ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ ЛИЧНОСТНОЙ АГРЕССИИ

Хайдарова Сарвиноз Сайдуллаевна,

преподаватель кафедры Психология

Термезского государственного университета.

Очилова Шахноза

студентка Термезского государственного университета.

Аннотация: Проблема изучения личностной агрессии в психологии.

Ключевые слова: Фгрессия личности, психология, подростковый возраст, агрессивное поведение.

Введение. В повседневной жизни агрессия воспринимается людьми как сугубо негативное проявление человеческой природы. Понятие этого явления и его описание в клинической психологии и психиатрии также имеют негативное значение. Сюда входят разрушения, повреждения, физические и душевные страдания. Согласно принятым формулам, агрессия – это действия и высказывания, направленные на причинение вреда другому существу, причинение душевной и физической боли.

Анализ литературы по теме. В то же время само слово «агрессия» (от греч. «агреди») означает «идущий вперед», «приближающийся». Проблема личной агрессии актуальна на протяжении всего существования человечества. Потому что она затрагивает всех и является причиной многих бедствий и преступлений.

Методология исследования. Агрессивное поведение в течение жизни подростка свойственно человеку, которого нелегко преодолеть. Преодоление этих агрессивных импульсов важно для построения социальных связей и личного благополучия. Поэтому проблема личностной агрессии особенно актуальна, выходит на первый план в научном осмыслении, и ее дальнейшее изучение неизбежно. Подростковый возраст является благоприятным периодом для формирования самооценки человека, поскольку самообладание человека приводит к повышению физического и психического здоровья и осознание себя полноценным членом общества. Во многих психологических исследованиях подросткового возраста проблема адекватного саморазвития изучается наиболее глубоко. Этот век является центральным периодом в формировании системы мировосприятия, определенных черт характера и социального интеллекта. Кроме того, он определяет социальную адаптацию человека, является регулятором поведения и деятельности, выполняет защитную функцию, воздействующую на поведение и развитие человека. Агрессивное поведение – это целенаправленное, деструктивное поведение, нарушающее нормы и правила и направленное на нанесение вреда другому человеку. Агрессия – это специфический человеческий поступок, выраженный в физической или словесной форме. Чтобы лучше понять проблему, давайте перейдем к ее теоретическим подходам. Эта проблема начинается с психоаналитического подхода. Основоположником этой теории был Зигмунд Фрейд, считавший, что агрессивность – это инстинктивное проявление. У человека есть два сильнейших инстинкта: сексуальный (либидо) и инстинкт смерти (тонатос). Первая энергия направлена на создание и умножение жизни. Вторая энергия направлена на разрушение и прекращение жизни. Он утверждал, что человеческое поведение представляет собой борьбу между этими двумя энергиями.

Поскольку существует острый конфликт между поддержанием жизни (эрос) и ее разрушением (танатос), другие механизмы служат для направления энергии танатоса наружу, в сторону «Я». Если энергия не выходит наружу, это вскоре приведет к самоуничтожению личности. Таким образом, танатос косвенно способствует тому, что агрессия замыкается и направлена на других.

Снижение вероятности опасного поведения может сопровождаться появлением эмоций.

Далее рассмотрим экологический подход, по-новому прозвучавший в работах К. Лоренца, который следовал эволюционному подходу к пониманию агрессии, сходному с позицией З. Фрейда. Лоренц считал, что агрессия — это прежде всего врожденный инстинкт борьбы за жизнь, существующий у человека и животных. Он считал, что энергия агрессии, источником которой является инстинкт борьбы за жизнь, вырабатывается в организме сама собой, непрерывно, с постоянной скоростью и регулярно накапливается в течение жизни.

Анализ и результаты. Таким образом, проявление явных агрессивных действий является совместной задачей: 1. Накопленная агрессивность. 2. Поощрение снижения агрессии.

Но сейчас есть агрессивная энергия. Для возникновения агрессии требуется меньше внешних раздражителей, а это означает, что агрессивное поведение может проявляться спонтанно. Лоренц отметил, что помимо врожденного инстинкта борьбы все существа обладают способностью подавлять свои побуждения, то есть у них есть ограничительный механизм, не позволяющий им атаковать представителей своего вида. С другой стороны, люди имеют более слабый ограничивающий механизм, чем животные. Следовательно, технический прогресс (оружие массового поражения) может привести к самоуничтожению всего человеческого рода. Снижение агрессивной энергии может быть связано с целым рядом факторов. Кроме того, Лоренц подчеркивал, что любовь и дружба являются неотъемлемой частью жизни, а агрессия проявляется в реальной жизни и во взаимодействии с людьми. В реальной жизни и при общении с людьми сочетается с проявлениями агрессии. Предложеное Д. Доллардом теория разочарования, противоречит теориям Фрейда и Лоренца. При таком подходе агрессия рассматривается как ситуативный процесс, а его основные закономерности заключаются в следующем: неуверенность всегда приводит к агрессии в той или иной форме.

Агрессия всегда является результатом разочарования. Для повышения агрессии важны три фактора: 1. Уровень ожидаемого от субъекта удовлетворения от достижения будущей цели; 2. Сила препятствия для достижения цели; 3. Количество последовательных разочарований. Чем больше удовольствия получает субъект, тем сильнее барьер и чем больше количество заблокированных реакций, тем сильнее побуждение к агрессивному поведению. Если фрустрации следуют друг за другом, их сила может накапливаться, и это может привести к агрессивной реакции наибольшей силы. Доллард и его последователи пришли к выводу, что такое поведение не проявляется одновременно с фрустрацией, но люди не всегда агрессивно реагируют на ситуации фрустрации.

Выводы и предложения. Таким образом, на человека, ограниченного от агрессии по отношению к фрустратору сильным страхом перед наказанием, перенаправляющим его на другие цели своих изменений - сдерживающий фактор не действует. Когнитивные

теории агрессии делают акцент на эмоционально-когнитивных процессах в проявлении агрессивного поведения. В частности, по Берковицу, отрицательные раздражители (боль, дискомфорт, неприятные запахи и др.) вызывают когнитивную обработку и агрессивные реакции, оказывают негативное влияние. То есть агрессия возникает из-за негативной реакции. Зиллман утверждает, что «познание и возбуждение тесно связаны и влияют друг на друга на протяжении всего переживания страдания», заявил, что он может это сделать. Теория социального научения, в отличие от других, подчеркивает, что агрессия становится поведением посредством социализации и социального подкрепления. Эта теория была предложена Бандурой и объясняла приобретение, провокацию и регуляцию агрессивного поведения. С его точки зрения, анализ агрессивного поведения требует трех вещей: 1. Способов овладения такими действиями; 2. Факторы, вызывающие их появление; 3. Это определенные условия. Поэтому при обучении детей агрессивному поведению большое внимание уделяется воспитанию, влиянию посредников первичной социализации, то есть родителей. В частности, было показано, что родительское поведение действует как модель агрессии, и что агрессивные родители склонны иметь агрессивных детей. В этой теории также подчеркивается, что масштабное овладение человеком агрессивными реакциями является прямым поощрением такого поведения. Вознаграждение за агрессивные действия увеличивает вероятность повторения таких действий в будущем. При этом необходима эффективная агрессия, то есть успех в применении агрессивных действий. Социальные поощрения и наказания стимулируют агрессию. Самореклама и самонаказание являются примерами открытой агрессии, которая контролируется наградами и наказаниями, которые человек устанавливает для себя. Следует отметить, что эта теория оставляет много места для предотвращения и контроля человеческой агрессии. Этому есть две причины: 1. Согласно теории, агрессия – это приобретенная модель социального поведения. Поэтому его можно ослабить приказом (устранением условий). 2. Социальное научение предполагает, что агрессия проявляется людьми только в определенных социальных условиях. В то же время теория социального научения является эффективным способом устранения агрессивного поведения.

Литература:

1.Baymuradov .N Amaliy psixologiya T.” Yangi asr avlodi ” 2008.- 316 b -78-79b.

2.G’oziev E.E.Ontogenez psixologiyasi T. 2015.-286 b- 144b

3.Ya.M.Fayziev E.H.Eshboev Umumiy va tibbiy psixologiya T.Abu ali ibn sino nomidagi tibbiyot nashri 2003 Yil 143 b-12b

4.E.E.G’oziev Umimiy psixologiya 1 kitob T.2002 238 b- 89 b

5.M.E. Zufarova Umimiy psixologiya T.O’zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti 2010 .-304b-266-b.

6. Смирнова Е.О., Хузеева Г.Р. Психологические особенности и варианты детской агрессивности//Вопросы психологии. - 2002. - №1. С. 17