

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНИХ ТА ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ ВИНИКНЕННЯ ФРУСТРАЦІЇ У ПЕРІОД ДОРОСЛІШАННЯ

О.О.Божок

аспірантка кафедри теоретичної та консультативної психології

Інституту соціології, психології та управління НПУ ім. М.П. Драгоманова

У статті розглядається фрустрація як розповсюджене, проте негативне, явище в суспільстві. Емпірично досліджуються соціальні та психологічні детермінанти виникнення фрустрації у підлітковому віці. Визначаються можливі варіанти психологічної підтримки підлітків у фрустраційному стані.

Ключові слова: фрустраційна ситуація, соціальні та психологічні детермінанти, розвиток, підліток.

Життя людини насичене неоднозначними впливами помноженими на неймовірно швидкий інформаційний потік. Сучасні діти дуже диференційовані з точки зору їх соціального та культурного розвитку. Вони відрізняються один від одного способами проведення вільного часу, вподобаннями, ставленням до своїх обов'язків, до суспільної чи виробничої діяльності, ставленням до школи, батьків, а також ієрархією цінностей, різними підходами до життя та реакціями на життєві ситуації. Особливо яскраво ця диференціація проявляється в останні роки. Можна припустити, що вона може відобразитися і на множинності траєкторій індивідуально-психологічного життя підростаючої особистості. Однією з проблем (соціального та психологічного характеру) для сьогоденної дитини, яка характеризує пристосування її до умов життя, виступає фрустрація, як стан незадоволеної потреби.

Оскільки фрустрація є досить поширеним явищем сучасного суспільства, це і обумовило актуальність дослідження. Особливо цей стан є небезпечним для підростаючої особистості. В силу ряду фізіологічних та психологічних причин людина підліткового та юнацького віку знаходиться лише на шляху свого становлення; більшість особливостей та якостей ще не сформовані, і тому ще не має навичок реагування та вирішення життєвих проблем, що інколи трапляються. Сумна статистика сьогодення свідчить про недостатні адаптивні можливості підлітків та юнаків, позаяк велика кількість самогубств, ризикованих вчинків, адитивних та делінквентних дій здійснюється саме цією віковою категорією населення.

Аналізуючи напрацювання з теми фрустраційних станів у період дорослішання, слід зазначити, що проблема фрустрації у деяких аспектах висвітлювалась у психологічній літературі (З. Фрейд, К. Баркер, Т. Дем-

бо, К. Левін, Д. Доллард, Н. Майер, С. Розенцвейг, М. Левітов). Аналіз різних підходів до розуміння фрустрації дозволяє констатувати наявність трьох основних періодів розвитку теорії фрустрації: психоаналітичний, біхевіористичний та системно-діяльнісний. У зазначених дослідницьких напрямках визначено понятійно-парадигмальні та методологічні засади, однак, феноменологія фрустраційних станів саме у підростаючої особистості, детермінанти виникнення такого стану не набули загального та системного висвітлення.

Ревізування останніх досліджень стосовно теми фрустрації (Ю. Сосновікова, О. Прохоров, Д. Магнуссон, О. Холодова) частково висвітлюють детермінанти утворення фрустрації. Нині є розробленим аспект ситуативної детермінації фрустрації. Ю. Сосновікова, зокрема, наголошувала на тому, що психічні стани завжди ситуативні і являють собою реакцію на «чинну», сьогочасну ситуацію, розгортаючись «тут» і «тепер» [4, 47]. Частково опонуючи їй, Д. Магнуссон стверджував, що зовнішня ситуація опосередковується когнітивними системами індивіда [4, 59]. Як бачимо, фрустрація за своїми проявами є ситуативним станом, а уважний погляд дає змогу побачити її обумовленість людською особистістю. Кожна особистість по-своєму реагуватиме на одні й ті ж подразники і це дає нам можливість говорити про існування суб'єктивних передумов у процесі постання фрустрації.

Метою нашої роботи є дослідження чинників, які можуть стати детермінантами фрустрації особистості періоду дорослішання.

«Словник практичного психолога» визначає стан фрустрації як психічний стан переживання невдачі, який виникає при наявності реальних чи уявних непереборних перешкод на шляху до певної мети [5, 734]. Становлення фруструючих проявів зазвичай відбувається в умовах, пов'язаних із порушен-

ням визначеності, появою непередбачених впливів. Також (з певною мірою інтенсивності) фрустрація спостерігається і в загальному контексті адаптації до умов дійсності. Таким чином, період дорослішання може розглядатися як потенційно фруструючий. Перехід від потенційності до конкретної реальності може залежати від багатьох чинників.

І.Булах та Л.Бушанська в своєму дослідженні базових та ситуативних детермінант фрустрації постулюють їх як внутрішні (індивідуальні) та зовнішні (ситуативні) чинники виникнення [1]. До базових фрустраційних умов ними були віднесені характерологічні риси, якості особистості, типи настановлень та гендерні відмінності. Ці детермінанти, на їх думку, є найсуттєвішими, оскільки в певному розумінні можуть переноситися індивідом із ситуації в ситуацію і впливати на його поведінку в найрізноманітніших контекстах. До ситуативних детермінант фрустрації дослідниці відносять умови життєіснування, силу фрустратора, ступінь передбаченості чи неочікуваності, рівень прояву фрустрації тощо, хоча погоджуються, що в окремих випадках ці умови здатні затінювати навіть яскраві індивідуальні нахили [1, 84-91].

В підтвердження думки про те, що на особистість впливають найрізноманітніші чинники, що в певних умовах можуть перетворюватися на фрустратори, нами було проведено дослідження підліткової фрустрованості. В ньому ми припустили, що на підлітка можуть впливати два типи фрустраторів:

- *психологічні* – ті, що провокуються «з середини», самою особистістю, наприклад, невпевненість у власних силах, незадоволеність здоров'ям, здібностями тощо;
- *соціальні* – ті, що виступають як «зовнішні» щодо особистості і надходять з оточуючого середовища, наприклад, стосунки з оточенням, дорослими, шкільні проблеми.

У дослідженні взяли участь підлітки дев'ятих класів (21 учень: 14 хлопців та 7 дівчат) Кролевецької ЗОШ №1 (Сумської обл.). Для підтвердження свого припущення ми скористалися опитувальником Т.Д.Дубовицької та А.Р.Ербегеєвої [2, 55]. Опитувальник містить 20 питань, що відображають зовнішні та внутрішні фрустратори – чинники та умови, що можуть сприйматися суб'єктом як непереборні. Респондентам було запропоновано оцінити за п'ятибальною шкалою, наскільки те чи інше твердження опитувальника для них містить проблему.

Зовнішніми, соціальними фрустраторами виступили:

- стосунки з однолітками, адміністрацією (директор, завуч, тощо), вчителями, батьками, друзями;

- умови навчання (розклад, забезпечення, класи, тощо), існування в класному колективі;
- шкільна підготовка;
- можливість користуватися необхідною літературою;
- різноплановість вимог викладачів, тощо.

Внутрішніми, психологічними детермінантами виступили наступні положення:

- власна працездатність, емоційність та хвилювання, здібності, власне здоров'я, переживання невдачі чи невпевненості;
- розуміння матеріалу чи предметів, які вивчаються;
- бажання навчатися;
- впевненість у собі;
- різноплановість власних інтересів та їх співіснування з навчанням, тощо.

При обробці результатів зверталась увага на:

- середній рівень загальної фрустрованості у кожного респондента;
- середній рівень окремо соціальної і психологічної фрустрованості;
- рівень загальної фрустрованості всієї вибірки респондентів;
- рівень соціальної і психологічної фрустрованості всієї вибірки.

Обробка результатів відбувалась за формулою $M_{cp} = n/20$, де n – сума показників; 20 – кількість питань. Аналогічно підраховувався показник зовнішньої та внутрішньої фрустрованості.

Змістовний розподіл рівнів фрустрованості варіював в межах якісних параметрів: дуже високий ($M_{cp} = 3,5 - 4$), підвищений ($M_{cp} = 3,0 - 3,4$), помірний ($M_{cp} = 2,5 - 2,9$), невизначений ($M_{cp} = 2,0 - 2,4$), понижений ($M_{cp} = 1,5 - 1,9$), дуже низький ($M_{cp} = 0,5 - 1,4$) та відсутній ($M_{cp} = 0 - 0,4$).

Використання опитувальника дозволило виявити, що найсильнішими фрустраторами для підлітків (за ступенем значущості) виступають:

- 1) стосунки з вчителями та адміністрацією;
- 2) переживання невдач та невпевненість у власних силах;
- 3) власне розуміння матеріалу;
- 4) емоційність;
- 5) різноплановість вимог вчителів;
- 6) умови та бажання навчатися.

До того ж виявились яскраві відмінності по показникам соціальної та психологічної фрустрованості між підлітками чоловічої та жіночої статі. Для дівчат більш фрустраційними стали внутрішні психологічні проблеми (переживання невдачі та невпев-

неність, власна емоційність тощо), оскільки вони більш схильні до віднаходження причин життєвих проблем в першу чергу в собі. У підлітків чоловічої статі детермінативними щодо проблем виступили здебільшого соціальні фрустратори (стосунки з адміністрацією школи, умови навчання тощо), які є «зовнішніми» відносно особистості. Проте, яскраво для осіб обох статей прослідковувалася тенденція до визначення фрустраторів, що пов'язані зі школою та навчанням. Наше дослідження проводилось незадовго до шкільних іспитів. Тому, з долею вірогідності можна припустити, що на час проведення підлітків хвилювали майбутні випробування і тому, в основному, фрустраторами виступили: вчителі, адміністрація школи, власні переживання та невпевненість, розуміння матеріалу тощо.

Як для дівчат так і для хлопців абсолютно не фрустраційними виявилися стосунки з друзями та власне здоров'я. Це може нашо вхнути на думку, що в підлітковому віці здоров'я не є «проблемною» темою, а стосунками з друзями підлітки повністю або скоріше задоволені. Загальний рівень фрустрованості як у дівчат, так і в хлопців виявився приблизно однаковим (помірний, невизначений або понижений).

Провівши дослідження і отримавши результати, ми прийшли до наступних висновків:

- деякі з тверджень дійсно стали фруструючими для підлітків, хоча дуже високого рівня фрустрованості не було зафіксовано, проте наявність інших рівнів дозволяє припустити, що не всі життєві обставини для підлітків виглядають «ідеальними»;
- немає сенсу повністю уникати чи штучно попереджати виникнення фрустрації, так як зіткнення з труднощами та наступне їх подолання дозволить підлітку відчувати власні

сили, змінити думку про самого себе, і, як результат, отримати життєвий досвід вирішення проблем;

- саме тому, в подальшому, свою діяльність ми вбачаємо не лише в нівелюванні умов, що породжують фрустрацію, а ще і в створенні таких умов, при яких проблема набуватиме вирішення, а не перетворюватиметься для особистості у фруструючу ситуацію; або в конструктивній допомозі подолання перешкоди, яка вже виникла.

Проведене дослідження виявило не лише «проблемні» теми підліткового життя, але й питання, пов'язані з підготовкою до іспитів. Отож подальшу психологічну допомогу підліткам ми вбачаємо в напрямі профілактики та запобігання фрустраційної поведінки підлітків перед та під час екзаменів. З цією метою було використано розробки тренінгових занять по підготовці до іспитів та зовнішнього незалежного оцінювання [3]. Також, за результатами дослідження, нами був підготований виступ на батьківських зборах та рекомендації для батьків та дітей.

Насамкінець, хотілося б зазначити, що психологічна підтримка підлітків у попередженні чи подоланні фрустраційної ситуації може здійснюватись в межах навчального закладу за наступними напрямками:

- проведення діагностики рівня фрустрованості підлітків у навчальному процесі;
- психологічна просвіта викладачів щодо особливостей та попередження фрустраційних ситуацій у підростаючої особистості;
- проведення спеціальних занять по формуванню конструктивної поведінки підлітків задля попередження чи нівелювання фрустраційних ситуацій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Булах І.С., Бушанська Л.П. 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.
2. Дубовицкая Т.Д., Эрбегеева А.Р. Проблема фрустрации у студентов на начальном этапе обучения в вузе / Т.Д.Дубовицкая, А.Р.Эрбегеева // Высшее образование сегодня. – 2008. № 9. – С. 54-57.
3. Психологічна підготовка до незалежного оцінювання та іспитів // Психолог. – 2009. – №13(349). – 40 с.
4. Толерантность и психическое здоровье: методические разработки / [Сост. Л.В. Меньшикова]. – Новосибирск, 2003. – 136 с.
5. Словарь практического психолога / [сост. С.Ю. Головин]. – Минск: Харвест, 1997. – 584 с.

Стаття надійшла до редакції 22.01.2010 р.