

ОСОБЕННОСТИ АГРЕССИВНОСТИ У ЖЕНЩИН, ПОСЕЩАЮЩИХ ГРУППЫ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Саватеева Дарья Александровна, студент, направление подготовки 37.03.01 Психология, Оренбургский государственный университет, Оренбург
e-mail: savateeva_d@mail.ru

Научный руководитель: **Карымова Оксана Сергеевна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии, Оренбургский государственный университет, Оренбург
e-mail: kasana83@yandex.ru

***Аннотация.** В статье рассмотрены вопросы, связанные с особенностями агрессивности у женщин, посещающих группы телесно-ориентированной терапии, а также приведены результаты исследования, включающие качественный анализ коррекции агрессивности с помощью телесно-ориентированной терапии. Отмечено, что разграничение типологии и оценки агрессивности и феномена агрессии позволяют выявить большое количество факторов, которые оказывают на последнее большое влияние. Исследование актуально, из-за важности изучения методов коррекции агрессивности для сохранения психологического здоровья. При обработке статистических данных использовался непараметрический T-критерий Вилкоксона. В ходе этих расчетов выявлены значимые изменения по шкалам косвенной и вербальной агрессии, чувстве вины и индексе агрессивности. Также замечено, что за источник агрессивного поведения принимаются негативные эмоции, что в свою очередь во многом определяется видом агрессивности, то есть тем, на кого направлена агрессия.*

Сделан вывод о том, что методы телесно-ориентированной психотерапии позволяют скорректировать агрессивность женщин с учетом особенностей её проявления.

***Ключевые слова:** агрессивность, агрессия, враждебность, личность, свойство, телесно-ориентированная терапия.*

***Для цитирования:** Саватеева Д. А. Особенности агрессивности у женщин, посещающих группы телесно-ориентированной психотерапии // Шаг в науку. – 2022. – № 2. – С. 74–77.*

FEATURES OF AGGRESSIVENESS IN WOMEN ATTENDING BODY-ORIENTED GROUPS PSYCHOTHERAPY

Savateeva Darya Alexandrovna, student, training program 37.03.01 Psychology, Orenburg State University, Orenburg
e-mail: savateeva_d@mail.ru

Research advisor: **Karymova Oksana Sergeevna**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Social Psychology, Orenburg State University, Orenburg
e-mail: kasana83@yandex.ru

***Abstract.** The article discusses issues related to the peculiarities of aggressiveness in women attending body-oriented therapy groups, as well as the results of the study, including a qualitative analysis of the correction of aggressiveness using body-oriented therapy. It is noted that the differentiation of the typology and assessment of aggressiveness and the phenomenon of aggression allow us to identify a large number of factors that have a great influence on the latter. The study is relevant because of the importance of studying methods of correcting aggressiveness to preserve psychological health. The nonparametric Wilcoxon T-test was used for statistical data processing. These calculations revealed significant changes in the scales of indirect and verbal aggression, guilt and aggressiveness index. It is also noted that negative emotions are taken as the source of aggressive behavior; which in turn is largely determined by the type of aggressiveness, that is, by the person to whom the aggression is directed.*

It is concluded that the methods of body-oriented psychotherapy allow to correct the aggressiveness of women, taking into account the peculiarities of its manifestation.

***Key words:** aggressiveness, aggression, hostility, personality, property, body-oriented therapy.*

***Cite as:** Savateeva, D. A. (2022) [Features of aggressiveness in women attending body-oriented groups psychotherapy]. *Shag v nauku* [Step into Science]. Vol. 2, pp. 74–77.*

Во многих исследованиях происходит разведение таких понятий как агрессия – форма поведения и агрессивности – психического свойства личности. В исследованиях А. Реана об агрессии говорится как о процессе, со специфической функцией и организацией, а агрессивность же входит в структуру психики человека, как особый сложный ее компонент.

Другая российская исследовательница Л. Соловьева трактует агрессивность как свойство личности, которое выражается в поведении людей, их действиях. Получается, что, наблюдая за поведением и действиями определенного человека, мы можем сделать вывод о том, что данное свойство характерно или типично для этой конкретной личности. При этом нам не потребуется затрагивать и анализировать иные компоненты структуры личности. В связи с этим между понятиями агрессии и агрессивности возникает взаимосвязь и появляется возможность рассматривать их с позиции однофакторной теоретической модели.

Но все же для того чтобы погрузиться в качественный анализ и выявить факторы, которые влияют на человека, когда он проявляет агрессию, нам придется ориентироваться на высказанную выше позицию. Это позволит нам увидеть, как различается поведение людей во время агрессивных ситуаций и их реальные показатели уровня агрессивности после прохождения методик [7, 8].

Просмотрев литературу по психологии, мы можем взять во внимание то, что негативные жизненные ситуации выступают катализатором для реагирования на них человеком агрессивным поведением. Выражается это конфликтом, кризисом, депрессией, стрессом, мы видим действия нападения на источник напряжения, или на то, что его замещает. Для того чтобы убрать имеющееся напряжение, человек ищет разрядку и находит ее в нападении.

Данной теме посвящены работы таких известных отечественных авторов, как Г. М. Андреева, С. В. Еникополов, Л. П. Колчина, Н. Д. Левитов, О. Ю. Михайлова, А. А. Реан, Е. В. Рощин, Т. Г. Румянцева и др. [2].

В связи с этим важно находить истинные психологические причины агрессивности, выявлять её механизмы для подбора эффективных средств коррекции агрессивности. Именно поэтому важно изучать особенности проявления человеческой агрессии.

Цель исследования – выявление эффективности телесно-ориентированной психотерапии как средства коррекции агрессивности у женщин.

Задачи:

1. Определить группу женщин для исследования.
2. Подобрать методики по выявлению агрессивности у женщин.
3. Провести анализ результатов исследования

агрессивности у женщин после проведения коррекционной работы.

4. Оценить эффективность телесно-ориентированной терапии при работе с агрессивностью у женщин.

Объектом исследования является группа женщин.

Предметом исследования выступила агрессивность женщин.

Выборка: Женщины 20–45 лет.

При изучении агрессивности и враждебности используют специальную методику Басса-Дарки, которая разделяет эти понятия и выделяет такие виды реакций как:

1. Физическая агрессия – это использование физической силы против другого лица.

2. Косвенная агрессия – это агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

3. Раздражение – это готовность к проявлению негативных чувств, при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

4. Негативизм – это оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

5. Обида – это зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

6. Подозрительность проявляется в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

7. Вербальная агрессия – это выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

8. Чувство вины выражает возможное убеждение субъекта, что он является плохим человеком, что приносит зло, а также ощущаемые им угрызения совести [6].

Из рисунка 1 мы видим, что значения группы по некоторым показателям изменились.

По каждой из шкал были проведены расчеты по T -критерию Вилкоксона. В ходе этих расчетов выявлены значимые изменения при уровне достоверности $p = 0,05$ по шкалам косвенной ($T_{0,042} \leq T_{0,05}$) и вербальной агрессии ($T_{0,041} \leq T_{0,05}$), чувстве вины ($T_{0,039} \leq T_{0,05}$) и индексе агрессивности ($T_{0,041} \leq T_{0,05}$). После прохождения телесно-ориентированной психотерапии (далее – ТОП) у группы наблюдается снижение показателей косвенной агрессии на 2 у вербальной агрессии на 1,7, чувство вины на 1,6, индекс агрессивности на 1,5. Рассмотрим, с чем же связаны такие изменения у группы женщин.

Существуют гендерные различия в проявлении агрессии. Также следует выделить то, что эмоциональная природа женщин более выражена. В эмо-

циональной сфере отмечается позитивный аспект и негативный. Последний выступает источником

агрессивного поведения, и объект агрессии позволяет нам выявить вид агрессивности [5].

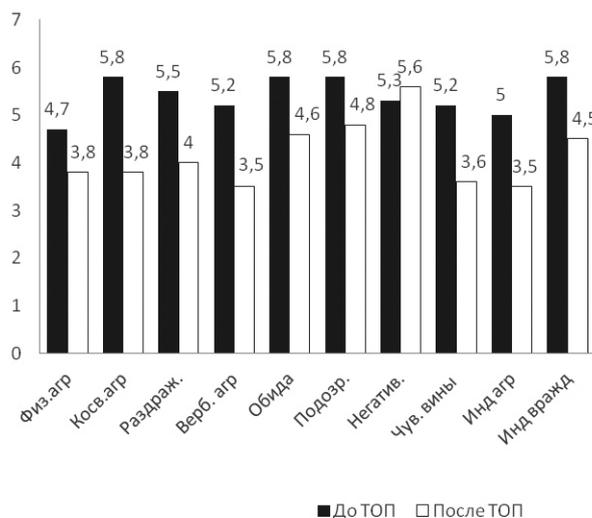


Рисунок 1. Средние значения показателей группы до и после прохождения телесно-ориентированной психотерапии в баллах

Источник: разработано автором

До прохождения курса телесно-ориентированной терапии косвенная агрессия женщин показывала высокие показатели и отмечала высокий уровень ее проявления у всей группы женщин. Такие данные мы получили в связи с тем, что женщины сильно подвержены воздействию бытовых стрессовых ситуаций, а появление конкуренции у женщин вызывает повышение уровня тревожности и напряжения. Тут уже агрессия будет выступать средством выражения гнева и снижения стрессового состояния, вследствие чего, агрессивность будет иметь косвенное проявление. После того как курс ТОП был пройден уровень косвенной агрессии у группы снизился, это может говорить о том, что данная методика помогает осознать источник агрессии и направить человека на его устранение [1].

Особенность женской агрессии состоит в том, что женщины часто, проявляя агрессию, начинают беспокоиться о том, чем она обернется для них в итоге. Появляется страх и чувство вины. В работах Е. В. Козыревой женщины имеют склонность к аутоагрессии (форма отклоняющегося поведения, характеризующаяся враждебными действиями, направленными на себя), в связи с чем, уровень застенчивости и совестливости значительно выше, чем у мужчин, которые более склонны к гетероагрессии (направленной на других). Например, наказав ребенка в гневе, ударив его, мама может начать плакать вместе с ним. Данный пример говорит о том, что у девушек выражена установка на самообвинение, они склонны ощущать чувство вины за выражение агрессивного поведения, на гистограмме (рис. 1) видно, что показатели чувства

вины были выше и после проработки в курсе ТОП показатели значительно понизились. Тут мы можем говорить о том, что методы ТОП позволяют влиять на самообвинение женщины после проявления агрессивности и снижать ее уровень чувства вины путём работы с телесными ощущениями [3, 4].

Сброс эмоционального напряжения у женщин происходит посредством проявления агрессии в гневе. Если рассматривать скрытую агрессию как вербальную и невербальную, то для женщин характерно проявление скрытой вербальной агрессии, опять же исходя из того, что прямое проявление будет вызывать страх за испорченные взаимоотношения. Тут будет характерно стремление вызвать у человека чувство вины, клевета, раскрытие чьих-то секретов, злословие. Т-критерий Вилкоксона показывает различие ощущения вербальной агрессии в группе женщин после прохождения курса ТОП в сторону снижения ее уровня [2].

Из-за недостатка физической силы, проявление физической агрессии нехарактерно для женщины, как утверждает Э. Игли: «ее применение и отчасти прямой вербальной агрессии не вписывается в образ женщины как нежного, мягкого, кроткого, отзывчивого существа». В исследовании критерий физической агрессии значимых изменений не показал ($T_{0,157} \geq T_{0,05}$) [6].

За счет того, что шкалы косвенной и вербальной агрессии после применения методик телесно-ориентированной терапии понизились, понижается индекс агрессивности, который включает в себя указанные шкалы, а также показатели физической агрессии.

На основании данных результатов, мы можем сделать вывод о том, что методы телесно-ориентированной психотерапии позволяют целенаправленно воздействовать на уровень агрессивности женщин и скорректировать её с учетом особенностей проявления.

Литература

1. Вишняков А. И., Райлян Е. Ю. Гендерные и возрастные особенности проявления ревности // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2016. – Т. 5. № 4 (17). – С. 317–319.
2. Ениколопов С. Н. Актуальные проблемы исследования агрессивного поведения // Прикладная юридическая психология. – 2010. – № 2. – С. 37–45.
3. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины: монография. – СПб.: Питер. – 2002. – 365 с.
4. Ильин Е. П. Психология агрессивного поведения: монография. – СПб.: Питер. – 2014. – 368 с.
5. Кузьминых А. А., Ениколопов С. Н. Бытующие представления о мужской и женской агрессии // Психологическая наука и образование. – 2011. – № 5. – С. 70–77.
6. Хван А. А. Стандартизация опросника А. Басса и А. Дарки / А. А. Хван, Ю. А. Зайцев, Ю. А. Кузнецова // Психологическая диагностика. – 2008. – № 1. – С. 35–58.
7. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. – М.: Педагогика. – 1986. – Т. 1. – 408 с.
8. Хохлова Е. В. Конструктивная агрессивность в формировании навыков асертивного поведения студентов: дис. ... канд. экон. наук: 19.00.07. – Нижний Новгород, 2008. – 220 с.

Статья поступила в редакцию: 29.04.2022; принята в печать: 01.06.2022.

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи.