

**Валентина Игоревна Охупкина,
Екатерина Павловна Кириллова**
г. Киров

Взаимосвязь агрессивности и ощущения счастья у подростков

Счастье – одна из главных ценностей в жизни человека. Стремление к нему составляет неотъемлемую часть природы людей. В настоящее время в социуме ощущается дефицит счастья, поскольку жизнь современного человека наполнена потоком стрессовых ситуаций, негативных новостей, возрастающих требований. Данным отрицательным воздействиям особенно подвластны несовершеннолетние, в частности подростки. Подростковый возраст – кризисный период в жизни каждого человека, в организме происходят не только физиологические, но и психологические изменения. Агрессивность подростков – протест против действительности, стремление самоутвердиться. Склонность к агрессивному поведению, перепады настроения, негативизм оказывают воздействие на ощущение подростками счастья.

В статье рассмотрены особенности агрессивности и ощущения счастья в подростковом возрасте, а также воздействие данных показателей друг на друга. Выдвигаемой гипотезой эмпирического исследования, результаты которого представлены в работе, является существование взаимосвязи агрессивности и ощущения счастья у подростков: чем ниже уровень агрессивности, тем выше уровень ощущения счастья. В статье описана организация психологического исследования и использованные диагностические методы. Представлены результаты качественного и количественного анализа исследования взаимосвязи агрессивности и ощущения счастья у респондентов – подростков в возрасте 16-17 лет (по периодизации Д.Б. Эльконина).

Ключевые слова: агрессивность, ощущение счастья, подростковый возраст, взаимосвязь, уровень.

**Valentina Igorevna Okhapkina,
Ekaterina Pavlovna Kirillova**
Kirov

Correlation of adolescents' aggressiveness and happiness

Happiness is one of the main values in human life. The aspiration for it is an inseparable part of human nature. Nowadays there is a shortage of happiness in society. The life of a person is filled with a stream of stressful situations, negative news and increasing demands. These negative impacts especially affect minors, in particular adolescents. Adolescent years is a critical period in every person's life. Not only physiological but also psychological changes occur in the body. The adolescents' aggressiveness is a protest against reality, the desire to establish themselves. The tendency toward aggressive behavior, mood swings, negativism influence on adolescents' happiness.

The article considers the features of aggressiveness and a sense of happiness in adolescence and also the impact of aspects on each other. The proposed hypothesis of empirical research is the existence of a link between aggressiveness and a happiness in adolescents. The results of the hypothesis are presented in research. When the level of aggressiveness is lower, the level of happiness is higher. The article describes the organization of psychological research and the diagnostic methods that were used. The results of a qualitative and quantitative analysis of the study on the link between aggressiveness and happiness in adolescents aged 16-17 years (according to the D.B. Elkonin periodization) are presented.

Keywords: aggressiveness, happiness, adolescence, link, level.

Феномен счастья вызывал интерес с давних пор, но особенно актуально стало его исследование в последние годы.

Изучению счастья посвящено множество исследований в рамках таких наук, как философия, социология, психология. Одним из первых, кто упомянул о счастье, стал древнегреческий философ Демокрит. В его понимании, счастье – особенное состояние души, для которого характерны хорошее настроение, баланс, гармония, симметрия, бесстрашие и уравновешенность. Демокрит считал, что ценность счастья заключается в мудрости и спокойствии [7, С. 2].

Автор теории счастья и монографии «Психология счастья», М. Аргайл определял счастье, как единый фактор человеческого опыта, который состоит из трёх частей, во многом не зависящих один от другого. Он говорил об удовлетворённости жизнью, наличии положительных и отсутствию отрицательных эмоций [5, С. 1].

Счастье не является чем-то объективным, это субъективное переживание, так, как только сам человек может установить, что является счастьем, и определить, счастлив ли он. Счастье – позитивное чувство, доставляющее больше удовольствия, а не мысль, не проект, не воспоминание. Ощущение счастья – человеческое качество, у животных нет предрасположенности к этому, а вот у человека существует «чувство счастья». Оно выражается приподнятостью настроения, лёгкостью, беззаботностью и наполненностью. Только для человека счастье имеет большое значение, становясь вершиной возможностей его переживаний [8, С. 9].

Формирование ощущения счастья происходит под влиянием факторов благополучной жизни, к которым относятся положительные отношения в семье, хорошее образование, здоровье, возможность регулярного общения, самовыражения и самоутверждения, материальный достаток, интересная и хорошо оплачиваемая работа. Полнота и

устойчивость ощущения счастья определяется целеустремленностью, активностью и энергией человека. Также большое влияние на формирование ощущения счастья оказывает степень увлеченности человека работой или другим делом, занятием. Включенность человека в широкие сети взаимодействия и взаимопомощи является ещё одним фактором, обеспечивающим полноценное ощущение счастья [4, С. 88].

Отсутствие положительно окрашенных эмоций и замена их отрицательными в связи с большим количеством негативных новостей, стрессогенных факторов в современном обществе влечёт за собой дефицит ощущения счастья. Наиболее восприимчивой группой являются подростки.

Подростковый период – переходный, трудный, критический и переломный – это связано с важностью и сложностью процессов, которые происходят в этом возрасте, а также с переходом от одной жизненной стадии к другой. Переход от детства к взрослой жизни связан с развитием всех сторон: физической, умственной, нравственной, социальной. Во всех направлениях формируется качественно новое образование, появляются элементы взрослости, меняются отношения с взрослыми и товарищами, а также самосознание [1, С. 113].

Эмоциональная чувствительность и неуравновешенность, свойственные подросткам, обуславливают характер импульсивных действий. По мнению М.Л. Мельниковой, подростковый возраст – наиболее сензитивный период в плане проявления агрессивности, так как к этому возрасту уже сформированы и достаточно устойчивы свойства личности, в числе которых агрессивность, которые влияют на возникновение соответствующей формы поведения. Именно в подростковом возрасте внешняя детерминация в виде модели агрессивного поведения, как наиболее успешной формы активности среди сверстников имеет высокую значимость [2, С. 28].

Вслед за Н.И. Конюховым под агрессивностью мы будем понимать «качество человека, выражающееся в проявлении враждебности, негативных чувств по отношению к другим людям, стремлении к насильственным действиям по отношению к окружающим людям или объектам. Агрессивность может являться формой снятия внутреннего

напряжения, а также формой проявления патопсихологических личностных процессов» [6, С. 2].

Становление агрессивного поведения у подростков – сложный процесс, в котором участвуют многие факторы. Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, а также массовой информации. Дети учатся агрессивному поведению, как посредством прямых подкреплений, так и путем наблюдения агрессивных действий, пытаясь пресечь негативные отношения между своими детьми, родители могут ненамеренно поощрять то самое поведение, от которого хотят избавиться. Родители, которые применяют крайние суровые наказания и не контролирующие занятия детей, могут обнаружить, что их дети агрессивны и непослушны [3, С. 2].

В данной работе мы предполагаем, что существует взаимосвязь между агрессивностью и ощущением счастья у подростков, при чём, чем ниже уровень агрессивности, тем выше уровень ощущения счастья.

Исследование проводилось в одной из школ г. Кирова. В качестве респондентов выступили ученики 10-х классов (N = 71) в возрасте 16-17 лет (из них 49 девочек и 22 мальчика).

При изучении взаимосвязи агрессивности и ощущения счастья были использованы следующие методики: опросник уровня агрессивности А. Басса, А. Дарки, Фрайбургский многофакторный личностный опросник GPI, обновлённый Оксфордский опросник счастья, тест счастья С. Любомирски, авторская анкета, предназначенная для выявления представлений подростков о счастье.

Представим результаты анализа ответов респондентов по каждому опроснику в отдельности.

В первую очередь, рассмотрим полученные результаты по опроснику уровня агрессивности А. Басса и А. Дарки. В исследовании нас особо интересует процентное распределение респондентов по уровням индекса агрессивности. Отметим, что индекс агрессивности складывается из суммы таких шкал, как «Физическая агрессия», «Раздражение» и «Вербальная агрессия», поэтому процентное распределение по ним не оставим в стороне. Также стоит обратить внимание на результаты распределения по уровням косвенной агрессии. Результаты процентного распределения респондентов по уровням индекса агрессивности и шкалам опросника представлены в таблице 1.

Таблица 1

Процентное распределение респондентов по уровням индекса агрессивности и шкалам опросника уровня агрессивности А. Басса и А. Дарки

	Индекс агрессивности	Физическая агрессия	Раздражение	Вербальная агрессия	Косвенная агрессия
Низкий уровень	9%	44%	5%	5%	5%
Средний уровень	42%	24%	28%	37%	47%
Повышенный уровень	41%	21%	34%	41%	34%
Высокий уровень	1%	4%	9%	4%	13%
Очень высокий уровень	7%	7%	24%	13%	1%

Анализируя таблицу, можно сделать вывод о том, у 42% респондентов выявлен средний уровень индекса агрессивности. У подростков со средним уровнем индекса агрессивности существует вероятность того, что в критической, сложной ситуации они будут вести себя и действовать агрессивно, но после того, как успокаиваются, зачастую, просят прощения за свою несдержанность. Именно данной особенностью подростки со средним уровнем индекса агрессивности отличаются от подростков с высоким уровнем. Также обратим внимание на то, что большое количество участников исследования (41%) обладают повышенным уровнем индекса агрессивности.

Ответы преобладающего большинства респондентов (44%) свидетельствуют о низком уровне физической агрессии. Подростки с низким уровнем физической агрессии крайне редко используют против другого человека физическую силу. Мы можем предположить, что преобладание в выборке низкого уровня физической агрессии связано с высоким самоконтролем и уровнем культурного развития участников исследования.

34% участников исследования присущ повышенный уровень раздражения. Для таких подростков свойственна готовность к проявлению вспыльчивости, резкости, грубости при малейшем возбуждении. Повышенный уровень раздражения в данной выборке может быть выявлен в связи с тем, что

подросток сдерживает физическую агрессию и становится более напряженным и возбужденным.

Большинству (41%) респондентов присущ повышенный уровень вербальной агрессии. Повышенный уровень вербальной агрессии у подростков свидетельствует о том, что им свойственно выражение негативных чувств как через форму (ссоры, крики, визг), так и через содержание словесных ответов (упреки, угрозы, проклятья, ругань, насмешки). Как мы можем видеть, у 47% респондентов преобладает средний уровень косвенной агрессии. У таких подростков иногда происходят взрывы ярости в крике, они могут посплетничать, злобно пошутить об окружающих, топтать ногами, бить кулаком по столу. Респонденты понимают, что выражать агрессию в форме нанесения телесных повреждений в их возрасте уже неправильно, а отрицательные эмоции накапливаются и им нужен выход, тогда подростки находят способ в психологической разрядке за счёт словесной формы выражения негативных чувств или за счёт переноса агрессии с другого человека на окружающие предметы.

Обратим внимание на результаты Фрайбургского многофакторного личностного опросника, а именно на шкалы «Спонтанная агрессивность», «Реактивная агрессивность» и «Раздражительность». Результаты процентного распределения респондентов по уровням шкал Фрайбургского многофакторного личностного опросника представлены в таблице 2.

Таблица 2

Процентное распределение респондентов по уровням шкал Фрайбургского многофакторного личностного опросника

	Спонтанная агрессивность	Реактивная агрессивность	Раздражительность
Низкий уровень	23%	10%	23%
Средний уровень	28%	45%	28%
Высокий уровень	49%	45%	49%

С учётом ответов участников исследования можно говорить о преобладании у большинства респондентов (49%) высокого уровня спонтанной агрессивности. Высокие уровни свидетельствуют о повышенном уровне психопатизации, который создает предпосылки для импульсивного поведения.

Большинству участников исследования (по 45%) присущ средний и высокий уровни реактивной агрессивности. У данных подростков высок уровень психопатизации, которая характеризуется агрессивным отношением к социальному окружению и выраженным стремлением к доминированию.

49% респондентов обладают высоким уровнем раздражительности. Для таких подростков свойственно неустойчивое эмоциональное состояние со склонностью к аффективному реагированию.

Таким образом, мы можем сделать вывод о том, что по результатам опросника уровня агрессив-

ности А. Басса и А. Дарки подросткам присущ низкий уровень физической агрессии, средний уровень индекса агрессивности и косвенной агрессии, повышенный уровень вербальной агрессии и раздражения, а по данным Фрайбургского многофакторного личностного опросника – средний и высокий уровни реактивной агрессивности, высокий уровень спонтанной агрессивности и раздражительности. Перед тем как перейти к корреляционному анализу, нам также необходимо проанализировать ответы респондентов по методикам, направленным на изучение уровня счастья и представлений респондентов о нём.

Следующей методикой, результаты которой мы рассмотрим, будет обновлённый Оксфордский опросник счастья.

Процентное распределение респондентов по уровням счастья показано на рисунке 1.

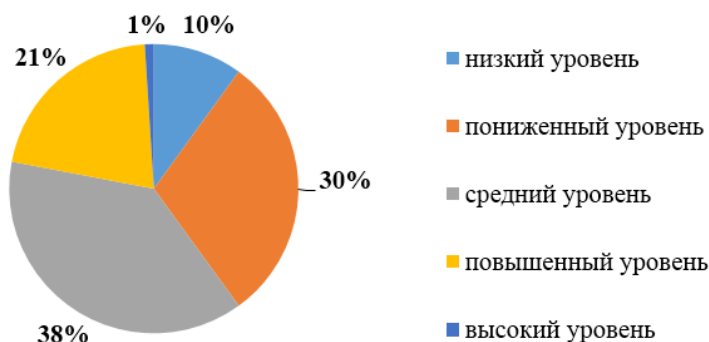


Рис. 1. Процентное распределение респондентов по уровням счастья

С учетом ответов участников исследования можно говорить о преобладании у 38% респондентов среднего уровня счастья.

Данные процентного распределения респондентов по уровням субъективного благополучия представлены на рисунке 2.

Как мы можем видеть, у большинства респондентов (31%) наблюдается средний уровень субъективного счастья.

Для анализа полученных ответов на вопросы 1, 3 – 6 и 8 авторской анкеты, предназначенной для выявления представлений подростков о счастье, был использован контент – анализа.

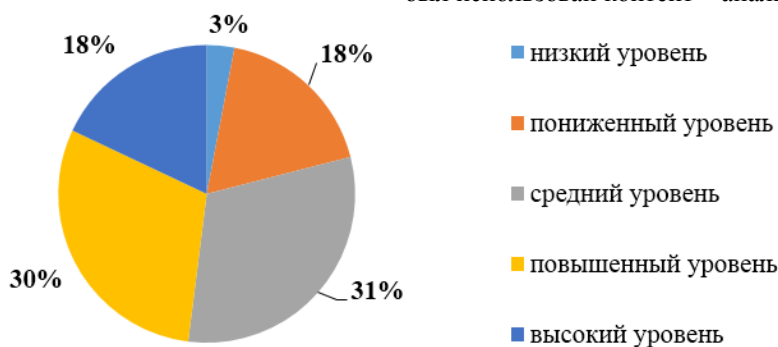


Рис. 2. Процентное распределение респондентов по уровням субъективного благополучия

Для большинства подростков счастьем является удовлетворённость жизнью. Многих из респондентов счастливыми делают окружающие люди, члены семьи, друзья и общение с ними. Большинству подростков для того, чтобы ощущать себя счастливыми, всего хватает. По мнению многих участников исследования, счастливый человек испытывает приятные ощущения, у него хорошее настроение, на лице улыбка, он часто смеётся, счастлив и рад. Добиться ощущения счастья, с точки зрения преобладающей части опрошенных, можно, если жить для себя, верить в свои силы и

делать то, что приносит удовольствие. Главная рекомендация респондентов – чтобы стать счастливым, нужно узнать себя лучше, найти гармонию с собой, наслаждаться собой и окружением, жить так, как хочется, и радовать себя.

Необходимо также проанализировать ответы респондентов на закрытые вопросы №2 и №7.

В вопросе №2 участники исследования оценивали, как часто они чувствуют себя счастливыми. Процентное распределение респондентов в соответствии с ответами на вопрос №2 авторской анкеты показано на рисунке 3.

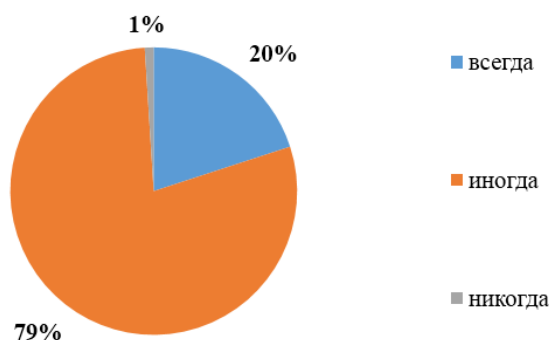


Рис. 3. Процентное распределение респондентов в соответствии с ответами на вопрос №2 авторской анкеты

С учетом ответов участников исследования можно говорить о преобладании у них ответа «иногда» на вопрос «Как часто ты чувствуешь себя счастливым?», что свидетельствует о том, что периодически у подростков происходят счастливые моменты, но это происходит не на постоянной основе.



Рис. 4. Процентное распределение респондентов в соответствии с ответами на вопрос №7 авторской анкеты

Анализируя диаграмму процентного распределения респондентов в соответствии с ответами на вопрос №7 авторской анкеты, можно говорить о том, что большинство респондентов считает, что счастье человека в его руках.

Таким образом, в данной выборке у респондентов выявлен средний уровень счастья и средний уровень субъективного счастья. Также отметим, что преобладающее большинство подростков иногда чувствуют себя счастливыми.

В вопросе №7 подростки высказывали своё мнение относительно вопроса «Счастье человека в его руках?». Данные процентного распределения респондентов в соответствии с ответами на вопрос №7 авторской анкеты представлены на рисунке 4.

Для выявления взаимосвязи между агрессивностью и ощущением счастья был использован линейный коэффициент корреляции Пирсона. Корреляционный анализ был проведён между всеми методиками, наиболее показательным для нашего исследования оказался статистический анализ между ответами на вопрос №2, «Как часто ты чувствуешь себя счастливым?», авторской анкеты и опросником уровня агрессивности А. Басса и А. Дарки. Результаты данной корреляционной взаимосвязи представлены в таблице 3.

Таблица 3

Корреляционная взаимосвязь между ответами на вопрос №2 авторской анкеты, предназначенной для выявления представлений подростков о счастье, индексами враждебности, агрессивности и шкалами опросника уровня агрессивности А. Басса и А. Дарки

	Как часто ты чувствуешь себя счастливым?
Индекс враждебности	0,030
Индекс агрессивности	0,012
Физическая агрессия	0,154
Косвенная агрессия	0,099
Раздражение	-0,141
Негативизм	-,253*
Обида	-0,145
Подозрительность	0,007
Вербальная агрессия	-,259*
Чувство вины	-0,048

*. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя)

Была выявлена обратная, слабая, но значимая корреляционная связь между ответом на вопрос №2 авторской анкеты и негативизмом (выше негативизм, реже человек чувствует себя счастливым). Обратная, слабая, значимая связь также обнаружена между ответом на вопрос №2 авторской анкеты и вербальной агрессией, то есть, чем ниже вербальная агрессия, тем выше ощущение счастья. В связи с этим, мы можем сделать вывод о том, что подростки, которые не выражают негативные чувства через крик, проклятия и угрозы, чаще чувствуют себя счастливыми и могут назвать себя

счастливыми людьми. Выявленные корреляционные связи имеют двухсторонний характер, что позволяет говорить о взаимном влиянии друг на друга.

Таким образом, с помощью корреляционного анализа гипотеза, выдвинутая в данной статье, была частично доказана, поскольку вербальная агрессия обратно коррелирует с частотой ощущения себя счастливым у респондентов подросткового возраста.

Перспективой исследования является расширение выборки, тогда существует вероятность появления наиболее высокой и часто встречающейся корреляции между агрессивностью и ощущением счастья.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бабаев, Т.М. Психологические особенности агрессивности школьников-подростков и студентов / Т.М. Бабаев. – Текст : непосредственный // Акмеология. – 2016. – № 3 (59).
2. Жигалина, Е.В. Агрессия в подростковом возрасте / Е.В. Жигалина – Текст : электронный // Вестник науки и творчества. – 2016. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/agressiya-v-podrostkovom-vozraste/viewer> (дата обращения: 22.02.2022).
3. Капитанец, Е.Г. Влияние тревожности на агрессивное поведение подростков / Е.Г. Капитанец, К.М. Девятова – Текст : электронный // Концепт : науч.-метод. электрон. журн. – 2016. – Т. 7. – 61-65 с. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56090.htm> (дата обращения: 02.03.2021).
4. Козырева, П.М. Счастье осмысленное и спонтанное / П.М. Козырева, А.И. Смирнов. – Текст : электронный // Социологическая наука и социальная практика. – 2017. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/schastie-osmyslennoe-i-spontanoe/viewer> (дата обращения: 18.02.2022).
5. Колесов, С.Г. Психологическая теория счастья и активность личности / С.Г. Колесов. – Текст : электронный // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2011. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-teoriya-schastya-i-aktivnost-lichnosti/viewer> (дата обращения: 18.02.2022).
6. Конохов, Н.И. Прикладные аспекты современной психологии: термины, концепции, методы / Н.И. Конохов. – Москва, 1992. – 100 с. – Текст : непосредственный.
7. Маннапова, И. Понятие счастья в древнегреческой философии / И. Маннапова, И. Шайхутдинова. – Текст : электронный // Скиф. Вопросы студенческой науки. – 2019. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-schastya-v-drevnegrecheskoy-filosofii/viewer> (дата обращения: 18.02.2022).
8. Längle, A. Why sensing meaning connects with happiness / A. Längle. – Text : electronic // St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work. – 2015. – Vol. 23, № 1. – P. 7–15.

REFERENCES

1. Babaev T.M. Psihologicheskie osobennosti agressivnosti shkol'nikov-podrostkov i studentov [Psychological features of aggressiveness of schoolchildren-teenagers and students]. *Akmeologija [Acmeology]*, 2016, no. 3 (59).
2. Zhigalina E. V. Agressija v podrostkovom vozraste [Aggression in adolescence]. *Vestnik Nauki i Tvorchestva [Bulletin of Science and Creativity]*, 2016. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/agressiya-v-podrostkovom-vozraste/viewer> (Accessed 22.02.2022).
3. Kapitanets E.G., Devyatova K.M. Vlijanie trevozhnosti na agressivnoe povedenie podrostkov [The influence of anxiety on aggressive behavior of adolescents]. *Koncept: nauch.-metod. jelektron. zhurn [Concept]*, 2016, vol. 7, pp. 61–65. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56090.htm> (Accessed 02.03.2021).
4. Kozyreva P.M., Smirnov A.I. Schast'e osmyslennoe i spontanoe [Meaningful and spontaneous happiness]. *Sociologicheskaja nauka i social'naja praktika [Sociological science and social practice]*, 2017. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/schastie-osmyslennoe-i-spontanoe/viewer> (Accessed 18.02.2022).
5. Kolesov S. G. Psihologicheskaja teorija schast'ja i aktivnost' lichnosti [Psychological theory of happiness and personality activity]. *Aktual'nye problemy gumanitarnyh i estestvennyh nauk [Actual problems of humanities and natural sciences]*, 2011. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-teoriya-schastya-i-aktivnost-lichnosti/viewer> (Accessed 18.02.2022).
6. Konyukhov N.I. Prikladnye aspekty sovremennoj psihologii: terminy, koncepcii, metody [Applied aspects of modern psychology: terms, concepts, methods]. Moscow, 1992. 100 p.
7. Mannapova I., Shaikhytdinova I. Ponjatie schast'ja v drevnegrecheskoy filosofii [The concept of happiness in ancient Greek philosophy]. *Skif. Voprosy studencheskoj nauki [Skif. Questions of student science]*, 2019. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-schastya-v-drevnegrecheskoy-filosofii/viewer> (Accessed 18.02.2022).
8. Längle, A. Why sensing meaning connects with happiness. *St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work*, 2015, vol. 23, no. 1, pp. 7–15.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

В.И. Охупкина, студент, ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», г. Киров, Россия, e-mail: okharkina2000@mail.ru, ORCID: 0000-0001-8596-1457.

Е.П. Кириллова, доцент кафедры психологии, ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», г. Киров, Россия, e-mail: ep_kirillova@vyatsu.ru, ORCID: 0000-0002-6637-5679.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:

V.I. Okharkina, Student, Vyatka State University, Kirov, Russia, e-mail: okharkina2000@mail.ru, ORCID: 0000-0001-8596-1457.

E.P. Kirillova, Associate Professor, Department of Psychology, Vyatka State University, Kirov, Russia, e-mail: ep_kirillova@vyatsu.ru, ORCID: 0000-0002-6637-5679.