науково-практичних дослідників. У теоретичних концепціях таке явище, як агресія, пояснюється досить неоднозначно, як в його розумінні в цілому, так і в можливому впливі на поведінку людини.

Агресивна поведінка, як проблема, в нашій країні довгий час не підіймалася, та й тому, до кінця не розкрита. Зараз увага дослідників спрямована на такі проблеми: соціальні та біологічні основи агресії, процес засвоєння та закріплення агресії, умови, які стимулюють прояв агресії, гендерні та індивідуальні особливості прояву агресії, методи подолання агресивної поведінки.

У теорії, що пояснює природне походження агресивної поведінки, є два основні підходи – соціальний та біологічний, але жоден з них до цих пір не визнаний універсальним. Однак вагома більшість дослідників вважають, що такий феномен, як агресія є невід’ємною частиною людської активності та адаптації і саме тому є цікавим об’єктом для вивчення.

В теперішній час дослідження агресивної поведінки набирає популярності, це пов’язано, з одного боку підвищенням рівня вандалізму та жорстокості, а з іншого боку занепокоєнням громадян.

**Мета:** Теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити психологічні особливості прояву агресії

**Об’єкт:** процес прояву агресії як способу поведінки

**Предмет:** психологічні особливості прояву агресії

**Гіпотези:**

- Наявність кореляційного зв’язку між підвищеним рівнем агресивної поведінки та тривожністю людини.
- Проаналізувати зв’язок між рівнем агресії людини та віком.
- Проаналізувати зв’язок між рівнем агресії людини та видом зайнятості.

У відповідності з метою дослідження були поставлені наступні **завдання:**

1. Шляхом аналізу наукової літератури з окресленої проблеми, розкрити зміст та охарактеризувати поняття агресії в сучасній психологічній науці.

2. Шляхом опрацювання теоретичних джерел, проаналізувати фактори, які впливають на прояв агресії людини.
3. Використовуючи сучасні методи психодіагностики, емпіричним шляхом дослідити психологічні особливості прояву агресії людини.
4. На основі проведеного емпіричного дослідження проаналізувати отримані результати та розробити практичні рекомендації щодо подолання проявів агресії.

Для виконання поставлених завдань використовувалися такі методи:

*теоретичні:* аналіз, синтез, узагальнення теоретичних джерел, порівняння.

*емпіричні:* методика "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком)

*методи математичної статистики:* кількісний і якісний аналіз, кореляційний аналіз.

**Теоретико-практична значущість:** отримані результати можуть бути корисні для розширення знання про досліджувану проблему. Теоретично проаналізована та досліджена інформація про агресивну поведінку людей, може бути корисна, для педагогів, психологів, батьків та людей, які бажають подолати агресивний прояв своєї поведінки, чи допомогти іншим (дітям, партнеру, пацієнту) справитися з цією проблемою. В теперішній час, в умовах воєнного стану, значно зріс рівень агресивної поведінки суспільства, що є цілком логічною реакцією на те, що відбувається в даний момент, і тому це глибоко занепокоїло громадян, адже ця проблема заважає психофізіологічному розвитку людей. Дана інформація допоможе суспільству подолати цю проблему.

**Експериментальна вибірка:** в дослідженні приймали участь 56 осіб, з яких 40 жінок і 16 чоловіків.

**Структура курсової роботи:** курсова робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Основний зміст роботи викладений на сторінках друкованого тексту. Робота містить таблиць – 2 та рисунків – 5.

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСІЇ

### 1.1. Загальна характеристика поняття агресія в психології

Багатьма вченими пропонуються різні терміни агресії, та ні один з них, не є прийнято конкретно загальноживаним.

Під агресією розуміють негативний прояв поведінки людини, такий як напад чи атака та ворожнеча, але насправді, це не завжди так. Л. Бендер, А. Адлер, говорять про неї, що це саме внутрішній стержень і сила, яка дає людині змогу боротися з зовнішніми обставинами [4].

Х. Дельгадо, Ф. Зімбардо зазначають, що агресія – це прояв людської поведінки, який має суто негативний характер, який проявляється в нанесенні шкоди чи болю жертві за допомогою ненормативних методів, таких як, напад, залякування, побиття та інше [20].

В той же час досить велика кількість дослідників стверджують, що агресія – це процес, який виконує специфічні людські організації та функції. Водночас агресивність приймається, як певний компонент, який є певною структурою більш важчих компонентів, людських психічних властивостей.

Найпопулярнішим і загальноживаним терміном агресії – це певна поведінка індивіда, що надає шкоди іншим. При цьому ця шкода може виражатися прямо до суб'єкта, наприклад, напад, чи навпаки непрямо, прикладом може виступати, розширення наклепів. Терміни з якими межують агресію є «напад», «жорстокість», «деструктивність», «насильство», «надлишкова напористість». Також визначення агресивність визначають стосовно до ситуації, або схильність суб'єкта саме до девіантної поведінки. Левітов М. зазначив, що агресивні стани можуть виникати внаслідок переживання самоконтролю та втрати контролю гніву [4].

Також важливо згадати, щодо вивчання агресії, це наявність в наукових роботах досить великої кількості досліджень агресивної поведінки, які можна умовно поділили на дві протележні думки. За представниками (Соловйова



С., Басс А., Гульдман В., Антонян Ю. та інші) першої - агресія – це певна людська психологічна властивість, яка проявляється в певних ситуаціях під проявом певної риси характеру індивіда. Вченими було встановлено кореляційний зв'язок між агресивною поведінкою людини та наявності структурних та функціональних аспектів певного індивіда. На думку цих науковців поєднання певних структур і властивостей індивіда з агресією може впливати на дії, вчинки, емоції та думки індивіда. Представники іншого (Льїн Є. П., Зільман Т., Татенко В. О., Габеляйя К., Ковальова П. А.) стверджують що, агресія – це специфічний аспект поведінки певного індивіда [18]. В цьому контексті науковці окремо досліджували прояв індивіда в різних соціальних інститутах, за допомогою вивчення мовлення, мови і певні особливості прояву агресивної поведінки. [10].

Починаючи з 2010 року до цих досліджень агресивної поведінки було додано проблему впливу соціальних мереж, і Інтернету загалом, а саме особливості прояву інформаційно-комунікативних аспектів та конфліктів в спілкуванні на прояв агресивної поведінки. Саме цю проблему вивчали: Щербініна Ю., Анцупов А., Воронцова Т., Драйзер Ф., Кокоріна Е. Найактуальнішими в теперішньому часі є дослідження, котрі спрямовані саме на дитячу та підліткову агресивність. Це зумовлено тим, що саме припинення прояву агресивної поведінки в дитячому і підлітковому віці є гарантом того, що в дорослому віці не буде появи проблем з неконтрольованою агресією, що може слугувати гарантом більш свідомого та адекватного суспільства.

Також важливо зазначити, сучасні дослідження прояву агресії та агресивної поведінки (Петерманн Ф., Остман Н. та інші), дозволили виділити типи агресії: пасивна агресія; прихована агресія; вербальна агресія.

В дослідженнях агресивної поведінки (дослідження Грін А., Сімінгтона Н., Кохута Х., Кенберг О., Павлова О.) прослідковується ідея психоаналізу, основною думкою є важливість особистісного досвіду дитини ще з раннього дитинства. Науковці засвідчують, що саме в цей період в малюка має формуватися певний досвід, який має значний вплив на формування характеру

та особистості дитини і звичайно має вплив на прояви дитини в зовнішньому та внутрішньому середовищі, і саме йдеться про прояв агресивної поведінки також. Так, на думку Н. Сімінгтона, прояв агресивної поведінки виступає, як наслідок саме для захисту, який формується з перших років життя людини і продовжує формування та працю протягом всього дорослішання особистості. Тому це говорить про те, що цей процес є неймовірно складним та важливим для людини [2].

Дослідники сучасного погляду більш широко і системно розглядають явище агресії та агресивності, що дозволяє більш глибоко дізнатися про цей феномен. Павлова О. засвідчує, що агресія – має суто соціальну і психологічну природу і формування прояву агресивної поведінки відбувається під час набування соціального досвіду в поетапному проходженні різних соціальних інститутів.[16]

Лоренц К. говорить, що в основі агресивної поведінки стоїть характер особистості і негативна мотивація завдати шкоди іншим. [12]

Румянцева Т. Г. і Андреева Г. М., Левітін Н. Д. стверджують, що агресія – це явний, прямий прояв ворожості та загрози, насильства до інших індивідів. Також вони вважають, що агресія – це певна специфічна форма поведінки і це є проявом психологічних проявів індивіда. Коваль О. зазначає, що агресія – це ненормативна та деструктивна поведінка, що базується на мотиві завдання шкоди іншим. Така поведінка не підлягає правилам норм у суспільстві, саме агресивна поведінка надає великих збитків індивідам, які стали жертвами нападу та в результаті жертви отримують великих фізичних, психологічних збитків чи в кращому випадку отримують значний дискомфорт [11].

Як засвідчував Демощук М. агресія має прямий зв'язок саме з особистісними рисами індивіда, які і спричиняють бажання завдати насильства іншим людям. Також вчений говорив, про наявність прямого кореляційного зв'язку між рівнем прояву агресії і проявом конфліктних характеристик в особистості. Також прояв агресії може бути спричиненим із соціальних аспектів, а саме в спілкуванні і набуванні індивідом соціального

досвіду. Тут важливо зазначити про норми, які формуються в суспільстві та за допомогою яких відбуваються контроль поведінки людини в соціумі. Ці норми формують адекватну поведінку, яку може собі дозволити індивід перебуваючи в соціумі. Дотримання цих норм свідчать про адекватне та нормальне перебування індивіда в певному соціумі, і навпаки недотримання та порушення цих норм можуть свідчити про девіантну чи агресивну поведінку індивіда по відношенню до соціуму, в цьому випадку, і виникають проблеми, і для соціуму в якому перебуває цей індивід, і для самого індивіда, який порушив ці норми.

## **1.2 Типи та види прояву агресивної поведінки людини**

Агресію поділяють на: вербальну (вона проявляється за допомогою комунікації з іншими, наприклад, розширення пліток та наклепів, ігнорування, словесна образа по відношенню до інших індивідів) та фізичну(вона проявляється за допомогою застосування грубої фізичної сили, наприклад, згвалтування, побиття, пошкодження по відношенню до інших індивідів). Також виділяють непрямую і пряму агресію, а Басс А. виділив інструментальну і ворожу агресивну поведінку. Тож агресія ворожа, проявляється за допомогою невміння контролювати приплив астенічних емоцій і мотивом завдати шкоди іншим індивідам. З інструментальною агресією все відбувається інакше, при прояві цього виду агресії індивід не переслідує цілі завдати шкоди іншим членам суспільства, в цьому випадку агресія виступає, як інструмент для добивання своїх особистісних цілей, таких як, пристосування в певному соціумі чи в певній ситуації і збагачення за користь інших людей. При інструментальній агресії, жертва на яку спрямована ця агресія, не цікавить індивіда, який чинив агресивні дії [6].

Додж виділяє проактивну агресивну поведінку і реактивну агресивну поведінку, проактивна агресивна поведінка проявляється потребою задовільнити особисті потреби індивіда, який скоює агресію, також частіше

всього цей вид агресивної поведінки спрямовується на індивідів, які виступають беззахисними та слабшими за індивіда який скоює агресію, прикладом може слугувати, цькування, примус та залякування. Цей вид агресії може бути ворожим, наприклад, скоєння помсти індивідом за свої невдачі і інструментальна, прикладом може бути, вбивство індивіда за допомогою найнятої третьої особи, і також механізм переслідування для отримання головної ролі в певній соціальній групі. В свою чергу реактивна агресивна поведінка виступає, як реакція на існуючу небезпеку, яку відчуває індивід [4].

Фром Е. поділяв агресивну поведінку на доброякісну і злякісну, де доброякісна агресивна поведінка, виконується індивідами, які займають певні посади для контролю дотримання соціальних норм, затверджених суспільством, прикладом можуть виступати, військові, які виконують свої обов'язки під час воєнного стану в країні, поліцейські та інші індивіди, які займають посади, головною метою яких є контроль дотримання правових норм по відношенню до суспільства. Також до доброякісної агресивної поведінки можна віднести таке явище, як самооборона, коли індивід ненавмисно наносить шкоди по відношенню до індивіда, який загрожує життю жертви. Агресивна поведінка має адаптивний характер, та й відсутність агресивної поведінки загалом може призвести до неспроможності індивідом досягання своєї мети, проблем з самооцінкою та не реалізацію своєї кар'єри, і в свою чергу може нести негативні наслідки, коли індивід занадто поступається, незважаючи на свої потреби в реалізації та це не дозволяє проявити весь свій потенціал в особистісному розвитку індивіда. Тому саме доброякісна агресивна поведінка є необхідною для повного формування реалізації індивіда в соціальній системі, адже люба робота, що має на меті творчий характер, розуміє під собою не дотримання старих канонів і правил, що й дає поштовх для відкриття чогось нового цікавішого і кращого. І псевдо агресивна поведінка, суть якої полягає в нанесенні шкоди іншим індивідам під час змагань (часто прослідковується в видах боротьби, таких як, дзюдо та бокс) мотивована ця агресія тим, що відбувається бажання перемоги та конкуренція

між індивідами. А злаякісна агресивна поведінка не має зв'язку з захистом життя індивіда і не є шляхом до самореалізації, а виступає саме як деструктивна і не адекватна поведінка. [1].

Агресивна поведінка може виступати, як випадково, так і навмисно, тобто конкретно запланованою та спрямованою на щось чи когось. Також недовільна неадекватна агресивна поведінка може проявлятися несильно усвідомлено чи взагалі зовсім випадково, так наприклад, під час стану афекту індивід може скоїти неадекватні чи загрозливі життю інших індивідів дії зовсім не розуміючи цього, саме за непростих випадків різних життєвих ситуацій. Також слід зазначити про прояв агресивної поведінки під час саме психологічних дефектів чи захворювань особистості, коли вона може чути різні голоси, чи вірити в певні пророцтва, або про певні сили від вищих сил, також нав'язливі думки про щось, прикладом можуть бути ситуації коли людина впевнена в правоті своєї ідеї і вважає, що саме вона особлива і повинна виконати цю місію, яку надали саме їй вищі сили, такі ситуації коли людина скоює масове вбивство, тобто тероризм [5].

Дарки А. та Басса А. виокремили такі види агресивної поведінки: роздратування (груба поведінка, емоційний яскравий запал); фізична (нанесення шкоди іншим з використанням грубої фізичної сили); негативізм (психічний розлад, який проявляється, як зверхність по відношенню до інших, нав'язливе бажання помститися); вербальна (проявляється за нецензурною лексикою, криком, прокльонами); непряма: неспрямована агресія (проявляється як лайка в великому скупченню людей), спрямована агресія (поширення наклепів, чуток та пліток, образливі жарти); стеничні та астеничні (можуть бути конструктивними та деструктивними). Агресія може бути непрямною і прямою; невербальною і вербальною, неявною (латентні) та явною; інструментальною та ворожою [14].

Прояви відкритої агресивної поведінки - це астеничне оцінювання інших індивідів, крик, підвищення голосу на інших, яскраві прояви астеничних емоцій, бажання образити, фізична дія, погрозуючі слова та жести, сильне

примушення, використання певної зброї, побиття. А прояви закритої агресивної поведінки – це ігнорування інших, коли індивід свідомо не робить ніяких дій, щоб жертві завдали шкоди, також самогубство і бажання нанести собі шкоди та болю.

Наведемо характеристики спрямованості агресивної поведінки:

- Прояв агресії по відношенню до близьких людей;)
- Прояв агресії по відношенню до інших людей, не з близького кола спілкування ;
- Прояв агресії по відношенню до самого себе;
- Прояв агресії по відношенню до домашніх тварин;
- Прояв агресії по відношенню до зовнішнього середовища;
- Прояв агресії по відношенню до неіснуючих об'єктів та символів.

Найбільшу загрозу для соціуму несе агресивна поведінка спрямована на інших індивідів. Уолтер Р. та Бандур А. дали назву такій агресії, як асоціальна агресія, яка несе за собою скоєння негативних дій по відношенню до соціуму.

Прояв агресивної поведінки поділяється на такі рівні:

- Когнітивний рівень (він пов'язаний з астенічними уявленнями, негативними установками, неповагою до інших)
- Поведінковий рівень (прояв агресивної невербальної чи вербальної поведінки)
- Мотиваційний рівень (коли індивід спрямовано чи не усвідомлено прагне завдати шкоди іншим)
- Афективний рівень (прояв астенічних емоцій чи почуттів по відношенню до інших)

Шкала прояву агресії людини:

- Нульовий (рівень прояву агресії повністю відсутній)
- Перший (рівень прояву агресивної поведінки знаходиться в межах норми, тобто прийнятний до норм суспільства)
- Другий (рівень прояву агресивної поведінки під час нереальної загрози проте людина вважає цю загрозу реальною)

- Третій (рівень прояву агресивної поведінки в ситуаціях коли це не потрібно)

- Четвертий (рівень прояву агресії, коли індивід використовує її з запланованим наміром завдати шкоди іншим, така поведінка не є адекватною для норм суспільства)

Також слід зазначити, що агресія не обов'язково несе руйнівний характер, а й виступає, як інструмент для досягання своєї мети в самореалізації, може нести характер самозахисту, адаптаційний характер, що допомагає індивіду пристосуватися до нових умов існування.

### **1.3 Аналіз факторів, що сприяють прояву агресивної поведінки**

#### **людини**

Фактори, що сприяють прояву агресивної поведінки можуть бути внутрішніми та зовнішніми. Внутрішні фактори прояву агресивної поведінки залежать від самооцінки індивіда, а саме конкретно низький рівень самооцінки може провокувати прояви агресивної поведінки. Також це може бути захисна реакція, щоб привернути увагу інших, наприклад, коли батьки не проводять час зі своєю дитиною, тобто приділяють їй недостатню кількість уваги, яку потребує їхня дитина, то дитина може проявляти агресивну поведінку, щоб батьки звернули на неї хоч якусь увагу, адже коли це й навіть негативний прояв уваги, все ж таки це все одно хоч якась увага, яку потребує дитина.

- Підвищений рівень тривожності, також може слугувати, як чинник прояву агресивної поведінки, адже індивід в цьому стані знаходиться в постійній напрузі та дискомфорті, що й виступає потім, як наслідок спалахів агресії.

- Незмога людини проявляти астенічні емоції та контролювати себе, тут теж може бути причина пов'язана з соціальним аспектом, коли батьки не навчили дитину проявляти свої астенічні емоції чи постійно проявляли ці емоції по відношенню до їхньої дитини, таким чином людина просто не бачила іншого методу проявляти свої емоції і повторює помилки своїх батьків. Також

причина може бути в психофізіологічному, наприклад коли у людини є проблеми, чи навіть захворювання пов'язанні з неповною роботою лобних долею, якій й відповідають за вольову поведінку і самоконтроль. [1].

Важливо виокремлювати різницю між агресивністю, як рисою особистості і агресивністю, яка зумовлена певними ситуаціями, які несуть загрозу особі. У випадку з ситуативною агресією, це рахується нормою та є навіть необхідним для нормального життя індивіда в суспільстві, щоб він мав змогу захищати свої кордони і досягати своєї мети в реалізації, як особистісної, так і в умовах певної діяльності, тому, якщо індивід вміє правильно проявляти свої астенічні емоції та вміє контролювати себе, така поведінка не потребує коригування.

У випадку, коли агресивні прояви поведінки виступають, як риса особистості, причиною такої поведінки може бути постійний стрес, низький рівень самооцінки, підвищений рівень тривожності, також коли заплановані події, які бажав би втілити в життя індивід не співпадають з реальною картиною дійсності.

Також багато науковців почали розділяти особистісні фактори, що впливають на прояв агресії і соціальні фактори, які мають впливають на появу в індивіда агресивної поведінки. Такими факторами, наприклад можуть виступати: негативне сприйняття колективу та соціуми до якогось певного індивіда, неправильне виховання в сім'ї, наприклад, застосування фізичної сили, цькування дитини, приниження та несерйозне ставлення до її інтересів, застосування словесних методів виховання, що принижують дитину та завдають їй психологічних травм.

Не тільки погане виховання може бути фактором формування особистісної агресії, також це може бути вплив інтернету, наприклад, соціальних мереж де висвітлюється агресивна поведінка і освітлюється як щось смішне, круте та невинне, тобто показується як норма по відношенню до суспільства, також сюди можна віднести серіали та фільми в яких головний герой, який вчиняє насильницькі дії по відношенню до інших показують, як



лідера, який симпатизує багатьом глядачам, які згодом починають копіювати його поведінку, особливо це стосується підлітків, які перебувають на стадії пошуку себе і вибирають негативного героя, як авторитет за яким потрібно слідувати та починають вчиняти так само, як цей герой.

Також до факторів що стимулюють розвиток особистісної агресії відносять: коли індивід має високий рівень роздратованості та ворожості, перебування особистості в стані депресії, також низький рівень інтелектуальних знань, підвищену заздрісність, схильність до відчуження від соціуму, і коли індивід бачить в любих вчинках соціуму ворожий контекст, навіть коли його немає.

Також вчені виділяють, такі фактори розподілу ролей під час агресивних проявів поведінки:

- Статус індивіда в соціальних групах
- Вплив самооцінки в ситуаціях прояву агресії
- Здатність індивіда поважати чи не поважати осіб, які входять в певні соціальні групи

Ще виділяють гендерні фактори, що впливають на прояв агресивної поведінки в різних статей, звідси випливає, що представники жіночої статті більш схильні проявляти вербальну агресію, тобто словесно виражати спалахи своєї агресивної поведінки, в той час, як представники чоловічої статті більш схильні проявляти свою агресивну поведінку за допомогою використання фізичної сили, також вони частіше проявляються в ролі саме нападника.

Проблема агресії в даний час більш глибоко впливає на підростаюче покоління, тобто підлітків, це спричиняє прояви девіантної поведінки, вживання наркотиків, тютюнових виробів, алкоголю, також зростання порушень порядку, таких як, крадіжки, розбій та вандалізм, це має вплив на якість навчання в різних закладах здобування освіти, тому що агресивні прояви поведінки підлітків спричиняють постійні стресові ситуації в яких перебуває, як і жертва, так і нападник, що й може провокувати серйозні

психологічні розлади поведінки, які в свою чергу можуть призвести до скоєння певних кримінальних злочинів.

Виокремлюють такі форми прояву агресивної поведінки:

- Такий феномен, як негативізм – це форма прояву протидії проти встановлених суспільством норм поведінки, тобто порушення сформованих законів, звичаїв, традицій

- Форма прояву вербальної агресивної поведінки – це прояв агресивної поведінки за допомогою мови та мовлення, наприклад, підвищення тону під час розмови, висловлювання погроз, також поширення пліток та наклепів

- Форма фізичного прояву агресивної поведінки – це прояв агресії за допомогою фізичної сили, наприклад побиття

- Роздратування – це особистісна характеристика індивіда неадекватно реагувати навіть на самий найменший подразник

- Форма прояву непрямой агресивної поведінки – це коли індивід проявляє агресію спрямовану на жертву за допомогою інших людей

- Форма прояву образи – коли індивід відчуває негативні емоції до інших людей, навіть коли цих причин немає, або коли вони наявні.

Отже принципи прояву агресивної поведінки можуть бути, як і соціальні, так і особистісні і вони можуть бути зумовлені різними факторами, що в свою чергу провокують різні види та форми прояву агресивної поведінки.

Найпопулярнішим і загальноживаним терміном агресії – це певна поведінка індивіда, що надає шкоди іншим. При цьому ця шкода може виражатися прямо до суб'єкта, наприклад, напад, чи навпаки непрямо, прикладом може виступати, розширення наклепів. Терміни з якими межують агресію є «напад», «жорстокість», «деструктивність», «насильство», «надлишкова напористість». Також визначення агресивність визначають стосовно до ситуації, або схильність суб'єкта саме до девіантної поведінки. Виділяють види агресії: груба поведінка, емоційний яскравий запал, фізична, негативізм, вербальна, непряма: неспрямована агресія, спрямована агресія.

Фактори, що стимулюють розвиток особистісної агресії відносять: коли індивід має високий рівень роздратованості та ворожості, перебування особистості в стані депресії, також низький рівень інтелектуальних знань, підвищену заздрісність, схильність до відчуження від соціуму, і коли індивід бачить в любих вчинках соціуму ворожий контекст, навіть коли цього немає.

Факторами, що перешкоджають прояву агресивної поведінки прийнято вважати: коли за неумисний та неадекватний прояв агресії здійснюється покарання, повагу, дружелюбність, прояв любові від оточуючого середовища, також важливі якості особистості, такі як здатність до самоаналізу, вміння контролювати свої емоції та вчинки, толерантне відношення до інших.

Отже, агресія не завжди є поганим проявом поведінки, вона може мати допоміжні функції, такі як: пристосування та захисту, негативний прояв агресивної поведінки виникає тоді, коли індивід порушує норми суспільства та особисті кордони інших.

## РОЗДІЛ 2 МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ТА ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСІЇ

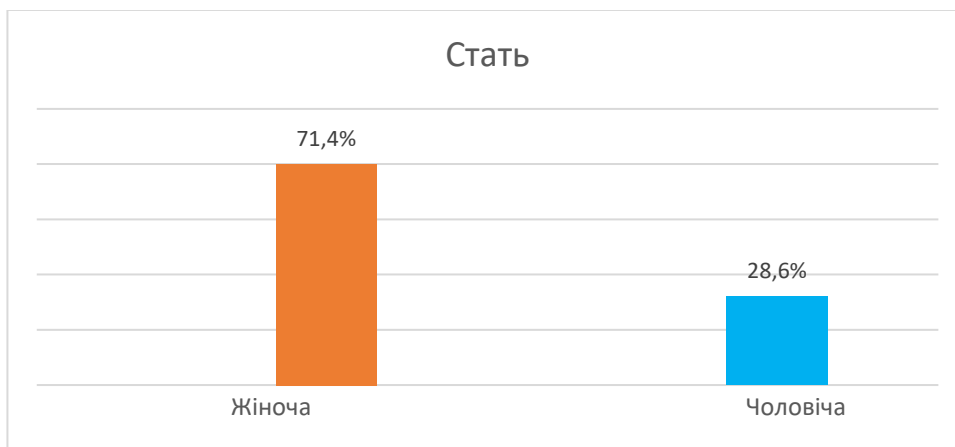
### 2.1. Організація дослідження та характеристика контингенту дослідження

Вирішення зазначених завдань курсового дослідження охоплювало ряд дослідницьких етапів:

- 1) теоретичний – було здійснено аналіз наукової літератури та підбір тих джерел, які більш широко розкривають тему;
- 2) емпіричний - підбір валідних методик, адекватних меті і завданням дослідження, формування вибірки, збір емпіричних даних;
- 3) аналітичний - аналіз отриманих результатів, осмислення виявлених тенденцій і закономірностей, інтерпретація отриманих даних методами якісного і кількісного аналізу;
- 4) заключний – написання висновків та остаточне оформлення дослідження згідно вимог.

До вибіркової сукупності дослідження увійшли респонденти – віком від 17 до 67 років. В дослідженні брало участь 56 осіб: з яких 40 жінок і 16 чоловіків. В представленій вибірці відсоток жінок складає 71,4% і чоловіків 28,6% в чистих числах (рис.2.1).

Рис. 2.1 Розподіл респондентів за статевою приналежністю



Опитування, яке має два блоки: перший блок - загальні данні про об'єкт; другий блок методика "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком) (Додаток 1)

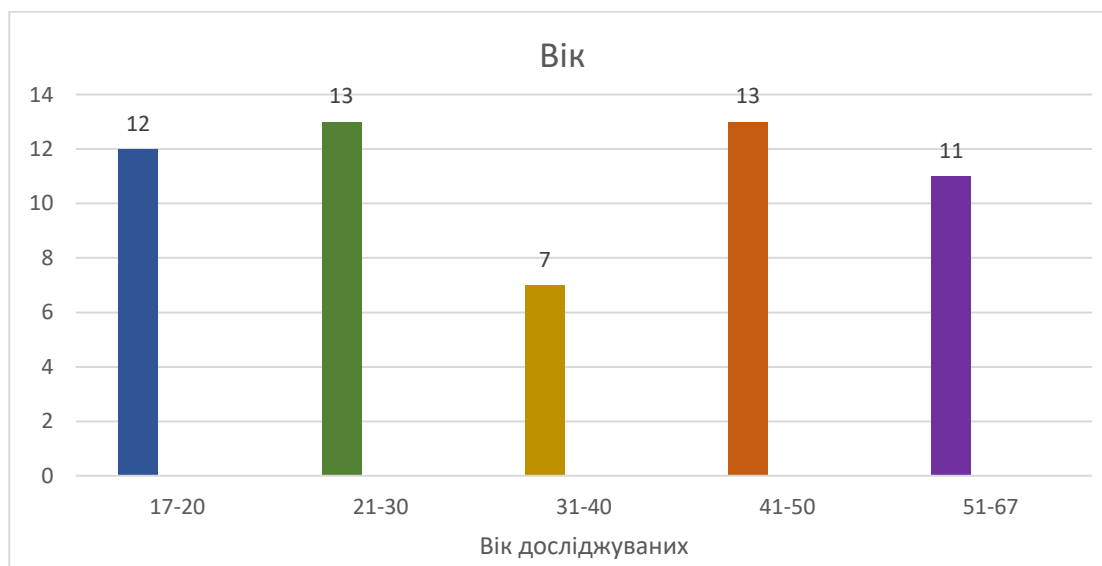
Ця методика спрямована на дослідження таких емоційних станів:

- Тривожність (прояв певних особистісних переживань, які впливають на фізичне та психічне здоров'я);
- Фрустрацію (почуття безнадії коли людина не може задовільнити психічну потребу в самореалізації.);
- Агресивність (прояв поведінки метою якої є нанесення пошкоджень іншим.);
- Ригідність (прояв стійкої поведінки до небажання змін, наявність стійких упереджень, які не змінюються).

Методика була переведена в режимі онлайн опитування:  
([https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSePnxr\\_CQNqcNp-yyVSU0cDKpmVyFDK\\_gbJcNB8MJ6hUCduQg/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSePnxr_CQNqcNp-yyVSU0cDKpmVyFDK_gbJcNB8MJ6hUCduQg/viewform?usp=sf_link))

## 2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

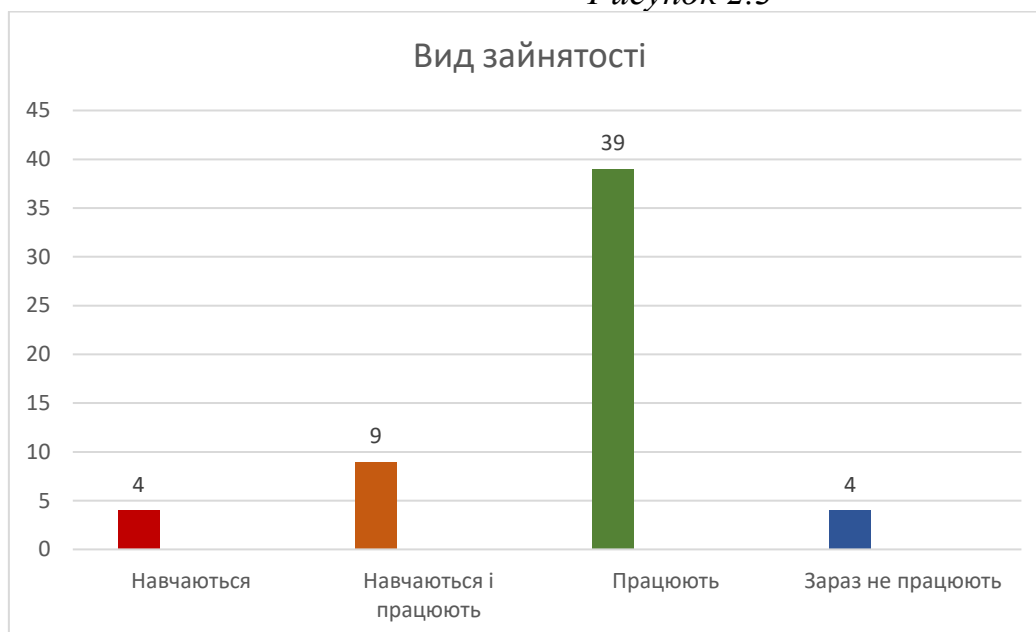
Вік досліджуваних становить - від 17 до 67 років. (зображено на рисунку 2.2)  
Рис. 2.2. Аналіз вікових особливостей досліджуваних



Щодо показнику стану здоров'я були отримані такі результати: «Задовільно» – 53 особи; «незадовільно» – 3 особи.

Ще одним питанням стояв вид зайнятості опитуваних, отримані такі результати (зображено на рисунку 2.3): навчаються – 4 особи; навчаються і працюють – 9 осіб; працюють – 39 осіб; зараз не працюють – 4 особи.

Рисунок 2.3



За допомогою методики "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком) нам вдалося визначити рівень тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності. На основі цих даних був проведений кореляційний аналіз для якого нам були потрібні результати рівня тривожності та агресії: (зображено на таблиці 2.1)

Таблиця 2.1.

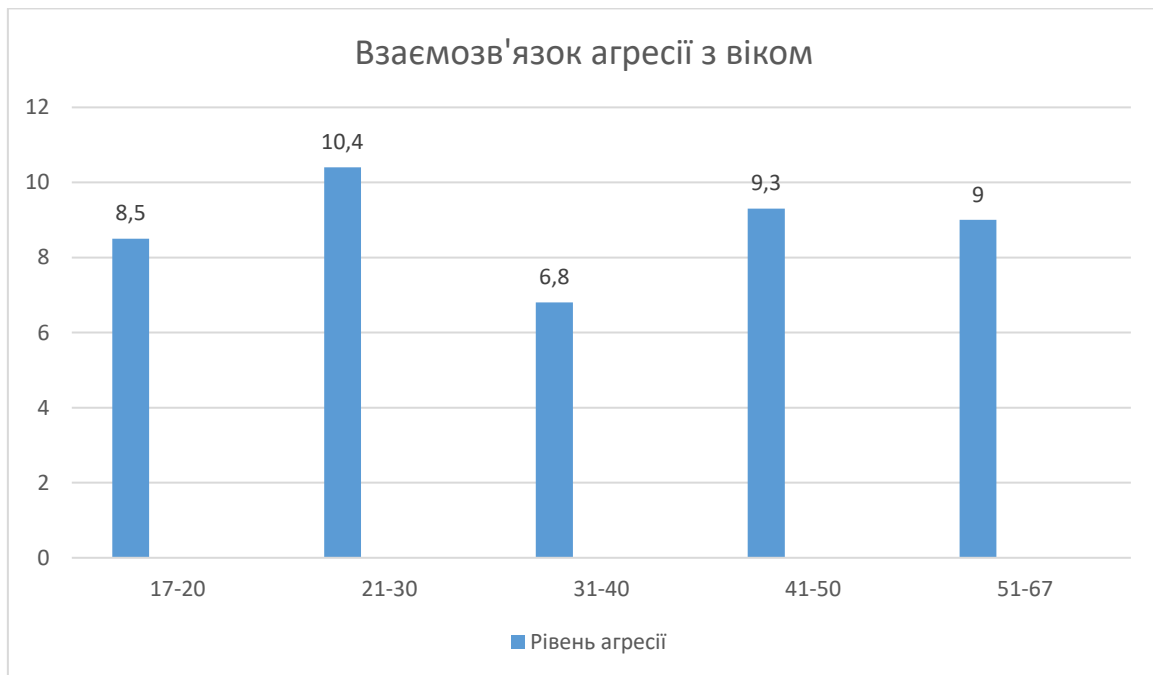
**Кореляційний аналіз між тривожністю та агресією.**

Показники психічних станів	Тривожність	Агресивність
Коефіцієнт кореляції	0.425**	0.425**
Коефіцієнт значущості	0.001*	0.002*
Вибірка	56	

Ця таблиця свідчить про пряму помірну кореляцію (0.425) також цей показник кореляції є статистично значущий тому що  $-p < 0,05$  (0.002) що свідчить про статистично значущу кореляцію, тому можна зробити висновок що між тривожність і агресивністю є помірний кореляційний зв'язок.

Також за результатами методики "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком) ми проаналізували зв'язок між рівнем агресії людини та віком.(показано на рисунку 2.4)

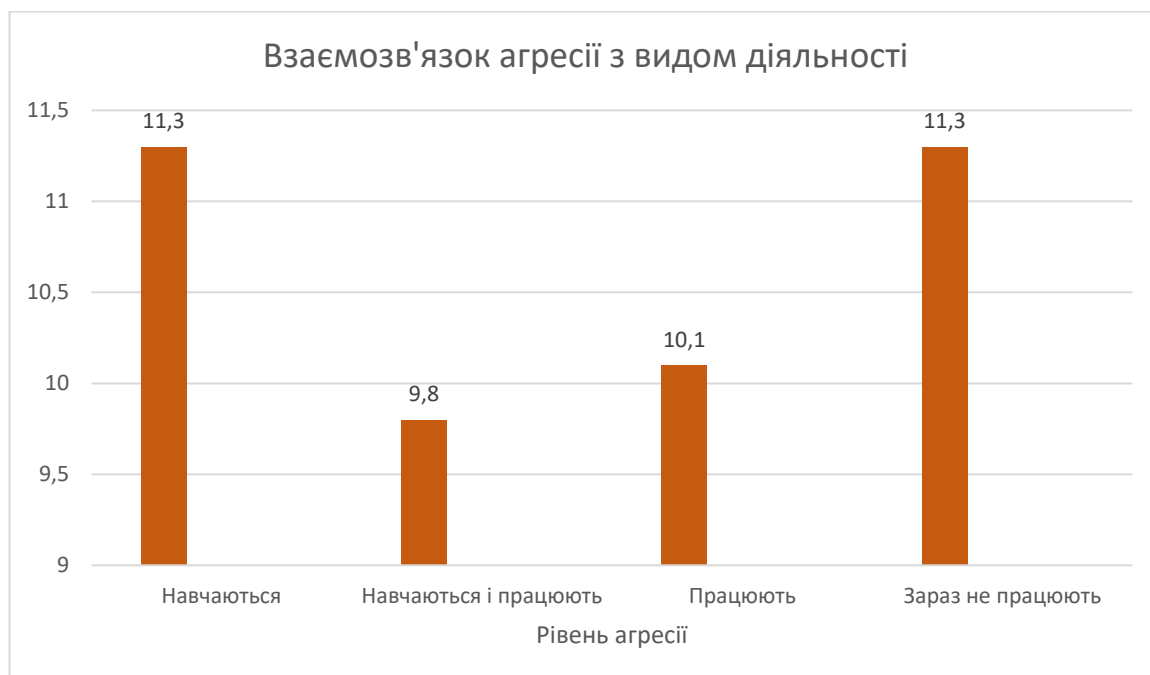
Рисунок 2.4



Можна зробити висновок, що рівень агресії у всіх вікових категоріях знаходиться в нормі, найбільший показник агресії знаходиться в віковому проміжку з 21 до 30, це представники зрілого віку, що працюють. Найменший показник рівня агресії знаходиться в віковому проміжку з 31 до 40 років, це представники зрілого віку.

Ще був виконаний аналіз виду діяльності опитуваних і рівня агресії. Використовуючи данні з методики "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком)( проілюстровано на Рисунку 2.5)

Рисунок 2.5



Виходячи з показаних результатів, можна зробити висновок, що люди з усіма видами діяльності не мають підвищеного рівня агресії, найбільші показники у людей, які навчаються та у людей, які зараз не працюють. В опитуваних, що навчають рівень агресії може бути більш високим, тому що вони знаходяться в діапазоні від 17 до 21 року, це період переходу з юнацького віку в зрілий, що характерний адаптацією до самостійності та дорослого життя, також специфіка системи здобування освіти, ці чинники можуть впливати на рівень агресії. Можна помітити такий самий показник агресії у людей, які зараз не працюють. Це представники пенсійного віку, прояв більш високого рівня агресії може свідчити про наявність певних захворювань притаманних пенсійному віці, чи бездіяльністю в цьому випадку відбувається незадоволення психічних потреб особистості, що може призвести до підвищення рівня агресії.

### 2.3. Практичні рекомендації щодо подолання агресивної поведінки людини.

В психологічній терапії зазвичай використовують такі моделі подолання агресивної поведінки:



- Типова модель;
- Індивідуальна модель;
- Загальна модель.

Типова модель психологічної корекції виконується за допомогою стандартизованих тренінгів.

Індивідуальна модель психологічної корекції виконується за допомогою врахування індивідуальних особливостей нервової системи людини, таких як темперамент і характер, що дозволяє більш широко розібратися в причинах виникнення підвищеного рівня агресії, а також визначити в яких ситуаціях, які види агресивної поведінки використовує людина.

Загальна модель психологічної корекції спрямована на допомогу людині розвивати її вміння контролювати емоції з урахуванням вікових особливостей людини, також правильно розподілити рівень свого навантаження, скорегувати своє особисте життя, що покращить відносини між різними соціальними інститутами. Ця модель використовує позитивний системний вплив спеціаліста на клієнта, що дозволяє легко без надання дискомфорту клієнту.

Всі ці моделі спрямовані на різні проблеми прояву агресивної поведінки. Завданням типової моделі є психологічний та емоційний розвиток людини та її поведінки в соціумі. В той час як загальна модель виконує завдання попередження ненормованих проявів агресивної поведінки, тобто їх профілактика. А вже індивідуальна модель виконує завдання корегування ненормованих проявів агресивної поведінки також вона включає в себе індивідуальні особливості нервової системи і віку кожної людини.

Важливо зазначити, що об'єднане використання цих моделей дасть більш вагомий і швидкий результат в проблемі проявів ненормованої агресивної поведінки, адже за допомогою психологічного розвитку, навичкою керувати своїми емоціями, корегування своєї ненормованої поведінки та профілактичні дії дають більш тривалого результату в цій проблемі.[25]

Для подолання агресивної поведінки, потрібно розуміти її мету:

- Бажання завдати шкоди та зла жертві - прояв ворожої агресії
- Використання агресивної поведінки для досягнати своєї мети - проявом інструментальної та маніпулятивної агресії

Частіше всього агресивна поведінка має соціальну природу, адже зазвичай її прояв стимулюють певні слова та дії людей. Також основою агресивною поведінкою є астенічні емоції, які можуть бути викликані образами, які призводить до бажання індивіда завдавати шкоди іншим. Якщо фрустрація на високому рівні, агресія теж частіше буде мати високий рівень. Фрустрація викликає емоції злості та переляк реакція на ці емоції, найчастіше буває, як бажання напасти, або покинути місце, яке завдало астенічних емоцій.

Провокації є найбільшими стимулами прояву агресивної поведінки. Звідси виникає реакція помсти, за допомогою помсти людина хоче повернути собі повагу, прикладом може бути, булінг у школі.

Також буває прояв агресивної поведінки, який не викликається фрустрацією, це відбувається при першому соціальному контакті індивідів. Тут відбувається навмисне використання провокацій, щоб викликати у жертву саме прояв агресивної поведінки, прикладом може бути, особи, які вирішили навмисно провокують людей іншої національності, або які сильно виділяються від інших.

Провокування агресивної поведінки в сучасному світі, ми можемо спостерігати в соціальних мережах, мас-медіа, фільмах, серіалах та комп'ютерних іграх в яких яскраво висвітлюється агресивна, неадекватна поведінка, як щось позитивне, наприклад, популярний серіал в якому головний герой виступає, як вбивця чи психопат, люди співвідносять себе з цим героєм та сприймають його за авторитет, хочуть бути схожими на нього і в результаті копіюють його поведінку.

На прояв агресивної поведінки впливають зовнішні природні фактори, прикладом є сильна задуха, занадто висока температура, сильний тривалий вітер, дощ, різні дратуючі звуки та запахи, часті і довгі повітряні тривоги, політичний стан країни, події, що відбуваються під час воєнного стану,

пандемії, примус до щеплення та носіння масок, ті явища, що викликають сильний дискомфорт в індивіда.

### **Висновки до другого розділу**

За допомогою проведеного дослідження можна підтвердити наявну гіпотезу (Дослідити наявність кореляційного зв'язку між підвищеним рівнем агресивної поведінки та тривожністю людини) на основі вибірки, яка включає в себе 56 осіб різної статі, віку, та сфер роботи. Отримані данні були зібрані за допомогою методики "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком) і потім проаналізовані за допомогою кореляційного аналізу, що показав наявність прямої, помірної кореляції, яка є статистично значущою. Також аналіз зв'язку між рівнем агресії людини та віком, показав, що у всіх вікових категоріях показник рівня агресії знаходиться в нормі. Аналіз зв'язку між рівнем агресії людини та видом зайнятості теж показав, що в опитуваних з різними видами діяльності рівень агресії знаходиться в межах норми.

В психологічній терапії зазвичай використовують такі моделі подолання агресивної поведінки:

- Типова модель;
- Індивідуальна модель;
- Загальна модель.

## Висновки

Однією з основних проблем сучасного суспільства є підвищена агресивність та насильство. Тривожним дзвіночком виступає підвищення рівня девіантної поведінки в суспільстві загалом, який проявляється в діях проти соціуму, таких як: вживання наркотиків, алкоголю, недотримання законів про громадський порядок, скоєння вандалізму, хуліганства та злочинів, а також почала проявлятися жорстока та агресивна поведінка. Нелегка, шокуюча та напружено неспокійна, соціальна, екологічна, економічна, ідеологічна ситуація, що трапилася в нашій країні в теперішній час, спровокувала сучасне суспільство до підвищення рівня різноманітних відхилень та захворювань в психологічному, особистісному, соціальному та поведінковому плані зростаючих і дорослих людей.

В першому розділі розповідається про сутність поняття агресія та різні підходи до її вивчення, основним терміном агресії є певна поведінка індивіда, що надає шкоди іншим. При цьому ця шкода може виражатися прямо до суб'єкта, наприклад, напад, чи навпаки непрямо, прикладом може виступати, розширення наклепів.

В другому розділі проводиться дослідження метою, якого є підтвердити наявність кореляційного зв'язку між поняттями агресивність та тривожність. Дослідження показало, що цей зв'язок існує, кореляція є прямою, помірною та статистично значущою. Дослідження проводилося на основі вибірки, яка складалася з 56 осіб за допомогою методики "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком), після цього було використано кореляційний аналіз для виявлення зв'язку, також в цьому розділі розповідається про різні моделі, що використовують психологи про подоланні підвищеного рівня агресивної поведінки.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- 1) Бичковська Г. Агресивна дитина. Запобігання та обмеження прояві. *Психолог.*, 2018. N 5/6. С. 32-34
- 2) Біркова І. Оволодіння навичками саморегуляції. Опанування агресивних проявів у поведінці : заняття з елементами тренінгу. *Психолог*, 2016. – N 21/22. С. 30-42
- 3) Вечірко Н. Профілактика насильницької, жорстокої й агресивної поведінки : заняття з елементами тренінгу / Наталія Вечірко *Психолог.*, 2016. – N 9/10. С. 16-25
- 4) Campbell, Ross. *How to really love your angry child*. David C Cook, 2015. (2000).
- 5.) Вольська М. Причини виникнення агресивної поведінки у дошкільному віці / М. Вольська, А. Мороз - *Психологія молодшого школяра : зб. наук.-метод. пр.* Житомир : Рута, 2016. с. 23-26
- 6) Ігнат'єва О. Особливості агресивної поведінки молодших школярів / О. Ігнат'єва, М. Куліш / *Психологія молодшого школяра*. Житомир : Рута, 2016. С. 50-60
- 7) Капітанчук Л. С. Психологічна підтримка інновації особистості учнів з підвищеним рівнем агресивності / Л. С. Капітанчук. *Усе для роботи.*, 2016. – N 2. с. 49-60
- 8) Качмар О. Освіта як дієвий механізм профілактики й подолання агресивної поведінки особистості., 2017. – N 4. с. 55-65
- 9) Кириленко В. Корекційна робота психолога та соціального педагога / соціального працівника з профілактики й подолання агресивної поведінки молодших школярів., 2018. – N 1 с. 50-65; № 2. с. 50-55
- 10) Кравченко Л. Подолання агресивної поведінки молодших школярів: педагогічний аспект. *Науковий пошук молодих дослідників*. Житомир., 2018 С. 87-89
- 11) Ничипоренко К. Прояви агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку. *Інноваційні процеси в розвитку дошкільної та початкової освіти*. Житомир., 2018. с. 190-194

- 12) Ніколайчук О. С. Вплив сімейного виховання на розвиток агресивності дошкільників. Житомир: Полісся. Ч. 3. С.120-127
- 13) Новікова Н. Подолання агресивної поведінки підлітків: корекц.-розвив. програма., 2017. N 7/8. С. 34
- 14) Вознюк О. В. Психолого-педагогічні та філософські аспекти агресивної поведінки: спроба міждисциплінарного аналізу. Житомир., 2017. С.61-64
- 15) МОЙСЕЄВА, О. Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції. Aggression adolescents: causes and possible psycho-correction. 2015.
- 16) Павелків В.Р. Психологічні засоби корекції міжособистісних стосунків у підлітків з агресивною поведінкою.Київ., 2006 № 20 с.10
- 17) Четверікова Н. Глинотерапія. Робота з першокласниками, які мають труднощі з адаптацією, що виявляються в агресивній поведінці., 2017. N 17/18 с. 18
- 18) Чуб Н. В. Агресивність. "Важкі" діти. Знайти., 2018. N 3. С. 36-38
- 19) Григор'єва, О. В. Агресія, насильство, жорстокість. *Юридична наука*, 2015, 10: 185-192. С. 44-51
- 20) Яськова Н. Використання електронних соціальних мереж у виховній роботі (на прикладі попередження агресивної поведінки учнів). Київ:, 2018. С. 20-22
- 21) Соловйова, Світлана Леонідівна. "Агресивність як властивість особистості в нормі та патології.". 1996. С. 18-33
- 22).Коваль О. Тематичний словник-довідник з психології та педагогіки. Тернопіль:, 2013. С. 138
- 23)Киршбаум Э. И. Психологическая защита. М.: Смысл, 2000. 182
- 24)Туркот Т. Агресивна поведінка: виявити, запобігти, допомогти. *Дошк. виховання.*, 2016. N 12
- 25)Вовк Г. Робота з агресивними дітьми. Психолог., 2009. № 44. С. 13–16.

## ДОДАТКИ

### **1)Методика "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком)**

**Інструкція:** Оберіть один варіант, який найбільше вам підходить по відношенню до кожного твердження. Всі відповіді рахуються правильними, не витрачайте багато часу на роздуми, обирайте те, що перше спало вам на думку.

- 1 Не відчуваю у собі впевненості
- 2 Часто червонію без причини
- 3 Мій сон мене непокоїть
- 4 Легко починаю нудьгувати
- 5 Непокоюся через неприємності, які є тільки в уяві
- 6 Мене лякають труднощі
- 7 Люблю аналізувати свої недоліки
- 8 Мене легко переконати
- 9 Я підозріливий
- 10 Важко переносу час очікування
- 11 Нерідко мені здаються безвихідними ситуації, із яких можна знайти вихід
- 12 Неприємності мене сильно засмучують, я падаю духом
- 13 У неприємних ситуаціях я схильний без поважних причин звинувачувати себе
- 14 Нещастя та невдачі нічому мене не вчать
- 15 Я часто відмовляюся від боротьби, вважаю її даремною
- 16 Я часто почуваю себе беззахисним
- 17 Іноді у мене буває стан відчаю
- 18 Відчуваю розгубленість перед труднощами
- 19 У важкі хвилини життя іноді поводжуся як дитина, хочу, щоб мене пожаліли
- 20 Вважаю недоліки свого характеру невинними

- 21 Залишаю за собою право вирішального голосу
- 22 Часто при розмові перебиваю співрозмовника
- 23 Мене легко розсердити
- 24 Люблю робити зауваження іншим
- 25 Хочу бути авторитетом для оточуючих
- 26 Не задовольняюсь малим, хочу більшого
- 27 Коли розгніваюсь, погано себе стримую
- 28 Більше люблю керувати, ніж підкорятися
- 29 У мене різка, грубувата жестикуляція
- 30 Я злопам'ятний
- 31 Мені важко змінювати звички
- 32 Нелегко переключати увагу
- 33 З обережністю ставлюся до всього нового
- 34 Мене важко переконати
- 35 Нерідко у мене з голови не виходять думки, яких потрібно позбутися
- 36 Нелегко зближуюся з людьми
- 37 Мене розчаровує навіть незначні зміни плану
- 38 Я проявляю впертість
- 39 Неохоче йду на ризик
- 40 Різко реаую на відхилення від прийнятого мною режиму

### **Методика оцінювання**

Підраховується кількість балів за кожен з чотирьох груп питань:

**I** - 1-10-те питання - *тривожність*;

**II** - 11-20-те питання - *фрустрація* (психологічний стан зростаючого емоційно-вольового напруження, що виникає в конфліктній ситуації);

**III** - 21-30-те питання - *агресивність*;



**IV** - 31-40-ве питання - *ригідність* (тенденція до збереження своїх стереотипів, способів мислення, нездатність змінити власну точку зору).

### **Інтерпретація результатів**

Підходить – 2 б.

Не дуже підходить – 1 б.

Не підходить – 0 б.

### **Тривожність:**

0-7 балів - низька тривожність;

8-14 балів - тривожність середня, допустимого рівня;

15-20 балів - висока тривожність.

### **Фрустрація:**

0-7 балів - висока самооцінка, стійкість до невдач, ви не боїтеся труднощів;

8-14 балів - середній рівень самооцінки, має місце фрустрація;

15-20 балів - низька самооцінка, ви уникаєте труднощів, боїтеся невдач.

### **Агресивність:**

0-7 балів - ви спокійні, стримані;

8-14 балів - середній рівень агресії;

15-20 балів - ви агресивні, нестримані, маєте труднощі в стосунках з людьми.

### **Ригідність:**

0-7 балів - ригідності нема;

8-14 балів - середній рівень;

15-20 балів - сильно виражена ригідність, вам протипоказані зміна місця роботи, зміни в сім'ї.

## **Обробка результатів та інтерпретація**

*Таблиця 2*

Досліджувані	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
1	13 середній	14 середній	12 середній	14 середній
2	8 середній	7 низький	12 середній	8 середній
3	13 середній	13 середній	11 середній	15 високий
4	8 середній	12 середній	11 середній	17 високий
5	12 середній	13 середній	15 високий	17 високий
6	8 середній	3 низький	7 низький	18 високий
7	7 низький	1 низький	1 низький	5 низький
8	8 середній	9 середній	10 середній	13 середній
9	10 середній	11 середній	8 середній	12 середній
10	11 середній	7 низький	8 середній	14 середній
11	12 середній	12 середній	13 середній	13 середній
12	12 середній	16 високий	6 низький	12 середній
13	15 високий	15 високий	8 середній	18 високий
14	5 низький	7 низький	15 високий	9 середній
15	6 низький	3 низький	12 середній	12 середній
16	12 середній	6 низький	17 високий	10 середній
17	10 середній	8 середній	17 високий	17 високий
18	10 середній	13 середній	14 середній	14 середній
19	13 середній	16 високий	13 середній	10 середній
20	9 середній	8 середній	6 низький	14 середній
21	4 низький	4 низький	9 середній	9 середній
22	8 середній	10 середній	11 середній	10 середній
23	3 низький	6 низький	9 середній	4 низький
24	7 низький	4 низький	5 низький	9 середній
25	5 низький	6 низький	3 низький	6 низький
26	10 середній	10 середній	12 середній	13 середній
27	6	6	10	8

	низький	низький	середній	середній
28	12 середній	13 середній	10 середній	11 середній
29	10 середній	11 середній	8 середній	12 середній
30	8 середній	13 середній	6 низький	13 середній
31	5 низький	1 низький	8 середній	8 середній
32	15 високий	16 високий	16 високий	19 високий
33	16 високий	17 високий	13 середній	17 високий
34	16 високий	13 середній	13 середній	18 високий
35	13 середній	14 середній	13 середній	18 високий
36	9 середній	7 низький	7 низький	5 низький
37	7 низький	5 низький	11 середній	12 середній
38	8 середній	4 низький	13 середній	13 середній
39	11 середній	14 середній	14 середній	15 високий
40	5 низький	6 низький	6 низький	4 низький
41	4 низький	4 низький	7 низький	11 середній
42	7 низький	8 середній	11 середній	11 середній
43	16 високий	6 низький	10 середній	18 високий
44	13 середній	12 середній	14 середній	15 високий
45	7 низький	7 низький	12 середній	14 середній
46	9 середній	5 низький	12 середній	9 середній
47	10 середній	7 низький	13 середній	13 середній
48	3 низький	0 низький	8 середній	13 середній
49	15 високий	15 високий	14 середній	15 високий
50	13 середній	15 високий	8 середній	16 високий
51	13 середній	7 низький	11 середній	13 середній
52	8 середній	10 середній	6 низький	8 середній
53	10 середній	4 низький	9 середній	8 середній
54	6 низький	2 низький	7 низький	7 низький

55	12 середній	6 низький	12 середній	14 середній
56	5 низький	0 низький	10 середній	5 низький