**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**города Новосибирска**

**«Средняя общеобразовательная школа № 86»**



**Личностные особенности подростков с аутоагрессивными тенденциями**



Выполнила:

Харитоненко Ирина Анатольевна,

ученица 11 «Б» класса

МБОУ СОШ №86

Научный руководитель:

Ушакова Мария Викторовна,

педагог-психолог высшей категории

**Новосибирск**

**2016**

**Оглавление**

|  |  |
| --- | --- |
| **Введение** --------------------------------------------------------------------------------- | 3 |
|  |  |
| 1. **Теоретические основы проблемы исследования** --------------------- | 5 |
| 1. Агрессия. Аутоагрессия --------------------------------------------------------- | 5 |
| * 1. Понятие агрессии и аутоагрессии -------------------------------------------- | 5 |
| 1.2. Причины и виды, формы аутоагрессии -------------------------------------- | 6 |
| 1.3. Аутоагрессивное поведение подростков ------------------------------------- | 8 |
| 1. Самооценка ------------------------------------------------------------------------ | 9 |
| 2.1. Понятие самооценки ------------------------------------------------------------- | 9 |
| 2.2. Развитие самооценки в подростковом возрасте ---------------------------- | 10 |
| 1. Самооценка подростка и агрессивность ------------------------------------- | 11 |
| 1. Темперамент ----------------------------------------------------------------------- | 13 |
| 4.1. Понятие темперамента ----------------------------------------------------- | 13 |
| 4.2. Экстраверсия. Интроверсия ----------------------------------------------- | 14 |
| 1. Выводы по главе I----------------------------------------------------------------- | 15 |
|  |  |
| 1. **Экспериментальная часть. Личностные особенности подростков с аутоагрессивными тенденциями**------------------------ | 17 |
| 2.1. Организация исследования ----------------------------------------------------- | 17 |
| 2.2. Результаты и анализ полученных данных---------------------------------- | 18 |
|  |  |
| **Заключение** ---------------------------------------------------------------------------- | 22 |
|  |  |
| **Список литературы** ----------------------------------------------------------------- | 24 |
|  |  |
| **Приложения** ---------------------------------------------------------------------------- | 25 |

**Введение**

Проблема аутоагрессивного поведения в отечественной и зарубежной психологии занимает одну из центральных позиций. Но в основном ученые занимаются исследованием агрессии, которая направлена на окружающих, то есть гетероагрессия. Например, убийства, нанесение побоев, угрозы, оскорбления, ненормативная лексика. И, как мне кажется, стоит обратить на это внимание.

В последнее время саморазрушающее поведение захватывает большие слои населения. Растет число детей, подростков, взрослых людей имеющих эту тенденцию.

Считаю, что мое исследование является актуальным, так как каждый человек на своем жизненном пути сталкивается со сложными ситуациями, характер переживаний которых влияет на поступки, действия и развитие личности. Я согласна с мнением Дворниковой И.Н. и Куренковой Е.В., авторами статьи «Особенности аутоагрессивного поведения подростков в современном обществе», что именно в подростковом возрасте эмоциональные переживания, скрытые за маской преодоления проблемы, увеличивают кризисную ситуацию возраста, нарушают адаптацию личности. [5] вследствие этого, скорее всего, как мне кажется, возникают защитные механизмы в виде отклонений в поведении подростков, в том числе аутоагресиия. Она проявляется в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений различной степени тяжести, доходящих до самоубийства, саморазрушающем поведении (пьянстве, алкоголизме, наркомании, выборе экстремальных видов спорта, опасных профессий, провоцирующем поведении).

У меня возник вопрос: «имеют ли подростки с аутоагрессивными тенденциями какие-либо личностные особенности»? Поэтому целью моего исследования было**:** изучение личностных особенностей подростков12-14 лет с аутоагрессивными тенденциями.

Мак-Вильямс, говоря о связи аутоагрессии с личностными особенностями, отмечает, что аутоагрессия считается типичной для депрессивных личностей, а также может быть свойственна людям с мазохистическим характером.

Многие исследователи говорят о подростковой аутоагрессии, которая, как правило, провоцируется низкой самооценкой и неприятием себя. Уже это вполне достаточные основания для появления трудностей социально-психологического характера, связанных с установлением контактов и осуществлением продуктивного общения. Что собственно и фиксируется на поведенческом уровне в высоких показателях застенчивости и низких показателях общительности у аутоагрессивных подростков.

**Гипотеза:** подростки с аутоагрессивными тенденциями имеют следующие личностные особенности – заниженную самооценку, интровертированность и меланхолики по типу темперамента.

**Объект:** агрессия.

**Предмет:** аутоагрессия подростков 12-14 лет.

**Задачи:**

1. Провести изучение литературы по исследуемой теме;
2. Дать характеристику агрессии, аутоагрессии, самооценке, уровню притязаний и темпераменту, экстраверсии и интроверсии.
3. Провести исследование по выявлению таких личностных особенностей у подростков с аутоагрессивными тенденциями как самооценка, темперамент, уровень экстра-, интроверсии.
4. Обработка и анализ полученных данных.

**Методы исследования:**

1. Теоретический анализ литературы по изучаемому вопросы;
2. Методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейна (модификация Прихожан) (Приложение 1);
3. Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А. Н. Орел (Приложение 2);
4. Личностный опросник Г. Айзенка на определение темперамента (Приложение 3);
5. Обработка и анализ полученных данных.
6. **Теоретические основы проблемы исследования**
7. **Агрессия. Аутоагрессия.**
   1. **Понятие агрессии и аутоагрессии**

Под агрессией понимают не только поведенческие и эмоциональные проявления, но и анализируют ее с точки зрения формы социального поведения человека.

**Агрессия** (от лат. aggredere - нападать) – поведение, направленное на нанесение физического или психологического вреда, вплоть до уничтожения объекта агрессии. В роли объектов могут выступать живые существа или предметы. Агрессия может возникнуть как реакция человека на стресс, психологический или физический дискомфорт. Состояние агрессии сопровождается гневом, враждебностью, ненавистью и т.д. Агрессивное поведение может служить средством достижения какой-либо цели – например, повышению собственного статуса за счет самоутверждения. Различают **несколько типов агрессии**: физическую, вербальную, прямую (непосредственно направленную против кого или чего-либо), косвенную (направленную на враждебное лицо окольным путем), инструментальную (являющуюся средством достижения какой-либо цели), альтруистическую (имеющую целью защитить других от чьих-то агрессивных действий), а также **аутоагрессию**, которая проявляется в самообвинении, самоуничижении, нанесении себе телесных повреждений вплоть до самоубийства. [10]

Если агрессию можно рассматривать как намерение осуществления вреда, то агрессивное поведение уже направлено на совершение действия. [11] **Аутоагрессия** (ауто- + лат. aggressio приступ, нападение) — активность, нацеленная (осознанно или неосознанно) на причинение себе вреда в физической и психической сферах. В психоанализе аутоагрессия, или «поворот против себя» рассматривается как защитный механизм психики, и известна ещё со времён Фрейда. Аутоагрессия проявляется в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений различной степени тяжести вплоть до самоубийства, саморазрушительном поведении (пьянстве, алкоголизме, наркомании, рискованном сексуальном поведении, выборе экстремальных видов спорта, опасных профессий, провоцирующем поведении). В работах А. В. Ипатова понимается как психическое состояние, приводящее к саморазрушительному поведению. Аутоагрессивное поведение *–* это действия, направленные субъектом на самого себя с целью нанесения какого-либо ущерба своему соматическому или психическому здоровью, а также являются одной из форм агрессивного поведения. [5]

Многие исследователи говорят о подростковой аутоагрессии, которая, как правило, провоцируется низкой самооценкой и неприятием себя. Уже это вполне достаточные основания для появления трудностей социально-психологического характера, связанных с установлением контактов и осуществлением продуктивного общения. Что собственно и фиксируется на поведенческом уровне в высоких показателях застенчивости и низких показателях общительности у аутоагрессивных подростков.

Наличие аутоагрессии у подростков обычно связано с особенностями восприятия других людей. Однако связи эти являются далеко не тривиальными, а, на первый взгляд, даже и парадоксальными. Аутоагрессия практически не связана с негативизацией восприятия других. Напротив, уровень аутоагрессии коррелирует с позитивностью восприятия значимых "других". Наиболее сильно эта тенденция позитивного восприятия других с ростом уровня аутоагрессии проявляется у подростков и юношей в отношении учителей и в отношении собственных родителей (дифференцированно изучалось отношение к отцу и к матери - тенденция оказалась общей). Уровень аутоагрессии оказался отрицательно связанным лишь с представлением о том, "каким меня видят другие" (двойная рефлексия). Чем выше уровень аутоагрессии подростка, тем более негативными являются представления об оценке другими его личности.

В исследованиях Р.М. Масагутова изучались гендерные различия в распространенности, возрастной динамике, факторах риска, условиях появления и характере аутоагрессивных действий. Факторы, ассоциированные с суицидальными попытками у подростков обоего пола, имели больше сходств, чем различий. Суицидальное поведение мальчиков коррелировало с агрессивным фантазированием, признаками резидуально-органического поражения головного мозга, нарушением полоролевой идентичности, опытом физического насилия в детском возрасте. Суицидальные попытки девочек сильнее ассоциировались с употреблением психоактивных веществ, совершением правонарушений, опытом перенесенного сексуального насилия и психическими расстройствами, преимущественно в эмоционально-волевой сфере. [7]

* 1. **Причины и виды, формы аутоагрессии**

Человеку, как и любому живому существу, в норме не свойственно направлять агрессию на самого себя, так как это противоречит его основной задаче — жить. Различные исследователи по-разному понимают причины возникновения саморазрушительного поведения. В психоанализе аутоагрессия, или «поворот против себя» рассматривается как защитный механизм психики, и известна ещё со времён Фрейда. Считается, что такое поведение является следствием перенаправления агрессии, изначально направленной на внешний объект. В случаях, когда от этого внешнего объекта (или от существования этого внешнего объекта) зависит благополучие человека, агрессия может быть перенаправлена. Несмотря на то, что аутоагрессия создаёт серьёзные проблемы для того, кто применяет эту защиту, эмоционально они оказываются для него более приемлемыми, чем осознание первоначального объекта агрессии.

С точки зрения Андрея Владимировича Ипатова аутодеструкция представляет собой аномальное состояние личности, выражающееся в стремлении индивида к саморазрушению вследствие нарушения процесса его социализации. По его мнению, эта социально-психологическая дезадаптация возникает на фоне личностного конфликта, и вызывается парадоксальной ситуацией, сочетающей в себе наличие в один и тот же момент и жизненно важной потребности и то, что препятствует её удовлетворению. [1]

Основные виды аутоагрессии:

* Суицидальное поведение: осознанное, самостоятельное и добровольное лишение себя жизни.
* Пищевая зависимость: любого рода расстройства пищевого поведения. Среди них: нервная анорексия, нервная булимия, психогенное переедание.
* Химическая зависимость: алкоголизм, наркомания, токсикомания, курение.
* Фанатизм: участие в различных религиозных культах, членство в фанклубах и т.д.
* Поведение аутистического спектра: сильнейший дефицит социального взаимодействия.
* Поведение виктимного спектра: склонность стать жертвой преступления.
* Поведение экстремального спектра: склонность заниматься опасными видами спорта, осознанное подвержение своей жизни опасности.
* Самоповреждения: осознанное самостоятельное нанесение физических повреждений по телу без суицидальных намерений.

Спектр форм проявления аутоагрессивности очень широк, представлен от радикального лишения себя жизни, до растянутого во времени одурманивания, мазохистского самоуничтожения себя различными средствами и веществами, «дающими» чувство успешности, востребованности, значимости. Впервые систематически исследовал и описал формы саморазрушающего поведения, не относящиеся к суициду Н. Фейбероу. К ним отнес: злоупотребление различными веществами, включая наркотики, алкоголь и табак; соматические болезни, при которых пациент не соблюдал назначенного лечения и режима, преступления, проституцию, делинквентное поведение. [9] А. Г. Амбрумова, Е. Г. Трайнина, Н. А. Ратинова выделяют следующие типы аутоагрессивного поведения: суицидальное поведение: осознанные действия, направленные на добровольное лишение себя жизни; суицидальные эквиваленты и аутодеструктивное поведение: неосознанные действия (иногда преднамеренные поступки), целью которых не является добровольное лишение себя жизни, но ведущие к физическому (психическому) саморазрушению или к самоуничтожению; несуицидальное аутоагрессивное поведение: различные формы умышленных самоповреждений (самоотравлений), целью которых не является добровольная смерть (или заведомо неопасные для жизни) [8]. «Вредные привычки могут рассматриваться и как причина, и как следствие социальной дезадаптации подростков и молодежи, ведущее к различным формам аутоагрессивного поведения» [2]

* 1. **Аутоагрессивное поведение подростков**

В подростковом возрасте происходят глубокие изменения, которые затрагивают развитие личности ребёнка, которые касаются не только физиологии, но и отношений, складывающихся в социуме со сверстниками и взрослыми людьми. Подростковый возраст является одним из самых сложных периодов. Именно в этом возрасте наступает пубертатный кризис, который отражается не только на самом ребёнке, но и на родителях. Дети подросткового возраста склонны к самопознанию, подросток пытается понять себя, открыть в себе новые качества. В большинстве случаев, подросток видит в себе негативные черты, неумение справляться со своим характером и эмоциональностью, склонность впадать в крайности, раздражающие недостатки во внешности, желание себя изменить. Сильные эмоциональные переживания, завышенные требования родителей, чрезмерные умственные и физические нагрузки могут привести в невротизации, девиантным формам поведения и аутоагрессии. Именно эти показатели и черты подросткового возраста, считаются наиболее «благоприятной средой», для предпосылок развития аутоагрессивного поведения. [2]

Артур Александрович Реан в исследовании подростковой агрессии предложил ввести понятие «аутоагрессивный паттерн личности». Аутоагрессия, по его мнению, представляет собой сложный личностный комплекс, функционирующий и проявляющийся на различных уровнях. В структуре аутоагрессивного паттерна личности он выделяет 4 субблока [3]:

1. **Характерологический субблок** — уровень аутоагрессии положительно коррелирует с некоторыми чертами и особенностями характера: интроверсией, педантичностью, демонстративностью, а также с депрессивностю и невротичностью.
2. **Самооценочный субблок** — связь аутоагрессии и самооценки. Чем выше аутоагрессия личности, тем ниже самооценка собственных когнитивных способностей, ниже самооценка тела, ниже самооценка собственной способности к самостоятельности, автономности поведения и деятельности.
3. **Интерактивный субблок** — связь аутоагрессии личности со способностью/неспособностью к успешной социальной адаптации, с успешностью/неуспешностью межличностного взаимодействия. Уровень аутоагрессии личности отрицательно коррелирует с общительностью и положительно — с застенчивостью.
4. **Социально-перцептивный субблок** — наличие аутоагрессии связано с особенностями восприятия других людей. Аутоагрессия практически не связана с негативизацией восприятия других. Напротив, уровень аутоагрессии коррелирует с позитивностью восприятия значимых «других».

При шкалировании агрессии по основным существующим методикам, аутоагрессия не коррелирует ни с какими другими шкалами агрессии, что подчеркивает особенность феномена аутоагрессии внутри общей проблематики психологии агрессии.

Реан А.А. предполагает «определенную недостаточность методической концепции Басса-Дарки именно относительно феномена аутоагрессии. Кратко эта недостаточность связывается нами с доминантой указанной концепции на «чувстве вины», при недостатке внимания к общему «неприятию самого себя». Неприятие самого себя является, очевидно, стержневой и наиболее общей характеристикой аутоагрессивной личности, в то время как чувство вины отражает лишь один из аспектов аутоагрессии. По крайней мере, ясно, что аутоагрессия в целом не сводится лишь к чувству вины». [5]

1. **Самооценка.**

**2.1. Понятие самооценки и уровня притязаний**

**Самооценка** - это нравственная оценка своих собственных поступков, моральных качеств, убеждений, мотивов; одно из проявлений нравственного самосознания и совести личности. Благодаря способности к самооценке человек обретает возможность в значительной мере самостоятельно направлять и контролировать свои действия и даже воспитывать себя. Известных автор книг по психологии Т.А. Рытченко определяет самооценку так: «На основе самопознания у человека вырабатывается определенное эмоционально-ценностное отношение к себе, которое выражается в самооценке. Самооценка предполагает оценку своих способностей, психологических качеств и поступков, своих жизненных целей и возможностей их достижения, а также своего места среди других людей». Жизнь доказывает, что правильная самооценка, основанная на чувстве согласия с собой, имеет в основном неосознанный характер.

**Уровни самооценки**

Самооценкаможет быть заниженной, завышенной и адекватной (нормальной). В одинаковой ситуации люди с разной самооценкой будут вести себя совершенно по-разному, предпримут разные действия, тем самым по-разному будут воздействовать на развитие событий.  
 На основе завышенной самооценки у человека возникает идеализированное представление о своей личности, своей ценности для окружающих, Он не желает признавать собственных ошибок, лени, недостатка знаний, неправильного поведения, часто становится жестким, агрессивным, неуживчивым.

Явно заниженная самооценка ведет к неуверенности в себе, робости, застенчивости, невозможности реализовывать свои задатки и способности. Такие люди обычно ставят перед собой более низкие цели, чем те, которых могли бы достигнуть, преувеличивают значение неудач, остро нуждаются в поддержке окружающих, слишком критичны к себе. Человек с низкой самооценкой очень раним. Все это приводит к возникновению комплекса неполноценности, отражается на его внешнем виде - глаза отводит в сторону, хмур, неулыбчив. Низкая самооценка имеет много форм проявлений. Это жалобы и обвинения, поиск виновного, потребность во внимании и одобрении, что как бы компенсирует в глазах такого человека чувство самоотрицания, чувство собственного достоинства. Депрессии, разводы (многие из них - результат низкой самооценки одного или обоих партнеров).

Адекватная же самооценка личностью своих способностей и возможностей обычно обеспечивает соответствующий уровень притязаний, трезвое отношение к успехам и неудачам, одобрению и неодобрению. Такой человек более энергичен, активен и оптимистичен. Отсюда вывод: нужно стремиться развивать у себя адекватную самооценку на основе самопознания.

**2.2. Развитие самооценки в подростковом возрасте**

Несмотря на имеющиеся многочисленные исследования самооценки в детском возрасте, некоторые исследователи склонны считать ее новообразованием подросткового периода. Они утверждают, что самооценка является довольно поздним образованием и начало ее реального действия нередко датируется лишь подростковым возрастом.

Исследователи единодушны в описаниях особенностей самооценки детей этого возраста, отмечая ее ситуативность, неустойчивость, подверженность внешним воздействиям в младшем подростковом возрасте и большую устойчивость, многосторонность охвата различных сфер жизнедеятельности в старшем подростковом возрасте.

С. Л. Рубинштейн, характеризуя процесс развития самосознания у подростков, проводит его через ряд ступеней — от наивного неведения в отношении себя к все более определенной и иногда резко колеблющейся самооценке.

В процессе развития самосознания центр внимания подростков все более переносится от внешней стороны личности к ее внутренней стороне, от более или менее случайных черт — к характеру в целом. С этим связаны осознание — иногда преувеличенное — своего своеобразия и переход к духовным, идеологическим масштабам самооценки. В результате человек самоопределяется как личность на более высоком уровне (Рубинштейн С. Л., 1989).

Самооценка представляет собой центральное образование личности. Она в значительной степени определяет социальную адаптацию личности, является регулятором ее поведения и деятельности. Хотя, конечно, следует отдавать себе отчет в том, что самооценка не есть нечто данное, изначально присущее личности. Само формирование самооценки происходит в процессе деятельности и межличностного взаимодействия. Социум в значительной степени влияет на формирование самооценки личности. Отношение человека к самому себе является наиболее поздним образованием в системе отношений человека к миру. Но несмотря на это (а может быть, именно благодаря этому) в структуре отношений личности самооценке принадлежит особое место.

Многие исследователи отмечают постепенное увеличение адекватности самооценки в подростковом возрасте. Р. Берне объясняет это тем, что подростки оценивают себя ниже по тем показателям, которые представляются им самим важными, и это снижение указывает на их больший реализм, в то время как детям свойственно завышать оценку собственных качеств.

Подростки с адекватной самооценкой имеют большое поле интересов, активность их направлена на различные виды деятельности, а также на межличностные контакты, которые умеренны и целесообразны, направлены на познание других и себя в процессе общения.

Подростки с тенденцией к сильному завышению самооценки проявляют достаточную ограниченность в видах деятельности и большую направленность на общение, причем малосодержательное.

Агрессивные подростки характеризуются крайней самооценкой (либо максимально положительной, либо максимально отрицательной), повышенной тревожностью, страхом перед широкими социальными контактами, эгоцентризмом, неумением находить выход из трудных ситуаций.

Данные многочисленных исследований показывают, что подростки с низкой самооценкой подвержены депрессивным тенденциям. Причем одни исследования выявили, что низкая самооценка предшествует депрессивным реакциям или является их причиной, а другие — что депрессивный аффект проявляется сначала, а затем инкорпорируется в низкую самооценку. [3]

1. **Самооценка подростка и агрессивность**

Уровень выраженности агрессивных реакций коррелирует с самооценкой подростка. Общая тенденция здесь заключается в наличии прямой связи: чем выше уровень самооценки, тем выше показатели общей агрессии и различных ее составляющих. Такая взаимосвязь характерна как для инструментальной агрессии, так и для другой формы агрессии — враждебности.

В одном исследовании (Реан А. А., 1997) было показано, что уровень физической агрессии подростков 14—17 лет коррелирует с уровнем общей самооценки личности. Чем выше была самооценка, тем больше была выражена и склонность к проявлению физической агрессии.

Оказалось, кроме того, что парциальные самооценки, такие, как самооценка способности к лидерству и самооценка своего «физического Я», коррелируют с такой формой агрессии, как негативизм. Таким образом, оппозиционная манера поведения, направленная против авторитетов и установившихся правил, в большей степени характерна именно для подростков с высокой самооценкой своих лидерских потенций, а также для подростков, высоко оценивающих свою физическую привлекательность и телесное совершенство. Очевидно в наибольшей степени подростковый негативизм выражен в том случае, когда обе эти парциальные самооценки «сходятся» в одной личности.

В том же исследовании (Реан А. А., 1997) было показано, что вербальная агрессия коррелирует с различными аспектами самооценки подростков. Так же как и в случае с негативизмом, уровень проявления вербальной агрессии выше у тех, для кого характерна высокая самооценка способности к лидерству. Кроме того, вербальная агрессия оказалась связанной с уровнем самооценки собственной самостоятельности, автономности и с самооценкой интеллекта. Таким образом, наибольшая вероятность проявления высокой вербальной агрессии также связана с высокой самооценкой личности, особенно если для этого подростка характерны представления о себе как о высокоавтономной, самостоятельной личности, отличающейся выраженной способностью к лидерству и высоким интеллектом.

Еще одна тенденция, которая обнаруживается в исследованиях (Трофимова Н. Б., Реан А. А., 1999), состоит в том, что более агрессивные подростки чаще имеют крайнюю, экстремальную самооценку — либо чрезвычайно высокую, либо крайне низкую. Для неагрессивных подростков более характерной тенденцией является распространенность средней по уровню самооценки. Так, если в группе высокоагрессивных подростков высокую самооценку имеют 31% испытуемых, то в группе неагрессивных такую самооценку имеют в два раза меньше подростков — 15%. Соответственно, низкую самооценку в группе высокоагрессивных имеют 25%, а в группе неагрессивных — только 15%.

Для понимания подростковой агрессии важное значение имеет не только рассмотрение самой по себе самооценки личности, но и анализ соотношения самооценки и внешней оценки, которая дается референтными лицами, например, учителями или сверстниками. Если самооценка не находит должной опоры во внешнем социальном пространстве, если оценка подростка значимыми лицами из ближайшего окружения всегда (или преимущественно) ниже его самооценки, то эта ситуация, несомненно, должна рассматриваться как фрустрирующая. При этом здесь фрустрация касается не чего-то второстепенного, так как блокируется одна из базовых, фундаментальных потребностей личности, каковой, несомненно, является потребность в признании, уважении и самоуважении. И как любой фрустратор, эта ситуация может провоцировать проявление агрессии. Хотя ортодоксальные сторон ники фрустрационной теории агрессии сказали бы в этом случае более категорично: такая ситуация не просто может, но явно будет приводить к агрессии.

Специальные исследования, проведенные по этому поводу (Дандаро-ваЖ. К., Реан А. А., 1999), показали, что действительно подростки, чья самооценка находится в конфликте с внешней оценкой социума (оценка ниже и не соответствует самооценке), значимо отличаются от своих сверстников более высокими показателями агрессии. Наиболее существенные различия обнаруживаются по уровню выраженности косвенной агрессии и негативизма. Однако, кроме того, подростки с конфликтным соотношением самооценки и внешней оценки имеют также и более высокий уровень таких форм агрессии, как раздражительность, физическая агрессия и обида.[3]

**4.Темперамент**

**4.1. Понятие темперамента**

Под **темпераментом**следует понимать индивидуально своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, которые, одинаково проявляясь в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, остаются постоянными в зрелом возрасте и во взаимосвязи характеризуют тип темперамента. Наиболее специфическая особенность темперамента заключается в том, что различные свойства темперамента данного человека не случайно сочетаются друг с другом, а закономерно связаны между собой, образуя определенную организацию, структуру.

Древнегреческий врач Гиппократ, живший в 5 веке до н.э., описал четыре темперамента, которые получили следующие названия: **сангвинический**темперамент,**флегматический** темперамент, **холерический**темперамент,**меланхолический**темперамент. Он описал основные типы темпераментов, дал им характеристики, однако связывал темперамент не со свойствами нервной системы, а с соотношением различных жидкостей в организме: крови, лимфы и желчи. Первую классификацию темпераментов предложил Гален, и она в относительно малоизмененном виде дошла до наших дней. Последнее из известных ее описаний, которое используется и в современной психологии, принадлежит немецкому философу И. Канту.

И. Кант разделял темпераменты человека (проявления темперамента можно заметить и у высших животных) на два типа: темпераменты чувства и темпераменты деятельности. По мнению И.П. Павлова, темпераменты являются «основными чертами» индивидуальных особенностей человека.  
Выделяют четыре типа темперамента:

**Сангвинический темперамент**.

Сангвиник быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы. Он легко контролирует свои эмоции, быстро осваивается в новой обстановке, активно вступает в контакты с людьми. Его речь громкая, быстрая, отчетливая и сопровождается выразительными мимикой и жестами.

**Флегматический темперамент.**

Человек этого темперамента медлителен, спокоен, нетороплив, уравновешен. В деятельности проявляет основательность, продуманность, упорство. Он, как правило, доводит начатое до конца. Все психические процессы у флегматика протекают как бы замедленно. Чувства флегматика внешне выражаются слабо, они обычно невыразительны. Причина этого — уравновешенность и слабая подвижность нервных процессов.

**Холерический темперамент**.

Люди этого темперамента быстры, чрезмерно подвижны, неуравновешенны, возбудимы, все психические процессы протекают у них быстро, интенсивно. Преобладание возбуждения над торможением, свойственное этому типу нервной деятельности, ярко проявляется в несдержанности, порывистости, вспыльчивости, раздражительности холерика. Отсюда и выразительная мимика, торопливая речь, резкие жесты, несдержанные движения.  
 **Меланхолический темперамент**.

У меланхоликов медленно протекают психические процессы, они с трудом реагируют на сильные раздражители; длительное и сильное напряжение вызывает у людей этого темперамента замедленную деятельность, а затем и прекращение ее. В работе меланхолики обычно пассивны, часто мало заинтересованы (ведь заинтересованность всегда связана с сильным нервным напряжением). [14]

**4.2. Экстраверсия. Интроверсия**

В последней четверти двадцатого века среди исследователей психофизиологических оснований темпераментальных различий возобладало представление (П.В. Симонов, Г. Айзенк, М. Цукерман и др.), что классические, выделенные Гиппократом, типы темперамента определяются двумя основными свойствами нервной системы: подвижностью и выносливостью. Оперируя преимущественно конкретной информацией, человек с подвижной нервной системой направлен, прежде всего, на ее основной источник - внешний мир. Карл Юнг называл таких людей экстравертами. Противоположностью подвижности является инертность нервных процессов. Нервная система тем более инертна, чем больше времени или усилий требуется, чтобы перейти от одного процесса к другому. У человека с инертной нервной системой возникает необходимость затормозить процесс, зафиксировать состояние. В этом случае человек ориентируется, главным образом, на свой внутренний мир, на мир своих абстракций. Таких людей Юнг называл интровертами. Инертность нервной системы ярко выраженного интроверта хорошо заметна, и, не случайно, в молодежной среде о таком человеке говорят, что он «тормозит» или обзывают «тормозом». Молодежный сленг в данном случае совпадает с терминологией И.П. Павлова, который ввел понятие «тормозной тип». [12]

**5.Выводы по главе I**

Итак, подведем итоги теоретической части нашего исследования.

**Агрессия** – это любое поведение человека, которое отличается тем, что содержит в себе явную или скрытую угрозу, а также нанесение вреда. Таким образом, это определенное действие, направленное агрессором на свою жертву (это может быть, как другой человек, так и любой предмет) с целью совершить над ней насилие или же причинить вред. Если агрессию можно рассматривать как намерение осуществления вреда, то агрессивное поведение уже направлено на совершение действия.

**Аутоагрессия** — активность, нацеленная (осознанно или неосознанно) на причинение себе вреда в физической и психической сферах. В психоанализе аутоагрессия, или «поворот против себя» рассматривается как защитный механизм психики, и известна ещё со времён Фрейда. Аутоагрессия проявляется в самообвинении, самоунижении, нанесении себе телесных повреждений различной степени тяжести вплоть до самоубийства, саморазрушительном поведении (пьянстве, алкоголизме, наркомании, выборе экстремальных видов спорта, опасных профессий, провоцирующем поведении).

Различные исследователи по-разному понимают причины возникновения саморазрушительного поведения. С точки зрения Андрея Владимировича Ипатова аутодеструкция представляет собой аномальное состояние личности, выражающееся в стремлении индивида к саморазрушению вследствие нарушения процесса его социализации. По его мнению, эта социально-психологическая дезадаптация возникает на фоне личностного конфликта, и вызывается парадоксальной ситуацией, сочетающей в себе наличие в один и тот же момент и жизненно важной потребности и то, что препятствует её удовлетворению.

В подростковом возрасте происходят глубокие изменения, которые затрагивают развитие личности ребёнка, которые касаются не только физиологии, но и отношений, складывающихся в социуме со сверстниками и взрослыми людьми. Сильные эмоциональные переживания, завышенные требования родителей, чрезмерные умственные и физические нагрузки могут привести в невротизации, девиантным формам поведения и аутоагрессии. Спектр форм проявления аутоагрессивности очень широк, представлен от радикального лишения себя жизни, до растянутого во времени одурманивания, мазохистского самоуничтожения себя различными средствами и веществами, «дающими» чувство успешности, востребованности, значимости.

Благодаря способности к самооценке человек обретает возможность в значительной мере самостоятельно направлять и контролировать свои действия и даже воспитывать себя. Известных автор книг по психологии Т.А. Рытченко определяет самооценку так: «На основе самопознания у человека вырабатывается определенное эмоционально-ценностное отношение к себе, которое выражается в самооценке. Обычно выделают три уровня самооценки: завышенная, адекватная, заниженная. Уровень притязаний как психологическая характеристика личности впервые был экспериментально изучен в 20-х годах под руководством Курта Левина, который дал определение этому понятию.

Под **темпераментом**следует понимать индивидуально своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, которые, одинаково проявляясь в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, остаются постоянными в зрелом возрасте и во взаимосвязи характеризуют тип темперамента. Наиболее специфическая особенность темперамента заключается в том, что различные свойства темперамента данного человека не случайно сочетаются друг с другом, а закономерно связаны между собой, образуя определенную организацию, структуру.

В последней четверти двадцатого века среди исследователей психофизиологических оснований темпераментальных различий возобладало представление (П.В. Симонов, Г. Айзенк, М. Цукерман и др.), что классические, выделенные Гиппократом, типы темперамента определяются двумя основными свойствами нервной системы: подвижностью и выносливостью. Оперируя преимущественно конкретной информацией, человек с подвижной нервной системой направлен, прежде всего, на ее основной источник - внешний мир. Карл Юнг называл таких людей экстравертами. Противоположностью подвижности является инертность нервных процессов. Нервная система тем более инертна, чем больше времени или усилий требуется, чтобы перейти от одного процесса к другому.

Далее, в экспериментальной части данного исследования мной будут изучаться личностные особенности подростков 12-14 лет с аутодеструктивными тенденциями, понятие о которых и было раскрыто в теоретической части моей работы.

1. **Экспериментальная часть.**
2. **Личностные особенности подростков с аутоагрессивными тенденциями**

**2.1. Организация исследования**

Исследование проводилось в 2016–2017 учебном году с учениками параллели 7-х классов на базе МБОУ СОШ №86 города Новосибирска.

Выборку испытуемых составили учащиеся параллели 7-х классов в количестве 114 человек, возраст которых 12-14 лет.

В организации данного исследования мне помог научный руководитель: при планировании его, подборе методов. А также научным руководителем мне была оказана помощь при проведении тестирования и обработке полученных результатов.

Для выявления личностных особенностей подростков с аутоагрессивными тенденциями было проведено групповое анкетирование.

**Цель:** исследование личностных особенностей аутоагрессивных тенденций подростков 12-14 лет.

**Задачи:**

* 1. Провести изучение литературы по исследуемой теме;
  2. Дать характеристику агрессии, аутоагрессии, самооценке, уровню притязаний и темпераменту.
  3. Провести исследование по выявлению таких личностных особенностей у подростков с аутоагрессивными тенденциями как самооценка, уровень притязаний, уровень экстра-, интроверсии.
  4. Обработка и анализ полученных данных.

**Гипотеза:** подростки с аутоагрессивными тенденциями имеют следующие личностные особенности – заниженную самооценку, интровертированность, меланхолики по типу темперамента.

**Методы исследования:**

1. Методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейна (модификация Прихожан) (приложение 1);
2. Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А. Н. Орел. Шкалы №1, №4, №5 (Приложение 1):

* **Шкала №1 установки на социальную желательность (служебная шкала);**
* **Шкала №4 склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению;**
* **Шкала №5 склонности к агрессии и насилию;**

1. Личностный опросник Г. Айзенка на определение темперамента (Приложение 1);
2. Обработка и анализ полученных данных.

**2.2. Результаты и анализ исследования личностных особенностей подростков с аутоагрессивными тенденциями**

Было проведено исследование личностных особенностей подростков 12-14 лет. Полученные результаты и их анализ представлены далее.

Всего опрошено 114 человек.

##### **Данные методики склонности к отклоняющему поведению**

##### **(А.Н. Орел)**

Выявлено без аутоагрессивных тенденций – 76 человек, 38 человек с аутоагрессивными тенденциями. Ответы с сомнительной достоверностью результатов отсутствуют.

**Данные методики Дембо-Рубинштейн, в модификации Прихожан**

Таким образом, из всей выборки склонны к самоповреждающему и саморазрушающему поведению 33 % (38 человек). Из них 15 (39%) человек имеют завышенную самооценку, 19 (50%) – адекватную, 4 (11%) – заниженную.

Из группы подростков без аутоагрессивных тенденций имеют адекватную самооценку 68%, завышенную – 18%, заниженную – 14%.

##### **Данные методики склонности к отклоняющему поведению**

##### **(А.Н. Орел)**

Среди подростков с аутоагрессией не имеют выраженных агрессивных тенденций 6 (16%) человек, 25 (66%) человек имеют агрессивные тенденции, 7 (18%) – проявляют агрессию во взаимоотношениях с другими людьми, склонны решать проблемы посредством насилия.

Среди подростков без аутоагрессивных тенденций не имеют выраженной агрессии 17 (45%) человек, 19 (50%) человек имеют агрессивные тенденции, 2 (5%) – проявляют агрессию во взаимоотношениях с другими людьми, склонны решать проблемы посредством насилия.

**Данные методики Г. Айзенка (темперамент)**

**группы подростков с аутоагрессивными тенденциями**

**Данные методики Г. Айзенка (темперамент)**

**группы подростков без аутоагрессивных тенденций**

Среди подростков с аутоагрессивными тенденциями 64% холериков, 23 % сангвиников, 8 % меланхоликов, 5 % флегматиков, т.е. 87 % экстравертов и 13 % интровертов.

А без аутоагрессивных тенденций выявлено преобладание сангвиников – 45 %, 24 % холериков, 18 % флегматиков и 13 % меланхоликов. Также выявлено преобладание экстравертов – 68%, интровертов же – 32 %.

**Заключение**

Мак-Вильямс, говоря о связи аутоагрессии с личностными особенностями, отмечает, что аутоагрессия считается типичной для депрессивных личностей, а также может быть свойственна людям с мазохистическим характером.

Многие исследователи говорят о подростковой аутоагрессии, которая, как правило, провоцируется низкой самооценкой и неприятием себя. Уже это вполне достаточные основания для появления трудностей социально-психологического характера, связанных с установлением контактов и осуществлением продуктивного общения. Что собственно и фиксируется на поведенческом уровне в высоких показателях застенчивости и низких показателях общительности у аутоагрессивных подростков.

У меня возник вопрос: «имеют ли подростки с аутоагрессивными тенденциями какие-либо личностные особенности»? Поэтому целью моего исследования было**:** изучение личностных особенностей подростков12-14 лет с аутоагрессивными тенденциями.

**Гипотеза:** подростки с аутоагрессивными тенденциями имеют следующие личностные особенности – заниженную самооценку, интровертированность и меланхолики по типу темперамента.

Было проведено исследование личностных особенностей подростков 12-14 лет. Полученные результаты и их анализ представлены далее.

Всего опрошено 114 человек.

Выявлено без аутоагрессивных тенденций – 76 человек, 38 человек с аутоагрессивными тенденциями. Ответы с сомнительной достоверностью результатов отсутствуют.

Таким образом, из всей выборки склонны к самоповреждающему и саморазрушающему поведению 33 % (38 человек). Из них 15 (39%) человек имеют завышенную самооценку, 19 (50%) – адекватную, 4 (11%) – заниженную.

Из группы подростков без аутоагрессивных тенденций имеют адекватную самооценку 68%, завышенную – 18%, заниженную – 14%.

Среди подростков с аутоагрессией не имеют выраженных агрессивных тенденций 6 (16%) человек, 25 (66%) человек имеют агрессивные тенденции, 7 (18%) – проявляют агрессию во взаимоотношениях с другими людьми, склонны решать проблемы посредством насилия.

Среди подростков без аутоагрессивных тенденций не имеют выраженной агрессии 17 (45%) человек, 19 (50%) человек имеют агрессивные тенденции, 2 (5%) – проявляют агрессию во взаимоотношениях с другими людьми, склонны решать проблемы посредством насилия.

Среди подростков с аутоагрессивными тенденциями 64% холериков, 23 % сангвиников, 8 % меланхоликов, 5 % флегматиков, т.е. 87 % экстравертов и 13 % интровертов.

А без аутоагрессивных тенденций выявлено преобладание сангвиников – 45 %, 24 % холериков, 18 % флегматиков и 13 % меланхоликов. Также выявлено преобладание экстравертов – 68%, интровертов же – 32 %.

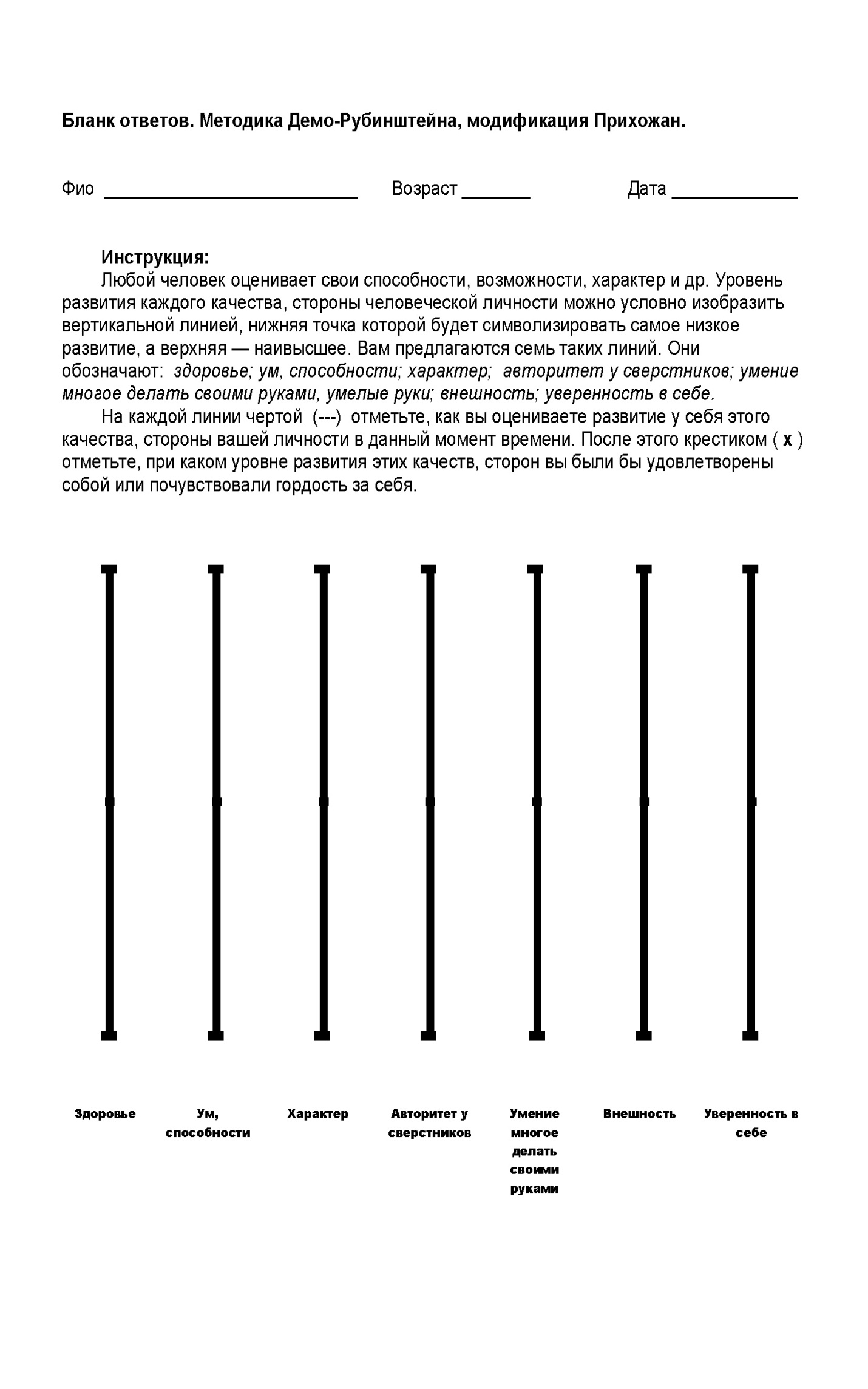
Таким образом, выдвинутая мною гипотеза не подтвердилась. Но, я планирую продолжить свое исследование.

**Список литературы**

1. Ипатов, Андрей Владимирович. Личность аутодеструктивного подростка. Исследование и Коррекция. Монография. — СПб.: Издательство «Аура Инфо», 2012 г.
2. Психологические аспекты профилактики аутоагрессивного поведения у обучающихся образовательных организаций: методическое пособие / сост.: В.В. Герасимова. – Казань: ИРО РТ, 2015.
3. Психология человека от рождения до смерти. Психологический атлас человека/ Под ред. А.А. Реана. – Спб.: Прайм-Еврознак, 2007.
4. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. — М., 1982
5. Дворникова И. Н., Куренкова Е. В. Особенности аутоагрессивного поведения подростков в современном обществе // Молодой ученый. — 2014. — №21.1.
6. Шустов, Дмитрий Иванович. Аутоагрессивность и иллюзия бессмертия // Журнал практической психологии и психоанализа. №1 март. — 2005.
7. Масагутов Р.M. Гендерные различия в проявлениях аутоагрессии у подростков // Вопросы психологии, - 2003, - №3.
8. Амбрумова, А. Г. Аутоагрессивное поведение подростков с различными формами социальных девиаций / А.Г. Амбрумо- ва, Е. Г. Трайнина, Н. А. Ратинова // Шестой Всероссийский съезд психиатров. – 1990.
9. Андроникова О.О. Основные характеристики подростков с самоповреждающим виктимным поведением // Вестник ТГПУ. – 2009. – №9 (87).
10. Психологический словарь. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.psychologies.ru/glossary/01/agressiya/>
11. Агрессивность человека: виды, причины и способы проявления [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://psyh.info/psihologiya-lichnosti/harakter/agressivnost.html
12. Темпераментальные особенности [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://psyera.ru/3437/temperamentalnye-osobennosti>
13. Уровень притязаний. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://works.doklad.ru/view/-7YY5JlCIhc.html>

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

**Приложение 1**



**Приложение 2**

**Бланк вопросов для мальчиков**

**Инструкция:**«Правильных» и «неправильных» ответов нет, так как каждый имеет право на своё мнение. Отвечайте точно и правдиво. Представляйте типичные ситуации, не задумывайтесь над деталями. Давайте первый естественный ответ, который приходит в голову. Свободно выражайте своё собственное мнение.

Отвечая на вопросы, отмечайте знаком V или + в бланке ответов в соответствующем столбике Ваш ответ «Да», если Вы согласны с утверждением, содержащемся в вопросе, или «Нет», если не согласны.

|  |
| --- |
| 1. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня. |
| 1. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-нибудь боевых действиях. |
| 1. Бывает, что я иногда ссорюсь с родителями. |
| 1. Тот, кто в детстве не дрался, вырастает «маменькиным сынком» и ничего не может добиться в жизни. |
| 1. Я бы взялся за опасную для жизни работу, если бы за неё хорошо заплатили. |
| 1. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте. |
| 1. Если бы мне пришлось стать военным, то я хотел бы быть лётчиком-истребителем. |
| 1. Я предпочёл бы работу, связанную с переменами и путешествиями, даже если она и опасна для жизни. |
| 1. Я всегда говорю только правду. |
| 1. Даже если я злюсь, я стараюсь не прибегать к ругательствам. |
| 1. Я думаю, что мне бы понравилось охотиться на львов. |
| 1. Если бы меня обидели, то я обязательно должен отомстить. |
| 1. Если мой приятель опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие. |
| 1. Мне обычно затрудняет работу требование сделать её к определённому сроку. |
| 1. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобнее, а не там. Где положено. |
| 1. Я иногда не слушаюсь родителей. |
| 1. Если при покупке автомобиля мне придётся выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность. |
| 1. Я думаю, что мне бы понравилось заниматься боксом. |
| 1. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях. |
| 1. Иногда мне так хочется сделать себе больно. |
| 1. Моё отношение к жизни хорошо описывает пословица «Семь раз отмерь, один раз отрежь». |
| 1. Я всегда покупаю билеты в общественном транспорте. |
| 1. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это не выгодно. |
| 1. Бывает, что мне так и хочется выругаться. |
| 1. Мне редко удаётся заставить себя продолжать работу после ряда обидных неудач. |
| 1. Если бы в наше время проводились бои гладиаторов, то я бы обязательно в них поучаствовал. |
| 1. Бывает, что иногда я говорю неправду. |
| 1. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно. |
| 1. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить. |
| 1. Если нет другого выхода, то спор можно разрешить и дракой. |
| 1. Если в кинофильме нет ни одной приличной драки – это плохое кино. |
| 1. Иногда я скучаю на уроках. |
| 1. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений. |
| 1. Если человек раздражает меня, то я готов высказать ему всё, что я о нём думаю. |
| 1. Мне бы понравилась профессия дрессировщика хищных зверей. |
| 1. Если уж ты сел за руль мотоцикла, то стоит ехать только очень быстро. |
| 1. Иногда я просто не могу удержаться от смеха, когда слышу неприличную шутку. |
| 1. Я часто огорчаюсь из-за мелочей. |
| 1. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко. |
| 1. Мне больше нравится читать о приключениях, чем о любовных историях. |
| 1. Мне легко заставить других людей бояться меня, и иногда ради забавы я это делаю. |
| 1. Я смог бы своей рукой казнить преступника, справедливо приговорённого к высшей мере наказания. |
| 1. Я хотел бы поучаствовать в автомобильных гонках. |
| 1. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить. |
| 1. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готов первым начать драку. |
| 1. Я могу вспомнить случаи, когда я был таким злым, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал её. |
| 1. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права. |
| 1. Мне понравилось бы прыгать с парашютом. |
| 1. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня. |
| 1. Я не получаю удовольствия от ощущения риска. |
| 1. Когда человек в пылу спора прибегает к «сильным» выражениям – это нормально. |
| 1. Я часто не могу сдержать свои чувства. |
| 1. Бывало, что я опаздывал на уроки. |
| 1. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной. |
| 1. Иногда случалось, что я не выполнял школьное домашнее задание. |
| 1. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения. |
| 1. Мне кажется, что я не способен ударить человека. |
| 1. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки. |
| 1. Иногда я бываю так раздражителен, что стучу по столу кулаком. |
| 1. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по настоящему проявить себя. |
| 1. Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твёрдо знал, что это не повредит моему здоровью и не повлечёт наказания. |
| 1. Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз. |
| 1. Когда я злюсь, то мне хочется кого-нибудь ударить. |
| 1. Я мог бы на спор влезть на высокую фабричную трубу. |
| 1. Временами я не могу справиться с желанием причинить боль другим людям. |
| 1. Я мог бы после небольших предварительных объяснений управлять вертолётом. |

Ключ - МУЖСКОЙ ВАРИАНТ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Шкала | Ответ «НЕТ» | Ответ «ДА» |
| 1. Шкала установки на социально-желательные ответы. | 1, 3, 5, 15, 16, 24, 27, 32, 37, 53, 55, 58 | 9, 22, 23 |
| 1. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению. | 17, 50 | 2, 5, 7, 8, 11, 19, 20, 26, 28, 35, 36, 40, 43, 48, 60, 61, 62, 64, 66 |
| 1. Шкала склонности к агрессии и насилию. | 10, 29, 49, 54 | 2, 4, 10, 11, 12, 18, 26, 30, 31, 33, 34, 35, 41, 42, 45, 46, 51, 59, 63, 65 |
| 1. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций. | 21 | 6, 13, 14, 25, 34, 38, 39, 44, 45, 46, 52, 56, 59, 63 |
| Некоторые пункты входят одновременно в несколько шкал опросника. | | |

Бланк вопросов для девочек

**Инструкция:**«Правильных» и «неправильных» ответов нет, так как каждый имеет право на своё мнение. Отвечайте точно и правдиво. Представляйте типичные ситуации, не задумывайтесь над деталями. Давайте первый естественный ответ, который приходит в голову. Свободно выражайте своё собственное мнение.

Отвечая на вопросы, отмечайте знаком V или + в бланке ответов в соответствующем столбике Ваш ответ «Да», если Вы согласны с утверждением, содержащемся в вопросе, или «Нет», если не согласны.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Бывает, что я откладываю на завтра то, что должна сделать сегодня. |
|  | Если бы была такая возможность, то я бы с удовольствием пошла служить в армию. |
|  | Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями. |
|  | Чтобы добиться своего, девушка иногда может и подраться. |
|  | Я бы взялась за опасную для здоровья работу, если бы за нее хорошо платили. |
|  | Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте. |
|  | Я иногда люблю посплетничать. |
|  | Мне нравятся профессии, связанные с риском для жизни. |
|  | Я предпочла бы работу, связанную с переменами и путешествиями, даже если она опасна для жизни. |
|  | Я всегда говорю только правду. |
|  | Даже если я злюсь, то стараюсь никого не ругать. |
|  | Я с удовольствием смотрю боевики. |
|  | Если меня обидели, то я обязательно должна отомстить. |
|  | Если моя подруга опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие. |
|  | Мне часто бывает трудно сделать роботу к точно определенному сроку. |
|  | Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено. |
|  | В автомобиле я больше ценю безопасность, чем скорость. |
|  | Я думаю, что мне понравилось бы заниматься каратэ или похожим видом спорта. |
|  | Я часто испытываю потребность в острых ощущениях. |
|  | Иногда мне так и хочется сделать себе больно. |
|  | Мое отношении к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь, один раз отрежь». |
|  | Я всегда плачу за проезд в общественном транспорте. |
|  | Я всегда выполняю обещания, даже если мне это не выгодно. |
|  | Бывает, что мне так и хочется выругаться. |
|  | Я часто не могу заставить себя продолжать какое-либо занятие после обидной неудачи. |
|  | Бывает, что иногда я говорю неправду. |
|  | Терпеть боль назло всем бывает даже приятно. |
|  | Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить. |
|  | Добиваться победы в споре нужно любой ценой. |
|  | Если в фильме нет ни одной приличной драки – это плохое кино. |
|  | Если человек раздражает меня, то я готова высказать ему все, что о нем думаю. |
|  | Во время путешествий и поездок я люблю отклонятся от обычных маршрутов. |
|  | Мне нравится ощущать скорость при быстрой езде на автомобиле и мотоцикле. |
|  | Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования. |
|  | Мне нравится иногда смущать и ставить в неловкое положение окружающих. |
|  | Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко. |
|  | Мне больше нравится читать о кровавых преступлениях или о катастрофах. |
|  | Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты. |
|  | Я бы хотела присутствовать при казни преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания. |
|  | Удовольствие – это главное, к чему стоит стремиться в жизни. |
|  | Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить. |
|  | Иногда у меня бывает такое настроение, что я готова первым начать драку. |
|  | Я могу вспомнить случаи, когда я настолько разозлилась, что хватала первую попавшуюся под руку вещь и ломала ее. |
|  | Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права. |
|  | Вредное воздействие алкоголя и табака на человека сильно преувеличивают. |
|  | Я получаю удовольствие, когда немного рискую. |
|  | Когда человек в пылу спора прибегает к ругательствам – это допустимо. |
|  | Я часто не могу сдержать свои чувства. |
|  | Бывало, что я опаздывала на уроки. |
|  | Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом. |
|  | Иногда случалось, что я не выполняла школьное домашнее задание. |
|  | Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения. |
|  | Бывают случаи, когда я могу ударить человека. |
|  | Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным. |
|  | Наивные простаки сами заслуживаю того, чтобы их обманывали. |
|  | Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя. |
|  | Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знала, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания. |
|  | Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз. |
|  | Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение. |
|  | Я думаю, что люди должны отказаться от всякого употребления спиртных напитков. |
|  | Иногда, если кто-то причиняет мне боль, то это бывает даже приятно. |
|  | Я бы с удовольствием занималась в бассейне прыжками с вышки. |
|  | Мне иногда не хочется жить. |
|  | Чтобы добиться успеха в жизни, девушка должна быть сильной и уметь постоять за себя. |
|  | Я люблю смотреть выступления боксеров. |
|  | Я могу ударить человека, если решу, что он серьезно оскорбил меня. |
|  | Я считаю, что уступить в споре – это значит показать свою слабость. |
|  | Мне нравится готовить, заниматься домашним хозяйством. |

Ключ - ЖЕНСКИЙ ВАРИАНТ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Шкала | Ответ «НЕТ» | Ответ «ДА» |
| 1. Шкала установки на социально-желательные ответы. | 1, 3, 7, 16, 24, 26, 35, 50, 52, 55 | 10, 22, 23 |
| 1. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению. | 17 | 2, 5, 8, 9, 19, 20, 27, 33, 34, 38, 41, 45, 46, 47, 57, 58, 59, 61, 63, 64 |
| 1. Шкала склонности к агрессии и насилию. | 11, 28 | 2, 4, 12, 13, 18, 29, 30, 31, 32, 33, 39, 40, 44, 48, 51, 54, 56, 60, 65, 66, 67, 68 |
| 1. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций. | 21 | 6, 14, 15, 25, 32, 36, 37, 42, 43, 44, 49, 53, 56, 60 |
| Некоторые пункты входят одновременно в несколько шкал опросника. | | |

**Приложение 3**

**Опросник Г. Айзенка по определению типа темперамента**

**Инструкция:** «Вам предлагается несколько вопросов. На каждый вопрос отвечайте только «да» или «нет». Не тратьте время на обсуждение вопросов, здесь не может быть хороших или плохих ответов, т.к. этот не испытание умственных способностей».

**Вопросы:**

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли вы  чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить, посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказаться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли сдерживаете свои обещания, даже если это вам невыгодно?
7. Часто ли у вас спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно говорите и действуете?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на «спор» вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что  разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли бывает, что  вы действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоит мысль о том, что вам не следовало что-нибудь делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречами с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас такие мысли, которыми вам бы не хотелось делиться с другими?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все  горит в руках, а иногда чувствуете усталость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом самых близких друзей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?
23. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?
24. Считаете ли вы все свои привычки хорошими?
25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлекаться в веселой компании?
26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?
27. Слывете ли вы человеком живым и веселым?
28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что смогли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя спокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Если вы хотите что-то узнать, вы предпочитаете сами найти это в книге, а не спросить у людей?
33. Бывает ли у вас сильное сердцебиение?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывает ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстродействия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли. Что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздываете ли вы когда-нибудь на учебу или на встречу  с кем-либо?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если долго не могли видеться с друзьями?
47. Вы нервный человек?
48. Есть ли среди ваших знакомых те,  которые явно вам не нравятся?
49. Вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает  критика ваших недостатков или  вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народу?
52. Беспокоит ли вас чувство, вы  чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

Обработка результатов.

Экстраверсия – находится сумма ответов «да» в вопросах: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56 и ответов «нет» в вопросах: 5, 15, 20, 29, 32, 37, 41, 51.

Если сумма баллов равна 0-10, то вы интроверт, замкнуты внутри себя.

Если 15-24, то вы экстраверт, общительны, обращены к внешнему миру.

Если 11-14. то вы амбиверт, общаетесь когда вам нужно.

Невротизм – находится количество ответов «да» в вопросах: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33. 38, 35. , 40, 43, 45, 50, 52, 55, 57.

Если кол-во ответов «да» равно 0-10, то - эмоциональная устойчивость.

Если 11-16, то – эмоциональная впечатлительность

Если 17-22, то появляются отдельные признаки расшатанности нервной системы.

Если 23-24, то невротизм, граничащий с патологией, возможен срыв нервоз.

Ложь – находится сумма баллов ответов «да» в вопросах: 6, 24, 36 и ответов  «нет2 в вопросах: 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Если набранное количество баллов 0-3 – норма человеческой лжи, ответам можно доверять.

Если 4 -5, то сомнительно.

Если 6-9, то ответы недостоверны.

Если ответам можно доверять.

 По полученным данным строится график

 Сангвиник-экстраверт: стабильная личность, социален, направлен к внешнему миру, общителен, порой болтлив, беззаботный, веселый, любит лидерство, много друзей,  жизнерадостен.

Холерик-экстраверт: нестабильная личность, обидчив, возбужден, несдержан, агрессивен, импульсивен, оптимистичен, активен, но работоспособность и настроение нестабильны, цикличны. В ситуациях стресса – склонность к истерикам, психопатическим реакциям.

Флегматик-интроверт: стабильная личность, медлителен, спокоен, пассивен, невозмутим, осторожен, задумчив, мирный, сдержанный, надежный, спокойный в отношениях, способен выдержать длительные невзгоды без срывов  здоровья и настроения

Меланхолик-интроверт: нестабильная личность, тревожен, пессимистичен, очень сдержан внешне, но чувствителен и эмоционален внутри, интеллектуальный, склонен к размышлениям. В ситуации стресса - склонность к внутренней тревоге, депрессии, срыву или ухудшению результатов деятельности (стресс кролика).