
ПРОБЛЕМА АГРЕССИВНОСТИ, САМОРЕГУЛЯЦИИ И АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Е.В. Тарасова

Кафедра психологии и педагогики
Волгоградский государственный университет
Университетский просп., 100, Волгоград, Россия, 400062

В статье анализируются проявления агрессивности в системе детско-родительских отношений. Раскрываются особенности эффективных стратегий коррекции агрессивности, основанных на самоконтроле и саморегуляции личности.

Ключевые слова: индивидуально-типические формы проявлений агрессивности, психологические типы родительского отношения, коррекция негативных личностных проявлений, саморегуляция, самоконтроль агрессии, самоизменение, оптимизация развития, адаптация личности.

В современном обществе, испытывающем нарастающее давление насилия и жестокости, становятся остроактуальными прикладные исследования проявлений агрессивности личности, непосредственно связанные с вопросами ее самоконтроля, саморегуляции и адаптации в социуме.

Агрессивность личности в ее сущностных проявлениях многомерно функциональна. Ее эволюционными функциями являются самозащита, самореализация и активная адаптация, а также достижение цели любыми инструментальными средствами, в том числе причинением вреда личности. Доброкачественная инструментальная агрессия, по многочисленным аналитическим данным, если и не всегда оправданна, то вполне приемлема в социуме; вместе с тем проявления деструктивной агрессивности, причиняющей окружающим психологический дискомфорт или значимый вред, существенно затрудняют процесс социализации и адаптации личности.

Суть социализации, «окультуривания» проявлений агрессивности, по определению отечественных ученых, заключается в научении индивида умению выражать свои агрессивные побуждения в соответствии с эмоционально-поведенческими эталонами и стереотипами, принятыми в обществе. Саморегуляцию применительно к управлению агрессивностью можно рассматривать как системно организованный процесс психической активности человека по самоконтролю и управлению разными видами агрессивных побуждений (П.К. Анохин, О.А. Конопкин, А.М. Матюшкин, Е.Т. Ксенофонтова, А.И. Фурманов, А.К. Осницкий, Л.М. Семенюк, В.В. Глебов).

Психологические особенности агрессивности личности — факторы, специфика, динамика, последствия и контроль — в значительной мере освещены в аналитической литературе. Мы исследовали проявления агрессивности в системе детско-родительских отношений, уделяя особое внимание проблеме саморегуляции личности. При этом агрессивность понимается нами как психологическое свойство личности, стабильно проявляющееся в негативных эмоциях, злонамеренных мыслях и вредоносных действиях в широком спектре социальных ситуаций.

В качестве основных диагностических методов выявления показателей, форм проявлений агрессивности у детей и психологических типов отношения к ним родителей применялись опросники BDHI Басса-Дарки в адаптированном варианте А.К. Осницкого и ОРО А.Я. Варги, В.В. Столина.

В результате проведенного исследования были выявлены факторы и механизмы, определяющие индивидуально-типический характер проявлений агрессивности у детей. Так, было показано, что формирование агрессивности у детей происходит преимущественно под влиянием психологического типа родительского отношения и его субъективно-личностного освоения в ходе онтогенеза. Иными словами, в результате насильственного, доминантно-подавляющего или отстраненно-подавляющего отношения родителей основа формирующегося свойства у детей, активно вступая во взаимодействие с другими структурами личности, переходит на новый, системообразующий уровень и начинает регулировать взаимодействие с окружающим миром, определяясь и проявляясь в формах физической, вербальной, косвенной агрессии и аутоагрессии, негативизме.

Корреляционный анализ изучаемых переменных выявил значимые взаимосвязи между типами родительских отношений и формами детской агрессивности. Так, психологический тип родительского отношения «отвержение» напрямую коррелирует с детским «негативизмом» (коэффициент корреляции 0,352). Отвержение родителями ребенка вызывает у него чувство глубокой обиды, перерастающей на уровне структур личности и формирующегося свойства в гневный протест, реализуемый в такой индивидуально-типической форме, как «негативизм» и посредством таких инструментально-стилевых действий, как игнорирование требований и правил, оппозиция и бойкот. Тип родительского отношения «авторитарная гиперсоциализация» вызывает у ребенка стремление к сопротивлению, проявляемому в форме «косвенной агрессии» посредством таких инструментально-стилевых действий, как взрыв ненаправленной ярости, злословие, вредоносные действия исподтишка, провокация окружающих к проявлениям агрессии (коэффициент корреляции 0,232). Общий индекс детской агрессивности наиболее высок (0,186) при родительском типе отношения «отвержение», а общий индекс детской враждебности наиболее высок (0,116) при родительском типе отношения «инфантилизация». Общими показателями проявлений агрессивности у детей в установленных формах являются негативное восприятие, потеря эмоционального равновесия, низкая осознанность собственных действий, реализация отрицательных эмоций и злонамеренных мыслей в деструктивных действиях [9].

В соответствии с полученными эмпирическими данными реализовывалась семейная психокоррекционная программа адресного значения. Методологической основой программы коррекции проявлений агрессивности в системе детско-родительских отношений явились положения отечественных ученых о личности ребенка как продукте системы значимых отношений, о специально организованном позитивном воздействии, активизирующим саморегуляцию, самоизменение и саморазвитие личности (С.Л. Рубинштейн, В.Н. Мясищев, Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, О.С. Никольская, А.С. Спиваковская).

Основными задачами в работе с детьми младшего школьного возраста являлись активизация у них потребности в эмоциональном равновесии, формирование способности к позитивному эмоционально-когнитивному реагированию и самовыражению, обогащение поведенческого репертуара образцами социально-приемлемых и психологически оптимальных форм взаимодействия, его тренинге.

Основная цель заключалась в побуждении их к изменению отношения к себе и окружающим, обретению позиции субъекта конструктивной деятельности. В купировании агрессивных тенденций у детей, социализации их агрессивных устремлений за основной метод была принята игра — как заместитель действительности, механизм освобождения от негативных эмоций и активации потребности в самоизменении. Способствуя активизации произвольной регуляции, целенаправленно организованная игра наиболее четко отвечает задачам коррекции проявлений агрессивности у детей. В любой другой ситуации дети могли бы проявить свою агрессивность, но в игре они держатся в рамках очерченных ею правил. Почувствовав себя в игре свободными и успешными, дети приобретают достижения, становящиеся реальными в их повседневной жизни. Обладая терапевтической, обучающей, коррекционной и развивающей функциями, игра активизирует триединство, составляющее саморазвитие личности детей: самопонимание, самоотношение, саморегуляцию.

Воссоздание и анализ типичных для повседневной жизни форм поведения детей в сопоставлении с моделируемыми социально желательными образцами способствует осознанию детьми таких образцов как психологически оптимальных, достигающих целей и сохраняющих позитивность отношений. У них возникает готовность если и не отказаться от привычного инструментального способа достижения цели — физического воздействия, яростного противостояния (физической агрессии, активного негативизма), то сделать его менее вредоносным (например, вербальной, косвенной агрессией, пассивным негативизмом), т.е. изменить форму проявления свойства. У детей, овладевающих в процессе коррекционных занятий техниками стабилизации своих психических состояний, осознающих эффективность конструктивности позитивного межличностного взаимодействия и стремящихся к психологически оптимальным формам взаимоотношений, перевод агрессивной энергии в менее вредоносную форму ее проявлений становится не только востребованным, но и доступным.

Основные задачи лично ориентированного консультирования родителей заключались в реконструкции типа родительского отношения, несущего детям синдром агрессивности, и построении качественно нового уровня отношений, снимающих проблему агрессивности личности в детско-родительской системе. Техниками совместной выработки алгоритма в достижении цели явились «психологическое табу» и «психологическое меню», в основе которых заключена идея о том, что строить отношения с ребенком следует таким образом, чтобы у него отпала необходимость агрессивно защищаться прямо или косвенно и доказывать свое Я активным или пассивным сопротивлением, противостоянием.

Техникой, способствующей ломке стереотипа отношения родителей к детям и переводу детско-родительских отношений на более качественный уровень вза-

имоотношений, явилось внушение родителям представления о том, что ребенку, проявляющему агрессивность, необходима «психологическая диета» для его психологического здоровья. Таким жизненно важным «витамином» для детей, эмоционально отвергаемых, становится восполнение недоданного им эмоционального тепла, воссоздание коррегирующей заботы, для родителей — «табу» на депривацию жизненно важных потребностей детей. «Психологическое меню» для гиперсоциализируемых детей — автономия, доверие и уважение, оценивание не только результатов деятельности, но и усилий, для родителей — «табу» на блокирование развития личности ребенка. В процессе психологического консультирования родителей стереотип их отношения к детям изменяется: авторитарные родители, снизив планку требований к детям, отмечают, что их взаимоотношения стали более доверительными, возникла тенденция к взаимопониманию, дети реже и в меньшей степени проявляют агрессивность. Родители, уделяющие детям недостаточно времени и внимания, изменив в некоторой степени свой стиль и ритм жизни, констатируют, что по мере возрастания их сопричастности друг к другу у детей снижается потребность в оппозиционном поведении.

Таким образом, системность, комплексность и направленность профессионального воздействия, активизирующего в системе детско-родительских отношений намеренную регуляцию личностью собственных состояний, деятельности и общения, способствует «размыванию» психологически неблагоприятного типа отношения родителей к детям, снижению уровня и формоизменению проявлений агрессивности у детей, оптимизации их развития, что становится основой для более успешной адаптации в социуме.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Глебов В.В. Экопсихологические факторы формирования агрессии: Учеб. пособие. — М.: Изд-во РУДН, 2008.
- [2] Конопкин О.А. Психологическая саморегуляция произвольной активности человека // Вопросы психологии. — 1995. — № 1.
- [3] Ксенофонтова Е.Т. Уровни развития саморегуляции и личностные критерии ее определения: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. — М., 1998.
- [4] Осницкий А.К. Саморегуляция деятельности школьника и формирование активной личности. — М.: Знание, 1986.
- [5] Осницкий А.К. Психологический анализ агрессивных проявлений учащихся // Вопросы психологии. — 1994. — № 3.
- [6] Проблемы психологии личности / Под ред. А.М. Матюшкина. — М.: Школа-Пресс, 1992.
- [7] Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков в условиях его коррекции / Под ред. Д.И. Фельдштейна. — М.: Флинта, 1998.
- [8] Тарасова Е.В. Система работы психолога по преодолению агрессивности личности // Вестник ГУУ. — 2008. — № 2.
- [9] Тарасова Е.В. Специфика проявлений агрессивности ребенка при различных типах детско-родительских отношений: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. — М., 2008.
- [10] Тарасова Е.В. Проявления агрессивности у современных детей: особенности диагностики и коррекции: Учебно-методическое пособие. — М.: МПГУ, 2008.
- [11] Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. — Минск, 1996.

THE PROBLEM OF AGGRESSIVENESS, SELF-REGULATION AND ADAPTATION OF THE PERSONALITY

E.V. Tarasova

Chair of Psychology and Pedagogics
Volgograd State University
University ave., 100, Volgograd, Russia, 400062

The article analyzes the manifestations of aggressiveness in the children-parents relationships. Revealed features of effective strategies for correction of aggression, based on self-control and self-regulation of personality.

Key words: individual-typical forms of aggression, psychological types of parental relationship, correction of the negative manifestations of personality, self-regulation, self-control of aggressiveness, the optimization of development, self-transformation, adaptation of personality.