

*Section: Special articles***ПРИРОДА ФОРМИРОВАНИЯ СМЕЩЕНИЯ АГРЕССИИ ЧЕРЕЗ
ИНСТРУМЕНТЫ ПОЗИТИВНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ****THE NATURE OF AGGRESSION DISPLACEMENT FORMATION THROUGH
THE TOOLS OF POSITIVE PSYCHOTHERAPY****Мария Тищенко**

психолог, сертифицированный позитивный психотерапевт,
Базовый тренер Позитивной психотерапии, супервизор (ЕСРР),
частная практика (Киев, Украина)

Mariia Tyshchenko

Psychologist, Certified positive psychotherapist,
Basic trainer of Positive Psychotherapy, supervisor (ECP),
private practice (Kyiv, Ukraine)

Email: mmmariyko@gmail.com

ORCID: [0009-0009-8608-0841](https://orcid.org/0009-0009-8608-0841)

Received 03.05.2024

Accepted for publication 15.06.2024

Published 08.07.2024

DOI: [10.52982/1kj252](https://doi.org/10.52982/1kj252)

Аннотация

В данной статье автор рассматривает природу формирования смещения агрессии. Практические способы исследования проявления смещение агрессии в психотерапевтической практике через инструменты позитивной психотерапии.

Ключевые слова: смещение агрессии, позитивная психотерапия, агрессия, насилие

Abstract

In this article, the author examines the nature of the formation of aggression bias. Practical ways to investigate the manifestation of aggression bias in psychotherapeutic practice through the tools of Positive Psychotherapy.

Keywords: aggression bias, Positive Psychotherapy, aggression, violence

Вступление

Агрессия в психотерапии часто проявляется различными косвенными способами. Смещение агрессии – распространенный защитный механизм психики, который наблюдается в

психотерапевтическом процессе. При этом во времена войны агрессия и ее смещение с объекта фрустрации наблюдается чаще, чем в мирное время.

Цель данной статьи – обратить внимание на сложную природу формирования механизма смещения агрессии, ее роль в

определении жизненного баланса и потенциальные стратегии вмешательства для исследования формирования и коррекции в психотерапевтическом процессе.

Методология

Определение понятия «агрессия». Сам термин «агрессия» — это сложное поведение, на которое влияет совокупность биологических, психологических и социальных факторов. Исследованию данной темы были посвящены работы З. Фрейда, К. Лоренца, Э. Фромма, Д. Виникотта, Р.Шпица, А. Адлера, Ж. Бержере, Д. Лихтенберга, Д. Долларда, Л. Берковица.

Пезешкиан (Peseschkian, 1987) в своей книге "Positive Psychotherapy. Theory and Practice of a New Method" определяет агрессию как эмоциональное состояние, которое может проявляться в различных формах, включая вспыльчивость, уход в себя, скрытую и явную агрессию, и даже в виде упреков и самопожертвования. Агрессия рассматривается с точки зрения ее влияния на межличностные отношения и коммуникацию. Автор также обращает внимание на то, как агрессия может быть связана с внутренними противоречиями и конфликтами, а также с системами ценностей и социальными отношениями. Н. Пезешкиан отмечает, что агрессия существенно влияет на коммуникацию, вызывая конфликты, нарушение доверия, блокировку общения и разочарование. Она может привести к недоразумениям и спорам, а также к чувству вины и тревоге. Автор приходит к выводу, что агрессия может быть как проблемой, так и средством выражения честности. Он также подчеркивает, что агрессия может быть связана с недостаточной дифференциацией в

отношении реальных возможностей, что лежит в основе тревоги, агрессии и чувства вины. Н. Пезешкиан в своей работе предлагает контролировать агрессию, заменяя взрывную или сдерживающую честность на последовательную, дробную, пошаговую. Он также подчеркивает важность понимания и оценки конфликтов с точки зрения их ситуационной значимости и соответствующего интегрирования актуальных способностей, связанных с конфликтом (Peseschkian, 1987).

Савельева (2020) в своем исследовании отмечает отсутствие четкого определения понятия «агрессия», что приводит к различению терминов, таких как агрессивность, враждебность и импульсивность. Автор приводит исследование теорий происхождения агрессии и отмечает, что научное исследование этого явления продолжается десятилетиями, внося новые выводы и методы изучения.

При этом, проявление здоровой агрессии воспринимают как насилие. Мартель (2006) в своей работе «Сексуальность, любовь, гештальт» приводит пример различия агрессивности и насилия. Автор апеллирует к этимологии терминов «агрессия» ("ad-gressere", что означает "идти к...") и «насилие» ("violare", что означает "принуждать, действуя силой", "violentus" - "чрезмерное использование силы"). Б. Мартель обращает внимание, что этимология отсылает нас к двум совершенно разным концептам: идти навстречу или заставлять силой. При этом автор предлагает различать агрессию и насилие по трем критериям: сила, соблюдение рамок и контакт (Мартель, 2006).



Рисунок 1.
Различие между агрессивностью и насилием

В данной статье предлагается рассматривать агрессию в определении Кернберга (Kernberg, 2012), которое связано с понятием "психической границы". Автор определяет агрессию как стремление к уничтожению или повреждению объекта, который препятствует удовлетворению базовых потребностей индивида или нарушает его психическую границу. Таким образом, в определении Кернберга агрессия связана с нарушением внутренней границы личности и проявляется как стремление к защите этой границы или к устранению препятствий, мешающих ее сохранению (Kernberg, 2012).

Определение понятия «смещение агрессии». Возникает вопрос: что мешает клиенту/пациенту размещать агрессию напрямую в контакте? Почему происходит ее смещение?

Многочисленные эмпирические исследования изучали агрессию в психотерапии. Изначально Фрейд постулировал вытеснение как неотъемлемую часть своей теории защитных механизмов. Дальнейшие исследования показали, как непроработанный гнев приводит к агрессивным проявлениям на терапевтических сессиях, влияя на терапевтический альянс (Kernberg, 2012).

Мак-Вильямс (McWilliams, 2011) отмечает, что смещение относится к перенесению влечения, эмоции, стремления или поведения с его первоначального или естественного объекта на другой из-за того, что первоначальное направление вызывает тревогу.

Нами предлагается для исследования взять определение Д. Майерс (2007),

смещение агрессии – это перенос агрессии с источника фрустрации на другую мишень. Обычно новая мишень гораздо безобиднее или более социально приемлема.

Обсуждение

Предлагаются следующие инструменты для исследования механизма смещения агрессии:

- исследование разницы реакций здоровой агрессии и насилия, которое может привести к механизму смещения;
- исследование механизма смещения агрессии по модели баланса, исследуя возможные реакции на проявления насилия;
- исследование формирования механизма смещения агрессии у пациента в процессе формирования личности.
- исследование концепций смещения агрессии по модели баланса.

3.1. Исследование разницы реакций здоровой агрессии и насилия, которое может привести к механизму смещения

Предлагается исследовать агрессию и насилие через призму нормальной, гипер- и гипореакций на актуальную ситуацию соединив определение Мартель (2006) и взгляд на динамику конфликта в позитивной психотерапии (Рис. 2).

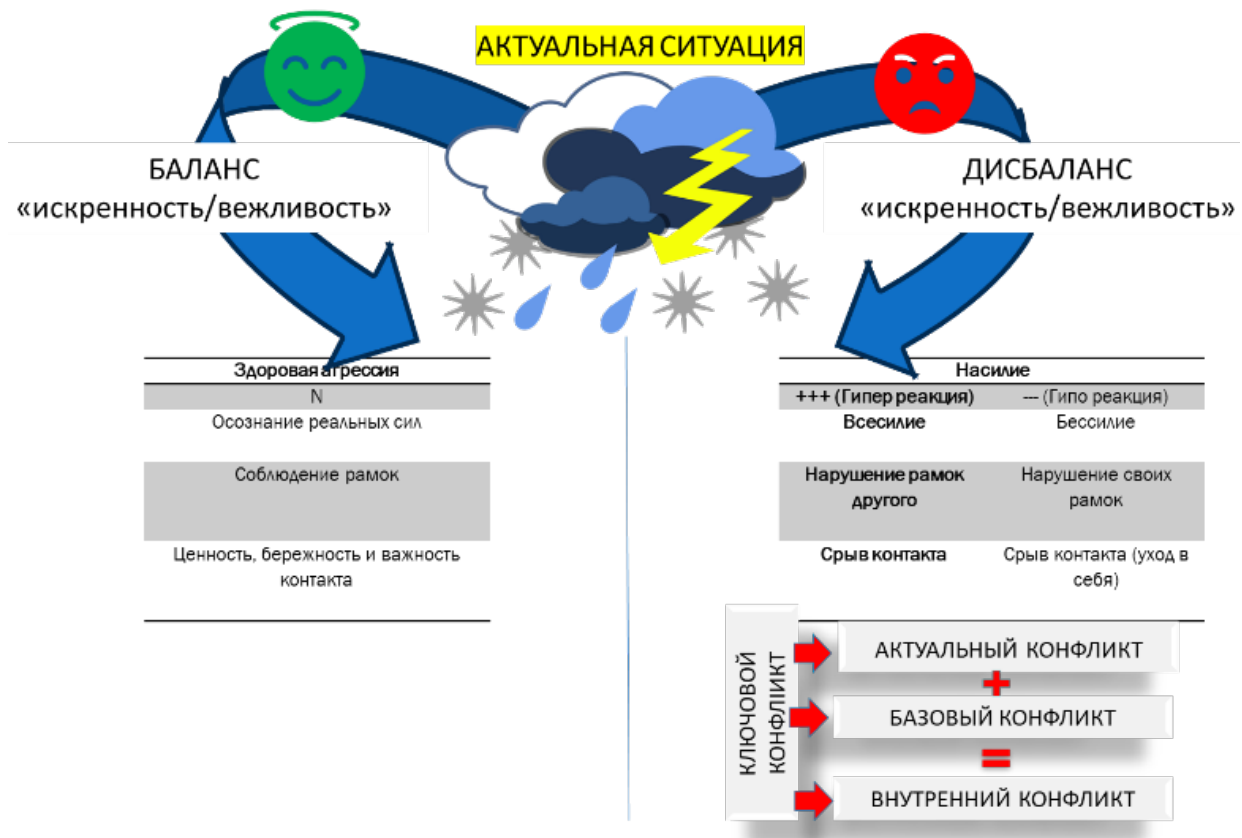


Рисунок 2.

Соединение определения Мартель (2006) и взгляд на динамику конфликта в позитивной психотерапии

3.2. Исследование механизма смещения агрессии по модели баланса исследуя возможные реакции на проявления насилия

Также, предлагается исследовать механизм смещения агрессии по модели баланса исследуя возможные реакции на проявления насилия (Таблица 1):

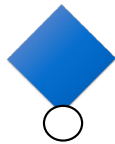
1. В здоровой форме проявления агрессии в ответ на насилие.

2. В смещенной форме проявления агрессии, в котором и локализация, и реакция остаётся в одной сфере в дисбалансе «искренность/вежливость».
3. В смещенной форме проявления агрессии, где локализация и реакция на конфликт располагаться в разных сферах по балансной модели в дисбалансе «искренность/вежливость».

Таблица 1.
Механизм смещения агрессии по модели баланса

Например: в супружеской паре жена унижает, обесценивает, постоянно критикует мужа, игнорирует потребности (насилие).

1. Муж в данном случае может отстоять себя и сказать «нет» (агрессия). И тогда смещение агрессии не происходит, так как коммуникация в балансе «искренность/вежливость».



2. Муж может на работе унижать, обесценивать и игнорировать потребности подчиненных. И тогда можно наблюдать смещение агрессии (насилие), в котором и локализация, и реакция остаётся в одной сфере в дисбалансе «искренность/вежливость»:



3. Муж может заболеть и соматизировать хроническим гастритом. Смещение, где локализация и реакция на конфликт располагаться в разных сферах по балансной модели в дисбалансе «искренность/вежливость»:



3.3. Исследование формирования механизма смещения агрессии у пациента

Возникает вопрос, что приводит к невозможности разместить агрессию прямо на источник фрустрации в балансе «искренность/ вежливость»? С точки зрения позитивной психотерапии и модели для подражания, на формирование смещения агрессии могло повлиять:

1. То, как позволялось размещать агрессию ребенку в контакте со значимыми взрослыми (Родители, сиблинги, те, кто замещали родителей).
2. То, как значимые взрослые размещали агрессию между собой.
3. То, как значимые взрослые размещали агрессию в контакте с другими, вне семьи.
4. То, как значимые взрослые размещали свою агрессию в отношениях со значимыми большими

фигурами, такими как общество, организация, страна, религия, мир в целом.

Смещение агрессии часто возникает из-за неразрешенных межличностных конфликтов, что приводит к целому ряду контрпродуктивных форм поведения в терапии. Эти проявления, если их не контролировать, потенциально могут нарушить терапевтический раппорт, вызвать сопротивление и помешать прогрессивному вмешательству. Психотерапевты, чутко улавливающие эти поведенческие сдвиги, могут выявлять, понимать и эффективно управлять смещенной агрессией пациентов.

При этом, важно отметить, что на формирование личности влияет не только индивидуальный опыт, но и групповой. Так, на формирование смещения агрессии мог повлиять и опыт трансгенерационной травмы украинца, который включает: войны, крепостное право, запрет веры и религии, репрессии, голодоморы, коллективизацию и раскулачивание, запрет языка, Чернобыльскую техногенную катастрофу,

обесценение денег и другие макро- и микрособытия, которые могли повлиять. Так, например, за размещение здоровой агрессии на объект фрустрации, такой как защита себя и своих границ, могли заморить голодом, расстрелять, уничтожить и стереть с лица земли весь род. Возникает вопрос по какой именно причине личность не может разместить свою агрессию прямо в балансе «искренность/ вежливость», ибо практически каждый украинец имеет свой травматический опыт, в котором размещать агрессию на источник фрустрации может быть небезопасно для жизни.

3.4. Исследование концепций смещения агрессии по модели баланса

Для того, чтобы выявить причины смещения агрессии, нами предлагается модель исследования механизма смещения агрессии используя модель баланса и модель для подражания. Для формирования модели исследования природы формирования механизма смещения агрессии, была взята модель баланса и модель для подражания (Peseschkian, Remmers, 2020).

ВОПРОСЫ ДЛЯ ИССЛЕДОВАНИЯ:

1. Исследование сферы Я:

1.1. ТЕЛО (Физиологическая сфера)

Разрешали ли ребенку физически выражать свою агрессию может быть полезно, если это происходит в рамках безопасных и контролируемых ситуаций? Например: игровое ударение или борьба, которые ребенок осуществляет под наблюдением взрослого и в контакте с ним. Какие физиологические проявления влияли на контакт и взаимодействие клиента со значимыми взрослыми? Например, увеличение артериального давления, изменения в пульсе или другие физические симптомы стресса.

1.2. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (Ментальная сфера)

Предоставляли ли ребенку возможность заниматься физическими активностями, которые могли помочь направлять агрессию в конструктивное русло? Помогали ли ребенку находить творческие способы выражения своих чувств через искусство или другие виды деятельности? Какие изменения в логике мышления или последовательности действий наблюдались у клиента в периоды агрессии? Становился ли клиент менее рациональным

или терял чувство контроля? Как агрессия влияла на способность клиента доверять взрослым или контролировать свои эмоции?

1.3. КОНТАКТЫ/ОТНОШЕНИЯ

(Эмоциональная сфера)

Учили ли ребенка строить здоровые отношения с другими людьми и выражать свои чувства и мнения в социальных взаимодействиях? Разговаривали ли с ребенком о том, как адекватно выражать свою агрессию, и научить его решать конфликты мирным путем в балансе искренность/вежливость? Какие изменения происходили в проявлении любви, заботы и ответственности со стороны значимых взрослых в ответ на агрессивное поведение клиента? Наблюдались ли периоды усиления или наоборот, отстранения со стороны взрослых? Как агрессия влияла на социальное взаимодействие и отношения клиента со значимыми взрослыми?

1.4. БУДУЩЕЕ/ ФАНТАЗИИ (Духовная сфера)

Позволяли ли ребенку выражать свои фантазии и идеи? Как поддерживали/поощряли ребенка в его творческих размышлениях, обсуждениях мечт/смыслов/фантазий о будущем, что способствовало развитию конструктивного подхода к выражению агрессии? Какие фантазии, идеалы и цели в отношении будущего были у клиента, связанные с его агрессивным поведением? Наблюдались ли изменения в его целях и стремлениях? Как агрессия влияла на его понимание смысла жизни, идеалов и духовных установок в контексте отношений со значимыми взрослыми?

2. Исследование сферы Ты:

2.1. ТЕЛО (Физиологическая сфера)

Какие физиологические проявления агрессии между вашими родителями вы замечали? Например, повышенное артериальное давление, учащенное сердцебиение или другие физические симптомы стресса. Как менялся уровень контакта между родителями в периоды конфликтов? Они становились более отдаленными или, наоборот, искали больше физического контакта?

2.2. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (Ментальная сфера)

Как менялась логика и последовательность в рассуждениях ваших родителей в периоды конфликтов?

Становились ли они менее объективными или прибегали к эмоциональным аргументам? Как агрессия между родителями влияла на их способность контролировать свои эмоции и доверие друг к другу?

2.3. КОНТАКТЫ/ОТНОШЕНИЯ (Эмоциональная сфера)

Какие изменения происходили в проявлении любви и заботы между вашими родителями после конфликтов? Наблюдались ли периоды отстраненности или, наоборот, усиление заботы и внимания? Как агрессия между родителями влияла на их способность брать ответственность за свои действия и за благополучие семьи в целом?

2.4. БУДУЩЕЕ/ ФАНТАЗИИ (Духовная сфера)

Какие фантазии или идеалы о будущем у родителей были связаны с их отношениями, и как агрессия влияла на эти представления? Наблюдались ли изменения в их целях и стремлениях? Как агрессия между родителями влияла на их общее понимание смысла семейной жизни и их духовные установки?

3. Исследование сферы МЫ:

3.1. ТЕЛО (Физиологическая сфера)

Какие физиологические проявления агрессии вы замечали у значимых взрослых в контакте с другими? Например, учащенное дыхание, повышенное артериальное давление или другие физические признаки стресса. Как эти физиологические проявления влияли на контакт между значимыми взрослыми и другими людьми?

3.2. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (Ментальная сфера)

Какие изменения в логике и последовательности мышления вы наблюдали у значимых взрослых в периоды агрессии? Становились ли они менее объективными или прибегали к эмоциональным аргументам? Как агрессия влияла на способность значимых взрослых контролировать свои эмоции и уровень доверия к другим людям?

3.3. КОНТАКТЫ/ОТНОШЕНИЯ (Эмоциональная сфера)

Какие изменения происходили в проявлении любви, заботы и социального взаимодействия со стороны значимых взрослых в периоды агрессии? Наблюдались ли периоды отстраненности или, наоборот, усиление заботы и внимания? Как агрессия влияла на способность значимых взрослых

принимать ответственность за свои действия и отношения с другими людьми?

3.4. БУДУЩЕЕ/ ФАНТАЗИИ (Духовная сфера)

Какие фантазии, идеалы и цели в отношении будущего вы наблюдали у значимых взрослых, связанные с их агрессивным поведением? Наблюдались ли изменения в их целях и стремлениях? Как агрессия влияла на их общее понимание смысла жизни и духовные установки в контексте отношений с другими людьми?

4. Исследование сферы ПРА-МЫ:

4.1. ТЕЛО (Физиологическая сфера)

Какие физиологические проявления агрессии вы замечали у значимых взрослых в контакте с обществом, организацией, страной, религией или миром в целом? Например, увеличение артериального давления, стрессовые реакции или другие физические симптомы.

Как эти физиологические проявления влияли на их самочувствие, здоровье и общее удовлетворение?

4.2. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (Ментальная сфера)

Какие изменения в логике мышления или последовательности действий вы наблюдали у значимых взрослых в контакте с такими крупными фигурами? Становились ли они более усердными или, наоборот, теряли чувство контроля? Как агрессия влияла на их способность доверять или контролировать свои эмоции в отношениях с обществом, организацией, страной, религией или миром в целом?

4.3. КОНТАКТЫ/ОТНОШЕНИЯ (Эмоциональная сфера)

Какие изменения в проявлении любви, заботы и ответственности вы наблюдали у значимых взрослых в отношениях с крупными фигурами? Наблюдались ли периоды усиления или наоборот, отстранения? Как агрессия влияла на их социальное взаимодействие и отношения с обществом, организацией, страной, религией или миром в целом?

4.4. БУДУЩЕЕ/ ФАНТАЗИИ (Духовная сфера)

Какие фантазии, идеалы и цели в отношении будущего вы наблюдали у значимых взрослых, связанные с их агрессивным поведением в отношении крупных фигур? Наблюдались ли изменения в их целях и стремлениях? Как агрессия влияла

на их понимание смысла жизни, идеалов и духовных установок в контексте отношений с обществом, организацией, страной, религией или миром в целом?

После проведения данного исследования с пациентом или клиентом, можно выявить проявление насилия по отношению к личности в процессе формирования и возможных базовых концепций, и моделей, которые не дают быть в контакте со своей здоровой агрессивностью для сохранения внутренней границы и могут провоцировать смещение.

Заключение

Смещение агрессии – сложный механизм, который в психотерапии часто различными способами. В настоящей статье было проведено исследование теоретического материала терминов «агрессия» и «смещение агрессии».

В статье предложены инструменты для исследования механизма смещения агрессии:

- механизм исследования агрессии и насилия через призму нормальной, гипер и гипо реакций на актуальную ситуацию соединив определение Б. Мартель (2006) и взгляд на динамику конфликта в позитивной психотерапии;
- механизм исследования смещения агрессии по модели баланса, исследуя возможные реакции на проявления насилия;
- вариант исследования механизма смещения агрессии у пациента в процессе формирования личности;
- вариант исследования концепций смещения агрессии по модели баланса.

Список источников:

- [1]. AUMEISTER, R. F., DALE, K., & SOMMER, K. L. (1998). Freudian Defense Mechanisms and Empirical Findings in Modern Social Psychology: Reaction Formation, Projection, Displacement, Undoing, Isolation, Sublimation, and Denial. *Journal of Personality*, 66(6), 1081–1124. doi:10.1111/1467-6494.00043
- [2]. Drozhzhyna, v. (2023). Microaggressions as a Symptom: Understanding and Addressing Subtle Hostility in Positive Psychotherapy. *The Global Psychotherapist*, 3(2), 119–124. <https://doi.org/10.52982/lkj206>
- [3]. KERNBERG, O. F. (1998). Aggression, hatred, and social violence. *Canadian Journal of Psychoanalysis*, 6(2), 191.
- [4]. KERNBERG, O. F. (2012). *The inseparable nature of love and aggression: Clinical and theoretical perspectives*. American Psychiatric Pub.
- [5]. MCWILLIAMS, N. (2011). *Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process*. Guilford Press.
- [6]. PESESCHKIAN, H., REMMERS, A. (2020). Life balance with Positive Psychotherapy. In: Messias E., Peseschkian H., Cagande C. (Editors) *Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology*, (pp. 91-99), Springer, Cham (Switzerland).
- [7]. PESESCHKIAN, N. (1987). *Positive Psychotherapy. Theory and Practice of a New Method*. Springer-Verlag (Germany, USA).
- [8]. МАЙЕРС, Д. (2007). Социальная психология. Интенсивный курс. 2007, с. 342.
- [9]. МАРТЕЛЬ, Б. (2006). *Сексуальность, любовь, гештальт*. Спб.: Речь.
- [10]. САВЕЛЬЄВА, І. В. (2020). *Проблема вивчення питання специфічності взаємозв'язку агресії та імпульсивності*. Габітус.