

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
Среднего профессионального образования города Москвы  
«Медицинский колледж №3  
Департамента здравоохранения города Москвы»

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА  
ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ  
НА ТЕМУ  
«АГРЕССИЯ: ПРИЧИНЕНИЕ ВРЕДА ДРУГИМ»**

**Специальность:  
060101 - Лечебное дело  
Дисциплина:  
«Психология»**



**Москва 2012**

## СОДЕРЖАНИЕ

### **Введение**

#### **Методический блок**

Мотивация темы

Цели изучения темы

Хронокарта занятия

Оснащение практического занятия

Междисциплинарные связи

Внутридисциплинарные связи

#### **Информационный блок**

Глоссарий

#### **Контролирующий блок**

Контроль исходного уровня знаний

Контроль выполнения самостоятельной работы

Задания выходного контроля знаний и практических умений

#### **Домашнее задание**

#### **Список литературы**

#### **Приложения**

Тест эмоций

Список тем устных сообщений

## ВВЕДЕНИЕ.

В регуляцию человеческих взаимоотношений включается система оценок действий и поступков друг друга, а также собственных усилий, предпринимаемых по отношению к другим людям. Относительность этих оценок обсуждалась на протяжении существования всего человечества в философии, религии, литературе и юриспруденции, отражая привычную для человеческих отношений неоднозначность устанавливаемых норм. То, что с точки зрения одного человека представлялось необходимым, с точки зрения другого человека может считаться неприемлемым и даже вредным; то, что приемлемо в одной культуре, может оказаться чуждым и порочным для другой.

Одной из важнейших характеристик действий и поступков, определяющих устанавливаемые взаимоотношения между людьми, а также эффективность индивидуального личностного развития, является *агрессивность*, как черта характера, а также *агрессия*, как действие индивидуума. Именно агрессивное поведение в свете последних мировых тенденций развития всевозможных вооруженных конфликтов и роста насилия относится к числу наиболее серьезных проблем, перед которыми сегодня оказалось цивилизованное человечество.

На протяжении веков лучшие умы человечества занимали вопросы: почему люди действуют агрессивно и какие меры необходимо принять для того, чтобы предотвратить или взять под контроль подобное деструктивное поведение? Что есть разрушительное в человеке, каковы истоки произрастания зла в человеке как индивиде, в социуме, в истории, в жизни всего человеческого рода?

## **МЕТОДИЧЕСКИЙ БЛОК**

### **МОТИВАЦИЯ ТЕМЫ**

В условиях современности сложно представить себе печатное издание, программу радио- или теленовостей, где не было бы ни одного сообщения о каком-либо акте агрессии. Статика красноречиво свидетельствует о том, с какой частотой люди наносят вред друг другу, причиняют боль и страдания своим ближним. Специфика активности человека состоит в том, что она постоянно протекает во взаимодействии с другими людьми. Медицинский специалист по роду своей деятельности является субъектом постоянного общения.

Актуальность темы обусловлена тем, что проявления агрессии во взаимоотношениях медицинского специалиста и пациента или в коллективе работников ЛПУ оказывает важное влияние на профессиональную деятельность и микроклимат в коллективе. В связи с особой значимостью этого вопроса для современной медицины необходимо изучение социально-психологического феномена агрессии.

Обладая знаниями о причинах и видах агрессивного поведения людей, факторах, провоцирующих и усиливающих агрессию, мерах профилактики, превентивных мерах и мерах управления агрессией, Вы сможете качественно, своевременно и правильно оказывать медицинскую помощь, сохраняя себе и пациенту чувство безопасности и душевного комфорта и наиболее эффективно строить взаимоотношения с коллегами

## ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ТЕМЫ

### **Общая цель изучения темы:**

Самостоятельное выявление причин агрессии и использование превентивных и профилактических мер, саморегуляция эмоционального состояния.

### **Учебные цели:**

#### *Знать:*

- Определение понятия «агрессия»;
- Основные теории агрессии;
- Детерминанты агрессии (субъективные и объективные факторы);
- Причины и виды агрессивного поведения людей;
- Особенности агрессивности в деятельности медицинского работника.

#### *Уметь:*

- Определить причину агрессивного поведения пациента и по возможности помочь справиться пациенту с агрессией;
- Использовать методики саморегуляции эмоционального состояния;
- В общении способствовать нейтрализации детерминант агрессии.

### **Воспитательные цели:**

- Активизация учебно-познавательной и практической деятельности студентов.
- Формирование компетентного специалиста в сфере организации лечебного взаимодействия посредством освоения и отработки навыков комфортного и эффективного процесса общения.
- Формирование морально-нравственных и волевых качеств и сознательного стремления организовывать конструктивное и корректное общение с пациентами и коллегами.

### **Развивающие цели:**

- Развитие перцептивной сферы студентов посредством активизации всех систем восприятия учебного материала и практической деятельности.
- Развитие интереса у студентов к самостоятельному освоению психологических знаний с помощью практических и наглядно-информационных методов обучения.
- Развитие эмоциональной сферы и волевых качеств, активизирующихся в процессе выполнения практических заданий.

## ХРОНОКАРТА ЗАНЯТИЯ

**Тема занятия:** «Агрессия: причинение вреда другим».

**Вид занятия:** практическое занятие.

**Продолжительность занятия:** 90 минут.

**Место проведения:** учебная аудитория

Этап занятия	Время	Содержание этапа
1. Организационный момент	5 минут	– Оценка готовности студентов к занятию (проверка присутствующих, оценка внешнего вида, наличие выполненного домашнего задания).
2. Сообщение темы занятия	5 минут	– Объявление темы занятия. – Мотивация и постановка целей занятия перед студентами.
3. Контроль исходного уровня знаний	10 минут	– Анализ и коррекция домашнего задания
4. Устные сообщения студентов по индивидуально заданным темам.	20 минут	– Краткое изложение теоретических аспектов темы занятия. – Вопросы преподавателя и студентов.
5. Рекомендации по анализу и интерпретации результатов тестового опросника и разработке рекомендаций (работа преподавателя).	5 минут	– Краткие рекомендации по интерпретации шкал опросника и разработке рекомендаций по коррекции агрессивного поведения.
6. Самостоятельная работа студентов	10 минут	– Интерпретации шкал опросника и разработке рекомендаций по коррекции агрессивного поведения
7. Ответы студентов	10 минут	– Устные ответы по заданию
8. Работа с видеофрагментами (работа студентов, преподавателя)	15 минут	– Анализ видеоиллюстрацию по теме «агрессия медицинского работника», «агрессия пациента».
9. Подведение итогов занятия	5 минут	– Объявление оценок. – Отметка отличившихся студентов. – Отметка основных ошибок и недочетов в работе студентов.
10. Домашнее задание	5 минут	– Устное сообщение по теме «Альтруизм». – Разработать рекомендации по активизации альтруизма и развитию эмпатии медицинского работника.
Общая продолжительность занятия: 90 минут		

## **ОСНАЩЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ**

### **I. Методическое оснащение:**

1. Методическая разработка практического занятия.
2. Учебник: Н.Н. Петрова. «Психология для медицинских специальностей».
3. Конспект теоретического материала.
4. Видеоматериалы.
5. Электронная версия методики выявления уровня агрессивности «Тест эмоций» (тест Басса-Дарки в модификации Г.Резапкиной)

### **II. Технические средства обучения:**

1. Проектор мультимедиа
2. Компьютер
3. Персональные компьютеры по числу студентов
4. Компьютерная программа «Эффектон. Психология в образовании»

## **МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ СВЯЗИ**

«Основы социологии и политологии»:

Формирование социальных отношений.

Социализация личности.

Социальное поведение.

«Основы сестринского дела»:

Теоретические основы сестринского дела.

Психология ухода за больным.

Здоровье медицинской сестры и безопасность на рабочем месте.

## **ВНУТРИДИСЦИПЛИНАРНЫЕ СВЯЗИ**

Общая психология. Эмоциональные процессы и состояния.

Социальная психология. Социальные отношения.

Социальная психология. Природа межличностного конфликта и пути их разрешения.

Социальная психология. Психология общения в диаде.

Социальная психология. Внутригрупповое общение.

Медицинская психология. Профессиональные качества медицинского работника.

Медицинская психология. Общение с пациентом.

Медицинская психология. Психология проведения сестринских манипуляций.

Медицинская психология. Психологический уход за умирающим.



## ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК

### ГЛОССАРИЙ.

**Агрессия** – форма социального поведения, для которой характерно: наличие субъект-субъектного или субъект-объектного взаимодействия; наличие признака инициативы и направленности действий против конкретного человека или объекта; наличие цели, заключающейся в причинении вреда или нанесении ущерба; использование в качестве способа достижения цели непосредственного применения силы, угрозы ее применения или демонстрация превосходства в силе.

**Агрессивность** – индивидуальная предрасположенность к агрессивному поведению, высокая вероятность проявления агрессии.

**Враждебность** – побуждение причинить вред другому человеку с поведенческим проявлением или без него, негативная установка, основанная на отрицательной оценке и суждениях.

**Предотвращение агрессии** – наказание, но при условии, что агрессор не находится в состоянии крайнего озлобления.

**Редуцирование агрессии** – элиминация стимулирующих факторов (демонстрация неагрессивного поведения, индукция несовместимых с агрессией реакций).

**По вариантам реализации агрессия бывает (Г. Аммон):**

- **конструктивная** – открытое проявление агрессивных побуждений в социально приемлемой форме с позитивным эффектом;

- **деструктивная** – прямое проявление агрессии, связанное с нарушением морально-этических норм и правил поведения, препятствующее развитию межличностных отношений и разрушающее их (делинквентное поведение);

- **дефицитарная** – характеризуется отсутствием достаточной реализации агрессивных побуждений при дефиците соответствующих поведенческих навыков, что проявляется, в частности, в игнорировании окружающих и ограничении социальных контактов.

**Фрустрация** - блокирование реализации актуальной потребности.

**Депривация** - психическое состояние, при котором люди испытывают недостаточное удовлетворение своих потребностей. В социальной психологии используются понятия абсолютной и относительной депривации.

**Абсолютная депривация** — невозможность для индивида или социальной группы удовлетворять свои базовые потребности из-за отсутствия доступа к основным материальным благам и социальным ресурсам: продуктам питания, жилищу, медицине, образованию и т. д.

**Относительная депривация** представляет собой субъективно воспринимаемое и болезненно переживаемое несовпадение «ценностных ожиданий» (блага и условия жизни, которые, как полагают люди, они заслуживают по справедливости) и «ценностных возможностей» (блага и условия жизни, которые люди, как опять же им представляется, могут получить в реальности).

## **КОНТРОЛИРУЮЩИЙ БЛОК**

### **КОНТРОЛЬ ИСХОДНОГО УРОВНЯ ЗНАНИЙ**

Оценка исходного уровня знаний строится на анализе домашнего задания (составить тестовый опросник по теме «Агрессия») и разборе типичных ошибок.

#### **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ.**

«5» (отлично) - составлен тестовый опросник, включающий не менее восьми вопросов по заданной теме; предложены 3-4 варианта ответов, один из которых — правильный. Вопросы составлены корректно, либо студент готов самостоятельно анализировать неточность вопросов и откорректировать их. Вопросы охватывают все важные аспекты темы.

«4» (хорошо) - составлен тестовый опросник, включающий не менее шести вопросов по заданной теме; предложены 3-4 варианта ответов, один из которых — правильный. Вопросы составлены корректно, либо студент готов самостоятельно анализировать неточность вопросов и откорректировать их.

«3» (удовлетворительно) - составлен тестовый опросник, включающий не менее пяти вопросов по заданной теме; предложены 3-4 варианта ответов, один из которых — правильный. Вопросы составлены некорректно, студент не готов самостоятельно анализировать неточность вопросов и откорректировать их.

«2» (неудовлетворительно) - задание не выполнено.

## ПРИМЕРНЫЙ ВАРИАНТ ОТВЕТА.

### 1. Агрессия – это:

- 1) модель поведения;
- 2) мотив;
- 3) эмоция.

### 2. Агрессия – это результат конфликта между саморазрушением и самосохранением, инстинкт смерти:

- 1) З. Фрейд;
- 2) Л. Берковец;
- 3) Дж. Доллар.

### 3. Проявление агрессии определяется влиянием:

- 1) социальных факторов;
- 2) экономичсеких факторов;
- 3) социально-психологических факторов.

### 4. Агрессия по признаку мотивированности различными целями:

- 1) враждебная, инструментальная;
- 2) враждебная, дефицитарная;
- 3) дефицитарная, инструментальная.

### 5. Агрессия по вариантам реализации:

- 1) враждебная, инструментальная, дефицитарная;
- 2) враждебная, дефицитарная, инструментальная.
- 3) конструктивная, деструктивная, дефицитарная.

### 6. Агрессивность – это:

- 1) Высокая вероятность проявления агрессии;
- 2) Побуждение причинить вред другому человеку;
- 3) Злость.

### 7. Враждебность – это:

- 1) Высокая вероятность проявления агрессии;
- 2) Побуждение причинить вред другому человеку;
- 3) Злость.

### 8. Предотвращение агрессии:

- 1) наказание, но при условии, что агрессор не находится в состоянии крайнего озлобления;
- 2) редуцирование агрессии;
- 3) демонстрация неагрессивного поведения.

### 9. Редуцирование агрессии

- 1) наказание, но при условии, что агрессор не находится в состоянии крайнего озлобления;
- 2) предотвращение агрессии;
- 3) демонстрация неагрессивного поведения.

### 10. Блокирование реализации актуальной потребности

- 1) дискомфорт;
- 2) фрустрация;
- 3) агрессия.

## **КОНТРОЛЬ ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (ИНДИВИДУАЛЬНО ЗАДАННЫЕ СООБЩЕНИЯ)**

### **ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ:**

1. Агрессия. Определение. Отличие от понятий «агрессивность», «враждебность». Классификации агрессии.
2. Теория инстинктивной агрессии (указать автора). Биологические факторы, обуславливающие агрессию: центральная нервная система, генетические влияния, биохимические факторы (химический состав крови – например, алкоголь, гормональный фон). Объяснить, почему теория инстинктивной агрессии не является исчерпывающей.
3. Теория фрустрации-агрессии (указать автора). Понятие фрустрации, депривации, относительной депривации. Объяснить, почему теория фрустрации-агрессии не является исчерпывающей.
4. Агрессия как приобретенный социальный навык (указать автора). Вознаграждение агрессии. Научение посредством наблюдения: семья, субкультура, средства массовой информации. Объяснить, почему теория социального научения не является исчерпывающей.
5. Факторы, влияющие на агрессию (аверсивные случаи: боль, жара, теснота, атакующее поведение, возбуждение).

### **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ.**

«5» (отлично) - сообщение раскрывает заданную тему, содержит сведения из дополнительных литературных источников; студент хорошо владеет материалом, свободно презентует ее в устной форме, готов ответить на вопросы по теме.

«4» (хорошо) - сообщение раскрывает заданную тему, содержит сведения из дополнительных литературных источников; студент не в полном объеме владеет материалом, не готов ответить на вопросы по теме.

«3» (удовлетворительно) - сообщение раскрывает заданную тему, не содержит сведения из дополнительных литературных источников; студент слабо владеет материалом, не готов презентовать ее в устной форме, не готов ответить на вопросы по теме.

«2» (неудовлетворительно) - задание не выполнено.

## **ЗАДАНИЯ ВЫХОДНОГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ И ПРАКТИЧЕСКИХ УМЕНИЙ**

1. Умение составить рекомендации по саморегуляции эмоционального состояния, способствующего проявлению агрессии по результатам самоисследования.

### **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ.**

«5» (отлично) - правильно определено поведенческое проявление агрессии по названиям шкал методики определения уровня агрессивности; рекомендации направлены на коррекцию агрессивного поведения, являются действенными превентивными или профилактическими мерами.

«4» (хорошо) - правильно определено поведенческое проявление агрессии по названиям шкал методики определения уровня агрессивности; рекомендации направлены на коррекцию агрессивного поведения, но не являются действенными превентивными или профилактическими мерами.

«3» (удовлетворительно) - неправильно определено поведенческое проявление агрессии по названиям шкал методики определения уровня агрессивности.; рекомендации направлены на коррекцию агрессивного поведения, но не являются действенными превентивными или профилактическими мерами.

«2» (неудовлетворительно) - задание не выполнено.

### **ПРИМЕРНЫЙ ВАРИАНТ ОТВЕТА.**

Рекомендации для медицинского специалиста, имеющего повышенный показатель по шкале «Вербальная агрессия» теста эмоций (тест Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной):

Повышенный показатель по шкале «Вербальная агрессия» теста эмоций (тест Басса-Дарки в модификации Г. Резапкиной) в поведении человека проявляется некорректным речевым общением, возможно – повышенным тоном голоса, раздраженной интонацией, угрожающими или бранными высказываниями.

Рекомендуется быть более сдержанным в выражении своих чувств и эмоций. Развивать самоконтроль и волевые качества. В отношениях с пациентами проявлять сочувствие и сопереживание. Ознакомиться с литературными источниками, содержащими методы и методики развития волевых качеств и эмпатии или пройти специальный тренинг общения.

2. Умение анализировать видеоиллюстрацию по теме «агрессия медицинского работника», «агрессия пациента», разрабатывать действенные превентивные или профилактические меры или меры предотвращения агрессии в дальнейшем.

### **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ.**

«5» (отлично) - определен субъект и объект агрессии, предложен вариант действенных превентивных или профилактических мер или мер предотвращения агрессии в дальнейшем.

«4» (хорошо) - определен субъект и объект агрессии, предложен вариант превентивных или профилактических мер или мер предотвращения агрессии в дальнейшем, но они не действенны.

«3» (удовлетворительно) — не определен субъект или объект агрессии, предложен вариант превентивных или профилактических мер или мер предотвращения агрессии в дальнейшем, но они не действенны.

«2» (неудовлетворительно) - задание не выполнено.

### **ПРИМЕРНЫЙ ВАРИАНТ ОТВЕТА.**

Видеоотрывок из художественного фильма «К-9. Собачья работа»

Субъект агрессии – человек из окружения пациента.

Объект агрессии – медицинский работник.

В видеоиллюстрации медицинский работник ведет себя грамотно – не пытается сопротивляться вооруженному человеку, общается с ним и с коллегами корректно, соблюдает морально-этический кодекс и проявляет гуманистические качества личности. От действий такого рода медицинский специалист не застрахован. Проблема безопасности медицинского работника на рабочем месте может быть частично решена на государственном или профсоюзном уровне.

### **ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ**

1. Устное сообщение по теме «Альтруизм» с использованием дополнительной литературы и средств интернета.

2. Разработать рекомендации по активизации альтруизма и развитию эмпатии медицинского работника.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.**

### **Литература для студентов основная:**

1. Психология для медицинских специальностей: учеб. для студентов сред. мед. учеб. заведений / Н.Н. Петрова – М.: Издательский центр «Академия», 2006.

### **А. Литература для студентов дополнительная:**

2. Косенко В.Г., Смоленко Л.Ф., Чебуракова Т.А. Медицинская психология для медсестер и фельдшеров / Серия «Медицина для всех». – Ростов н/Д, 2002.

3. Немов Р.С. Психология: В 2 т. М., 1989. Т II.

4. Майерс Д. Социальная психология/Перев. с англ. - Спб.:Издательство «Питер», 1999 — 688с.

### **Литература для преподавателя:**

5. Майерс Д. Социальная психология/Перев. с англ. - Спб.:Издательство «Питер», 1999 — 688с.

6. Психология человеческой агрессивности: Хрестоматия/Сост. К.В. Сельченко. - Мн.: Харвест, 1999. - 656с.

7. Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. Дерманова И.Б. – СПб., 2002. С.80-84.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### ТЕСТ ЭМОЦИЙ (ТЕСТ БАССА-ДАРКИ В МОДИФИКАЦИИ Г.РЕЗАПКИНОЙ)

Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А.Басс и А.Дарки выделили следующие виды реакций:

- ▲ **Физическая агрессия** – использование физической силы против другого лица.
- ▲ **Косвенная** – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.
- ▲ **Раздражение** – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
- ▲ **Негативизм** – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
- ▲ **Обида** – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
- ▲ **Подозрительность** – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
- ▲ **Вербальная агрессия** – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).
- ▲ **Чувство вины** – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

**При составлении опросника использовались следующие принципы:**

- ▲ вопрос может относиться только к одной форме агрессии.
- ▲ вопросы формулируются таким образом, чтобы в наибольшей степени ослабить влияние общественного одобрения ответа на вопрос.

Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает "да" или "нет".

#### **Ключ к тесту**

Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

##### **1. Физическая агрессия:**

- ▲ "да" = 1, "нет" = 0: 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68;
- ▲ "нет" = 1, "да" = 0: 9, 17, 41.

##### **2. Косвенная агрессия:**

- ▲ "да" = 1, "нет" = 0: 2, 18, 34, 42, 56, 63;
- ▲ "нет" = 1, "да" = 0: 10, 26, 49.

##### **3. Раздражение:**

- ▲ "да" = 1, "нет" = 0: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72;
- ▲ "нет" = 1, "да" = 0: 11, 35, 69.

##### **4. Негативизм:**

- ▲ "да" = 1, "нет" = 0: 4, 12, 20, 23, 36;

##### **5. Обида:**

- ▲ "да" = 1, "нет" = 0: 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58.
- ▲ "нет" = 1, "да" = 0: 44.

##### **6. Подозрительность:**

- ▲ "да" = 1, "нет" = 0: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59;
- ▲ "нет" = 1, "да" = 0: 65, 70.

##### **7. Вербальная агрессия:**

- ▲ "да" = 1, "нет" = 0: 7, 15, 28, 31, 46, 53, 60, 71, 73;
- ▲ "нет" = 1, "да" = 0: 39, 66, 74, 75.

##### **8. Чувство вины:**

- ▲ "да" = 1, "нет" = 0: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67

Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалу, а индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.

**Враждебность** = Обида + Подозрительность;

**Агрессивность** = Физическая агрессия + Раздражение + Вербальная агрессия.

#### **Интерпретация результатов теста**

Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная  $21 \pm 4$ , а враждебности –  $6-7 \pm 3$ .

#### **Источники**

- ▲ *Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) / Диагностика эмоционально-нравственного развития.* Ред. и сост. Дерманова И.Б. – СПб., 2002. С.80-84.



## Текст опросника.

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда я сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбы.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
20. Если кто-нибудь корчит из себя начальника, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.
30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я требую, чтобы люди уважали меня.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их шелкнули по носу.
34. Я никогда не бываю мрачен от злости.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к сильным выражениям.
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
44. Нет людей, которых я бы по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
46. Если кто-нибудь раздражает меня, то я готов сказать все, что я о нем думаю.
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.

50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже и не чаще, чем другие.
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
59. Раньше я думал, что большинство людей говорят правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь только от злости.
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить.
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.
67. Я часто думаю, что жил неправильно.
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям.
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

## **СПИСОК ТЕМ УСТНЫХ СООБЩЕНИЙ ДЛЯ ДОМАШНЕГО ЗАДАНИЯ.**

- 1.** Почему мы оказываем помощь? Социальный обмен: оказание помощи как замаскированный эгоизм, эмпатия как источник подлинного альтруизма.
- 2.** Почему мы оказываем помощь? Социальные нормы: норма взаимности, норма социальной ответственности.
- 3.** Почему мы оказываем помощь? Эволюционная психология: защита рода, взаимность.
- 4.** Сравнение и оценка теорий альтруизма.
- 5.** Когда мы оказываем помощь? Ситуационные влияния: число очевидцев, необходимость обратить внимание, интерпретация, принятие ответственности.
- 6.** Когда мы оказываем помощь? Ситуационные влияния: оказание помощи, когда это делают другие, давление времени.
- 7.** Когда мы оказываем помощь? Личностные влияния: чувства, сознание вины, плохое настроение, хорошее настроение.
- 8.** Когда мы оказываем помощь? Личностные влияния: религиозность, черты личности.
- 9.** Кому мы оказываем помощь? Гендер, сходство.
- 10.** Каким образом можно усилить оказание помощи? Устранение факторов, сдерживающих оказание помощи.
- 11.** Каким образом можно усилить оказание помощи? Социализация альтруизма.