

УДК 159.99

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ПОНЯТЬ «АВТОАГРЕСІЯ» ТА «АВТОАГРЕСИВНА ОСОБИСТІТЬ»

Байер О.О., к. психол. н.,
доцент кафедри педагогічної та вікової психології
Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара

Познякова Г.Л., студентка
Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара

У дослідженні представлено аналіз теоретичних понять «автоагресія» та «автоагресивна особистість». Наведено аналіз останніх теорій автоагресії та класифікацію проявів автоагресивної поведінки. Виявлено основні риси автоагресивної особистості та проаналізовано особистісні патерни при різних проявах автоагресії. Спільними рисами для автоагресорів усіх типів є нейротизм та тривожність.

Ключові слова: автоагресія, автоагресивний патерн особистості, автодеструкція, деструкція, суїцид.

В исследовании представлен анализ теоретических понятий «аутоагрессия» и «аутоагрессивная личность». Приведены анализ последних теорий аутоагрессии и классификация проявлений аутоагрессивного поведения. Выявлены основные черты аутоагрессивной личности и проанализированы поведенческие паттерны при различных проявлениях аутоагрессии. Общими чертами аутоагрессоров всех типов являются нейротизм и тревожность.

Ключевые слова: аутоагрессия, аутоагрессивный паттерн личности, аутодеструкция, деструкция, суицид.

Bayer O.O., Pozniakova H.L. THEORETICAL ASPECTS OF LEARNING THE CONCEPT “AUTOAGGRESSION” AND “AUTOAGGRESSIVE PERSONALITY”

The research presents the analysis of theoretical concepts “autoaggression” and “autoaggressive personality”. The analysis of new theories of autoaggression and the classification of autoaggressive behavior manifestations are given. Basic personality traits of autoaggressive subjects are revealed and personality patterns demonstrated at different autoaggression manifestations are analyzed. Common personality traits for all autoagressors types are proved neuroticism and anxiety.

Key words: autoaggression, autoaggressive personality pattern, autodestruction, destruction, suicide.

Постановка проблеми. Агресія засуджується сучасним суспільством. Задля «збереження обличчя» людина вимушена приховувати «негативні» емоції, в тому числі подавляти власну агресію. Але емоції не зникають зовсім, вони лише переходять в інший стан. Отже, агресія направляється на свого власника, перетворюючись на автоагресію. Психосоматичні та психічні захворювання, алкоголізм, наркоманія, різні девіації, навіть суїцид – все це вважається крайніми проявами автоагресії. Як прояви, небезпечні для психічного здоров'я та навіть життя людини, вони є одними з найважливіших питань сучасної практичної психології, зокрема – психологічної допомоги та психотерапії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Досі автоагресія залишається феноменом, який має різноманітне трактування у наукових дослідженнях (Г.Я. Пилягіна, Н.А. Польська, А.О. Реан, В.А. Руженков, Д.І. Шустів). Детермінанти та фактори виникнення автоагресії цікавили як сучасних вчених, так й «батьків» психології (А. Бандура,

Л. Берковіц, Е. Берн, Д. Доллард – Н. Міллер, Г.Я. Пилягіна, З. Фройд, Д.І. Шустів). Але актуальними є не тільки причини виникнення, а й питання виявлення особистісних патернів у людей, схильних до автоагресії (Є.В. Азаркіна, К.О. Стуклов, А.О. Реан, М.І. Черепанова).

Постановка завдання. На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в аналізі терміна «автоагресія» та його основних теоретичних положень. У статті буде здійснена спроба виведення поняття автоагресії, розбіру його основних теорій та класифікації. Також на основі сучасних наукових досліджень буде проаналізовано поняття «автоагресивна особистість» та здійснена спроба відокремлення його основних психологічних характеристик.

Виклад основного матеріалу дослідження. Термін «автоагресія» досить легко розшифрувати. «Агресія» – напад, «авто» – на себе, тобто напад на себе. Таким чином, автоагресія найчастіше трактується як поведінка, метою та кінцевим результатом



якої є завдання собі фізичної або психологічної шкоди. За усе своє життя людина задля досягнення певної мети неодноразово завдає собі шкоди: наприклад, прикушує губу щоб не закричати, відмовляється від перегляду улюбленого фільму задля важливої справи, словесно принижує себе, розкаявшись в провині. Схоже явище зустрічається у тваринному світі: наприклад, при нападі, щоб звільнитися, ящірка відкидає хвіст. Усе вищезазначене – це одиночні випадки автоагресивної поведінки, які завдають певну шкоду та користь об'єктам автоагресії водночас. Тобто в нормі у певній кількості автоагресія притаманна усім біологічним істотам.

Зовсім іншим явищем є автоагресія, яка набула патологічних форм. У таких випадках автоагресія є не тимчасово обраною стратегією задля вирішення певної проблеми, а патологічним вживанням цієї копінг-стратегії.

Г.Я. Пилягіна розмежує вищезазначені явища, вводячи у науковий обіг такі поняття, як «автоагресивна поведінка» та «автоагресивна спрямованість поведінки» [14]. Автоагресивна спрямованість поведінки – це будь-які особистісні зміни з метою конструктивного вирішення проблеми. Автоагресивна поведінка – це патологічна спрямованість особистості, кінцевою метою якої є саморуйнування. Тобто автоагресивна поведінка є поведінкою, за якої суб'єкт завдає собі фізичної або психологічної шкоди і кінцевою метою якої є саморуйнування, самознищення особистості.

Причини прагнення особистості до знищення й досі є невиявленими. Через погану диференціацію вищезазначених понять (автоагресія, автоагресивна направленість поведінки, автоагресивна поведінка тощо) та відсутність термінологічного апарату єдиної теорії, яка пояснює прагнення людини до завдання собі шкоди, досі немає. Навіть «окремих» теорій автоагресії небагато, а більшість «класичних» теорій пояснюють автоагресію у «гирлі» агресії, звертаючи увагу на зміщення агресії із зовнішнього об'єкта на себе.

До цих теорій відносяться такі.

1) *Теорія теорії агресії-фрустрації Д. Долларда і Н. Міллера.* Відповідно до неї агресивна поведінка формується як результат подолання фрустрації життєво важливих особистісних потреб. У випадку виникнення автоагресії цією перешкодою є сама людина, тому людина направляє агресію на себе [3].

2) *Теорія навчання Альберта Бандури* [3]. Будь-яка поведінка, зокрема автоагресія, засвоюється як результат навчання у

оточуючих. Щоб засвоїти способи руйнівних дій, людина повинна спостерігати їх соціальні зразки, зустрічати їх заохочення і внутрішньо схвалювати власні «успіхи», тоді автоагресія трансформується у постійну поведінку.

3) *Інстинктивна теорія З. Фрейда.* Агресія є результатом прояву одного з основних інстинктів людини – прагнення до смерті [23]. Другий головний інстинкт – прагнення до любові – може виникати водночас з прагненням до смерті. Отже, автоагресія виникає у разі несвідомої ворожості на любовний об'єкт, тобто себе.

Інша частина дослідників відокремлюють автоагресію як поведінковий акт, який має свої, відмінні від агресії, детермінанти, тому він повинен розглядатися як самостійний феномен. До цих теорій можна віднести такі.

1) *Автоагресія як спосіб адаптації* [13]. Як вже було зазначено вище, автоагресія є одним зі способів адаптації до навколишнього середовища, який є можливим і конструктивним для особи, що здійснює його. Так, саморуйнівна поведінка може бути засобом зосередження на собі уваги, шляхом домогтися влади, привернути любов тощо.

2) *Автоагресія як захисний механізм.* Автоагресія є механізмом психіки, що захищає цілісність Его. Коли агресія є небажаною для агресора, вона може перенаправлятися на себе – так формується захисний механізм «поворот проти себе» [12].

3) *Автоагресія як ілюзія безсмертя.* Автоагресія може бути обумовлена несвідомою вірою у своє безсмертя та прагненням це довести [27].

4) *Автоагресія як здійснення припису «Не живи!».* Згідно з теорією транзактного аналізу Е. Берна людина (особливо дитина) програмується зразками та виразами від близької людини. Наприклад, дитині достатньо почути «Ти закінчиш, як твій батько-алкоголік!», щоб перейняти цей сценарій і побудувати своє життя так, щоб втілити це «побажання» [4].

Різноманітність наукових поглядів на автоагресію приводить до тієї самої різноманітності у визначенні поглядів на цей феномен. Одні автори ототожнюють автоагресію із суїцидом [14], інші під «автоагресією» розуміють досить широкий спектр різноманітних проявів: від зміни себе [27] до алкоголізму [27] та наркоманії. У нашому дослідженні (згідно з терміном Г.Я. Пилягіної про автоагресію як патологічну спрямованість особистості) ми будемо дотримуватися більш широкої класифікації саморуйнування, яка включає у себе як прямі (самогубство), так і непрямі (екстремальні захоплен-

ня, алкоголізм, самоушкодження тощо) дії, оскільки вони є дієвим проявом руйнування свого життя та особистості [20].

Автоагресію ділять на два типи: суїцидальна та автодеструктивна поведінка (відстрочене самогубство). Автодеструктивна поведінка, у свою чергу, підрозділяється на пряму (виражається в «прямій» загрозі своєму фізичному здоров'ю – самоушкодженні) та непряму автодеструкцію («довге» самогубство – у це поняття входять заняття небезпечними видами спорту, алкогольні та наркотичні залежності, психосоматичні захворювання, розлади харчової поведінки тощо).

Непряма автодеструкція, нарешті, підрозділяється на:

1) активну (усвідомлювану): алкогольна і наркотична залежність, заняття небезпечними видами спорту тощо;

2) пасивну (неусвідомлювану): психосоматичні захворювання, підсвідомий травматизм тощо.

Усі зазначені явища постійно вивчаються у межах теоретичної та практичної психології, й дослідники дійшли висновків, що такі радикальні типи поведінки, які можуть розвинути у психічні захворювання, обов'язково призводять до істотних змін у структурі особистості.

Один із засновників психології особистості А.О. Реан зауважив, що автоагресія є настільки складним феноменом, що в осіб, схильних до саморуйнівної поведінки, формується певний патерн, який включає в себе чотири субблоки, які утворюють певні рівні особистості [19]. Характерологічний субблок пов'язаний з інтроверсією, педантичністю, депресивністю. Самооцінковий субблок у автоагресорів представлений низькою самооцінкою – як загальною, так і всіх її складових. Інтерактивний субблок автоагресивної особистості характеризується низькою адаптивністю, труднощами при комунікаціях, нетовариськістю, сором'язливістю. Соціально-перцептивний субблок для автоагресора є типовим позитивним сприйняттям інших й негативним – себе.

Сучасними психологами (Н.І. Косенков, Г.Я. Пилягіна, Д.І. Шустов) переважно вивчаються окремі прояви автоагресії (наприклад, психосоматичні захворювання), а не її загальні прояви. Це пов'язано, по-перше, з тим, що більшість окремих проявів автоагресії (алкоголізм та наркоманія, психосоматичні захворювання, розлади харчової поведінки тощо) є широкими проблемними питаннями сучасної психології та медицини. По-друге, «автоагресія» й досі є малопоширеним у психології феноменом. По-третє, різні прояви автоагресії взаємопов'язані та можуть водночас зустрічатися у різних видах, що додає складнощі у дослідження.

У нашій роботі ми здійснимо спробу теоретичного та порівняльного аналізу особистісних проявів при різних видах автоагресії згідно з класифікацією, розкритою вище.

Екстремальні захоплення та вибір екстремальних професій є найбільш соціально сприятливим проявом автоагресії, тому вміщує досить широкий спектр діяльностей, які залишають помітний слід на особистості. Риси, виявлені у людей, для яких екстремальна діяльність є хобі, та екстремалів-професіоналів, тобто людей, для яких екстрим є професією, істотно відрізняються [25; 26]. У представників екстремальних професій спостерігаються такі риси, як емоційна стійкість та впевненість у собі. Автоагресору, який має екстремальні захоплення, притаманні такі риси, як нейротизм, імпульсивність, тривожність, дратівливість, прагнення контролю, прагнення до пошуку нових відчуттів, рішучість, гнучкість у судженнях та практичність [6; 25; 26]. Представників екстремальних професій найчастіше не включають у дослідження автоагресії та автодеструкції, оскільки для них характерна висока професійна деформація. Крім того, представників екстрим-хобі, які широко демонструються публіці, мають такі риси, як демонстративність, емотивність та домінування тривожно-депресивного фону настрою [21]. Переважаючими акцентуаціями є гіпертимна, тривожна та збудлива.

Таблиця 1

Типи автоагресії та риси, притаманні їх представникам

Тип автоагресії	Спільні риси
Пасивна непряма автодеструкція	Замкнутість, низька самооцінка, алекситимія
Активна непряма автодеструкція	Дратливість, імпульсивність, депресивність. Переважання гіпертимної та тривожної акцентуацій.
Пряма автодеструкція	Істеричність, жіночність
Суїцидальна поведінка	Категоричність, збудливість, чутливість
Загальна автоагресія	Нейротизм, тривожність



Багато дослідників вважають, що більшість виникаючих хвороб має психогенну природу. *Психосоматика* є досить поширеним у сучасному світі явищем. Л.В. Бороздіна описує «тріаду ризику», характерну для *психосоматичних хворих*: висока особистісна тривожність, високий рівень домагань і низька самооцінка [5]. Також психосоматики мають такі характерологічні особливості, як нейротизм, дратливість, емотивність, застрягання, замкнутість, схильність до алекситимії [5; 11].

Розлади харчової поведінки є ще одним досить поширеним нині проявом автоагресії. Слід зауважити, що він переважно притаманний жінкам, а анорексія як один з різновидів РХП зустрічається переважно у підлітковому та юнацькому віці, що також впливає на характерологічні особливості досліджуваних [9; 22]. Люди, які страждають на розлади харчової поведінки, характеризуються такими відмінностями, як тривожність, перфекціонізм, депресивність, висока схильність до контролю, низька самооцінка, замкненість, залежність від зовнішнього думки, інфантилізм, схильність до алекситимії [16; 17; 22].

Не тільки одним з найбільш поширених, а ще й найдавнішим шляхом саморуйнування є *залежність від психоактивних речовин*. Залежні від психоактивних речовин (тобто алкоголіки та наркомани) мають такі особливості, як тривожність, ворожість, імпульсивність, дратливість, інфантилізм, знижений контроль, емоційна лабільність та неадекватна самооцінка [4; 8]. Вони мають схильність до самозвинувачення і депресивних реакцій. При цьому у жінок-алкоголіків частіше, ніж у чоловіків, зустрічається низька самооцінка, хоча для алкоголіків (як для чоловіків, так і для жінок) характерне чергування заниженої і завищеної самооцінки. Для осіб, які страждають на алкогольну залежність, характерні такі акцентуації, як гіпертимна, тривожна і циклотимна.

Самоушкодження вважається одним з найнебезпечніших проявів автоагресії, оскільки напряму пов'язане з порушеннями сприйняття тіла та своєї цілісності людиною. Прагнення до збереження свого тіла є однією з найважливіших складових інстинкту самозбереження. Невипадково, що саме ця група автоагресорів відноситься до групи суїцидального ризику [10]. Особистість людей, схильних до *самоушкодження*, виявляється у тривожності, індивідуалізмі, жіночності, демонстративності, емоційності. Такі автоагресори мають складності із розумінням емоцій, схильність до алекситимії [15; 18].

Суїцид – крайня форма прояву автоагресії. Суїцид для здорових людей є способом

вирішення проблеми по типу «уникнення». У зв'язку з цим деякі дослідники говорять про таку особистісну рису суїцидентів, як перфекціонізм [7]. Тому суїциденти є схильними до тривожності, нейротизму, імпульсивності, збудливості, категоричності, емотивності, мають низьку самооцінку [1].

Таким чином, при теоретичному аналізі літератури можливо вивести певні характерні для різних проявів автоагресії особливості. Для непрямой пасивної автодеструкції (тобто психосоматичних захворювань, розладів харчової поведінки) як для найбільш «прихованого» виду автоагресії характерні складності у розпізнанні емоцій та сприйняті себе. Усвідомлена, активна автоагресія має більш направлений, відкритий характер, що виявляється у дратливісті та імпульсивності автоагресорів. Пряма автодеструкція, тобто самоушкодження, частково має демонстративний характер. Особи, для яких є характерний цей тип автоагресивної поведінки, мають фемінінні, демонстративні або істеричні риси особистості. Також для самоушкодження, як і для психосоматичних захворювань та розладів харчової поведінки, характерна алекситимія. Це пояснюється складнощами з емоційним сприйняттям та Я-образом, які виникають у алекситимиків. Вони виявляються у руйнуванні свого тіла, оскільки алекситиміки погано диференціюють свою Я-концепцію й образ власного тілесного Я. Для суїцидентів, навпаки, характерна категоричність та збудливість, оскільки, на відміну від «непрямих» самогубців, вони радикально, у багатьох випадках – під впливом емоцій, «опановують» свою накопичену агресію. Спільними рисами для усіх автоагресорів є нейротизм та тривожність, що свідчать про погане психологічне становище.

Висновки з проведеного дослідження. Шляхом аналізу сучасних теоретичних положень ми дійшли висновків, що автоагресія є недостатньо вивченою темою у сучасній теоретичній та практичній психології. Досі не існує єдиної теоретичної бази цього феномена. Водночас існування автоагресивної особистості або «автоагресивного патерна особистості» підтверджується різними вченими. У багатьох дослідженнях науковці відокремлюють певні сталі риси, характерні для автоагресорів. Таким чином, у майбутніх дослідженнях шляхом організації та порівняльного дослідження проявів автоагресії можливо відокремити психологічну «групу ризику» для різних проявів автоагресії, що допоможе у превенції автоагресивної поведінки та терапевтичної роботи з автоагресорами.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Азаркина Е.В. Социально-психологические причины суицидального поведения / Е.В. Азаркина // Молодой ученый. – 2014. – № 5 (2). – С. 110–113.
2. Берковиц Л. Агрессия: приемы, последствия и контроль / Л. Берковиц ; пер. с англ. – СПб. : Питер, 2001. – 430 с.
3. Берн Э. Люди, которые играют в игры. Игры, в которые играют люди / Э. Берн ; пер. с англ. – М. : Прогресс, 1988. – 399 с.
4. Бисалиев Р.В. Клинико-психологические особенности аутоагрессивного поведения у больных опийной наркоманией / Р.В. Бисалиев, Л.П. Великанова. // Наркология. – 2004. – № 12. – С. 54–57.
5. Бороздина Л.В. Опыт коррекции «триады риска» / Л.В. Бороздина, Н.Н. Волкова // Вестник Московского университета. – 2014. – № 1. – С. 72–86.
6. Бузинова А.А. Личностные особенности людей, имеющих экстремальные увлечения / А.А. Бузинова, Т.Ю. Сычева // Смальта. – 2015. – № 4. – С. 18–21.
7. Перфекционизм, депрессия и тревога / [Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, Т.Ю. Юдева] // Консультативная психология и психотерапия. – 2001. – № 4. – С. 18–48.
8. Индивидуально-психологические особенности личности как фактор возникновения алкогольной зависимости / [Л.В. Гурылева, А.Ю. Нагорнова, Л.А. Переведенцева и др.] // Современные проблемы науки и образования. – 2012. – № 6. – С. 706–716.
9. Виничук Н.В. Психология аномального поведения / Н.В. Виничук. – Владивосток : Издательство Дальневосточного университета, 2004. – 198 с.
10. Ворошилин С.И. Самоповреждения и влечения к модификации тела как парциальные нарушения инстинкта самосохранения / С.И. Ворошилин // Суицидология. – 2012. – № 4. – С. 40–52.
11. Косенков Н.И. Физиологические механизмы психологической адаптации при психосоматической патологии : дисс. ... докт. мед. Наук / Н.И. Косенков. – СПб., 1997. – 298 с.
12. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика / Н. Мак-Вильямс ; пер. с англ. – М. : Класс, 2001. – 472 с.
13. Пилягина Г.Я. Аутоагрессия: биологическая целесообразность или психологический выбор? / Г.Я. Пилягина // Таврический журнал психиатрии. – 1999. – Т. 3, № 3. – С. 24–27.
14. Пилягина Г.Я. Многоликость саморазрушения (особенности патогенеза аутодеструктивных эквивалентов) / Г.Я. Пилягина // Таврический журнал психиатрии. – 2002. – Т. 6, № 2. – С. 52–56.
15. Польская Н.А. Предикторы и механизмы самоповреждающего поведения (по материалам исследований) / Н.А. Польская // Психологический журнал. – 2009. – Т. 30, № 1. – С. 96–105.
16. Пономарева Л.Г. Современные представления о расстройствах пищевого поведения / Л.Г. Пономарева // Молодой ученый. – 2010. – № 10. – С. 274–276.
17. Сидоров В.А. Исследование стилей пищевого поведения и психологических особенностей клиентов с алиментарным ожирением / В. А. Сидоров [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://mprj.ru/archiv_global/2012_5_16/nomer/nomer18.php.
18. Стуклов К.А. Структура личности и самоповреждающее поведение / К.А. Стуклов // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. – 2014. – Т. 4, № 5. – С. 630–631.
19. Реан А.А. Психология личности / А.А. Реан. – СПб. : Мастера психологии, 2013. – 283 с.
20. К вопросу об уточнении содержания понятия «аутоагрессивное поведение» / [В.А. Руженков, Г.А. Лобов, А.В. Боева] // Научно-медицинский вестник Центрального Черноземья, 2008. – № 32. – С. 20–24.
21. Хох И.Р. Личностные особенности индивидов, склонных к рискованному поведению (на примере факиров) / И.Р. Хох, А.К. Фарахьянова // Смальта. – 2014. – № 1. – С. 21–25.
22. Факторы риска развития анорексии у девушек [Е.Г. Филдштинская, М.В. Аборина, М.Т. Беленова] [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://7universum.com/ru/psy/archive/item/2630>.
23. Фрейд З. По сторону принципа удовольствия / З. Фрейд ; пер. с нем. – М. : Прогресс, 1992. – 310 с.
24. Черепанова М.И. Аутоагрессивное поведение молодежи: междисциплинарный анализ / М.И. Черепанова // Мир науки, культуры и образования. – 2014. – № 2. – С. 354–355.
25. Чумаева Ю.В. Индивидуально-типологические особенности личности в прикладных исследованиях лиц экстремальных профессий / Ю.В. Чумаева // Социосфера. – 2013. – № 3 (1). – С. 169–177.
26. Шмигалева Т.С. Индивидуально-психологические особенности спортсменов, выбирающих экстремальные виды деятельности / Т.С. Шмигалева, Ю.В. Байковский // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. – 2012. – № 1. – С. 25–28.
27. Шустов Д.И. Аутоагрессия, суицид и алкоголизм / Д.И. Шустов. – М. : Когито-центр, 2005. – 214 с.