

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) экономические 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 ± 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.