

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-1.3>**О. С. Безверхий**кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри психології та соціальної роботи
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ З АГРЕСИВНІСТЮ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Статтю присвячено емпіричному дослідженню кореляційних зв'язків між самоактуалізацією та агресивністю у майбутніх психологів. Гуманістична парадигма сучасної психології зумовила прагнення до самоактуалізації як важливий тренд серед майбутніх психологів. В сучасній літературі з генетичної психології поширено інформацію про значний вплив спадковості на агресивність. Вважають, що приблизно 50% загального рівня агресивності є біологічно зумовленими. У статті відбувається пошук відповіді на питання, чи залишаються відкритими для людей з підвищеною агресивністю можливості йти шляхом самоактуалізації. В емпіричному дослідженні виявлено розбіжності у впливі різних проявів агресивності на самоактуалізацію. В основному загальні підвищені рівні агресивності та ворожості негативно корелюють зі шкалою самоактуалізації «підтримка» (автономія, самодостатність). Найбільші перешкоди для самоактуалізації створюють невротизовані види агресії (дратівливість та провина). Вони негативно корелюють з обома основними шкалами самоактуалізації – «підтримка» та «компетентність в часі». Найвиразнішим впливом агресивності безпосередньо на поведінку особи є зниження гнучкості поведінки. Шкала самоактуалізації «гнучкість поведінки» має негативні кореляції одразу з шістьма шкалами агресивності. Тобто, поведінка агресивної людини є ригідною, втрачає керованість, стає невідворотньо деструктивною. Привертає увагу непряма агресія як вид агресії, яка не має негативних кореляцій з обома основними та переважною кількістю допоміжних шкал. Цей вид агресії навіть має позитивну кореляцію зі шкалою «спонтанність». Загалом непряма агресія виглядає як цілком сумісна з розвитком самоактуалізації. У статті висунуто припущення про можливість двоетапного процесу оптимізації агресії для уможливлення переходу особи з підвищеною агресивністю до самоактуалізації. По-перше, нейтралізація невротизованих видів агресії: дратівливість має позбутися намагання придушення та трансформуватися у відкриту агресію, аутоагресія (провина) має перетворитися на гетероагресію. По-друге, весь комплекс агресивних реакцій має трансформуватися у переважно непряму агресію. Зазначається, що, ймовірно, є певний «поріг агресивності», нижче якого описана трансформація можлива.

Ключові слова: самоактуалізація, агресивність, компетентність в часі, невротизована агресія, непряма агресія, трансформація агресивності.

Постановка проблеми. В сучасній науковій літературі з проблеми самоактуалізації недостатньо досліджено зв'язок самоактуалізації з проявами агресії особистості. З одного боку, є загальне розуміння, що загалом підвищена агресія негативно корелює з самоактуалізацією. Однак, з огляду на частково генетичну детермінованість агресії, яку науковці оцінюють приблизно 50% [1], постає питання: чи є підвищена агресія фатально непереборною на шляху особистості до самоактуалізації? У який спосіб майбутній психолог, який має біологічно зумовлену підвищену агресію, може розвивати власну самоактуалізацію та які першочергові перешкоди він зустрине на цьому шляху? Зазначимо, що майбутній психолог, завдяки підвищеній рефлексії та володінню інструментами саморегуляції, має більші, у порівнянні зі студентами інших спеціальностей, можливості для адаптації та саморозвитку. Отже, у статті розглядається проблема зв'язку самоактуалізації з агресивністю в аспекті наявності можливостей

для самоактуалізації майбутніх психологів з біологічно зумовленою підвищеною агресивністю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Про важливість прийняття людиною власної агресії для розвитку самоактуалізації писали засновники гуманістичної психології. Шкала «прийняття агресії» була включена до допоміжних шкал відомої методики діагностики самоактуалізації Еверетта Шострома (Everett Shostrom) "Personal Orientation Inventory" [2]. Мова Л.В. у своєму дисертаційному дослідженні «Психологічні особливості забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки» вказує на низький рівень агресії як необхідну умову самоактуалізації у майбутніх психологів [3, с. 12], не розглядаючи проблеми самоактуалізації майбутніх психологів з підвищеним рівнем агресивності. Наталія Старинська у своїй монографії «Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки» лише констатує приблизно низький серед-

ній рівень агресії [4, с. 33] та середню приблизно високу готовність прийняття агресії у вибірці досліджених нею майбутніх психологів [4, с. 73], не розглядаючи проблему самоактуалізації осіб з підвищеною агресивністю. Отже, залишається відкритим питання про шляхи самоактуалізації майбутніх психологів з підвищеною агресивністю, оскільки прийняття власної агресії за таких умов, без додаткових психокорекційних заходів, загрожує особі руйнуванням соціальних взаємин.

Мета статті. Головною метою цієї роботи є емпіричне дослідження зв'язків самоактуалізації з агресією та, на цій основі, теоретичний аналіз можливостей самоактуалізації для майбутніх психологів з підвищеним рівнем агресивності.

Виклад основного матеріалу. Нами було емпірично досліджено зв'язки між самоактуалізацією та агресією. Для цього ми використали план кореляційного дослідження. Експериментальна група включала 29 студентів випускного курсу (ступінь вищої освіти «бакалавр»), які навчаються за спеціальністю «Практична психологія» у Вінницькому державному педагогічному університеті імені Михайла Коцюбинського. Дослідження проводилося у травні 2019 року. Для проведення емпіричного дослідження було використано методики: «Самоактуалізаційний тест» (Ю.Е. Альошина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика

та М.В. Кроз) [5]; Опитувальник рівня агресивності Баса-Дарки [6].

У таблиці 1 подано результати розрахунку коефіцієнтів кореляції між шкалами методики САТ, з одного боку, та шкалами методики Баса-Дарки – з іншого боку. Для нашої кількості досліджуваних (29 осіб) порогом значущості є показники 0,46 для $p < 0,01$ та 0,36 для $p < 0,05$. У наведеній таблиці статистично вірогідні кореляції (одна на рівні $p < 0,01$ та 19 на рівні $p < 0,05$) виділено жирним шрифтом та підкреслюванням.

Перейдемо до інтерпретації одержаних даних. Самоактуалізаційний тест має дві основних («компетентність в часі» та «підтримка») і 12 допоміжних шкал. Основні зусилля будуть зосереджені на інтерпретації кореляцій показників агресії з основними шкалами самоактуалізації.

Шкала компетентності в часі показує ставлення особи до минулого, сучасного та майбутнього. Високий бал означає: здатність людини жити теперішнім, переживати поточну мить її життя в усій його повноті, а не як фатальний наслідок минулого або підготовку до майбутнього «справжнього життя»; переживати своє життя цілісним, як єдність минулого, теперішнього та майбутнього. Саме таке переживання часу притаманне самоактуалізованій особистості. Низький бал означає зосередження або лише на минулому, або лише

Таблиця 1

Кореляційні зв'язки між показниками самоактуалізації та агресії

Опитувальник Баса-Дарки	Самоактуалізаційний тест САТ						
	Ш1	Ш2	Ш3	Ш4	Ш5	Ш6	Ш7
A1	-0,234	-0,313	0,155	-0,411	0,043	-0,156	0,098
A2	0,030	0,115	0,019	0,035	0,064	0,373	-0,091
A3	-0,397	-0,392	-0,067	-0,530	0,355	-0,163	-0,132
A4	-0,270	-0,275	-0,038	-0,127	0,107	0,134	0,140
A5	-0,316	-0,420	-0,013	-0,394	-0,076	-0,319	-0,247
A6	-0,250	-0,240	-0,035	-0,326	0,256	-0,332	-0,230
A7	-0,159	-0,197	0,048	-0,259	0,106	0,061	0,110
A8	-0,447	-0,401	-0,281	-0,379	-0,236	-0,325	-0,289
A9	-0,348	-0,397	0,059	-0,528	0,222	-0,122	0,026
A10	-0,336	-0,387	-0,030	-0,428	0,123	-0,391	-0,285
Опитувальник Баса-Дарки	Самоактуалізаційний тест САТ						
	Ш8	Ш9	Ш10	Ш11	Ш12	Ш13	Ш14
A1	-0,097	-0,286	0,334	0,170	-0,251	-0,047	0,025
A2	0,100	-0,076	-0,083	0,198	0,157	-0,172	-0,188
A3	-0,279	-0,272	-0,104	-0,267	-0,106	-0,324	-0,082
A4	-0,431	-0,234	-0,145	0,090	-0,048	0,178	-0,001
A5	-0,235	-0,066	0,416	-0,116	-0,219	0,259	-0,107
A6	-0,130	-0,064	0,262	0,206	-0,068	-0,098	-0,254
A7	0,011	-0,375	-0,276	0,032	-0,219	-0,226	-0,284
A8	-0,356	0,069	0,067	-0,380	-0,026	0,005	-0,059
A9	-0,167	-0,398	0,001	-0,032	-0,246	-0,255	-0,134
A10	-0,214	-0,078	0,399	0,068	-0,165	0,081	-0,223

Умовні позначення: Ш1 – компетентність в часі; Ш2 – підтримка; Ш3 – ціннісні орієнтації; Ш4 – гнучкість поведінки; Ш5 – сенситивність; Ш6 – спонтанність; Ш7 – самоповага; Ш8 – самоприйняття; Ш9 – погляд на природу людини; Ш10 – синергія; Ш11 – прийняття агресії; Ш12 – контактність; Ш13 – пізнавальні потреби; Ш14 – креативність; А1 – фізична агресія; А2 – непряма агресія; А3 – дратівливість; А4 – негативізм; А5 – образа; А6 – підозрілість; А7 – вербальна агресія; А8 – почуття провини; А9 – індекс ворожості; А10 – індекс агресивності.

на теперішньому, або лише на майбутньому, або «дискретне» переживання власного життєвого шляху [7].

Шкала «компетентність в часі» має негативні кореляції зі шкалами «дратівливість» та «почуття провини». Обидві вказані шкали агресивності – і дратівливість, і почуття провини – можна схарактеризувати як «невротизовані» прояви агресивності, тобто такі, які завжди поєднуються з порівняно високим почуттям тривоги. Шкала САТ «компетентність в часі» тісно пов'язана з підвищеною особистісною тривожністю. Засновник гештальт-психології Ф. Перлз вважав найадекватнішим режимом функціонування особистості «занурення в теперішнє», натомість екстраполяції у минуле або майбутнє він пов'язував з невротичними переживаннями [8, с. 16]. Психотерапевт з практикою Наталія Расказова системно описала зв'язки різних видів невротизації з різними варіантами розбалансованості орієнтації в часі [9]. Бредун К.В. виявила п'ять чинників («чистих типів») «суб'єктивного сприйняття часу», в описі яких у представників чотирьох типів («збирального», «застрагуючого», «прагматичного» та «наявного в теперішньому») фіксується розбалансування орієнтації в часі з явними ознаками психічного дискомфорту та невротизації, і лише один тип («функціональний») є збалансованим [10, с. 11–14].

Розглянемо зв'язок дратівливості з тривогою. Роздратування та тривога одночасно породжуються специфічною ситуацією соціальної взаємодії. В.Г. Маралов та В.А. Сітаров визначають дратівливість як «негативний емоційний стан, який виникає у відповідь на виявлення невідповідності зовнішніх стимулів, подій, ситуацій, поведінки людей до очікувань особистості, який проявляється або в стриманості, або в афективній реакції та агресивних діях» [11, с. 495]. Як зазначають вказані автори, роздратування має три ознаки: (1) це негативний емоційний стан; (2) він виникає тоді, коли виявляється невідповідність події, ситуації, іншої людини очікуванням; (3) роздратування може або стримуватися особою, або швидко переростати в інші, яскравіше виражені афективні реакції: гнів, обурення, образу, а також в агресивні дії [11, с. 495]. Зазначимо, що невіддільною частиною дратівливості є стримування агресії, в основі якого лежить переживання загрози: руйнівних впливів своєї можливої агресії на образ «Я»; соціального осуду у випадку нестриманості; зустрічної агресії. В умовах динамічної соціальної взаємодії всі зазначені чинники не можуть повністю рефлексуватися в реальному часі, тому виступають як підвищений рівень тривоги. Отже, стан роздратування завжди супроводжується зростанням тривоги, а дратівливість, як риса характеру, неминуче поєднується з підвищеною особистісною тривожністю.

Розглянемо зв'язок почуття провини з тривогою. Тривога завжди супроводжує почуття провини. Науковці вважають провину і тривогу (страх) нероздільними [12, с. 187]. Керол Ізард, подаючи «профіль емоцій» для ситуації провини, зазначає вагомість переживань страху і тривоги [13, с. 403] в цьому випадку. Почуття провини є основним елементом аутоагресії та породжує психологічну загрозу для «Я»-образу, що переважно проявляється як зростання тривоги. Відповідно, систематичне переживання почуття провини породжує підвищену особистісну тривожність.

Отже, маємо підстави стверджувати, що всі три описані шкали мають тісний зв'язок з невротизацією (підвищеною тривогою) особистості: невротизація спричиняє розбалансування орієнтації в часі, невротизація спрямовує агресію в річище дратівливості, невротизація супроводжує провину. На основі цього ми припускаємо такий механізм кореляції між шкалами «компетентність в часі» та «дратівливість»: невротизація особистості є тією причиною, яка, з одного боку, спонукає особу виражати агресію в формі роздратування, а з іншого – розбалансовує орієнтацію в часі. Ми також припускаємо, що значуща кореляція між шкалами «почуття провини» та «компетентність в часі» спричиняється тим, що почуття провини з супутнім страхом та тривогою знижують показник за шкалою «компетентність в часі».

Перейдемо до розгляду групи з п'яти негативних кореляцій між шкалою САТ «підтримка» та шкалами методики Баса-Дарки «дратівливість», «почуття провини», «образу», «індекс агресивності», «індекс ворожості».

Шкала «підтримка» вимірює незалежність цінностей та поведінки особи від впливів зовні. Високий бал означає, що людина незалежна у своїх вчинках, керується в діяльності власними переконаннями та цілями. Така особистість вільна у виборі та не піддається зовнішньому впливу. Низький бал означає залежність, конформність, несамостійність, екстернальність [7].

В сучасному суспільстві високий рівень агресії засуджується, за винятком окремих маргінальних середовищ. Тому агресивні особи намагаються контролювати та стримувати власну агресію, хоча б частково, щоб уникнути погіршення та руйнування стосунків з оточенням. Доцільність такого стримування тим більша, чим більший осуд в соціумі викликає певний вид агресії. Більше за інші види агресії оточенням засуджується ворожість через високий рівень деструктивності та руйнівності. Тому знижена здатність особи контролювати власну агресію загалом, і ворожість зокрема, свідчать про знижений самоконтроль, емоційну залежність від ситуації зіткнення та особи опонента – такий людині бракує автономії від оточення та самодостатності.

Є наявними види агресії, які мало засуджуються оточенням, але у самої особи викликають спротив, наприклад, дратівливість і почуття провини. Особа прагне їх контролювати, оскільки дратівливість загрожує «Я»-образу, а почуття провини завдає психологічного болю. Нездатність взяти під контроль ці форми агресії спричиняє залежність від них і також перешкоджає формуванню автономії.

В основі образи як форми агресії лежить заздрість, тобто залежність переживань і думок від успіхів та досягнень інших. Заздрість є специфічним видом залежності, дефіциту самодостатності. Тому в даному випадку така схильність до залежності перешкоджає розвитку автономії.

Отже, підвищена агресивність та ворожість блокують розвиток автономії через неможливість достатнього контролю над власними діями у низці ситуацій, що породжує зовнішній осуд, невпевненість у своїх можливостях та нестачу автономії; у цьому випадку агресія породжує прагнення її контролювати та фрустрацію, що перешкоджає формуванню автономії. Підвищена дратівливість породжує прагнення позбутися її, щоб захистити своє «Я», а почуття провини породжує прагнення позбутися його, щоб захиститися від психологічного болю; в обох випадках фрустрація цих прагнень руйнує віру в себе і знижує рівень автономії.

Перейдемо до розгляду кореляцій шкал методики Баса-Дарки з допоміжними шкалами САТ. Першою привертає увагу група з 6-ти кореляцій між «гнучкістю поведінки» та шкалами «фізична агресія», «дратівливість», «почуття провини», «образа», «індекс агресивності», «індекс ворожості». Як вже зазначалося, всі вказані форми агресії мало піддаються контролю особистості, внаслідок чого поведінка стає стереотипною, ригідною, негнучкою. Нездатність особи достатньою мірою контролювати прояви агресії не дозволяє забезпечити гнучкість поведінки.

Шкала САТ «спонтанність» має позитивну кореляцію зі шкалою «непряма агресія» та негативну – зі шкалою «індекс агресивності». Перша кореляція показує, в який спосіб агресія може бути інтегрована в спонтанну поведінку. Спонтанність характеризується невимушеністю, відсутністю напруження та психологічних бар'єрів. Непряма агресія (поширення чуток, натяки, ігнорування, відповідні невербальні сигнали та непрямі вербальні сигнали тощо), на відміну від інших форм агресивної поведінки, не лише найменше засуджується, часто окремі її види навіть схвалюються. Людина, яка достатньою мірою володіє мистецтвом непрямой агресії, може не хвилюватися через можливий осуд соціального оточення, тому зберігатиме спонтанність поведінки. Отже, зумовлене достатнім рівнем соціального інте-

лекту вміння планувати та здійснювати непряму агресію, відкриває можливість спонтанності. Тобто, непряма агресія усуває бар'єри для спонтанності, є однією з її причин.

Негативна кореляція спонтанності з індексом агресивності зумовлена тим, що агресивність породжує напруження, яке перешкоджає спонтанності. Отже, підвищена агресивність є причиною зниження спонтанності.

Шкала САТ «самоприйняття» має обернену кореляцію зі шкалою методики Баса-Дарки «негативізм». Негативізм – опозиційний стиль поведінки, що полягає у запереченні соціальних норм і правил. Негативізм як широке неприйняття соціуму, супроводжується аналогічним широким неприйняттям себе внаслідок симетрії ставлень: характер та критерії оцінювання соціуму наслідують характер та критерії оцінювання себе. Отже, негативізм як неприйняття соціуму, нерозривно пов'язаний з симетричним неприйняттям себе. Неприйняття себе породжене несприятливими умовами розвитку особи, воно і стає причиною негативізму.

Шкала САТ «погляд на природу людини» має статистично вірогідні кореляції з шкалами «вербальна агресія» та «ворожість». Шкала «погляд на природу людини» показує схильність особи оцінювати природу людини загалом як позитивну. Віра в доброту людей є проекцією оцінювання себе або як доброї людини, або як агресивної людини або як людини, яка отримує задоволення від агресії.

Висновки та пропозиції. Характеризуючи загалом зв'язки між самоактуалізацією та агресивністю майбутніх психологів, можемо стверджувати, що підвищена агресивність створює істотні перешкоди на шляху самоактуалізації. Загалом, й індекс агресивності, й індекс ворожості негативно корелюють з опорою на власні сили, самодостатністю. Особливо значні перешкоди створюють ті види агресії, які супроводжуються невротизацією (підвищеною особистісною тривожністю), зокрема, дратівливість і почуття провини (аутоагресія). Невротизована агресія не лише перешкоджає автономії, але і розбалансовує орієнтацію в часі, негативно впливаючи на обидві основні шкали самоактуалізації. В цьому аспекті привертає увагу шкала непрямой агресії, яка позитивно корелює зі шкалою «спонтанність», не корелює з основними шкалами самоактуалізації й з усіма іншими допоміжними шкалами. Можна припустити, що основним шляхом самоактуалізації для осіб з підвищеним рівнем агресивності, є шлях трансформації структури власної агресивності. По-перше, це нейтралізація невротичної агресивності, яка має на першому етапі або стати вільною, нестримуваною, відкритою (дратівливість, наприклад, перетворюється на

вербальну агресію), або зазнати інверсії (почуття провини або аутоагресія має трансформуватися в агресію назовні – гетероагресію). По-друге, це трансформація відкритих і прямих форм агресії у непрямую агресію. Очевидно, що, по-перше, такі трансформації доцільно здійснювати в ранньому віці, а по-друге, є певний поріг загального рівня агресивності особи, нижче якого така трансформація можлива.

Література:

1. Шустикова М.В. Генетичні та середовищні детермінанти агресивної поведінки. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Біологія»*. 2005. С. 111–115.
2. Shostrom E. An Inventory for the Measurement of Self-Actualization. *Educational and Psychological Measurement*. Vol. XXIV. № 2. 1964. URL: <https://doi.org/10.1177/001316446402400203> (дата звернення: 15.05.2019).
3. Мова Л.В. Психологічні особливості забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки : автореф. дис. ... канд. психол. Наук : 19.00.07. Київ, 2003. 20 с.
4. Старинська Н.В. Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. Київ : «Інтерсервіс», 2015. 178 с.
5. Самоактуализационный тест. URL: http://psylab.info/Самоактуализационный_тест/Интерпретация_опросника_CAT (дата звернення: 15.05.2019).
6. Опросник уровня агрессивности Басса-Дарки. URL: http://psylab.info/Самоактуализационный_тест/Интерпретация_опросника_CAT (дата звернення: 15.05.2019).
7. Самоактуализационный тест. URL: http://psylab.info/Самоактуализационный_тест/Интерпретация_опросника_CAT (дата звернення: 15.05.2019).
8. Яничев П.И. Психология отражения и переживания времени : актуальные проблемы. *Изв. Рос. гос. пед. ун-та им. А.И. Герцена. Сер. Психол.-пед. науки*. 2007. № 9. С. 7–20. URL: <file:///C:/Users/%D0%9E%D0%BB%D0%B5%D0%B3/Downloads/psihologiya-otrazheniya-i-perezhivaniya-vremeni-aktualnye-problemy.pdf> (дата звернення: 15.05.2019).
9. Рассказова Н. Ориентация во времени невротической и аутентичной личности. 2014. URL: <http://thesolution.ru/orientatsiya-vo-vremeni-nevroticheskoy-i-autentichnoy-lichnosti/> (дата звернення: 15.05.2019).
10. Бредун Е.В. Типологические особенности субъективного восприятия времени: хронотопический контекст : автореферат дис. ... канд. психол. Наук : 19.00.01. Томск, 2018. 24 с.
11. Маралов В.Г., Ситаров В.А. Раздражительность к людям : типология и механизмы. *Интеграция образования*. 2018. Т. 22. № 3. С. 493–507. DOI: 10.15507/1991-9468.092.022.201803.493-507.
12. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 752 с.
13. Изард К. Психология эмоций. Санкт-Петербург : Питер, 2007. 465 с.

Bezverkhyi O. S. Empirical study on the relationship between self-actualisation and aggressiveness of the future psychologists

The article is devoted to the empirical study of the correlation between self-realization and aggressiveness of the future psychologists. The humanistic paradigm of the modern psychology sets a trend for self-actualization which has become one of the core trends among the future psychologists. Modern genetic psychology researches observe the significant influence of heredity on the aggressiveness. It is considered that approximately 50% of the aggressiveness level overall is determined biologically. The article is to answer the question whether people with the increased aggressiveness are capable to achieve the self-actualization. The empirical study reveals the differences between the influences of different forms of aggressiveness on the self-actualization. Overall, the generally increased levels of aggressiveness and hostility negatively correlate with the inner-directed scale of a self-actualization (autonomy, self-sufficiency). The greatest obstacles to self-actualization are the neurotic forms of aggression (irritability and guilt). They negatively correlate with the main inner-directed and time competence scales of the self-actualization. The reduction of the flexibility of the behavior is the clearest impact of the aggressiveness on the person's behavior. The self-actualization behavior flexibility scale has a negative correlation with six scales of aggressiveness at the same time. This means the behavior of an aggressive person is rigid, it loses the controllability, becomes irreversibly destructive. Indirect aggression is brought to attention as a type of aggression that has no negative correlation with the main scales and the majority of the additional scales. This type of aggression even has a positive correlation with the spontaneity scale. In general, the indirect aggression seems to be fully compatible with the development of the self-actualization. The article has an assumption on the possibility of the two-stage process of the optimization of the aggression to make possible the transfer from the person with the increased aggressiveness to the self-actualized person. Firstly, the study suggests the neutralization of neurotic forms of aggression: irritability should stop the attempts to suppress itself and start transforming into an open aggression; an autoaggression (guilt) should transform into a hetero-aggression. Secondly, the whole complex of aggressive reactions should be transformed into an indirect aggression mostly. It is defined that there might be a certain "threshold of aggressiveness" and the transformation below this threshold is not possible.

Key words: self-actualization, aggressiveness, time competence, neurotic aggression, indirect aggression, transforming of aggressiveness.