

Троян Д.

## **Порівняльний аналіз особливостей шкільної тривожності та фрустрації серед учнів молодшого та старшого підліткового віку**

**Анотація.** У статті досліджено особливості шкільної тривожності та фрустрації серед учнів молодшого та старшого підліткового віку. Акцентовано увагу на причинах появи цих станів. Однією з головних проблем появи фрустрації є не лише зміни в соціальному середовищі але й у фізіологічному контексті. Подано результати дослідження фрустрації та тривожності у їх нерозривному зв'язку. Відмічено, що учням підліткового віку притаманні високі показники рівня тривожності. А також у них переважає екстрапунітивна реакція на фрустратор. Розкрито причини високого показника за шкалою «фрустрація потреби у досягненні успіху».

**Ключові слова:** фрустрація, тривожність, взаємозв'язок фрустрації та тривожності, емпіричне дослідження, види реакцій на фрустратор, екстрапунітивні та інтрапунітивні реакції, тест шкільної тривожності Філіпса, методика «малюнкової фрустрації» С. Розенцвейга, учні молодшого та старшого підліткового віку.

## **Д. Троян. Сравнительный анализ особенностей школьной тревожности и фрустрации среди учеников младшего и старшего подросткового возраста**

**Аннотация.** В статье исследованы особенности школьной тревожности и фрустрации среди учеников младшего и старшего подросткового возраста. Акцентируется внимание на причинах появления этих состояний. Одной из главных проблем появления фрустрации является не только изменения в социальной среде но и в физиологическом контексте. Представлены результаты исследования фрустрации и тревожности в их неразрывной связи. Отмечено, что ученикам подросткового возраста характерны высокие показатели уровня тревожности. А также у них преобладает экстрапунитивная реакция на фрустратор. Раскрыты причины высокого показателя по шкале «фрустрация потребности в достижении успеха».

**Ключевые слова:** фрустрация, тревожность, взаимосвязь фрустрации и тревожности, эмпирическое исследование, виды реакций на фрустратор, экстрапунитивные и интрапунитивные реакции, тест школьной тревожности Филлипса, методика «рисуночной фрустрации» С. Розенцвейга, ученики младшего и старшего подросткового возраста.

## **D. Troyan. Comparative analysis of the characteristics of school education and furnishings in the youth and old adult age schools**

**Abstract.** The article explores the features of school anxiety and frustration among students of younger and older adolescents. Attention is focused on the causes of the appearance of these states. One of the main problems of the emergence of frustration is not only changes in the social environment but in the physiological context. The results of the study of frustration and anxiety in their inseparable connection are presented. It is noted that adolescent students are characterized by high levels of anxiety. And also they have an extrapunitive reaction to the frustrator. Revealed the reasons for the high rate on a scale of "frustration needs to achieve success".

**Key words:** frustration, anxiety, interrelation of frustration and anxiety, empirical research, types of reactions to the frustrator, extrapunitive and intrapunitive reactions, Phillips school anxiety test, the "picture frustration" technique S. Rosenzweig, pupils of younger and older adolescence..

**Постановка проблеми.** На сучасному етапі розвитку суспільства молодим людям важко справлятися з реаліями сьогодення. Через це багато підлітків піддаються впливу фрустраторів, що у більшості випадків негативно позначається на їх подальшому житті. Актуальність теми дослідження зумовлена поширеністю у представників підліткового віку неконструктивних реакцій на фрустраційні ситуації, що часто поєднується з підвищеним рівнем особистісної тривожності. **Метою** даної статті є порівняльний аналіз проявів тривожності та фрустрації в учнів молодшого та старшого підліткового віку.

**Результати теоретичного дослідження.** Існують фундаментальні дослідження впливу фрустраційних ситуацій на розвиток особистості, які можуть мати як негативні так і позитивні прояви. У різні часи дослідженням феномену фрустрації займалися такі вчені як М. Левітов, С. Розенцвейг, А. Налчаджян, Ф. Василюк, О. Прохоров. На сучасному етапі цю проблему розробляють молоді українські вчені Н. Божок, С. Прахова, А. Шамне та ін.

Ряд психологів визначає фрустрацію як стан, що виникає внаслідок реальної або уявної перешкоди, на шляху до досягнення поставленої мети. Це своєрідний стан дезорганізації свідомості та діяльності, спричинений об'єктивно нездоланими перешкодами до бажаної мети [3].

Більшість дослідників характеризують фрустрацію як психічний стан, який може проявлятися короткими спалахами агресії або тривалою тривожністю, що інколи залишає помітний слід у житті людини. У своїх дослідженнях М. Левітов говорить про те, що фрустрація може поділятися на три типи: типова для характеру людини; нетипова, що виражається початком формування нових рис характеру; епізодична [2].

У сучасних дослідженнях фрустрація трактується як складне структурно-системним утворення, що має циклічний характер, який

полягає у багаторівневому процесі переходу від фрустрованості до стану фрустрації [6]. Провідну роль у ньому відіграє складне поєднання когнітивно-інформаційних, емоційно-вольових та рефлексивно-поведінкових процесів, які виступають детермінантами, що діють у відповідності з віковими характеристиками та соціально-нормативним контекстом конкретної фрустраційної ситуації [5].

У психологічній літературі можна зустріти різні підходи до визначення сутності тривожності. Дана проблема доволі детально проаналізована у працях К. Еріксона, У. Моргана та Ю. Ханіна, О. Прихожан та ін.

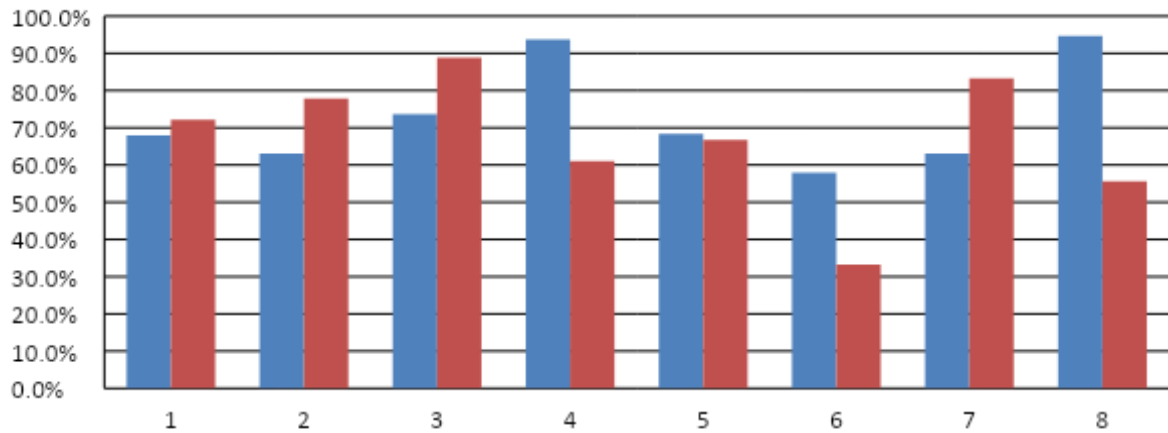
У визначенні В. Астапова термін «тривожність» використовується для позначення відносно стійких індивідуальних відмінностей в схильності індивіда відчувати цей стан. У цьому контексті В. Астапов розглядав тривожність як своєрідну негативну реакцію на ситуацію фрустрацію [1].

У психологічній літературі можна зустріти визначення тривожності де остання характеризується як специфічний емоційний стан людини, який виникає в умовах ймовірних несподіваностей, що виникає, як при відстроченні чи затримці приємних ситуацій, так і при очікуванні неприємностей [1].

Судячи з теоретичного аналізу літератури можна дійти висновку, що фрустрація та тривожність безперечно взаємопов'язані. Особливо гостро ці стани проявляються у підлітків, які переживають зміни не лише в соціальному середовищі але в фізіологічному контексті. Вчені які проводили дослідження на встановлення причин прояву тривожності у дітей різного віку, дійшли висновку, що у 6-7-х класах вони напряду пов'язані з розвитком самоусвідомлення та пубертатним стрибком. У 9-му класі схильність до тривожності з'являється через проблему подальшого вибору професії та збільшенням навчального матеріалу [4].

**Аналіз результатів експериментального дослідження.** Емпіричне дослідження проводилось на базі Криворізького науково-технічного металургійного ліцею № 16 з учнями 6-го (загальна вибірка – 37 учнів раннього підліткового віку) та 9-го класу (загальна вибірка – 29 учнів старшого підліткового віку). З учнями було проведено діагностичне дослідження за двома валідними та стандартизованими психологічними методиками (Тест шкільної тривожності Філліпса, методика «малюнкової фрустрації» С. Розенцвейга).

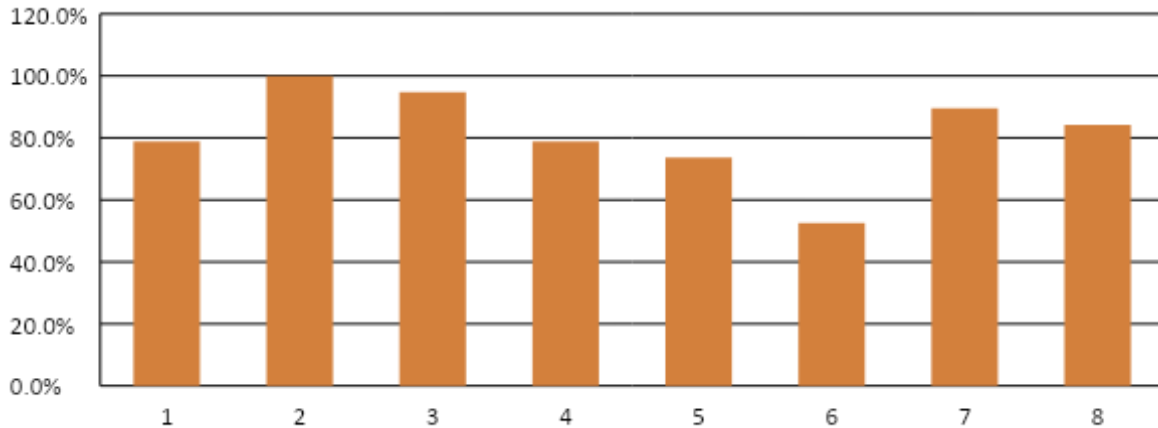
Кількісно-якісний аналіз результатів дослідження за методикою Філліпса дав можливість побачити ступінь вираженості шкільної тривожності та страхів у підлітків.



**Рис. 1. Результати тесту «Шкільна тривожність» Філліпса для учнів молодшого підліткового віку**

Найбільший відсоток вираженості тривожності у підлітків мають такі фактори (рис. 1): проблеми і страхи у відносинах з вчителями (94,7 %), страх самовираження (93,7 %), фрустрація потреби в досягненні успіху (88,9 %), низький фізіологічний спротив стресу (83,3 %). Як видно з представлених статистичних даних, то першу позицію займають проблеми і страхи у відносинах з вчителями, що виникають внаслідок того, що підлітків часто сприймають як дітей, що викликає спротив та приводить до великої кількості конфліктів у шкільному середовищі. Друга позиція «страх самовираження» виходить з першої і викликана тим, що частина підлітків боїться проявити себе та бути собою.

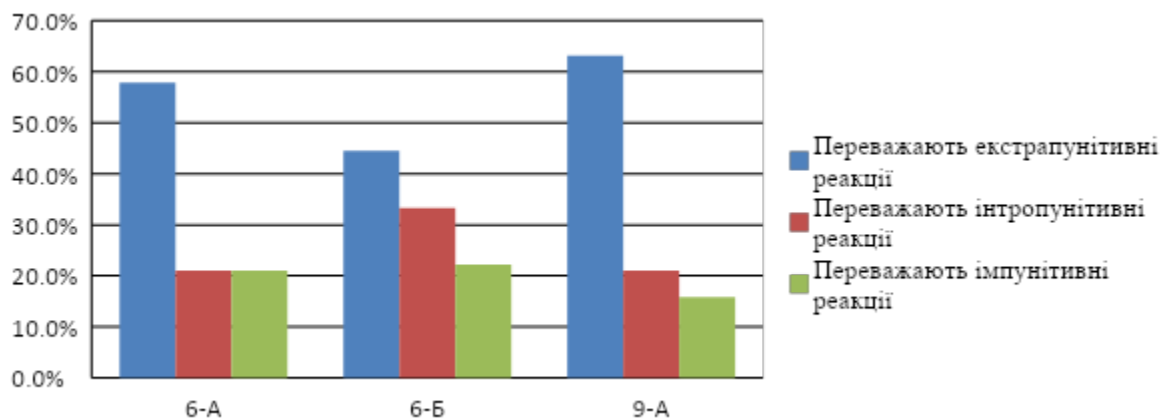
Високі показники за шкалою «фрустрація потреби в досягненні успіху» зафіксовані не лише у молодшому підлітковому віці, але й у вибірці учнів старшого підліткового віку (рис. 2). Це можна пояснити тим, що учні знаходяться у несприятливому середовищі для того, щоб розвивати свої здібності та досягати успіху в навчанні та міжособистісному спілкуванні. Більшість учнів не пристосовані до ситуацій які мають стресовий характер (низький фізіологічний спротив стресу) через те, що вони в цьому віці зосередженні на спілкуванні, визначенні свого місця у певному колективі чи групі.



**Рис. 2. Результати тесту «Шкільна тривожність» Філіпса в учнів старшого підліткового віку**

Аналіз статистичних даних у групі учнів старшого підліткового віку показав дещо іншу ситуацію зі шкалою «переживання соціального стресу», яка досягла максимального показника - 100 %. Це можна пояснити тим, що у старшому підлітковому віці в учнів з'являються нові соціальні ролі, формуються змінні соціальні контакти, які не завжди відповідають їх вимогам до суспільства. Через це у них можуть з'являтися симптоми стресу, тривожності, які негативно впливають на їх психічний стан.

Спираючись на ці кількісно-якісні дані ми можемо говорити про те, що в учнів старшого підліткового віку набагато вищий рівень схильності до тривожності ніж у молодших підлітків. Ця теза підтверджується статистичними даними, які вказують на те, що у дев'ятикласників абсолютно всі показники тесту Філіпса перевищують 50 % (52,6 % - страх не відповідати очікуванням оточуючих, у той час коли найменшим показником цього фактору у молодших підлітків є 33,3 %).



Результати методики «малюнкової фрустрації» С. Розенцвейга дали можливість визначити напрямок фрустраційних реакцій підлітків у відповідності до рівнів страхів та тривожності підлітків, які були визначені за методикою Філіпса.

*Рис. 3. Результати тесту «малюнкової фрустрації» С.*

*Розенцвейга у вибірках учнів молодшого та старшого підліткового віку*

Найвищих показників серед молодших підлітків (57,9 % / 44,5 %) та старших підлітків (63,2 %) досягає екстрапунітивна реакція, яку дослідники вважають неконструктивною через те, що дитина зіткнувшись з труднощами починає звинувачувати у всіх проблемах зовнішнє оточення. Достатньо високий показник зафіксовано у напрямку переважаючої інтрапунітивної реакції, яка також вважається неконструктивною через надмірне звинувачення себе, що безпосередньо пов'язано з рівнем тривожності.

Найменші показники було зафіксовано стосовно імпульсивної реакції (молодші підлітки – 21,1 % / 22,2 %, старші підлітки – 15,8 %). При цьому, саме імпульсивні реакції вважаються найбільш конструктивними через те, що саме за цією формою реакції дитина ставиться до своїх невдач та складних ситуацій як до малозначущих та таких що згодом минуть. Тут проявляється здорове ставлення до проблеми і очікується, що час та життєві обставини допоможуть знайти конструктивний вихід у вирішенні проблеми.

Статистичний аналіз даних методики Філліпса та С. Розенцвейга дав можливість отримати цікаві дані по співвідношенню показників тривожності та фрустрації в учнів молодшого та старшого підліткового віку. Результати емпіричного дослідження показали, що учні які мають високий рівень тривожності, як правило, проявляють неконструктивні реакції на фрустраційні ситуації відповідаючи у екстрапунітивній чи інтрапунітивній манері. Це можна пояснити тим, що підлітки активно використовують захисні механізми у міжособистісному спілкуванні. Частина дітей захищається тим, що звинувачує інших, а частина – замикається у собі та звинувачує в усіх проблемах тільки себе. Це є актуальною проблемою сучасних підлітків, яку систематично піднімають психологи всього світу.

**Висновок.** Під час аналізу отриманих результатів дослідження ми дійшли до висновку, що у підлітковому віці діти найбільше схильні до проблем та страхів у відносинах з вчителями, страху самовираження, фрустрації потреб у досягненні успіху та низькому фізіологічному спротиву стресу. Порівнюючи рівні тривожності в групі учнів молодшого та старшого підліткового віку ми відмітили певне підвищення останньої саме у старших підлітків. Це перш за все стосується шкал «переживання соціального стресу», «фрустрація потреби в досягненні успіху», «низький фізіологічний спротив стресу».

Показовим є той факт, що в усіх вікових категоріях (молодших та старших підлітків) переважаючою є екстрапунітивна реакція на фрустраційні ситуації. Це говорить про те, що загальна тенденція для

сучасного українського суспільства полягає в тому, що молоді люди більш схильні до звинувачування ніж до аналізу причин фрустраційних ситуацій, що є постійними реаліями сьогодення.

### **Список використаної літератури**

1. Астапов В. М. Тревожность у детей / В.М. Астапов. – Москва : ПЕРСЭ, 2008. – 160 с.
2. Левитов Н. Д. Фрустрация как один из видов психических состояний / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1967. – № 6. – С. 118-129.
3. Прихожан А. М. Психология тревожности / А. М. Прихожан. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.
4. Микляева А. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А. В. Микляева, П. В. Румянцева. – СПб.: Речь, 2004. – 248 с.
5. Прахова С. А. Тривожність у предикторній структурі фрустраційних станів школярів різних вікових груп / С. А. Прахова // Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за наук. ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 41. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2018. – С. 302-313.
6. Шамне А.В. Психологія фрустраційних станів та реакцій підлітків: теорії, проблеми, діагностика: монограф. / А. В. Шамне, С. А. Прахова. – К.: НУБіП України, 2018. – 278 с.