

УДК 159.922.73–053.6

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ФРУСТРАЦІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Радченко С.В., студент кафедри практичної психології
Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького

Царькова О.В., к. психол. н.,
доцент кафедри практичної психології
Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького

Відомо, що підлітковий період розглядається як такий, під час якого суперечності розвитку набирають особливої гостроти. Ці суперечності можуть протікати в гострій формі, зумовлюючи сильні емоційні переживання, фрустраційні стани, порушення в поведінці, у взаєминах з оточуючими.

Ключові слова: фрустрація, підлітковий період, суперечності.

Известно, что подростковый период рассматривается как такой, во время которого противоречия развития набирают особой остроты. Эти противоречия могут протекать в острой форме, вызывая сильные эмоциональные переживания, фрустрационные состояния, нарушения в поведении, во взаимоотношениях с окружающими.

Ключевые слова: фрустрация, подростковый период, противоречия.

Radchenko S.V., Tsar'kova O.V. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF FRUSTRATION IN ADOLESCENCE

We know that adolescence is seen as one in which the contradictions of gaining particularly acute. These discrepancies can occur in an acute form, causing severe emotional distress, frustration states, violation behavior in relationships with others.

Key words: frustration, adolescence, contradiction.

Постановка проблеми. Відомо, що підлітковий період розглядається як такий, під час якого суперечності розвитку набирають особливої гостроти. Це зумовлено переходом від дитинства до дорослості, що супроводжується якісною перебудовою усіх сторін розвитку особистості. Саме в цей період відбувається усвідомлення людиною своєї індивідуальності, змінюється її ставлення до навколишнього світу, до себе, до інших людей, відбувається перебудова потреб та мотивів, поведінки. Змінюються вимоги суспільства до представників підліткового віку. У зв'язку з цим підліткам необхідно вирішувати свої проблеми враховуючи очікування оточуючих та вимоги соціальних норм. Необхідність такого погоджування часто пов'язана із значними труднощами, які й стають причиною виникнення суперечностей у розвитку. Ці суперечності можуть протікати в гострій формі, зумовлюючи сильні емоційні переживання, фрустраційні стани, порушення в поведінці у взаєминах з оточуючими.

Одним із актуальних психологічних станів у підлітковому віці є фрустрація.

Підліткова фрустрація – це негативний психологічний стан у дитини, обумовлений неможливістю розв'язати специфічні завдання вікового розвитку. Причиною може бути неможливість оволодіти бажаним предметом, заборона зі сторони дорослих на виконання певних дій. Наявність таких рис характеру, як агресивність, збудливість, пасивність, суїцидальні думки є наслідком наявності фрустрації у підлітка.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Н. Максимова розглядала фрустрацію як один із визначальних факторів формування в підлітків соціально дезадаптованої поведінки, схильність до якої вища за наявність у них окремих акцентуованих рис характеру. Окрім того, у фрустраційних ситуаціях акцентуації характеру особистості проявляються виразніше, більшість з них перешкоджають доланню стану фрустрації. За результатами досліджень українських учених більшість підлітків емоційно нестабільні та незрілі; схильні агресивно ставитись до оточуючих, виявляти невмотивовану ворожість (О. Запужляк); мають низький рівень розвитку когнітивного, емоційно-оцінного та поведінкового компо-



нентів «Я-образу» (І. Бушай); незадоволені собою і негативно оцінюють можливість самореалізації (Л. Кирилов).

Виклад основного матеріалу дослідження. Фрустрація – стан, близький до стресу, але це більш м'яка і специфічна його форма. Специфічність фрустрації полягає в тому, що це реакція лише на особливого роду ситуації. Узагальнено можна сказати, що це ситуації «ошукани очікувань» [3, с. 52]. 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 [6, с. 450].

Підлітковий вік – період переходу від дитинства до дорослості, інтенсивного становлення почуттів і волі, спрямованості, готовності жити і діяти так, як живуть і діють дорослі. Підліток усвідомлює себе дорослою особою. Зростає його активність, відбувається ціннісна переорієнтація під впливом прагнення бути дорослим. Проте він поводить себе ще як дитина. Психічному його розвитку властиво багато суперечностей. Підліток є ще дитиною, і вже – не дитина, має деякі риси дорослого, але ще не дорослий, намагається обмірковувати свої прагнення, дії, як це роблять дорослі, але своєрідно, по-дитячому [4, с. 110]. Саме ця суперечність у психічному розвитку потребує в спілкуванні з ним значного такту, обережності, делікатності, які є суттєвими в процесі нормального становлення його особистості.

Підлітковий вік характеризується значним розвитком психіки, пізнавальних процесів. Навчання залишається основним видом діяльності, проте зазнає значних змін в організації, змісті. Воно характеризується довільністю, зростанням активності й самостійності, зміною пізнавальних і соціальних мотивів навчання. Удосконалюється сприйняття, стаючи більш плановим, різнобічним, але не досягає ще повного розвитку. На нього впливає не лише характер об'єкта, що сприймається, але й емоційний стан підлітка. Зазнає якісних змін мотивація навчання. Поглиблюючись і диференціюючись, пізнавальні інтереси підлітків стають виразнішими, стійкішими і змістовнішими. Навчальний процес ставить підвищені вимоги до уваги підлітків, здатності зосере-

джуватись на змісті навчальної діяльності й відволікатись від сторонніх показників. Навчання вимагає як мимовільної, так і довільної уваги, сприяє зростанню обсягу уваги, вдосконаленню уміння розподіляти і переключати її. Для підлітків характерним є прагнення виховувати в собі здатність бути уважними, елементи самоконтролю й саморегуляції.

Підлітки прагнуть до логічного осмислення матеріалу, застосовуючи при цьому порівняння, зіставлення, узагальнення, класифікацію. Підвищується рівень абстрагування, формуються системи прямих і зворотних логічних операцій, міркувань та умовиводів, що стають більш свідомими, обґрунтованими. Основним у мовному розвитку підлітків є вдосконалення уміння користуватись мовою як засобом спілкування. У здатності користуватися словом, зовнішнім мовленням підлітки вбачають свою інтелектуальну силу, ознаку свого авторитету в колективі. У зв'язку з цим посилюється інтерес до оволодіння засобами виразної мови, до алегорій, крилатих слів і метафор. Підлітки розуміють гумор, мовні засоби його вираження. Користуючись внутрішнім мовленням, вони шукають адекватні способи передачі своїх думок.

У цьому віці зростає значення праці в житті, розширюється участь дітей у продуктивній трудовій діяльності в школі і поза нею. Це відповідає їх фізичним можливостям і потребам. Підлітки здатні до тривалої систематичної праці, усвідомлюють її суспільне значення, прагнуть до її результативності. Їх приваблює праця, в якій вони можуть виявляти певну ініціативу і творчість. Ігрова діяльність зберігає своє значення, але набуває якісно іншого характеру за змістом і способами здійснення. Виділяють такі її види: творчі ігри (драматизація, ігри-походи, імпровізація і фантазування при відтворенні історичних подій, сучасних ситуацій); спортивні ігри (футбол, хокей, волейбол); інтелектуальні (шахи, шашки, розв'язування різних мислених завдань); комп'ютерні, військові ігри. Особливо захоплюють підлітків колективні ігри. Успіхи і помилки їх стають предметом жвавих обговорень, критичних зауважень. В іграх підлітки проявляють підвищену емоційність, збуджуваність.

Пам'ять набуває більшої логічності, довільності й керованості. Підлітки використовують різноманітні засоби запам'ятовування: логічну обробку матеріалу, виділення опорних пунктів, складання плану, конспектування.

Прагнення до самостійності особливо характерне для підлітків. У ньому виявля-

ється почуття власної дорослості та потреба в її визнанні дорослими. Самооцінка набуває не меншого значення, ніж оцінювання його дорослими. Прагнення розібратися в собі та своїх особливостях, бажання порівняти себе з іншими та оцінити їх якості породжують підвищену чутливість до оцінювання особистісних якостей, поведінки, ставлення до себе загалом [2, с. 43]. Це основна причина вразливості підлітка, його невмотивованих, безпідставних, з погляду дорослих, бурхливих реакцій на зауваження.

Моральні почуття, які ще перебувають на стадії формування, засвоєні норми поведінки визначають зміст і спрямування його дій. Проте в поведінці не завжди поєднуються слова, почуття та дії. Деякі з них не усвідомлюють зв'язку між відомими їм загальними нормами і власною поведінкою в конкретній ситуації.

Цей віковий період відрізняється бурхливим перебігом емоцій, раптовими змінами емоційних станів, переживань, настроїв, переходами від піднесення до нестриманості, галасливості, від надмірної рухливості до спокою, байдужості. У динаміці емоцій виявляються стосунки підлітка з близькими людьми, колективом, успіхи в діяльності. До раптових змін настрою можуть спричинити погана оцінка, розчарування в другому, неувважність дорослих до інтересів і почуттів, нетактовний спосіб втручання в його емоційне життя.

Моральні якості пов'язані з вольовими. У цей період зникає навіюваність, зміцнюється сила волі підлітка, його самовладання, зростає здатність до подолання труднощів, вияву рішучості й наполегливості. Але підліток не завжди правильно розуміє, у чому саме полягає сила волі. Часом упертість, за допомогою якої він нерозумно домагається здійснення своїх недоцільних бажань, вважається ним позитивною вольовою якістю. За силу волі іноді приймається негативізм, що виявляється в небажанні підкорятися розумним вимогам дорослих і правилам поведінки. Вольовими вчинками підлітки часом вважають і безглузді витівки, які вимагають значних зусиль. Це свідчить про хибне їх уявлення справжньої сили волі.

Колектив має важливе значення у формуванні особистості підлітка. Однією з найхарактерніших його рис є прагнення до самоствердження. Бажання зайняти своє місце в колективі, бути лідером, помітним або малопомітним виконавцем, активним або пасивним, діяти заради колективу або заради себе є виявом внутрішніх, недостатньо усвідомлених позицій дитини. Але в процесі їх прояву оцінювання колективом

підліток під впливом колективної думки починає усвідомлювати свої устремління, домагання, вчинки і місце в колективі, стає суб'єктом виховання.

Особливого значення набувають дружба і товаришування, які стають активними, набирають нових форм: просто товариші, близький товариш, друг. Важливим фактором формування особистості підлітка є дружні взаємини з батьками. У цьому віці втрачають своє значення «керування» і «підкорення», категоричне наслідування авторитету. І це природно, адже підліток є вже напівдорослою людиною, має власні оцінні судження, вміє їх обстоювати і доводити. Дружба між батьками і дітьми – один із каналів виховного впливу на дитину. Тільки дружні взаємини викликають підлітка на відвертість, допомагають дізнатися про переживання дитини, впливати на них, використовуючи для цього силу власного досвіду та авторитету.

Підлітковий вік ще називають критичним. Справді, кризи бувають, але вони не є неминучими. Цей період може стати важким у виховному відношенні, якщо батьки, вчителі не обізнані з особливостями розвитку підлітків, не зважають на них і продовжують діяти, як раніше, або, навпаки, ставлять до них такі вимоги, як до дорослого. Підлітки потребують особливої уваги, любові до себе. Труднощі зникають, якщо вихователі розуміють зміни, які відбуваються в психічному житті дітей, поважають нові його тенденції, сприяють реалізації підлітків, відповідно організовуючи різні види їх діяльності, взаємини в колективі, участь у громадському житті.

Також, слід розглянути фактори, які в сукупності складають індивідуально-психологічні особливості розвитку дітей підліткового віку. Цей вік – важкий період психічного розвитку; важкий і для самого підлітка, важкий і в роботі з ним. У підлітковому віці відбуваються інтенсивна перебудова фізіологічної системи, бурхливий розвиток організму, статеве дозрівання. Ці процеси усвідомлюються і переживаються, впливаючи на формування особистості й поведінку підлітків. Через посилене функціонування залоз внутрішньої секреції підвищується збудливість нервової системи. Тому в цей період діти нерідко виявляють підвищену дратівливість, надмірну вразливість, запальність тощо. Щоб уникнути цих проявів, дорослим у стосунках з підлітками слід бути вкрай чуйними й тактовними.

Статевий та фізичний розвиток організму підвищує інтерес підлітка до осіб протилежної статі, викликаючи появу перших романтичних потягів і почуттів. Переживання цих



процесів нерідко відбувається дуже гостро, накладаючи відбиток на формування установок міжстатевої поведінки в майбутньому.

Також у цьому віці підліток знаходиться на роздоріжжі. Починається процес вибору подальшого шляху. На жаль, не завжди здійснюється те, про що мріє підліток. Невиправдані очікування часто слугують причиною виникнення агресії, спустошення, апатії. Ці почуття є ніщо інше, як прояви фрустрації.

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 особливо актуальна щодо підлітків, адже їхньому психологічному здоров'ю загрожують не тільки труднощі пубертатного періоду, але й дія ще одного фактора порушення психічного розвитку: стану фрустрації.

Таким чином, важливим напрямом роботи психологічних служб загальноосвітніх навчальних закладів є корекція деструктивних фрустраційних емоцій та поведінки підлітків.

Зв'язок фрустрації з деструктивними змінами в процесах психічного та особистісного розвитку людини доведено цілим рядом класичних та 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) [1, с. 107]. При цьому стан фрустрації особливо небезпечний для дітей та підлітків, 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 [5, с. 212].

Н. Максимова розглядала фрустрацію як один із визначальних факторів формування в підлітків соціально дезадаптованої поведінки, схильність до якої вища за наявність у них окремих акцентуованих рис характеру. Окрім того, у фрустраційних ситуаціях акцентуації характеру особистості проявляються виразніше, більшість з них перешкоджають доланню стану фрустрації. За результатами досліджень українських учених більшість підлітків емоційно нестабільні та незрілі; схильні агресивно ставитись до оточуючих, виявляти невмотивовану ворожість; мають низький рівень розвитку ког-

нітивного, емоційно-оцінного та поведінкового компонентів «Я-образу»; незадоволені собою і негативно оцінюють можливість самореалізації. Тобто і фрустрація, і особливості характеру в підлітковому віці загрожують порушенням психологічного здоров'я та психосоціальної адаптації особистості.

Разом з 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 психосоціальній адаптації [7, с. 200].

Однак у класичній та сучасній психології особливості фрустрації в підлітків вивчались побіжно і переважно в контексті деструктивних впливів означеного психічного феномена на підростаючу особистість. Окрім того, на сьогодні відсутні спеціальні системні дослідження особливостей фрустрації у підлітків. Визначення фрустрованості надзвичайно важливе – від цього залежить якість навчання, емоційний стан підлітка, його міжособистісні стосунки та готовність до дорослого життя. Від розуміння суті фрустрації прямо залежить, на які особливості своїх учнів психолог та вчитель звертатиме увагу. Попередження фрустраційних станів в учнів залежить від професійного рівня психологів та педагогів, а також використання індивідуального підходу в процесі навчання. У практиці психолого-педагогічної діяльності слід використовувати нові технології навчання, які сприятимуть розвитку стійкості в стресових ситуаціях, а також попередять такі емоційні стани як апатія, агресія, тривожність, спустошеність, страх перед невдачею.

Висновки з проведеного дослідження. Завдання психолога – підтримати учня і розвинути його внутрішню стійкість, навчити долати будь-які життєві негаразди та допомогти адекватно сприймати життєві невдачі. Виявлення фрустрованих дітей повинно відбуватися на основі спостереження, бесід, вивчення психологічних особливостей, ознайомлення з домінуючими рисами особистості. Тому треба поглиблювати наші знання, знаходити, створювати методи дослідження такого явища, як фрустрація.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кузнецова Л.М. Вплив різних типів акцентуованих рис на рівень фрустрації підлітків / Л.М. Кузнецова // Вісник Черкаського університету. – Вип. 211. – Чер-

каси : Черкаський дер. університет ім. Б. Хмельницького, 2011. – С. 107–115.

2. Кон И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М. : Психологическая служба, 2001. – 456 с.

3. Максимова Н.Ю. Основы детской патофизиологии: [учебное пособие] / Н.Ю. Максимова, Е.Л. Милюткина, В.М. Пискун. – К. : НПЦ Перспектива, 2001. – 432 с.

4. Пэррет Л. Подросток и его проблемы / Л. Пэррет. – СПб, 2002. – 249 с.

5. Реан А.А. Психология адаптации личности : [науч.-учеб. пособие] / А.А. Реан, А.Р. Кудашов, А.А. Баранов. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. – 479 с.

6. Словарь практического психолога / С.Ю. Головин. – Минск : Харвест, 1997. – 584 с.

7. Чебыкин А.Я. Проблема эмоциональной устойчивости / А.Я. Чебыкин // Психическая напряженность в трудовой деятельности : сб. науч. тр. – М. : 2009. – С. 197–216.

УДК 159.923

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ ГАНДИКАПНОСТІ (ЗА МОДИФІКОВАНОЮ МЕТОДИКОЮ «НЕЗАВЕРШЕНІ РЕЧЕННЯ»)

Ставицький О.О., д. психол. н.,
професор кафедри психології

Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені С.Я. Дем'янчука

У статті розкриваються та уточнюються поняття «гандикапізм», «гандикап» та «гандикапність». Показані результати емпіричного дослідження проявів гандикапності отримані за модифікованою методикою «Незавершені речення».

Ключові слова: гандикапізм, гандикап, гандикапність, інвалідність.

В статье раскрываются и уточняются понятия «гандикапизм», «гандикап» и «гандикапность». Показаны результаты эмпирического исследования проявлений гандикапности, полученные с помощью модифицированной методики «Незаконченные предложения».

Ключевые слова: гандикапизм, гандикап, гандикапность, инвалидность.

Stavytskyy O.O. EMPIRICAL STUDIES MANIFESTATIONS HANDICAPPING (MODIFIED METHOD FOR “INCOMPLETE SENTENCES”)

The article reveals and specifies the concepts of “handicaps”, “handicap” and “handicapping”. Showing the results of empirical research displays handicapping obtained by a modified method of “Incomplete sentence”.

Key words: handicaps, handicap, handicapping, disability.

Постановка проблеми. Проблема психологічних аспектів інвалідності: гандикапізм, гандикап, гандикапність (без вживання цих термінів) вивчалась лише в межах спеціальної психології та педагогіки, де основна увага приділялась психологічному дизонтогенезу та видам порушень психічного розвитку, відхиленням від норми психічного розвитку дітей з вродженими або набутими дефектами сенсорної, інтелектуальної, емоційної сфер.

Річ у тім, що інвалідизована людина існує у суспільстві (сім'ї, навчальній, трудовій групі тощо), вона спілкується із родичами, друзями, знайомими, з представниками медицини, сфери обслуговування тощо. А враховуючи те, що в Україні кожна десята людина має статус інваліда та тенденція щодо росту цього показника – невтішна (враховуючи економічну, соціальну, політичну, військову ситуацію), не помічати наявну

соціально-психологічну взаємодію членів суспільства з інвалідизованою його частиною стає неможливо. Саме тому ми здійснили спробу [2] розкрити суто психологічний зміст понять «гандикап», «гандикапізм» та ввели нове поняття «гандикапність».

Враховуючи це, метою статті є з'ясування рівня сформованості рис гандикапності стосовно інвалідизованої частини суспільства.

Виклад основного матеріалу дослідження. Теоретична частина. Р. Корсіні (Raymond Corsini) та А. Ауербах (Auerbach) поняття «гандикапізм» тлумачать як заборони стосовно осіб з певними відхиленнями від норми, тобто воно стає, таким чином, різновидом расових і гендерних стереотипів, що існують у нашому суспільстві як у відкритих, індивідуальних й інституціональних, так й у прихованих, латентних формах [1].

Ми погоджуємось із цією думкою та поняття «гандикапізм» трактуємо як суспільне