

Анкетирование «Склонность к агрессии»

(Опросник Л.Г. Почебуг)

Инструкция: «В бланке для ответов надо поставить «+» рядом с номерами утверждений, с которыми вы согласны, и «-», с которыми не согласны».

Перечень утверждений:

1. Если я разозлюсь, то могу ударить кого –нибудь;
2. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами;
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь;
4. Если меня не попросить по-хорошему, то я не выполняю просьбу;
5. Мне кажется, что судьба ко мне не справедлива;
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за спиной;
7. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной;
8. Если не случилось обмануть кого –нибудь, я испытывал(а) мучительные угрызения совести;
9. Мне кажется, что я способен(а) ударить человека;
10. Когда я злюсь, то громко хлопаю дверями;
11. Иногда люди раздражают меня просто своим присутствием;
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется его нарушить;
13. Иногда меня гложет зависть, хотя я этого не показываю;
14. Я думаю, что многие люди не любят меня;
15. Если человек мне не нравится, то я прямо говорю ему об этом;
16. Нередко мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь;
17. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки;
18. Иногда я выражаю гнев тем, что стучу кулаком по столу;
19. Я часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться;
20. Если кто – то корчит из себя начальника, всегда поступаю ему наперекор;
21. Нет людей, которых я по – настоящему бы ненавидел;
22. Довольно много людей мне завидуют;
23. Даже если я злюсь, то не прибегаю к «сильным» выражениям;
24. Люди, уваливающие от своей работы, должны испытывать чувства вины;
25. Я редко даю сдачи, даже если кто – то ударить меня;
26. Я могу вспомнить случаи, когда был так зол, что хватал первый попавшийся предмет и ломал его;
27. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся;
28. Когда со мной разговаривают командным тоном, мне ничего не хочется делать;
29. Обычно я стараюсь скрывать плохое отношение к людям;
30. Иногда мне кажется, что надо мной смеются;
31. Если кто – то раздражает меня, я готов сказать ему все, что о нем думаю;

32. Меня угнетает то, что я делаю мало хорошего для своих родителей;
33. Даже если кто –нибудь первым ударит меня, я все равно не отвечу ему;
34. В споре я часто повышаю голос;
35. Я не раздражаюсь из – за мелочей;
36. Когда кто –нибудь показывает, что он умный, я делаю все, чтобы он не зазнавался;
37. Я не всегда получаю то хорошее, что заслуживаю;
38. Думаю, у меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить;
39. Я часто угрожаю людям, даже если и не собираюсь приводить угрозы в исполнение;
40. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.

Бланк ответов

1	-9	17	-25	-33
-2	10	18	26	34
3	11	19	2	-35
4	12	20	28	36
5	13	-21	29	37
6	14	22	30	-38
7	15	-23	31	39
8	16	24	32	40

По одному баллу начисляется за каждый ответ, совпадающий с тем, что приведен в бланке для ответов (там, где перед номером вопроса стоит знак «-», балл начисляется за отрицательный ответ, где не стоит – за положительный). Суммируются баллы отдельно в каждой строке (0-2 балла – пониженный уровень, 3- средний, 4-5 – повышенный). Они свидетельствуют о следующих характеристиках:

Строка 1. **Физическая агрессия** – склонность проявлять свое недовольство путем физического воздействия на то, что его вызывает: например, ввязаться в драку или пнуть предмет, о которой споткнулся.

Строка 2. **Косвенная агрессия** – склонность выражать недовольство путем физического воздействия на тех людей или те предметы, которые не имеют к нему отношения, но просто попадают под руку: например, разозлился на учительницу, а пнул собаку.

Строка 3. **Раздражительность** – привычка приходить в раздражение даже по незначительным поводам, эмоциональная неустойчивость. Такой подросток напоминает бочку с порохом: достаточно малейшей искры, чтобы он весь «вспыхнул».

Строка 4 **Негативизм** – склонность сопротивляться любому внешнему воздействию, даже если оно в собственных же интересах этого человека. Например, такому подростку может быть не важно, что именно надеть, отправляясь на прогулку, но одежда непременно должно быть не той, которую предложили родители.

Строка 5. **Обидчивость**. Обида - это отрицательная эмоция, возникающая тогда, когда чье – то поведение не соответствует ожиданиям человека. Обидчивые подростки считают, что все вокруг должно быть так, как они желают, испытывают негодование и эмоциональный дискомфорт, если это оказывается не так.

Строка 6. **Подозрительность.** Такие люди склонны приписывать окружающим, зачастую безосновательно, дурные намерения в отношении себя. Порой им кажется, будто весь мир ополчился против них, а все вокруг только и думают, как бы им навредить.

Строка 7. **Словесная агрессия** - склонность выражать свое недовольство с помощью речи, например, накричав на кого –нибудь или сказав ему нечто обидное.

Строка 8. **Чувство вины** - склонность мучительно переживать по поводу своих реальных или мнимых ошибок, прошлых неудач. По сути, такие переживания – это тоже агрессия, но направленная – это тоже агрессия, но направленная не на окружающий мир, а на самого себя.