

4. Коцан І. Я. Психологія здоров'я людини / І. Я. Коцан, Г. В. Ложкін, М. І. Мушкевич; за ред. І. Я. Коцана. – Луцьк: РВВ Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. – 430 с.
5. Селигман М. Новая позитивная психология. Научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман. – М. : София, 2006. – 368 с.
6. Сычѳв О. А. Психология оптимизма : учебно-методическое пособие к спецкурсу / О. А. Сычѳв – Бийский пед. гос. ун-т им. В. М. Шукшина., 2008. – 69 с.

Науковий керівник: доцент Л. В. Драгола

НЕВЕРБАЛЬНІ ПРОЯВИ АГРЕСІЇ

О. С. Братаніч

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

Агресія належить до однієї з найгостріших проблем сучасності. Трансформація колишньої соціально-політичної системи, високий рівень протестних настроїв, війна на сході України, радикальна зміна цінностей і вимушена переорієнтація поведінки призвели до сплесків агресії, зростання насильства і злочинності, жорстокості людей у

Початок етологічного підходу до розуміння агресії і агресивності людини було введено в працях К. Лоренца [1, 9]. Відзначаючи, що термін «агресія» надзвичайно часто вживається в самому широкому контексті, К.Лоренц писав, що «для індивідуума поняття агресії пов'язане з найрізноманітнішими явищами повсякденного життя, починаючи від бійки півнів і собак, хлоп'ячих бійок і т.д. і закінчуючи зрештою війною ватомною бомбою» [1, 221].

Дослідник Дж. Доллард визначає агресію як акт, метою якого є нанесення шкоди живому організму [4, 124]. Дослідники Дж. Тедеші, Р. Сміт та Р. Броун відносять дію до категорії агресивності, якщо вона: «включає в себе обмеження можливостей поведінки іншого» [4, 127].

У перекладі з латинської мови "*aggressio*" означає "напад". Цей феномен пов'язують і з негативними емоціями (наприклад, гнівом), і з негативними мотивами (наприклад, прагненням нашкодити), а також з негативними установками (наприклад, расовими упередженнями) і руйнівними діями.

Не дивлячись на те, що термін "агресія" зазвичай вживається для позначення руйнівних намірів, його поширюють і на більш позитивні прояви, наприклад подібні дії позначаються як самоствердження, щоб підкреслити, що вони спонукаються не ворожою мотивацією. Вони виявляються у формі конкуренції, наприклад: прагнення до досягнень в спортивних змаганнях, кар'єрного росту та інше.

Існує теорія впливу на агресію генетичних факторів, яка була неодноразово доведена за допомогою експериментів з близнюками. Гени можуть впливати на поведінку через кодування, вироблення специфічних білків, які функціонують в мозку в нервовій системі і прямо впливають на поведінку людини.

Якщо говорити про фізіологічні причини агресії, то тут головну роль відіграє лімбічна система. Мозкове захворювання лімбічної системи було характерним для людей, в яких проявлявся синдром дисконтролю, що характеризується безпричинною жорстокістю, патологічною схильністю до насильства.

Фізіологічний аналіз дозволяє простежити всю послідовність проявів агресивної поведінки, починаючи з морфологічних мозкових структур і закінчуючи специфічними моторними паттернами [5, 348]. Специфічний набір моторних актів (міміки, пози,

к
о
н
т
е

жесту, вокалізації) складають картину тієї чи іншої форми поведінки, що представляє невербальний канал комунікації, інтегрований на корково-підкірковому рівні. Ці рухові параметри і становлять типологію агресивної поведінки.

Найбільш впливовою роботою, яка розглядає мову жестів, була книга Ч. Дарвіна «Вираження емоцій тваринами і людиною», опублікована в 1872 році. Ця робота вплинула на усі сучасні дослідження в області «мови тіла», а багато ідей Ч. Дарвіна і його спостереження визнані сьогодні дослідниками всього світу [6, 156].

У теорії П. Екмана та М. Арджайла символічна регуляція поведінки стає можливою в разі цілісного декодування психомоторних символів (жестів, поз, голосу), що забезпечує всебічне сприйняття ситуації [6, 178]. Пізніше на цих методологічних засадах будуються дослідження Т. Малкіної, М. Махнія, Б. Успенського. Для Л. Леві-Брюля «розмовляти руками – це певною мірою буквально думати руками», оскільки «рука є видимою частиною мозку» (І. Кант) [6, 181].

Дослідженням мови жестів з кінця 70-х рр. ХХ ст. почав займатися австралійський вчений Алан Піз, який є автором методики навчання основам комунікації. У своїй книзі «Мова жестів» він дав тлумачення мови жестів, міміки і рухів тіла людини [6, 196].

Головний жест агресії - стисла в кулак рука. Даний жест може мати різну міру вираження агресії. Якщо руки вашого співрозмовника витягнуті по швах, при цьому обидві стиснуті в кулаки, то це ознака наростання негативу у людини, яка налаштовується на поєдинок. Якщо кулаки поступово піднімаються, досягнувши рівня грудей, то це тривожний фактор. Людина прийняла бійцівську позу, підготувалася до удару, і залишаються лічені секунди до відкритого прояву агресії. Якщо у вашого співрозмовника починають «свербіти» кулаки - він потирає пальцями однієї руки іншу руку, стиснуту в кулак, то він також налаштований негативно по відношенню до вас. Якщо співрозмовник охоплює себе руками за плечі - це ознака стримуваної агресії. Це означає, що людина готова кинутися в бій, але намагається себе стримати.

Характерний для налаштованого агресивно по відношенню до людини жест - закладені за спину руки з захопленням зап'ястя. Цей жест небезпечний, так як він невидимий для співрозмовника, якщо людина прибирає свої руки за спину, то створюється враження, що вона щось від вас приховує, можливо, це зброя для майбутньої сутички.

Для того щоб згладити агресивний настрій співрозмовника, можна скоротити дистанцію, використовуючи тактильний вплив. Всі дії, рухи повинні бути вкрай повільними, щоб співрозмовник не прийняв їх за наступ.

Про агресивний настрій може свідчити поза воїна: людина широко розставляє ноги для того, щоб відчувати себе впевнено, щоб під ногами була опора. Її корпус трохи нахилений вперед. Як правило, вона намагається прикрити окремі ділянки свого тіла на випадок, якщо ви першим почнете атакувати. Ці ділянки - найбільш вразливі місця людини. Для чоловіків - це пахова область, ніс та щелепа. У жінок (хоча такий яскравий прояв агресії серед жінок не настільки популярний, але все ж можливо) - це область грудей і обличчя.

Агресивна хода дуже яскрава - людина крокує дуже широко, щоб швидше дістатися до своєї мети, при цьому активно розмахує руками, іноді вона може переходити на біг - це ознака високого ступеня напруги.

Якщо ви підозрюєте вашого співрозмовника в недобрих намірах, вам слід звернути увагу на його поставу. Якщо ваші підозри вірні, то ваш співрозмовник витягнувся на весь зріст. Він трохи підбадьорився, втиснув голову в плечі - сам вріс в землю, став компактним, тепер йому зручно завдати ударів. Якщо ви сидите, тоді

ваш співрозмовник може витягнути шию вперед, а плечі відкинути назад. Причому голова його буде трохи нахилена так, що в вашу сторону буде спрямований лоб, найтвердіша частину голови, готова прийняти ваш удар.

Міміка агресії дуже активна - це зсунуті до перенісся брови, що роздуваються ніздрі, похитується вилиці, іноді з поскрипуванням зубів, дуже щільно стиснуті губи. У агресивної людини погляд красномовно оповідає про те, що його володар готовий «розтерзати» свого опонента.

Іноді агресія не встигає перерости в бійку, і людина зривається на крик. Це теж свого роду невербальна форма виходу агресії. Якщо співрозмовник зірвався на крик, то вже навряд чи застосує силу до вас. У такій ситуації вам краще почекати, поки його гнів згасне і він заспокоїться.

Все це дозволяє зробити висновок, що якщо ви бажаєте досягти певних результатів у взаєминах з партнерами, співрозмовниками або просто колегами, уникнути з ними конфліктів, то вам необхідно знати ази невербальних проявів агресії.

Список використаної літератури

1. Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло»)/ А. И. Федоров (пер.). / К. Лоренц. – М.: Культурная революция, 2008. – 616 с.
2. Моррис Д. Библия языка телодвижений / Десмонд Моррис [пер. с англ. Н. Караева]. – М.: Эксмо, 2010. – 672 с.
3. Піз А. Язык рухів тіла: як читати думки інших людей по їх жестах /А. Піз.– Нижній Новгород: «Ай-Кью», 1992. - 415 с.
4. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен; под ред. Б.М. Величковского. – М.: Педагогика, 1986. – Т. 1. – 408 с.
5. Щекин Г. В. Язык глаз и рук / Щекин Г. В. // В кн. Визуальная психодиагностика: познание людей по их внешности и поведению. – [Учебно-метод. пособие]. – 3-е изд., стереотип. – К.: МАУП, 2007. –542с.
6. Ярошевский М.Г., Петровский А.В. История и теория психологии /М.Г. Ярошевский, А.В.Петровский. Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. - Т. 1 - 394 с.

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор Д. М. Харченко

ДЕПРЕСИВНІ СТАНИ ПІДЛІТКА ТА ЇХ ПРИЧИНИ

М. О. Валюшко

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

У наш час найбільшою проблемою є проблема депресивних розладів. Це особливо стосується дітей підліткового віку. Перші спроби пізнання цього феномену містяться у ранніх книгах людства. У «Гіппократових записках» описується душевне страждання, що названо меланхолією і кваліфіковано як хвороба з огляду на руйнівний вплив, який воно справляє на самопочуття та поведінку людини. З цього приводу у всьому світі проводять цікаві дослідження, але дослідження депресій у підлітків стали проводитися приблизно з першої половини ХХ століття. Підлітковий вік - один з найбільш складних періодів розвитку людини. Депресія в цьому віці є складним явищем, яке має багато причин і непередбачуваних наслідків. Виникнення депресивного стану в даному віці відбувається в результаті взаємодії багатьох причинних факторів. На жаль, не завжди легко розпізнати це явище. Багато знаменитих вчених і філософів ще до нашої ери давали людям різні рекомендації щодо позбавлення цього, так званого депресивного стану.

Дослідження вчених показують, що кожний восьмий підліток з десяти страждає підлітковою депресією. Причини депресивних розладів у підлітків вивчали В.Н.