

Агрессия: «да» или «нет»?

Слово «агрессия» происходит от латинского «aggredi», что означает «нападать», «двигаться». Этот термин издавна бытует в европейских языках, однако значение его далеко не всегда было одинаковым. До начала XIX века это понятие было очень широким: агрессивным считалось любое активное поведение, как доброжелательное, так и враждебное. Позднее значение этого слова изменилось, стало более узким. Под агрессией стали понимать враждебное поведение в отношении окружающих людей.

И тут – такое смелое заявление – психология реабилитирует агрессию! А психоаналитик Карен Хорни пишет о враждебности (читай агрессивности) как об одном из основных качеств психики! Человек – животное общественное. Которое без участия в компаниях себе подобных быстро человеческий облик может потерять. Но выживание в социуме накладывает существенные ограничения на спектр своих интенций – желаний. И чем мы больше стремимся к тому, чтобы быть «социально одобряемыми», чем больше пытаемся сохранять в общении лояльность к Другому, тем больше мы вытесняем свои – вполне естественные – агрессивные импульсы. Например, стремления «получить все и сразу, не взирая на лица».

Агрессия очень энергична. И когда мы ее по большей части так... пытаемся прочно заблокировать – она отыгрывается в повышении фоновой тревоги. Или в проекциях на окружение: «Я – белый и пушистый, а ты – чего такой злобный и нападающий?!»

Итак, если эти устремления и чувства у нас есть – зачем же нам всегда их как негативные воспринимать? Сексуальный контакт, например, удовольствия – куча!!! – а от чего, по сути?

Агрессию давно уже пора вывести из тени. И воспринимать ее как одно из наших энергетических качеств. Принятие своего права быть агрессивным делает жизнь просторней. Правда, обратная сторона такого права – своя ответственность за последствия такого рода поведения.

Но я уверена, что по большому счету агрессия нам «строить и жить» помогает.

Например, защита своих интересов и границ – для кого-то может выглядеть более чем агрессивно... Но если свои границы и потребности в контакте игнорировать, стараясь всегда быть таким... добреньким и приветливым ко всем? Фантазия останавливается...

Как и любая форма защиты, агрессия, адекватная реальной ситуации – очень полезная штука... Конечно, если человек всегда защищается нападением – это да... беда... Но это уже совсем другая история.

Я долгое время агрессивное поведение ассоциировала с такой... прямой грубостью... Но относительно недавно осознала, что агрессия проявляется в огромном количестве оттенков и вариантов, причем у каждого из нас в арсенале их – как минимум десяток.

Вот несколько форм, которые, на мой сегодняшний взгляд, вполне агрессивны:

- уход из контакта – или пауза – без объяснения причин;
- чрезмерная болтливость – когда собеседнику трудно вставить слово;
- навязывание своих проблем Другому при малейшем удобном случае, и без оногo...;
- хвастовство – особенно материальными возможностями;
- умничанье – когда вдруг в диалоге начинаешь «сыпать терминами» и пр.;
- психоанализ собеседника без его (ее) на то запроса... Грешок профессии...;

Агрессия: «да» или «нет»

Автор: admin

23.09.2011 23:47 - Обновлено 29.10.2014 06:45

- чрезмерное любопытство;
- распускание сплетен;
- шутки юмора – в некоторых случаях;
- и т.д., и т.п.

Так что мы все агрессивны. Просто одни это свое качество принимают, учитывают, находятся с ним в контакте. А другие его отрицают. И тогда агрессия, которая все равно есть у каждого, может принимать столь причудливые формы, что периодически озадачивать даже своего владельца.

Может, лучше с ней поближе познакомиться? А?

Автор - Ирина Лопатухина

[Источник](#)