



УДК 159.9.07:316.613.434:378

ВИЯВЛЕННЯ ФРУСТРАЦІЇ МЕТОДАМИ ПРОЕКТИВНОЇ ДІАГНОСТИКИ В СТУДЕНТІВ – МАЙБУТНІХ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ

Марєєва І.Ю., студентка IV курсу
кафедри психології

*Мелітопольський державний педагогічний
університет імені Богдана Хмельницького*

Работа Т.О., магістрант
кафедри психології

*Мелітопольський державний педагогічний
університет імені Богдана Хмельницького*

Царькова О.В., к. психол. н.,
доцент кафедри психології

*Мелітопольський державний педагогічний
університет імені Богдана Хмельницького*

У статті проаналізовано проблему діагностики фрустрації в студентів – майбутніх практичних психологів методами проективних технік. Акцентовано увагу на аспекті психологічної адаптації до нового освітнього середовища. Розглянуто проективний метод як один із основних діагностичних засобів емоційних станів особистості.

Ключові слова: студент, фрустрація, психологічне здоров'я, вища школа, адаптація.

В статье проанализирована проблема диагностики фрустрации у студентов – будущих практических психологов методами проективных техник. Акцентировано внимание на аспекте психологической адаптации к новой образовательной среде. Рассмотрен проективный метод как одно из основных диагностических средств эмоциональных состояний личности.

Ключевые слова: студент, фрустрация, психологическое здоровье, высшая школа, адаптация.

Mareeva I.Y., Rabota T.O., Tzarkova O.V. FRUSTRATION DETECTION BY STUDENTS PROJECTIVE DIAGNOSTICS IN THE FUTURE PSYCHOLOGIST

In the article the problem of diagnosing students' frustration future psychologist methods of projective techniques. The attention is focused on the aspect of psychological adaptation to the new educational environment. Projective method is considered as one of the diagnostic tools of emotional states of the individual.

Key words: student, frustration, mental health, higher education, adaptation.

Постановка проблеми. Вступаючи до вищого освітнього закладу, студенти стикаються з низкою проблем, що пов'язані з недостатньою психологічною готовністю до навчання у вищому освітньому закладі, з руйнуванням роками вироблених установок, навичок, звичок, ціннісних орієнтацій вихованців середньої школи й виробничих колективів, утратою роками закріплених взаємин із колективом і формуванням нових навичок, а також із невмінням здійснювати психологічну саморегуляцію власної діяльності й поведінки. Зі вступом до вищого навчального закладу юнаки та дівчата потрапляють у нові, незвичні для них умови, що неминуче спричиняє ламання динамічного стереотипу й пов'язаних із ним емоційних переживань.

Нерідко соціально-психологічна дезадаптація породжує втрату сформованих позитивних установок і відносин студента-першокурсника. Важким наслідком

дезадаптації є стан напруженості й фрустрації, зниження активності студентів у навчанні, утрата інтересу до громадської роботи, погіршення поведінки, невдачі на першій сесії, а в низці випадків – утрата віри у свої можливості, розчарування в життєвих планах. Усе це призводить до психічного перевантаження, яке власне й знижує адаптативні можливості і, як наслідок, сприяє порушенню психічного здоров'я особистості.

В умовах сьогодення перед освітою та сучасною вітчизняною психологічною наукою постало завдання забезпечення умов для становлення психологічно здорової, емоційно стабільної особистості, стійкої до фруструючого впливу соціальних негараздів і навчально-виховного процесу, здатної конструктивно діяти у фрустраційних ситуаціях і долати перешкоди на шляху життєвої самореалізації. Ця проблема є актуальною для старших підлітків і юнаків,

адже їхньому психологічному здоров'ю загрожують не тільки труднощі адаптації до нового освітнього середовища (вищого навчального закладу), а й дія ще одного фактора порушення психічного розвитку – стану фрустрації.

Ступінь розробленості проблеми.

Н. Максимова розглядала фрустрацію як один із визначальних факторів формування у старших підлітків і юнаків соціально дезадаптованої поведінки, схильність до якої вища за наявні в них окремі акцентуовані риси характеру. Окрім того, у фрустраційних ситуаціях акцентуації характеру особистості виявляються виразніше й більшість із них перешкоджають долаттю стану фрустрації. За результатами досліджень українських учених, більшість підлітків емоційно нестабільні та незрілі; схильні агресивно ставитись до оточуючих, виявляти невмотивовану ворожість (О. Запухляк); мають низький рівень розвитку когнітивного, емоційно-оцінного й поведінкового компонентів «Я-образу» (І. Бушай); незадоволені собою та негативно оцінюють можливість самореалізації (Л. Кирилов).

Метою статті є теоретичний аналіз проблеми фрустрації в студентів – майбутніх практичних психологів.

Виклад основного матеріалу. Фрустрація – стан, близький до стресу, але це більш м'яка й специфічна його форма. Специфічність фрустрації полягає в тому, що це реакція лише на особливого роду ситуації. Узагальнено можна сказати, що це ситуації «ошуканих очікувань». Фрустрація – це переживання негативних емоційних станів, коли на шляху до задоволення потреби суб'єкт зустрічає несподівані перешкоди, які більшою чи меншою мірою піддаються усуненню. Стан, що виникає в людини, не можна назвати стресом, оскільки ситуація не становить загрози життю та здоров'ю. Але дуже сильна потреба залишилася незадоволеною. Це і є стан фрустрації. Типовими реакціями на вплив фрустраторів (факторів, що викликають стан фрустрації) є агресія, фіксація, відступ і заміщення, депресія [4, с. 450].

Зв'язок фрустрації з деструктивними змінами в процесах психічного й особистісного розвитку людини доведено низкою класичних і сучасних дослідників. Фрустрованим індивідам властиві деструктивні «фрустраційні емоції» (розчарування, образа, досада, гнів, сум, нудьга, горе) та «фрустраційна поведінка» (безцільні й невпорядковані дії, апатія, агресія та деструкція, стереотипія, регресія, агресивна поведінка) [3, с. 107]. При цьому стан фрустрації особливо небезпечний для підлітків і юна-

ків, які ще не мають достатньо життєвого досвіду для подолання серйозних труднощів. На думку А. Реана, зазначений психічний стан є чинником невротичних розладів підростаючої особистості, порушень її соціальної адаптації.

Разом із тим реакція людини у фрустраційній ситуації може бути адаптивною, якщо виправдана обставинами і сприяє задоволенню потреби чи досягненню мети. Тільки інтенсивна фрустрація має деструктивні ефекти (провокує дистрес, дезорганізацію діяльності), натомість її помірний вплив, поєднаний із сильною мотивацією досягнення, мобілізує зусилля для успішного виконання діяльності, сприяє психосоціальної адаптації.

У зв'язку зі зростаючою потребою в наукових дослідженнях особистості, проєктивні методи стали широко використовуватися в різних галузях психологічної практики. Найактуальнішим є питання вивчення особистості за допомогою проєктивного методу, який є діагностичним прийомом і надає більш ефективно дослідження психологічних процесів проєкції.

Проєктивні методи з погляду психоаналізу направлені на діагностику причин дезадаптації особистості, несвідомих потягів, конфліктів і механізмів захисту. Умовою будь-якого проєктивного дослідження є невизначеність тестової ситуації. Це сприяє зняттю тиску реальності, де досліджуваний у таких умовах виявляє властиві для нього способи поведінки.

Особливого значення проєктивний метод набуває в діагностиці індивідуально-психологічних особливостей особистості. Проблема емоційно-психічного розвитку людини є однією з актуальних з огляду на розмаїття психологічних проблем і тих проблем, які виникають у батьків [5, с. 31]. Особливу увагу необхідно надавати юнакам, адже саме в цей період психологічний простір починає набувати семантичної глибини, з'являються й виявляються перші узагальнення переживань, що викликаються зустріччю з новими поняттями та категоріями життя. За допомогою проєктивних методик можна якнайглибше вивчити міжособистісні стосунки в сім'ї й емоційний стан особистості, допомогти подолати неприязнь і психологічні труднощі, які виникають на її шляху [2, с. 67].

Розрізняють такі групи проєктивних методик:

1. Конститутивні методи. Техніки, що входять в цю категорію, характеризуються ситуацією, у якій особистості потрібно створити якусь структуру з неструктурованого матеріалу, тобто пропонується який-небудь «аморфний» матеріал, якому



необхідно надати значення. Прикладами таких методик можуть слугувати «Незакінчені речення», «Незакінчені малюнки», «Плями Г. Роршаха».

2. Конструктивні методи. Пропонуються оформлені деталі (фігурки людей, тварин, моделі їхнього житла), із яких потрібно створити осмислене ціле і пояснити його. Сценотест, наприклад, складається з мініатюрних людських фігур, фігурок тварин, дерев і предметів повсякденного життя. Досліджувані створюють різні сцени зі свого життя (або задані їм експериментатором), а за певними особливостями цих сцен і розповіді про них робляться висновки як про особистість їхнього творця, так і про специфіку соціального оточення. Відмінність між цією категорією й конститутивною групами – між «сирим» і «переробленим» матеріалом. Останній у формі будівельних кубиків, шматочків мозаїки тощо піддається швидше впорядковуванню, ніж моделюванню за шаблоном. Можливо, ця відмінність видається дуже тонкою, але кожний сам визначає рівень складності. Прикладом, що стосується цієї категорії, можуть слугувати тест «Малюнок людини», «Психогіометричний тест» або інші форми малюнкових завдань, відмінні від «вільного вираження» згідно з власними схильностями.

3. Інтерпретаційні методи (пояснювальні). Досліджувані повинен тлумачити деякий стимул, виходячи з власних міркувань – ТАТ – гарна ілюстрація цього виду методик. Особистості пропонуються таблиці – картини, на яких змальовані відносно невизначені ситуації, що допускають неоднозначну інтерпретацію. У ході дослідження респондентом складається невелика розповідь, у якій необхідно вказати, що призвело до змальовуваної ситуації, що відбувається в цей час, про що думають, що відчувають

дійові особи, ніж ця ситуація завершиться. Передбачається, що досліджувані ідентифікують себе з «героєм» розповіді, що надає можливість розкриття внутрішнього світу, його відчуттів, інтересів і спонукань.

4. Катартичні (очищення) методи. Пропонується здійснення ігрової діяльності в особливо організованих умовах. Наприклад, психодрама у вигляді імпровізованого театрального уявлення дає суб'єкту змогу не тільки афектно відреагувати (ігровий катарсис), а тим самим добитися терапевтичного ефекту, що надає дослідникові можливість знайти конфлікти тощо. Ігрові техніки заносять у фантазію досліджуваного й тому є типовим прикладом цієї категорії.

5. Експресивні методи. Аналіз почерку, особливостей мовного спілкування. Здійснення досліджуваним образотворчої діяльності, малюнок на вільну або задану тему, наприклад, методика «Дім-дерево-людина», «Малюнок сім'ї». За малюнком робляться висновки про афектну сферу особистості, рівень психосексуального розвитку та інші особливості.

6. Імпресивні методи використовуються для дослідження емоційної сфери особистості. Ці методики ґрунтуються на вивченні результатів вибору стимулів з низки запропонованих. Досліджувані вибирає найбажаніші. Наприклад, тест Люшера, що складається з 8 кольорових квадратів. Пред'являються всі квадрати з проханням вибрати найприємніший. Процедура повторюється з квадратами, що залишилися, до тих пір, поки в результаті утворюється ряд, у якому кольори розташовуються за їхньою привабливістю. Психологічна інтерпретація виходить із символічного значення кольору.

7. Адитивні методи. Від досліджуваного потрібне завершення речення, що має початок, розповіді або історії. Ці методики призначені для діагностики різноманітних особистісних змінних, від мотивів тих або інших вчинків до ставлення до статевих виховання молоді [2, с. 105].

Перевагою проєктивної діагностики є можливість виявлення за її допомогою неусвідомлюваних або малоусвідомлюваних психічних феноменів, прихованих від спостереження аспектів особистості. Опосередковане вивчення особистісних особливостей усуває психологічні захисні механізми, які можуть спотворити картину внутрішнього світу. Відсутність чіткої регламентованості дослід-

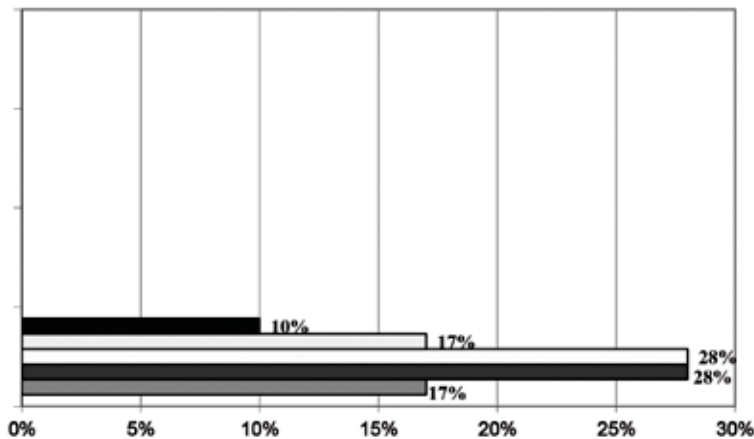


Рис. 1. Результати контрольної групи до експерименту за методикою «Горшки»

ницької ситуації передбачає різні поведінкові реакції, що майже не зазнають стороннього тиску, адекватні вияви індивідуальних особливостей особистості.

Це досягається завдяки характерним для проєктивних методів ознакам:

1) неструктурованість, невизначеність стимульного матеріалу, що передбачає можливість використання або тлумачення його найрізноманітнішими способами;

2) стисле, узагальнене формулювання інструкцій, що передбачають самовираження й фантазію;

3) створення атмосфери доброзичливості за відсутності оцінних суджень дослідника;

4) неінформованість досліджуваного про діагностичне значення його дій і слів, що дає змогу уникнути навмисних чи мимовільних перекручень під час проєкції особистості [1, с. 56].

Отже, проєктивні методики є неоднорідною групою психодіагностичних прийомів прогнозування індивідуального стилю поведінки, переживання й афективного реагування у значущих або конфліктних ситуаціях, виявлення неусвідомлюваних аспектів та аномалій особистості.

Проєктивні методики широко використовуються в практиці дослідження особистості в усіх галузях сучасної психології, включаючи дослідження фрустрації. Перевагою цього методу є те, що в процесі діагностування можна більш широко дослідити й виявити рівень фрустрації, фактори, що визначають поведінку дорослих і дітей у ситуації фрустрації.

У діагностиці фрустрації дуже широко використовується тест фрустраційних реакцій С. Розенцвейга. Як стимульний матеріал використовуються 24 малюнки, на яких зображені особи, які перебувають у фрустраційній ситуації. Персонаж, зображений зліва, вимовляє слова, якими описується фрустрація – власна чи іншого індивіда. Над персонажем праворуч є порожній квадрат, у який обстежуваний повинен уписати відповіді, що першими спали на думку. Риси й міміка персонажів у малюнках відсутні. Ситуації, зображені на малюнках, можуть бути поділені на дві групи: ситуації-перешкоди та ситуації-спілкування [6, с. 112].

У процесі діагностики відповідей можна виявити зовнішню причину фрустрації, внутрішні причини, а також приховані мотиви поведінки й тип реагування особистості. Тип реагування відповідає на питання, у якій сфері криється найбільш вразливе місце випробуваного, із чим насамперед будуть пов'язані його емоції.

Існує дитячий варіант цього тесту – тест дитячої апперцепції, у якому персонажами є діти – самі по собі або у взаємодії з дорослими; у деяких модифікаціях – тварини. У цьому випадку відповіді можуть надаватися усно.

Дуже багатий спектр дослідження фрустраційних виявів особистості мають малюнкові методи. Вони дають змогу вивчати цілісну особистість, включаючи неусвідомлені механізми поведінки, вчинків і дій, а також витіснені зі сфери свідомості, соціально не схвалені особистістю властивості,

мотиви, внутрішньоособистісні та міжособистісні конфлікти. У діагностиці фрустрації можна використовувати такі малюнкові тести, як «Будинок-дерево-людина», «Автопортрет», «Малюнок неіснуючої тварини», «Кінетичний малюнок сім'ї», «Людина під дощем», а також можна запропонувати клієнту намалювати критичну ситуацію або емоційний стан, який виникає під час тривожної ситуації [7, с. 105].

Сучасний стан дослідження проблеми поданий у роботах Т. Яценко. Цілісність психіки людини передбачає взаємозв'язок свідомої й несвідомої сфер. Але водночас ці сфери відрізняються й мають різні функціональні особливості: якщо свідоме – знаково-вербальне, то несвідоме – образно-метафоричне. Свідоме

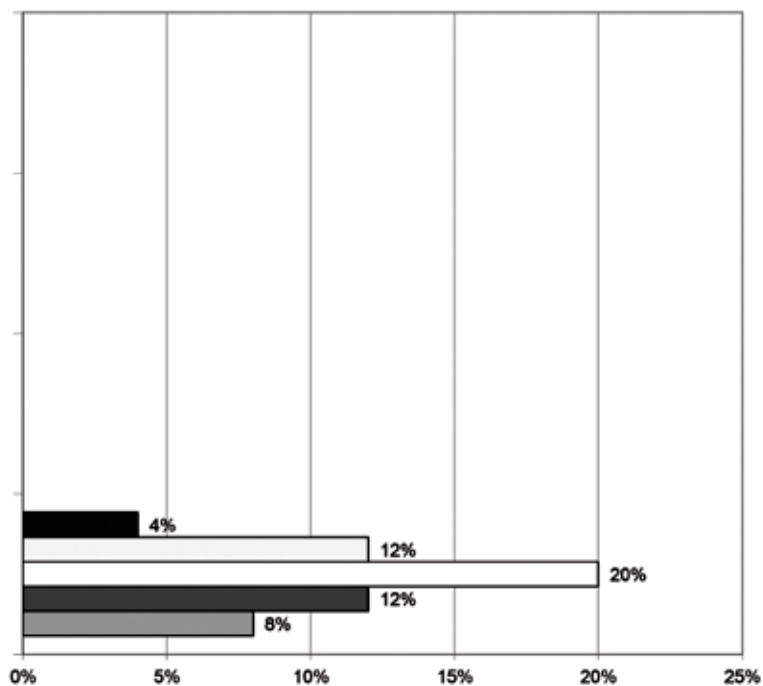


Рис. 2. Результати експериментальної групи до експерименту за методикою «Горщики»



можливо пізнати цілеспрямовано, а несвідоме – контекстно, опосередковано. Ця методика відрізняється від інших саме тим, що за її допомогою розкриваються закономірності психіки. Важливим є виявлення взаємозв'язків свідомого й несвідомого, які автономно один від одного адекватно пізнати неможливо. Проективні методики забезпечують пізнання несвідомого без участі самого суб'єкта. Відсутність у цій методиці категорій «добре» – «погано» ставить акцент на пізнанні, а не кваліфікації (називання) явищ. Ми намагаємося в спонтанній поведінці побачити свідоме та несвідоме через їхній взаємозв'язок. Для нас важлива емоція, щоб вийти на когнітивний рівень пізнання. Людина – це раціонально організований і соціально адаптований індивід, який сам собі може допомагати. Ми намагаємося допомогти людині скористатися своїм інтелектом і досвідом для реалізації її особистих інтересів. Ця методика націлена на розвиток соціально-перцептивного інтелекту, що спирається на рефлексивні знання.

Дослідження психологічних особливостей вияву фрустраційних станів у юнацькому віці виконувалось на базі студентських груп (практичні психологи й психологи – біологи) на базі Мелітопольського державного педагогічного університету імені Б. Хмельницького. У дослідженні брали участь 50 студентів.

За допомогою проективної методики «Горщики» в контрольній групі А було виявлено такі показники (див. рисунок 1):

- 1 пустий горщик – 17 %;
- 2 пустих горщики – 28 %;
- 3 пустих горщики – 28 %;
- 4 пустих горщики – 17 %;
- 5 пустих горщиків – 10 %.

За допомогою методики «Горщики» в експериментальній групі Б нами було визначено такі показники (див. рисунок 2):

- 1 пустий горщик – 8 %;
- 2 пустих горщики – 12 %;
- 3 пустих горщики – 20 %;
- 4 пустих горщики – 12 %;
- 5 пустих горщиків – 4 %.

Згідно з цією методикою, пусті горщики вказують на внутрішньоособистісний конфлікт, депресивний стан, фрустрацію, суїцидальні думки. Результати проведеної методики виявили наявність внутрішнього конфлікту (12%), депресії (12%), фрустраційного стану (20%).

Висновки. Використання проективних методик у практиці психологічної служби вищої школи дає змогу дослідити рівень фрустрації студентів і виявити її причини.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева А.Д. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / А.Д. Андреева. – М. : Педагогика, 2005. – 570 с.
2. Булах І.С. Базові та ситуативні детермінанти фрустрації підлітків / І.С. Булах, Л.П. Бушанська // Психологія : зб. наук. праць НПУ ім. М.П. Драгоманова. – К. : Вища школа, 1998. – С. 84–91.
3. Василюк Ф.Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи / Ф.Е. Василюк // Вопросы психологии. – 2008. – С. 27–37.
4. Возрастная и педагогическая психология / под ред. Гамезо. – М. : Психологическая служба, 2004. – 327 с.
5. Словарь практического психолога / сост. С.Ю. Головин. – Минск : Харвест, 1997. – 584 с.
6. Царькова О.В. Розвиток психічного здоров'я студентської молоді як фактора професійного зростання : [науково-методичний посібник] / О.В. Царькова. – М., 2012. – 315 с.
7. Яценко Т.С. Активне соціально-психологічне навчання: теорія, процес, практика : [навчальний посібник] / Т.С. Яценко, Я.М. Кмит, Б.М. Олексієнко. – Хмельницький : Вид-во НАПВУ, 2002. – 792 с.