

УДК 159.9:316.613.434:391.91

DOI <https://doi.org/10.30970/2522-1876-2019-5-3>

## ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ АГРЕСИВНОСТІ ТА ТРИВОЖНОСТІ НА БАЖАННЯ ЗРОБИТИ ТАТУЮВАННЯ

**Аліна Демкова**

*Хмельницький національний університет,  
гуманітарно-педагогічний факультет  
вул. Інститутська, 11, м. Хмельницький, Україна, 29000,  
e-mail: DemoLine@i.ua*

Стаття присвячена проблемі впливу агресивності та тривожності на бажання зробити татування. В основу статті покладена гіпотеза: людина, що відчуває агресію, але не може її реалізувати з різних причин на об'єкті агресії, починає направляти її на себе, тобто займатися аутодеструкцією. До того ж вона відчуває тривогу стосовно майбутнього та минулого, тому що колись відбулася неприємна ситуація (в минулому) і вона може повторитися (в майбутньому). Тобто людина тримає неприємні моменти в пам'яті і під впливом зовнішніх та внутрішніх факторів починає відчувати почуття провини, адже не може звільнитися від цих ситуацій, почуттів та емоцій. Тут яскраво проявляється аутоагресія, що спровокована агресією. Хочу звернути увагу на те, чому виникає агресія. Вона ніколи не з'являється просто так, її проявляють до людей, які поведуться неналежним чином та перетинають заборонені кордони, тобто це спосіб припинити певного роду насилля над своїм тілом, волею, внутрішнім світом або зовнішніми обставинами. Нами було розглянуто явище агресії та тривожності, виявлено, що в первинному вигляді вони не мають під собою жодного негативного підґрунтя, адже допомагають нам пристосуватися до навколишнього середовища. Агресивна поведінка допомагає особистості бути ефективним у соціумі, а тривожність захищає від різноманітних загроз. Вони працюють у такому режимі, поки людина не дозволяє цим механізмам керувати нею, тоді з'являються проблеми. Людина впадає в ці стани, коли втрачає відчуття контролю над своїм життям і ситуаціями, що в ньому стаються. Саме в ці періоди особа може виявити бажання зробити татування, адже тіло в цьому разі єдине, на що вона може вплинути і завжди залишається у прямому доступі. Надмірна вираженість агресивності призводить до таких наслідків: розбій, конфлікти, почуття провини, втрата звичайного кола спілкування, можливе позбавлення волі, роль домашнього абьюзера. Надмірна вираженість тривожності призводить до таких наслідків, як: слабка нервова система, серцево-судинні захворювання, різке звуження кола спілкування, ригідність адаптації до навколишнього середовища, незадоволеність життям. Також звернено увагу на зворотний бік агресії – аутоагресію, що виникає тоді, коли агресія неможлива, може бути покарана або особа залежить від об'єкта агресії. Поворот проти себе проявляється в самопокаранні, саморуйнівній поведінці, що може призвести до ризикової сексуальної поведінки, вживання алкоголю, наркотиків, сигарет. Саме такі люди роблять татування не заради результату, а заради процесу, вони насолоджуються болем, який отримують під час нанесення фарби під шкіру, це спосіб розрядити аутоагресивну напругу пристойним, на перший погляд, способом. Як правило, такі особи не зупиняються на одному татуванні, а роблять їх багато.

*Ключові слова:* агресія, аутоагресія, тривожність, татування.

Агресивність і тривожність – важливі властивості, придбані в ході еволюції і необхідні для адаптації до навколишнього середовища. Агресивна поведінка може підвищувати пристосованість – ефективність функціонування в умовах реального життя, якщо здобутки перевищують втрати, а тривожність допомагає захиститися від різноманітних загроз [1, с. 41–45].

Але за надмірної вираженості ці властивості можуть мати негативні наслідки. Агресивність може бути причиною різних форм насильства, частота яких у сучасному світі не знижується, так що агресію відносять до числа найбільш серйозних проблем, що стоять нині перед людством.

Надмірна тривожність – одна з причин емоційних розладів, що знижують адаптивне функціонування. Агресію як соціальний феномен і як специфічну поведінку досліджували як психологи, так і інші вітчизняні та зарубіжні фахівці – юристи, політологи, філософи, соціологи Р. Берон, Л. Белозерова, Н. Гришина, А. Зелінський, О. Змановська, Є. Ільїн, С. Іншаков, П. Ковальов, В. Кудрявцев, А. Налгаджян, Д. Ольшанський, А. Реан, Д. Річардсон, Ф. Сафуанов, Е. Фромм, В. Шейнов, О. Шляхтіна та ін., у працях яких дається загальна характеристика сутності агресії, її конкретних проявів. Вітчизняні дослідження тривожності представлені роботами В. Астапова, Л. Божович, В. Білоуса, В. Березина, П. Бельського, О. Дороніної, І. Дубровиної, А. Захарова, Б. Кочубей, В. Кисловської, А. Прихожан, Л. Славкової, Ю. Ханіна та ін.

Тривога, занепокоєння, страх, паніка, жах – явища, які часто присутні в нашому психічному житті. Вони можуть бути різними за інтенсивністю, тривалістю, структурою, від легкого короткочасного неспокою до паралізуючого жаху, являючи різноманітну гаму переживань, які супроводжують найрізноманітніші життєві події: хвороби, конфлікти, неприємні і несподівані події. [8] Емоція тривоги – одне з найбільш частих переживань людей у критичних ситуаціях і за надзвичайних впливів, яке може виконувати різні функції як адаптивні, так і дезорганізуючі психічну діяльність. Так, легкий ступінь тривоги – занепокоєння – визначається як чутливість до небезпеки: вона попереджає про загрозу, що насувається і мобілізує організм для її подолання. У цьому разі тривога пов'язана з прогностичними функціями психіки; певний рівень тривожності забезпечує прогностичну компетентність, або антиципаційну спроможність, виконуючи таким чином адаптивну роль, мобілізуючи резервні можливості людини в скрутних життєвих обставинах. Інтенсивний ступінь тривоги – паніка, жах – впливає на психофізіологічні функції людини, дезорганізуючи їх, блокуючи ефективне функціонування психічних функцій. Охоплена жахом людина втрачає здатність адекватно оцінювати події, що відбуваються, аналізувати отриману інформацію, конструювати адекватну модель реальності навколишнього світу і приймати правильні рішення. У цьому разі тривога оцінюється як деструктивний емоційно-негативний психічний стан, що вимагає корекції.

Тривожність – це переживання емоційного дискомфорту, пов'язане з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям небезпеки. Виділені відкриті і закриті форми тривожності.

Відкриті форми: гостра, нерегульована тривожність; регульована і компенсована тривожність; культивована тривожність. Закриті (замасковані) форми тривожності названі «масками». Такими масками виступають: агресивність; надмірна залежність; апатія; брехливість; лінь; надмірна мрійливість. Підвищена тривожність впливає на всі сфери психіки: афективно-емоційну, комунікативну, морально-вольову, когнітивну [5, с. 21]. Тривожність часто супроводжується фізіологічними симптомами, такими як серцебиття, піт, пронос, прискорене дихання. Ці фізичні ознаки з'являються як у разі усвідомленої тривоги, так і у разі неусвідомленої. Наприклад, перед іспитом у людини може бути пронос, і вона може повністю усвідомлювати наявність тривоги. Але серцебиття або часті позиви до сечовипускання можуть виникати і без будь-якого усвідомлення тривоги, і лише пізніше людина починає розуміти, що відчувала тривогу. Хоча фізичні прояви емоцій особливо помітно виражені в тривозі, вони характерні не тільки для неї [6, с. 15]. З визначення поняття витікає, що тривожність можна розглядати як: психологічне явище; індивідуальну психологічну особливість особистості; схильність людини до переживання тривоги; стан підвищеної турботи.

Наявні натепер теорії агресії по-різному пояснюють причини і механізми агресивної поведінки людини. Одні з них пов'язують агресію з інстинктивними потягами (З. Фройд, К. Лоренц), в інших агресивна поведінка трактується як реакція на фрустрацію (Дж. Доллард, Л. Берковитц), у третіх агресія розглядається як результат соціального навчання (А. Бандура). Є безліч різновидів цих підходів. Найбільше експериментальне підтвердження отримали фрустраційна теорія агресії і теорія соціального навчання. Однак до цих пір йдуть суперечки про біологічну зумовленість агресії. Крім руйнівної, агресія виконує ще й адаптивну функцію, тобто є доброякісною (за визначенням Е. Фромма). Вона сприяє підтримці життя і є реакцією на загрозу вітальним потребам. К. Лоренц вважає агресію важливим елементом еволюційного розвитку [1, с. 349]. Спостерігаючи за поведінкою тварин, він дійшов висновку, що агресія, спрямована проти побратимів по виду, жодним чином не шкідлива для цього виду, навпаки, вона виконує функцію його збереження, тому що саме агресія дає змогу групі мати найсильніших і найрозумніших особин і кращих з можливих ватажків.

Під агресією розуміються акти ворожості, атаки, руйнування, тобто дії, які шкодять іншій особі. Людська агресивність є поведінковою реакцією, що характеризується проявом сили в спробі завдати шкоди собі або суспільству.

**Агресія** – фізична дія або загроза такої дії з боку однієї особи, які зменшують свободу або генетичну пристосованість іншої особи [3, с. 121–125].

У цьому плані розрізняють навмисну та інструментальну агресію. Інструментальна агресія – та, коли людина не ставила собі за мету діяти агресивно, але «так довелось» або «було необхідно діяти». У цьому разі мотив є, але він не усвідомлюється. Навмисна агресія – це ті дії, які мають усвідомлений мотив – заподіяти шкоду [2, с. 170]. Агресія – це модель поведінки, а не емоція або мотив. Хоча агресія часто асоціюється з негативними емоціями, такими як злість, з мотивами – такими як прагнення нашкодити або образити. Звичайно, ці фактори впливають на агресивну поведінку, але їх наявність не є необхідною умовою для такої поведінки. Психічні порушення мають певні етапи розвитку, проходячи через які вони досягають найбільшою мірою вираженості. Будь-які психопатологічні феномени, синдроми включають початкові прояви, розгорнуту стадію, етап завершення, період залишкових симптомів. Під час підліткової кризи швидкість цього болючого циклу збільшується, в результаті чого якийсь з етапів може бути або дуже коротким, або не виявлятися взагалі. Тому дуже часто агресивна поведінка підлітка є для його близьких, знайомих, однолітків і очевидців зовсім несподіваною, нічим не спровокованою [4, с. 14–17]. Багато агресивних учинків підлітків, які потрапляють у поле зору правоохоронних та слідчих органів і вимагають через свою незрозумілість і причинну необґрунтованість психіатричного аналізу, є наслідком особистісної кризи. Часто ознаки розладу особистості проявляються у вигляді хворобливого ставлення до сприйняття власного Я оточуючими людьми, самотності і відірваності від світу, невідповідності свого Я якимсь, найчастіше помилковим, ідеалам, відчуття втрати цілісності внутрішнього світу супроводжують жорстоку агресію.

**Аутоагресія** (автоагресія, аутодеструкція, поворот проти себе, від ауто- + агресія) – активність, націлена (свідомо чи несвідомо) на заподіяння собі шкоди у фізичній і психічній сферах. З точки зору психоаналізу належить до механізмів психологічного захисту. Аутоагресія проявляється в самозвинуваченні, самоприниженні, нанесенні собі тілесних ушкоджень різного ступеня тяжкості аж до самогубства, саморуйнівній поведінці (пияцтві, алкоголізмі, наркоманії, ризикованій сексуальній поведінці, виборі екстремальних видів спорту, небезпечних професій, провокаційній поведінці).

Аутоагресія розглядається як захисний механізм психіки, відома ще з часів Фрейда. Вважається, що така поведінка є наслідком перенаправлення агресії, перш за все спря-

мованої на зовнішній об'єкт. У випадках, коли від цього зовнішнього об'єкта залежить благополуччя людини, агресія може бути перенаправлена. В одних випадках на інший зовнішній об'єкт (виміщення), а в інших випадках, якщо такого об'єкта не знаходиться або, що частіше, якщо таке перенаправлення виявляється неприйнятним (засуджуваним, карним), агресія виявляється спрямованою на самого себе. Незважаючи на те, що аутоагресія створює серйозні проблеми для того, хто застосовує цей захист, емоційно вона виявляється для нього більш прийнятною, ніж усвідомлення первісного об'єкта агресії. Г. Пилягіна вважає, що для виникнення аутоагресії необхідна система, що включає як мінімум три компоненти: 1) **фрустрована людина** з формуючим внутрішнім конфліктом, що пригнічує свою агресію і одночасно заперечує свої соціалізовані інтроєкти; 2) **психотравматична ситуація**, в якій реалізуються захисні патерни поведінки, зумовлені вищезазначеним внутрішньоособистісним конфліктом; 3) **зворотний негативний зв'язок** – нездійснені очікування стосовно об'єкта і збільшувана напруга ситуації, агресивність суб'єкта, потреба дозволу внутрішньоособистісних конфліктів. Тобто агресія, що переходить у аутоагресію, у разі підвищеної тривожності породжує почуття провини, тенденцію до знецінення себе та своїх можливостей. Чи може це викликати інтерес до татуювань?

У наші дні татуювання сприймають по-різному: ознаку мужності, рішучості, витривалості, сили; ознаку креативності; ознаку невпевненості в собі або навпаки незалежності; ознаку легковажності; ознаку внутрішньої боротьби і нелегкої долі; ознаку психічного нездоров'я.

Можна довго продовжувати цей список, але в кінцевому рахунку важливо тільки те, що татуювання значить для її носія, як впливає на свідомість, самосвідомість і самосприйняття. При цьому потрібно враховувати не тільки вихідну причину захоплення, зміст малюнків, а й кольорову палітру. Психологія сприйняття кольору може багато розповісти про вплив конкретних кольорів на психіку. Патологічним захопленням можна вважати те, за якого людина повністю змінює зовнішність, покриває малюнками обличчя, більшу частину тіла, заливає фарбою очі. Ймовірно, це бажання відгородитися від суспільства і самого себе, надіти маску або, навпаки, дати зовнішній, відносно раціональний вихід тому, що кипить усередині.

Крім цього, деяким людям цікавий сам процес нанесення татуювання, а не результат. Але кому може подобатися біль? Тим, хто страждає морально, психічно. Нанесення татуювання – це випробування, яке дарує потім невеликий приплив сил, а сам процес і фізичний біль змушують забути про життєві проблеми. У когось виникає психологічна і фізична залежність від татуювання. Під час сеансу виробляються ендорфін і адреналін, а свідомість поступово змінюється. Виникає стан збудження, напруги і нагадує сп'яніння. У цьому залежність від татуювання схожа на будь-яку хімічну залежність. А виникають вони, як правило, на тлі депресій, внутрішньої порожнечі, незадоволеності собою і життям. Шкіра – це межа між внутрішнім світом людини і суспільством. У татуюваннях людина передає те, що не може сказати словами. А ті, хто стверджують, що не вкладали в татуювання сенс, лукавлять. Можливо, підсвідомо, але вони його вклали в той момент, коли вибирали малюнок, візерунок, символ та інше. Особливо якщо ескіз був намальований індивідуально і не йдеться про залежність, тягу до хворобливого процесу.

### Список використаної літератури

1. К. Лоренс. Агрессия (так называемое «зло»). / Пер. с нем. Г. Швейника. Санкт-Петербург : Амфора, 2001. 349 с.
2. Бочаров А.В., Князев Г.Г., Слободская Е.Р., Рябиченко Т.И. Связь между эксплицитными и имплицитными оценками агрессивности: влияние пола, возраста и социальной желательности. *Бюллетень СО РАМН*. 2007. Т. 125. № 3. С. 41–45.

3. Дубровина И.В. Возрастные особенности психического развития детей / И.В. Дубровина, М.И. Лисина. Москва : Издательство, 2012. 170 с.
4. Долгова В.И., Аркаева Н.И., Смолин А.В. Исследование агрессивного поведения старших подростков. *Научно-методический электронный журнал Концепт*. 2015. Т. 31. С. 121–125.
5. Иванова В.В. Причины та форми агресивної поведінки підлітків. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. № 5 (24). С. 14–17.
6. Кравчук С.Л. Особливості психологічних детермінант агресивних проявів особистості : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук. Київ, 2002. 21 с
7. Мамадалиева Г.А. Психолого-педагогическая профилактика и коррекция тревожности современного подростка : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук. Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет. Нижний Новгород, 2011. С. 15.
8. Соловьева С.Л. Тревога и тревожность: теория и практика. *Медицинская психология в России*: электрон. науч. журн. 2012. № 6 (17). URL: <http://medpsy.ru>.

## RESEARCH OF INFLUENCE OF AGGRESSIVENESS AND ANXIETY ON DESIRE TO MAKE TATTOO

**Alina Demkova**

*Khmelnytsky National University,  
Humanitarian Pedagogical Faculty  
Institute Str., 11, Khmelnytsky, Ukraine, 29000  
e-mail: Demoline@i.ua*

The article deals with the problem of the influence of aggression and anxiety on the desire to make a tattoo. The article is based on the hypothesis: a person who feels aggression, but can not implement it, for various reasons, on the object of aggression, begins to direct it to himself, that is, engage in auto-destruction. In addition, she is anxious about the future and the past, because once there has been an unpleasant situation (in the past) and it can happen again (in the future). That is, the person keeps the unpleasant moments in memory and under the influence of external and internal factors begins to feel guilt, because he can not get rid of these situations, feelings and emotions. This is clearly manifested by aggression provoked by aggression. I want to pay attention to why aggression occurs. It never seems so simple, it is manifested to people who behave inappropriately and cross forbidden borders, which is a way to stop some kind of violence against their body, will, inner world, or external circumstances.

The phenomenon of aggression and anxiety is considered, it is revealed that in their original form they do not have any negative grounds, because they help us to adapt to the environment. Aggressive behavior helps the individual to be effective in society, while anxiety protects against a variety of threats. They work in such a way, so long as one does not allow these mechanisms to control it, then there are problems. Man falls into these states when he loses his sense of control over his life and the situations that occur in him. It is during these periods that a person can express a desire to make a tattoo, because the body, in this case, is the only thing that can be influenced and always remains in direct access. Excessive aggression leads to the following consequences: robberies, conflicts, feelings of guilt, loss of the usual circle of communication, possible imprisonment, the role of a home abuser. Excessive anxiety leads to the following consequences: weak nervous system, cardiovascular disease, sharp narrowing of communication, rigid adaptation to the environment, dissatisfaction with life. Attention is also drawn to the reverse of aggression – auto-aggression that occurs when aggression is not possible, can be punished or a person depends on the object of aggression. Turning against oneself is manifested in self-punishment, self-destructive behavior, which can lead to risky sexual behavior, use of alcohol, drugs, cigarettes. It is these people who make tattoos not for the sake of result, but for the sake of the process, they enjoy the pain they get when applying paint under their skin, this is a way to defuse autoaggressive tension in a decent, first-glance way. As a rule, such persons do not stop at one tattoo, but do lot of them.

*Key words:* aggression, autoaggression, anxiety, tattoos.