

**Т. А. Каткова**старший викладач кафедри психології  
Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького**С. В. Мельнікова**кандидат медичних наук, доцент кафедри психології  
Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького

## ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ, ФРУСТРОВАНОСТІ, АГРЕСИВНОСТІ ТА РИГІДНОСТІ В СОЦІАЛЬНІЙ ГРУПІ «СТУДЕНТИ-ПСИХОЛОГИ»

У статті проведено скринінгове дослідження за методикою Г. Айзенка показників рівня тривожності, фрустрованості, агресивності та ригідності у 88 студентів-психологів Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького у віці від 18 до 47 років, серед них: 76 дівчат і 12 юнаків. Дослідження проводилися з урахуванням циркадіанних ритмів (перша половина дня) і в міжсесійний період. У зв'язку з малою кількістю обстежених осіб чоловічої статі результати дослідження оброблені без урахування гендеру.

**Ключові слова:** психічне здоров'я молоді, соціальна група «студенти-психологи», тривожність, фрустрованість, агресивність, ригідність.

**Постановка проблеми.** Однією з основних проблем психології є проблема фізичного та психічного здоров'я молоді.

За визначенням Б. Удовиченка [13], молодь є наступником державних традицій, норм культури і моралі. За сприятливих умов саме молодь може бути однією з найбільш активних соціальних груп. Ця група населення виконує важливу роль у процесах економічного, соціально-політичного і духовно-культурного розвитку будь-якої держави і суспільства. Фінансово-економічна криза, що почалася 2008 р., актуалізувала проблеми життєдіяльності молоді в Україні [1, с. 3–11; 5, с. 101–107].

Насамперед це стосується питання фізичного та психічного здоров'я молодого покоління, особливо студентів.

Так, матеріали колегії Міністерства освіти і науки України [3] свідчать про те, що в Україні тільки 4% випускників освітніх установ можна назвати практично здоровими. Серед студентів здоровими залишаються тільки 6%, приблизно 45–50% випускників мають морфофункціональні відхилення, а 40–60% – хронічні захворювання. Від 20% до 60% студентів за роки навчання в університеті зазнають порушень 2–5 систем організму.

Є. Даєв і співавтори [4, с. 418–420] у своїй роботі зазначають, що вплив екологічних, політичних і соціально-економічних чинників негативно позначається на здоров'ї молоді. Регуляторні зміни стосуються порушення режиму роботи цілої мережі генів, внаслідок чого розвиваються різні

фізіологічні зміни, характерні для стресового стану організму. Одним з ефектів таких модифікацій є поява структурних порушень хромосомного апарату клітин-мішеней в осіб молодого віку.

Особливо важливий для здоров'я майбутніх фахівців психологічний стан, який суттєво впливає на розвиток соматичних захворювань [14, с. 73–78].

Проведені нами дослідження здоров'я і психоемоційного стану студентської молоді виявили високий рівень захворювань шлунково-кишкового тракту [7, с. 85–88] та наявність психосоціального стресу, значної кількості фрустраторів у життєдіяльності сучасних студентів [8, с. 158–160].

У дослідженнях Г. Никифорова та співавторів [10, с. 28–29], а також А. Маркової [6, с. 282] показано, що величезні психоемоційні навантаження супроводжують професійну діяльність практичних психологів. Відомо, що представники цієї професії працюють за дефіциту часу, з підвищеною відповідальністю, стурбованістю про наслідки можливих власних помилкових дій і страхом припуститися помилки в роботі [10, с. 28–29]. За несприятливих психосоціальних і економічних обставин у країні стрес-чинники здатні до кумуляції, що надалі може позначатися на психоемоційному стані студентів-психологів.

В. Бочелюк [2, с. 139–140] і С. Черкасова у своїх роботах виділяють поняття «психологічна готовність до майбутньої професії». Результати досліджень у групі студентської молоді показали, що 18% студентів-психологів четвертого курсу мають низький рівень соціального інтелекту й емпатії,

нездатні прогнозувати реакції в різних обставинах [15, с. 452–462].

**Мета статті** – вивчити психологічні показники студентів-психологів.

**Виклад основного матеріалу.** У сучасному світі вищих досягнень склалася така ситуація, що на перший план виходить проблема психічної стійкості студентів до фізичних і нервових перевантажень. Тому особливу роль відіграє здібність особистості до регуляції свого психоемоційного стану, який певною мірою впливає на успішність студента. Тому метою нашого дослідження стало вивчення особливостей прояву тривожності, фрустрованості, агресивності та ригідності в студентів-психологів.

Отримані результати оброблені з використанням пакету комп'ютерних статистичних програм IBM SPSS.19.0 [9, с. 164–165].

Стресостійкість – це здатність особистості протистояти стресовим чинникам. Стресостійкість забезпечує високу ефективність діяльності і зберігає здоров'я молодої людини. Тому для визначення рівня стресостійкості майбутніх соціальних педагогів ми використали тест В. Розова, який дозволяє визначити рівень стійкості людини до стресової ситуації, а саме: низький рівень стресостійкості (людина дуже вразлива до стресів), середній рівень (притаманний більшості опитаних студентів) та високий рівень стійкості до стресів (проявляється тоді, коли людина може конструктивно вирішувати власні проблеми, стійка до впливу негативних кризових і стресових ситуацій).

Для дослідження самооцінки станів тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності використано адаптивний варіант методики Г. Айзенка. Тривожність, фрустрація, агресивність та ригідність належать до психічних станів, тісно пов'язаних з особливостями поведінки особистості.

Тривожність – це індивідуально-психологічна особливість, яка виявляється в схильності людини до переживання стану тривожності за очікування несприятливого розвитку подій.

Фрустрація (лат. *frustratio* – марні сподівання, обман) – це психічний стан емоційно-вольового напруження, що зростає, зумовлений об'єктивно незадоволеними (чи суб'єктивно уявленими) бар'єрами на шляху до поставленої мети або задоволення важливих потреб і бажань.

Агресивність – це ситуативний план, який характеризується афективними спалахами гніву чи злоби й імпульсивними проявами поведінки, що став причиною конфлікту.

Ригідність (лат. *rigidus* – твердий, заціпенілий) – риса особистості, яка виявляється в труднощах перебудови раніше вироблених стереотипів поведінки і діяльності чи в нездатності індивіда змінити програму діяльності відповідно до зміни обставин [11].

Дана методика дає можливість визначити високий, середній чи низький рівні тривожності, агресивності, фрустрації та ригідності особистості. За допомогою самооцінки психічних станів можна оцінити вплив вищезазначених властивостей особистості на виникнення стресових і конфліктних ситуацій.

Часто конфлікти призводять до стресових ситуацій. Тому важливо вивчати способи реагування юнаків і дівчат на конфліктні ситуації. Стратегія поведінки – це послідовність дій, спрямована на кінцевий результат.

Вибір конкретної стратегії поведінки залежить від особливостей учасників конфлікту, від їхніх систем цінностей, інтересів, від рівності чи нерівності позицій опонентів, їхніх психологічних, духовних і матеріальних ресурсів. Тому ми провели опитування щодо способів реагування на конфліктні ситуації (за К. Томасом) серед студентів – майбутніх соціальних педагогів.

За допомогою даного опитувальника ми змогли визначити такі способи реагування, як: співробітництво, домінування, компроміс, уникнення та пристосування. Опитувальник містить 30 питань, із двома варіантами відповідей на кожне. У результаті можна дізнатися, яку стратегію поведінки людина вибирає в конфліктних і стресових ситуаціях, і коригувати негативні дії та вчинки.

У своєму підході до вивчення конфліктних явищ К. Томас робив акцент на зміну традиційного ставлення до конфліктів. Він вважав, що конфлікт треба вирішувати, а для його вирішення необхідний ідеальний безконфліктний стан, де люди співпрацюють у гармонії. Однак останнім часом змінилося ставлення спеціалістів до цього аспекту дослідження конфліктів. На думку К. Томаса, це спричинено збільшенням кількості досліджень, які вказують на позитивні функції конфліктів. К. Томас зосереджує увагу на таких аспектах вивчення конфліктів: форми поведінки в конфліктних ситуаціях, які характерні для людей; які серед них є більш продуктивними або деструктивними; як можна стимулювати продуктивну поведінку.

Збирання анамнезу і попередня бесіда зі студентами-психологами показали, що 76% респондентів відчувають психоемоційне напруження, 81% зазначають коливання настрою в негативний бік, 86% не задоволені ситуацією в державі і власним матеріальним становищем.

Результати досліджень із визначення рівня тривожності, фрустрованості, агресивності і ригідності в соціальній групі «студенти-психологи» показали, що рівень тривожності в ній становить 17 балів (високий). Даний чинник є не тільки об'єктивним показником психоемоційного стану студентів, а й характеристикою кризового становища в країні.

Рівень фрустрованості в обстеженій групі становить 14 балів, що є середнім показником і свідчить про негативний вплив зовнішніх чинників на психоемоційний стан студентів-психологів. Зокрема, рівень даного показника свідчить про занепокоєння студентів щодо власного матеріального становища і майбутнього працевлаштування за фахом [12]. Рівень агресивності в обстеженій групі становить 13 балів, що є середнім показником. Отриманий результат пояснюється тим, що рівень агресивності підвищується в суспільстві з вираженими соціальною напругою та поляризацією економічного статусу в різних групах населення. Виявлено, що рівень ригідності студентів-психологів становить 7 балів, що свідчить про практичну відсутність ригідності в даній групі і здатність студентів до адаптації в сучасних умовах.

Нами проведений детальний аналіз показників ТФАР із питань методики. Результати дослідження показали, що 86,3% студентів часто не відчувають в собі впевненості, іноді – 13,7% обстежених, що свідчить про наявні в наш час складні психосоціальні умови в Україні. Виявлено, що 76,4% студентів часто червоніють через дрібниці, іноді – 21,6%. Це характерно для процесів переважання симпатикотонічного тону вегетативної нервової системи і відображає дисфункцію останньої в групі досліджуваних. Неспокійний сон властивий 81,6% (часто) та 15,4% (іноді) студентів, що вказує на порушення процесів збудження і гальмування центральної нервової системи, а також свідчить про практичну відсутність повноцінного відпочинку вночі.

На запитання «Чи легко Ви впадаєте в зневіру?» 17,4% респондентів відповіли, що часто, 67,3% – іноді. Також про нестійкість психічних функцій свідчать показники за шкалами «Турбуюся про ще тільки уявні неприємності» і «Мене лякають труднощі» – 46,7% і 84,6% студентів відповідно зазначили, що часто. А із твердженням «Мене легко розсердити» згодні 43,0% (часто) та 48,6% (іноді).

Виявлено, що люблять копатися у своїх недоліках 20,5% (часто) та 73,4% (іноді). Даний показник може побічно вказувати на роботу студентів-психологів над подоланням своїх комплексів і недоліків характеру.

**Результати дослідження** показали, що студенти-психологи мають досить тверді погляди, легко у чомусь переконати лише 11,8% респондентів.

Вважають себе недовірливими 28,9% (часто) та 65,8% (іноді), що в даній політичній і соціальній обстановці є природним. Нетерплячі та важко переносять очікування 67,3% (часто), 24,5% (іноді) студентів-психологів. Вважають, що нерідко здаються безвихідними ситуації, з яких все-таки можна знайти вихід, 41,6% (часто) рес-

пондентів, 43,8% (іноді). Це свідчить про те, що в даний час група обстежуваних зазнає впливу численних фрустраторів, і це було виявлено нами в попередньому дослідженні [8, с. 158–160].

Також виявлено, що студентів-психологів зараз сильно засмучують різні неприємності 38,4% (часто) та 45,9% (іноді).

Аналіз результатів показав, що складні життєві обставини істотно впливають на формування особистості студентів. Так, 76,3% респондентів вважають, що нещастя і невдачі їх вчать, мають педагогічний вплив. «Опускають руки» у складних життєвих ситуаціях всього 9,6% студентів, а 69,6% ведуть боротьбу із труднощами.

У складних життєвих ситуаціях відчувають себе беззахисними часто 24,8% та іноді 31,4% студентів-психологів. Відчувають стан відчаю часто 28,9% та іноді 56,8% обстежених, а також відчувають розгубленість перед труднощами часто 31,4% та іноді 56,0% студентів-психологів, що пояснюється значною кількістю фрустраторів на даному етапі розвитку нашого суспільства.

Виявлено, що обстежені все-таки залишаються в глибині душі дітьми і хочуть, щоб у важкі хвилини їх підтримали. Це зазначили 22,9% (часто) та 48,2% (іноді) студентів. Тільки 28,9% опитаних відчувають себе самодостатніми.

Адекватно оцінюють свої характерологічні особливості 89,8% студентів. Так, вважають недоліки свого характеру невиправними 20,4% (часто), 69,4% (іноді) студентів. Часто залишають за собою останнє слово 19,5% опитаних, 74,4% (іноді). У розмові перебивають співрозмовника часто 16,8% та іноді 53% студентів. Виявлено, що часто люблять робити зауваження іншим 15,4% студентів, іноді – 64,8%, а хочуть бути авторитетом для інших людей 66,3% (часто), 25,4% (іноді).

**Результати дослідження** виявили прагнення студентів до досягнення поставлених цілей. Так, не задовольняються малим і хочуть найкращих результатів 86,4% (часто), 7,8% (іноді). Вважають за краще керувати, ніж підкорятися 37,7% (часто), 41,5% (іноді).

Вважають, що мають негативні риси характеру і можуть бути мстивими 8,4% (часто), 64,2% (іноді). Важко в чомусь переконати 26,2% (часто) та 38,9% (іноді) студентів. Виявлено, що не завжди комунікативні властивості в даній групі обстежених є позитивними. Так, вважають, що нелегко зближуються з людьми 15,5% (часто), 28,9% (іноді), часто виявляють упертість 25,2%, 39,9% іноді.

Виникнення стресової реакції в стані тривоги зумовлене певним фізіологічним базисом. Річ у тому, що тривожність являє собою реактивний стан, який формується нервовою й ендокринною системами, що готують організм до боротьби. Виникає так звана функціональна система, в якій,

окрім нервової й ендокринної, що являють собою «спусковий гачок», беруть участь серцево-судинна, дихальна, а також система гомеостазу. Це виражається в посиленні серцебиття, пітливості, почастишанні дихання, підвищенні артеріального тиску, загальній збудливості та зниженні порогів чутливості. Тривожності може розтягуватися в часі і навіть бути безперервною, це спричиняє стрес і дезорганізує людину. Саме тому так важливо, щоб рівень прояву тривожності був адекватним і корелював із рівнем фрустрованості для запобігання емоційній недостатності, розгубленості та невпевненості у своїх діях. Наші дослідження саме це і підтвердили, оскільки ступінь прояву тривожності та фрустрованості в групі студентів-психологів був майже однаковим, що свідчить про вміння респондентів контролювати свої емоції.

**Висновки.** Отже, результати наших дослідів мають не тільки теоретичне, а й практичне значення.

Проведені нами дослідження показали, що в соціальній групі «студенти-психологи» виявлено високий рівень тривожності, середній рівень фрустрованості й агресивності, що свідчить про вплив на психоемоційний стан досліджуваних складних психосоціальних і економічних умов у нашій країні. Виявлений низький рівень ригідності показує, що респонденти здатні до адаптації в сучасних умовах. Детальний аналіз дослідження виявив, що більшість студентів-психологів вважають себе недовірливими, відчувають невпевненість у собі, у складних життєвих ситуаціях почуваються беззахисними.

Виявлено позитивні тенденції в психоемоційному стані студентів-психологів. Так, понад половина студентів ведуть боротьбу із труднощами.

З огляду на те, що в роботі виявлено значну кількість студентів-психологів із порушеннями сну, надалі планується вивчення сну як психофізіологічного показника в досліджуваній групі.

#### Література:

- Афонін Е., Мартинов А. Соціально-психологічний чинник трансформації і соціальної структура кризового суспільства. Соціальна психологія. 2007. № 1 (21). С. 3–11.
- Бочелюк В. Психологічна готовність до професійної діяльності. Інституціональні перетворення в суспільстві: світовий досвід і українська реальність: матеріали VIII Міжнародної науково-практичної конференції (м. Мелітополь, 13–14 вересня 2013 р.). Мелітополь: МІДМУ «КПУ», 2013. С. 139–140.
- Вища освіта України – європейський вимір: стан, проблеми, перспективи: матеріали колегії МОНУ від 21 березня 2008 р., протокол № 3/1–4.
- Даев Е., Дукельская А., Безгачева Д., Зубарева О. О генетической опасности социальных стрессов. Пироговская хирургическая неделя: материалы Всероссийского форума к 200-летию Н.И. Пирогова. 2010. СПб. С. 418–420.
- Лановенко О. Социально-экономическое положение и потребность молодежи в специальных социальных услугах в условиях промышленного города. Ученые записки ЗабГГПУ. 2012. № 1. С. 101–107.
- Маркова А. Психология профессионализма. М.: Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. 312 с.
- Мельникова С. Скрининговое исследование уровня здоровья студентов-педагогов. II Наукові осінні читання: матер. Міжнар. конференції, м. Київ, 26 жовтня 2013 р. Ч. 2. С. 85–88.
- Мельникова С. Причины социальной фрустрированности студенческой молодежи. Институциональные перетворення в суспільстві: світовий досвід і українська реальність: матеріали VIII Міжнародної науково-практичної конференції (м. Мелітополь, 13–14 вересня 2013 р.). Мелітополь: МІДМУ «КПУ», 2013. С. 158–160.
- Наследов А. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных: учебное пособие. 2-е изд., испр. и доп. СПб.: Речь, 2006. 392 с.
- Никифоров Г. Психология профессионального здоровья: учебное пособие / под ред. Г. Никифорова. СПб.: Речь, 2006. 480 с.
- Райгородский Д. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учебное пособие. Самара; Москва, 2000. 672 с.
- Ротенберг В. Психологические аспекты агрессивности. URL: [http://rjews.net/v\\_rotenberg/agressivnost.html#.VU-h6I7tnZE](http://rjews.net/v_rotenberg/agressivnost.html#.VU-h6I7tnZE).
- Удовиченко Б. Проблемы молодежи в Украине и возможные пути их решения. URL: [http://myslitel.org.ua/wp-content/uploads/2012/03/Myislitel\\_06-iyun-2011.pdf](http://myslitel.org.ua/wp-content/uploads/2012/03/Myislitel_06-iyun-2011.pdf).
- Филатова Е. Тревога в общесоматической практике. Терапевтический архив. 2007. № 5. С. 73–78.
- Черкасова С. Формирование психолого-педагогической готовности студентов-психологов в системе инклюзивного образования. Известия Тульского госуд. ун-та. Гуманитарные науки. 2012. № 1. С. 452–462.

---

**Каткова Т. А., Мельникова С. В. Особенности проявления уровня тревожности, фрустрированности, агрессивности и ригидности в социальной группе «студенты-психологи»**

*В статье проведено скрининговое исследование показателей уровня тревожности, фрустрированности, агрессивности и ригидности по методике Г. Айзенка у 88 студентов-психологов Мелитопольского государственного педагогического университета имени Богдана Хмельницкого, в возрасте от 18 до 47 лет, из них: 76 девушек и 12 юношей. Исследования проводились с учетом циркадных ритмов (первая половина дня) и в межсессионный период. Результаты исследования обрабатывались без учета гендера в связи с малым количеством обследованных лиц мужского пола.*

**Ключевые слова:** психическое здоровье молодежи, социальная группа «студенты-психологи», тревожность, фрустрированность, агрессивность, ригидность.

**Katkova T. A., Melnikova S. V. Features of the performance, frequency, aggressivity and diffusion in the social groups “students-psychologists”**

*In the article, a screening study of the indices of anxiety, frustration, aggressiveness and rigidity by the method of G. Eysenck in 88 psychology students of the Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University at the age of 18 to 47 years old, of which 76 girls and 12 boys. The studies were conducted taking into account circadian rhythms (first half of the day) and during the intersessional period. In connection with the small number of male subjects surveyed, the processing of the results of the study was conducted without taking gender into account.*

**Key words:** mental health of youth, social group “students-psychologists”, anxiety, frustration, aggressiveness, rigidity.