

## КОНТЕКСТУАЛИЗАЦИИ ПОНЯТИЯ ПЕРЕЖИВАНИЯ СИТУАЦИЙ ФРУСТРАЦИИ В ПОЛЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА\*

*Д.Г. ДЬЯКОВ, кандидат психологических наук, преподаватель кафедры  
клинической и консультативной психологии Белорусского государственного  
педагогического университета им. М. Танка ©*

В статье исследуются теоретические предпосылки разработки понятия переживания ситуаций фрустрации. Описываются разработанные в западной психологии концепции и проблематизируемая в статье психологическая реальность. Рассматриваются существующие в отечественной психологии подходы к категории переживания. Идея Ф.Е. Василюка о переживании как осмыслении деятельности соотносится с позициями ряда ведущих представителей деятельностного подхода. Определяется понятие переживания ситуаций фрустрации, и анализируется функциональная структура этого процесса.

*Ключевые слова:* деятельностный подход, фрустрация, субъектность, переживание.

Подростковый возраст – этап, на котором активно формируется субъектность [1]. Ребенок учится овладевать своим поведением, порождать его, выступать в качестве субъекта своей активности. Становление субъектности является неотъемлемым условием успешной социализации подростка [2]. Особенно существенной является способность подростка выступать в качестве субъекта, ответственно порождающего свое поведение в ситуациях фрустрации, т.е. в ситуациях, характеризующихся невозможностью преодоления субъектом препятствия, стоящего на пути реализации желанной цели.

Анализ работ в области психологии указывает на наличие существенных затруднений у подростков с нарушениями зрения при формировании субъектности в ситуациях фрустрации. Оказание ребенку помощи в формировании продуктивных механизмов преодоления соответствующих затруднений невозможно без тщательного изучения психологической реальности становления субъектности у детей с нарушениями зрения при разрешении ими ситуаций фрустрации.

Проблематизируемая реальность изучается в рамках нескольких направлений психологии. В русле психодинамического направления разрешение затруднительных ситуаций описывается в контексте *психологической защиты*

*личности* (А. Адлер, У. Вайлент, Н. Мак-Вильямс, Р. Мэй, С. Райх, Г. Салливан, З. Фрейд, Э. Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни, Э. Эриксон, К. Юнг и др.); в рамках поведенческой психологии в контексте совладающего поведения, через выделение *стратегий преодоления* (Г.А. Балл, Л.А. Китаев-Смык, С.К. Нартова-Бончарова, Р. Пехунен, А.А. Файзуллаев, Ch. Carver, N. Haan, R.S. Lazarus, L.I. Pearlin, M. Scheier и др.); в когнитивной психологии преимущественно в русле *теорий каузальной атрибуции* (Fr. Heider, M. Hewstone, J.M.F. Jaspars, E.E. Jones, K.E. Davis, H. Kelley, L.A. McArthur, L. Ross, D. Rotter, B. Weiner и др.); в отечественной психологии в рамках *идей саморегуляции, смысловой регуляции, волевой регуляции* (А.Г. Асмолов, Ф.Е. Василюк, Б.В. Зейгарник, В.А. Иванников, Д.А. Леонтьев, О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, А.К. Осницкий и др.).

Наиболее продуктивным видится деятельностный подход к изучению проблемы разрешения ситуаций, поскольку осуществление исследования в рамках предлагаемой Ф.Е. Василюком концепции переживания как смысловой регуляции деятельности позволяет решить задачу изучения субъектности деятельности подростка, понимаемой как ее осознанность и произвольность в критической ситуации.

*Подходы к понятию переживания в русскоязычной психологии.* Проблемой переживания

\* Статья поступила в редакцию 5 марта 2008 года.

в разные годы занимались такие известные психологи, как В.К. Вилюнас [3], Л.С. Выготский [2], А.Н. Леонтьев [4], С.Л. Рубинштейн [5], Б.М. Теплов [6]. Феномен переживания рассматривается указанными учеными в различном контексте и наделяется различным содержанием. Так, В.К. Вилюнас говорит о специфическом «эмоциональном переживании», определяемом как проявление субъективного отношения человека к какому-либо внешнему или внутреннему событию его жизни, выражающее характер и степень значимости для него этого события [3].

С.Л. Рубинштейн рассматривает «переживание» как субъективное отражение в сознании впечатлений, ощущений, однако не выявляет специфики этого процесса, его динамики, значения в психической деятельности [5]. Переживание для него — это «особо значимый механизм в жизни человека, характеризующий индивидуальный путь его развития». Л.С. Выготский [2] и Б.М. Теплов [6] рассматривают переживание как единицу психологии, представляющую собой единство аффекта и интеллекта [6]. В единстве и комплиментарности аффективного и интеллектуального содержаний переживания, указывает Л.С. Выготский, осуществляется внутреннее отношение субъекта к явлениям действительности [2]. А.Н. Леонтьев определяет качество этого отношения как «смысловое» [4]. Преломление условий действительности и своей активности в этих условиях через личностно-смысловую сферу придает деятельности человека характер субъектности, т.е. осознанности и произвольности [1]. Атрибутирование статуса субъектности совершенным формам предметной активности человека является одним из определяющих признаков ценностных оснований деятельностного подхода в психологии.

В рамках деятельностного подхода выстраивает свою модель переживания Ф.Е. Василюк. Переживание критических ситуаций понимает славянин как особая деятельность, особая работа по перестройке психологического мира, направленная на установление смыслового соответствия между сознанием и бытием, общей целью которой является повышение осмысленности жизни» [7, с. 30].

Определение Ф.Е. Василюком переживания как осмысления человеком своего бытия в критической ситуации позволяет рассмотреть данный процесс как видовой по отношению к

категории «внутреннего переживания», предложенной А.Н. Леонтьевым [4; 8]. Основной функцией таких переживаний является обнаружение личностного смысла явлений действительности: «...Их реальная функция состоит лишь в наведении субъекта на их действительный источник, в том, что они сигнализируют о личностном смысле событий, разыгрывающихся в его жизни...» [4, с. 185]. Рассматривая переживание таким образом, А.Н. Леонтьев продолжает линию, намеченную Л.С. Выготским, конкретизируя предложенное им определение переживания. Согласно Л.С. Выготскому, рассматриваемому переживанию в качестве «действительной динамической единицы сознания» [2, с. 383], «переживание надо понимать как внутреннее отношение ребенка как человека к тому или иному моменту действительности» [2, с. 382]. Таким образом выстраивается логическая связь между идеями Л.С. Выготского, понимающего переживание как личностное отношение субъекта к действительности [2], А.Н. Леонтьева, указывающего на мысловой характер этих отношений [4], и Ф.Е. Василюка, который рассматривает смысловое отношение субъекта не к действительности в целом, но к планируемой субъектом деятельности, и помещает этот процесс (переживание) в контекст критической ситуации [7].

*Переживание как смысловая регуляция деятельности.* Несмотря на разработку теоретических основ, определение рамок, которыми целесообразно ограничивать психологическую реальность переживания, Ф.Е. Василюк четко не определяет эмпирически отслеживаемые структурные компоненты этого процесса. В то же время решение задач экспериментального исследования реальности переживания, выяснение логики его формирования требует определения четко дифференцируемых, самостоятельно фиксируемых, стабильно воспроизводимых компонентов этого явления. Реализация этой цели требует обращения к некоторым существенным положениям концепции Ф.Е. Василюка.

Развивая идею переживания критических ситуаций, Ф.Е. Василюк выдвигает два основных положения. В соответствии с первым, характер переживания критических ситуаций зависит от специфики невозможности, в которой оказывается субъект. Согласно второму положению, в любой ситуации невозможности

перед человеком «в той или иной форме встает задача на смысл» [7, с. 26]. Решение «задачи на смысл» деятельности становится основной задачей субъекта, которая реализуется им в процессе переживания критической ситуации [7].

В соответствии с первым положением необходимо учитывать характер нереализованных потребностей в ситуации невозможности\*. Определяющей особенностью ситуации фрустрации, согласно Ф.Е. Василюку, является невозможность реализации ранее поставленной мотивосообразной цели действия в силу определенных предметных условий, оказывающихся препятствием на пути его осуществления [7]. Таким образом, нереализуемой необходимостью оказывается цель действия субъекта в ситуации фрустрации. Возникновение препятствия на пути реализации мотивосообразной цели в ситуации затруднения, по мнению О.К. Тихомирова [9], становится условием образования новой цели действия: «“Встреча” самих мотивов и установок с препятствием может приводить к формированию целей» [9, с. 119]. «Получение новых требований к действию, ... недостижение превосхищавшихся результатов» становятся предпосылкой образования новой цели действия в ситуации затруднения [9, с. 119]. В процессе целеобразования новой целью действия субъекта становится тот образ результата одного из возможных действий, который отражает требования мотива: «Там по себе образ будущего результата еще не образует цели..., он становится ею, лишь связываясь с потребностно-мотивационной сферой» [9, с. 117]. Словообразованием сопровождающийся процесс целеобразования, однако, не ограничивается соотношением цели с мотивационно-потребностной сферой. О.К. Тихомиров вводит понятие операционального смысла действия, распространяя идею смыслообразования на системно-цельно-условия» [9]. Операциональный смысл образующейся цели отражает наличие возможности преобразования ситуации [10, с. 254].

Таким образом, построение идеального образа результата действия (цели) субъектом осуществляется в контексте установления

соотношений между целью действия, предметными условиями и мотивом деятельности в ситуации фрустрации. Целеобразование, находящееся в тесном единстве со смыслообразованием, составляет ядро процесса переживания ситуаций фрустрации. Связь целеобразования и смыслообразования подчеркивается в работах Р.Р. Бибриха, А.Я. Большунова, И.А. Васильева, Д.А. Леонтьева, В.Л. Поплушного, О.К. Тихомирова. «...Целеобразование определяется развитием смыслов разного рода образований: элементов и действий с ними, ситуации в целом...» [11, с. 128].

Проанализируем второе положение Ф.Е. Василюка. Продуктивное переживание, согласно логике автора, в качестве необходимого условия предполагает решение субъектом «задачи на смысл» действия в ситуации фрустрации [7]. Решение задачи на смысл действия предполагает создание субъектом соотношений между целью действия и мотивом деятельности (личностный смысл) [10; 12; 13], с одной стороны, между целью действия и предметными условиями деятельности (операциональный смысл) [9; 10] – с другой: «Решение задачи на смысл... есть более полное, по сравнению с исходной ситуацией, осознание смысловых связей определенного объекта, явления или действия с жизнедеятельностью субъекта в целом...» [10, с. 259]; «В наиболее общем виде задача на смысл есть задача определения места объекта или явления в жизнедеятельности субъекта. Она может ставиться по отношению к собственному действию (ради чего я это сделал или делаю или собираюсь делать)...» [10, с. 258–259]; «Отвечая на подобные вопросы, человек каждый раз решает особую задачу, “задачу на смысл”, результатом которой является осознание личностного смысла, подлинного значения-для-меня, тех или иных целей и обстоятельств жизненного пути» [14, с. 357]. Операциональный смысл «продолжает цепочку смыслообразующих связей “вниз”, характеризуя отношение элемента проблемной ситуации (средства или условия) к стоящей перед субъектом в данной ситуации цели» [10, с. 254]\*\*.

\* Ф.Е. Василюк выделяет четыре типа ситуаций невозможности: стресс, фрустрация, конфликт и кризис. Каждая из этих ситуаций связана со специфическим для нее типом необходимости, которая оказывается «парализованной» [7].

\*\* Решение задачи на смысл понимается Ф.Е. Василюком, Д.А. Леонтьевым, А.Г. Асмоловым, О.К. Тихомировым по-иному, нежели А.Н. Леонтьевым. Последний понимает процесс «решения задачи на смысл» как осознание субъектом мотивов, которые сообщают смысл тем или иным объектам, явлениям и действиям [4].

Таким образом, продуктивное (полноценно осуществленное) переживание ситуаций фрустрации предполагает единство процессов целеобразования, смыслообразования и смыслоосознания. Смыслообразование является обратной стороной целеобразования и предполагает соотнесение цели действия с мотивом и с предметными условиями, в которых планируется осуществление деятельности. Смыслоосознание совершается в ходе решения задачи на смысл субъектом и предполагает осознание вышеуказанного соотнесения.

Рассмотрим понятия целеобразования, смыслообразования и смыслоосознания более подробно.

Целеобразование понимается здесь, вслед за О.К. Тихомировым, как «порождение новых целей в индивидуальной или совместной деятельности» [9, с. 115]. Цель определяется как «осознанный образ будущих результатов, косвенно связанных с мотивом» [9, с. 114], «осознанное, т.е. выраженное в словах, предвосхищение будущего результата действия» [15, с. 5]. Основными механизмами целеобразования, по О.К. Тихомирову, являются: «Превращение полученного требования (требований) в цель», «Превращение мотива в мотив-цель при его осознании», «Превращение побочных результатов действия в цель через связь с мотивом и осознание результата», «Преобразование неосознаваемых результатов в осознаваемые», «Переход от предварительных к окончательным целям», «Выделение промежуточных частных целей, опосредующих формирование общей цели» и др. [15, с. 17; 9, с. 122].

Обратной стороной целеобразования является смыслообразование. Смыслообразование понимается здесь как «процесс распространения смысла от ведущих, смыслообразующих «ядерных» смысловых структур к частным, периферическим, производным в конкретной ситуации разветвляющейся деятельности. Это и ... процессы ситуативного развития мотивации, в которых формируется система смысловой регуляции деятельности, обеспечивающая реализацию его мотива, это и опрашивание в сознании личностным смыслом различных фрагментов образа мира, которые выступают как цели либо условия осуществления деятельности» [10, с. 255]. Процесс смыслообразования включает образование

личностного смысла (проявляющегося в образовании соотношений цель – мотив) и операционального смысла (проявляющегося в отношении цель – предметные условия деятельности). Операциональный смысл предполагается аналогом личностного в преломлении к соотношению «цель – условия деятельности» в работах О.К. Тихомирова, В.Е. Ключко [9; 16].

Смыслоосознание в работах представителей деятельностного подхода предполагает осознание возможных контекстов, в которых обнаруживает себя объективное или (как в нашем случае) цель действия. Такое осознание реализует себя в вербализации смысла действия субъектом, в переименовании его в разряд значений, что отражает высокий уровень развития смысла: «Вербализация смысла, то есть его воплощение в значениях, переводит его на новый уровень функционирования» [10, с. 279].

Построение в процессе переживания личностного и операционального смыслов действия позволяет заключить, что в ходе переживания субъектом осуществляется внутренняя регуляция деятельности. В результате осуществляется формирование «динамической смысловой системы регуляции деятельности», обеспечивающей стабилизацию ее протекания [10]. Такая система строится «с учетом конкретной специфики данной ситуации и детерминирована как высшими личностными, так и предметными особенностями ситуации» [10, с. 151]. Построение в ходе такой регуляции личностного и операционального смыслов деятельности обеспечивает становление характеристик предметности и субъектности деятельности в соответствующей ситуации [10, с. 148]. Таким образом, одной из основных функций, реализуемых в процессе переживания, является становление субъектности планируемой в ситуации деятельности, т.е. ее осознанности и произвольности.

Основываясь на положениях Ф.Е. Василюка [7] и следуя логике работающих в едином с ним методологическом поле Д.А. Леонтьева, А.Г. Асмолова, О.К. Тихомирова [9; 10; 12; 14], определяем *переживание ситуаций фрустрации как процесс целеобразования, сопровождающийся осознанным соотнесением компонентов предметного содержания деятельности\** (цели, мотива,

предметных условий деятельности) в соответствующей ситуации.

Опираясь на положения Ф.Е. Василюка [7] и учитывая общую позицию Д.А. Леонтьева, И.А. Васильева, В.Л. Поплужного, О.К. Тихомирова, Р.Р. Бибриха [9; 10; 11; 17], согласно которой развитие смысла целенаправленного действия, сопровождающее целеобразование, осуществляется за счет осознания смысла, предполагаем, что развитие переживания в ситуации фрустрации связано с повышением степени осознанности отношений, в которые вступает цель действия с мотивом и предметными условиями деятельности в соответствующей ситуации.

Задачи изучения и последующего формирования продуктивных форм переживания требуют вычленения и структурирования составляющих (блоков) переживания ситуаций фрустрации. Вычленяемые блоки носят функциональный характер, поскольку каждый из них выполняет отдельную функцию в переживании ситуации фрустрации.

В соответствии с определением переживания ситуаций фрустрации, последнее включает три функциональных компонента: образование субъектом цели действия, отражающей объективности ситуации фрустрации; осознанное соотнесение субъектом цели действия с предметными условиями деятельности; осознанное соотнесение субъектом цели действия с мотивом деятельности в ситуации фрустрации.

Таким образом, сформированное в полной мере переживание ситуаций фрустрации понимается здесь как процесс, предполагающий целеобразование, сопровождаемое осознанным соотнесением компонентов предметного содержания деятельности в ситуации фрустрации. Следовательно, полностью сформированное

переживание имеет своим результатом то же содержание, которое результирует осуществляемый в более широких условиях предметной деятельности процесс ее осознанной саморегуляции [18]. Являясь, наряду с механизмом волевого усилия\*\*, одним из механизмов осознанной саморегуляции, переживание тем не менее предполагает устранение внутренних конфликтов и противоречий на основе осознанной перестройки смыслового обоснования осуществляемой субъектом деятельности (образование новых смысловых единиц).

#### Выводы:

1. Решение проблем социальной адаптации подростков с различной степенью нарушения зрения, их интеграции в общество зависит от их умения преодолевать ситуации фрустрации. Одним из центральных условий, обеспечивающих продуктивность такого преодоления, является субъективность деятельности в ситуации фрустрации.

2. Понятием, в наибольшей степени отображающим сущность становления субъективности деятельности в ситуациях фрустрации, является категория переживания, разработанная Ф.Е. Василюком, А.Г. Асмоловым, Д.А. Леонтьевым.

3. Переживание ситуаций фрустрации рассматривается как процесс целеобразования, сопровождающийся осознанным соотнесением компонентов предметного содержания деятельности.

4. Функциональная структура переживания ситуаций фрустрации включает следующие составляющие: образование цели действия; осознанное соотнесение цели действия с предметными условиями деятельности; осознанное соотнесение цели действия с мотивом деятельности.

\* Ориентируясь при определении переживания критических ситуаций на понятие предметное содержание деятельности, опираемся на концепцию психологического строения деятельности А.Н. Леонтьева. Согласно его взглядам, целостная деятельность имеет следующие составляющие: мотивы – цели – условия – действия – операции. Первый пласт деятельности (мотивы, цели, условия) составляет ее предметное содержание – внутренний план ее осуществления, то, на основе чего она строится. Второй пласт деятельности (отдельная деятельность, действия, операции) составляют ее структурные элементы. В своем единстве оба этих пласта составляют психологическое содержание деятельности [4; 8].

\*\* Волевое усилие, также осуществляемое в рамках саморегуляции, направлено прежде всего на повышение значимости реализуемого мотива, что обуславливает повышение эффективности преодоления препятствий на пути достижения цели [20].

## ЛИТЕРАТУРА

1. Эльконин, Б.Д. Психология развития: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Б.Д. Эльконин. – М.: Академия, 2001. – 144 с.
2. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1982–1984. – Т. 4: Детская психология; под ред. Д.Б. Эльконина. – 1984. – 532 с.
3. Вилюнас, В.К. Психология эмоциональных явлений / В.К. Вилюнас. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976. – 143 с.
4. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев // Избранные психологические произведения: в 2 т. / А.Н. Леонтьев. – М., 1983. – Т. 2. – С. 94–231.
5. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии: в 2 т. / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. – Т. 2. – 488 с.
6. Ярошевский, М.Г. Идеи Б.М. Теплова о переживании как феномене культуры / М.Г. Ярошевский // Основы психологии. – 1997. – № 4. – С. 63–75.
7. Василюк, Ф.Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 198 с.
8. Леонтьев, А.Н. Лекции по общей психологии / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2000. – 511 с.
9. Тихомиров, О.К. Психология мышления: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / О.К. Тихомиров. – М.: Академия, 2002. – 288 с.
10. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1999. – 487 с.
11. Васильев, И.А. Эмоции и мышление / И.А. Васильев, В.Л. Поплужный, О.К. Тихомиров. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980. – 192 с.
12. Асмолов, А.Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа / А.Г. Асмолов. – М.: Смысл, Академия, 2002. – 416 с.
13. Братусь, Б.С. Аномалии личности / Б.С. Братусь. – М.: Мысль, 1988. – 304 с.
14. Асмолов, А.Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа / А.Г. Асмолов. – М.: Смысл, Академия, 2002. – 416 с.
15. Психологические механизмы целеобразования / Под ред. О.К. Тихомирова. – М.: Наука, 1977. – 259 с.
16. Ключко, В.Е. Целеобразование и формирование оценок в ходе постановки и решения мыслительных задач: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / В.Е. Ключко; Моск. гос. ун-т. – М., 1978. – 23 с.
17. Бибрих, Р.Р. Исследование видов целеобразования / Р.Р. Бибрих. – Киев: Изд. Штиинца, 1987. – 129 с.
18. Зейгарник, В.З. О нарушении саморегуляции в норме и патологии / В.З. Зейгарник // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. – 1981. – № 2. – С. 1–15.
19. Иванников, В.А. Психологические механизмы волевой регуляции / В.А. Иванников. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1991. – 142 с.