

## Литература

1. Екимова, В. И. Травматизация страхом: психологические последствия пандемии Covid-19 / Екимова В. И., Розенова М. И., Литвинова А. В., Котенева А. В. [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2021. Том 10. № 1. С. 27–38. doi:10.17759/jmfp.2021100103
2. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие / Пергаменщик Л. А. – Мн.: Вышэйшая школа, 2004. – 288 с.
3. Розенова М. И. Страх как кризис психического здоровья в условиях глобальных рисков и перемен / Розенова М. И., Екимова В. И., Огнев А. С., Лихачева Э. В. [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2021. Том 10. № 1. С. 17–26. doi:10.17759/jmfp.2021100102
4. Fleshner, M., Maier, S. F., Lyons, D. M., Raskind, M. A. The neurobiology of the stress-resistant brain. – Stress. 2011. 14 (5), 498–502. doi: 10.3109/10253890.2011.596865
5. Gruchola M., Slawek-Czochra M. “The culture of fear” of inhabitants of EU countries in their reaction to the COVID-19 pandemic — A study based on the reports of the Eurobarometer // Safety Science. 2021. Vol. 135. Article ID 105140. 9 p. DOI:10.1016/j.ssci.2020.105140
6. Mental health consequences during the initial stage of the 2020 coronavirus pandemic (COVID-19) in Spain / C. González-Sanguino [et al.] // Brain, Behavior, and Immunity. 2020. Vol. 82. P. 172—176. DOI:10.1016/j.bbi.2020.05.040
7. Norris, F. H., Tracy, M., Galeb, S. (2009). Looking for resilience: Understanding the longitudinal trajectories of responses to stress. - Social Science & Medicine. 2009. 68 (12), 2190–2198.

УДК 159.9

### **СТИЛЕВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ РЕАГИРОВАНИЯ ВО ФРУСТРИРУЮЩИХ СИТУАЦИЯХ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ STYLE CHARACTERISTICS OF RESPONSE IN FRUSTRIAL SITUATIONS IN YOUNG AGE**

*Нестер Е. Ф.*, БарГУ (г. Барановичи, Беларусь)

*Nester E. F.*, BarSU (Baranovichi, Belarus)

В статье раскрыты сущность и формы проявления фрустрированности личности. Обозначены возрастные особенности юношеского возраста, обуславливающие специфику реагирования на фрустрирующие ситуации. Описаны результаты эмпирического исследования фрустрации в социаль-

ном взаимодействии, вербальной агрессии во фрустрирующих ситуациях, затрагивающих различные сферы интерьеров и межличностных отношений юношей и девушек. Представлена иерархия типов реагирования в ситуации фрустрации в юности.

The article reveals the essence and forms of manifestation of personality frustration. The age-related characteristics of adolescence, which determine the specificity of responding to frustrating situations, are indicated. The article describes the results of an empirical study of frustration in social interaction, verbal aggression in frustrating situations, affecting various spheres of interiors and interpersonal relations of boys and girls. The hierarchy of types of reaction in a situation of frustration in adolescence is presented.

**Ключевые слова:** фрустрация, фрустрирующие ситуации, юношеский возраст.

**Keywords:** frustration, frustrating situations, adolescence.

Этимологически термин «фрустрация» означает расстройство планов, уничтожение замыслов, то есть указывает на какую-то травмирующую ситуацию, приведшую к неудаче [2].

В большинстве психологических исследований, посвященных проблеме поведения в ситуациях фрустрации, рассматривается влияние различных факторов на такое поведение: возраст, пол, социальные условия развития, социальный статус личности в группе, состояние физического здоровья, особенности когнитивной организации и др.

По мнению Л. Н. Собчик [3], под фрустрацией чаще всего имеют в виду ситуации, в которых окружающие лица (специально или нечаянно) либо ущемляют интересы индивида, что приводит к блокировке значимых потребностей, либо задевают его самолюбие, негативно воздействуя на его самооценку.

В ситуации фрустрированности эмоциональное состояние проявляется: как реакции страха, тревоги, отказ от самореализации (может сопровождаться чувством вины, стремлением уйти от конфликта); как наступательное, обвиняющее других, активное или даже агрессивное поведение, враждебные высказывания или действия; как стремление подавить и те и другие реакции, пассивно или индифферентно отнестись к случившемуся, постараться нивелировать остроту конфликта. При этом «выбор» типа реагирования в значительной степени зависит от базисных свойств личности.

Стиль реагирования в сложных ситуациях окончательно складывается именно в юношеском возрасте. Это обуславливается спецификой возраста – направленностью на общение, развитием навыка реф-

лекции, ростом силы «Я». В данном возрасте происходит расширение сферы общения, ее дифференциация, что увеличивает количество ситуаций, в которых привычные способы реагирования не всегда могут помочь в разрешении возникающих трудностей.

В силу этого повышение уровня фрустрационной толерантности для представителей юношеского возраста является значимой задачей. Кроме того, именно за счет возрастной специфики представителям юношества доступно осознание своих личностных особенностей, которые связаны с тем или иным типом реагирования в ситуации фрустрации, и затем возможное осмысление негармоничных способов взаимодействия с окружающим миром и с собой, их регулирование.

С. Розенцвейг и Н. В. Тарабрина [4] акцентируют внимание на адаптивной функции фрустрационной толерантности, понимая под ней способность индивида переживать фрустрацию, не теряя психобиологической адаптации. Особенности адаптации в юношеском возрасте связаны с процессами приобретения идентичности и усвоением новых социальных ролей, которые сопровождают переход во взрослость.

Дж. Уайлд определил противоречивые особенности юношеского возраста, которые следует учесть при формировании фрустрационной толерантности [4]:

- сфокусированность на своем внутреннем мире (юноши и девушки считают, что мир должен быть таким, как они хотят его видеть);
- неуверенность в своих навыках и способностях, которая отчаянно скрывается с использованием защитных механизмов;
- чувствительность из-за чрезмерной концентрированности на собственной персоне и попытки найти свое место в жизни;
- подверженность уделять большое внимание своей идентичности и тому, как они выглядят;
- склонность к идеализации, наличие нереалистичных представлений относительно своей персоны.

Нереалистичные представления юношей и девушек о себе и кризис идентичности тесно связаны с их самооценкой, восприятием себя, других и мира и процессами адаптации. В. Кнаус отмечает взаимосвязь фрустрационной толерантности с самооценкой. Молодые люди с низкой самооценкой испытывают трудности с адекватным анализом и пониманием сложной ситуации. Депрессия и даже склонность к суициду коррелируют с низкой самооценкой. Личности с высокой самооценкой лучше решают

личные и социальные проблемы, имеют высокий уровень эффективного выполнения задач и лучшую мотивацию к достижению цели [4].

Исследование особенностей реагирования в ситуациях фрустрации у представителей юношеского и зрелого возраста, проведенное П. В. Олехнович, показало преобладание экстрапунитивных реакций в обеих группах испытуемых. Это говорит о том, что респонденты зрелого и юношеского возраста в ситуациях фрустрации ориентированы на поиск причин происходящего в своем окружении, оценивая ситуации фрустрации как значимые. При этом лица зрелого возраста в большинстве своем стремятся найти конструктивное решение в конфликтной ситуации, хотя имеются и те, кто в ситуации фрустрации защищает собственное «Я». У лиц юношеского возраста в ситуации фрустрации тип реакции самозащитный или препятственно-доминантный, таким образом, у них отсутствует выраженное стремление решить проблему [1].

С целью исследования стилевых характеристик реагирования во фрустрирующих ситуациях в юношеском возрасте было проведено исследование на базе учреждения образования «Сморгонский государственный политехнический профессиональный лицей», в котором приняли участие 103 обучающихся в возрасте 17–18 лет. В качестве диагностического инструментария были использованы: методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана, фрустрационный тест С. Розенцвейга, вербальный фрустрационный тест Л. Н. Собчик.

В ходе исследования фрустрации с использованием методики Л. И. Вассермана был установлен очень низкий итоговый индекс уровня социальной фрустрированности. По общей выборке испытуемых юношеского возраста 33 % продемонстрировали отсутствие и очень низкий уровень фрустрированности, 12 % юношей и девушек – пониженный уровень, 14 % респондентов – неопределенный, 8 % испытуемых – умеренный уровень фрустрированности.

При низком уровне фрустрированности, характерном для большинства опрошенных юношей и девушек, отмечается эмоциональная устойчивость и положительный фон основных переживаний (спокойствие, оптимизм). Оптимизм и инициативность, легкость в реализации своих желаний формирует чувство собственного достоинства, социальную смелость, независимость, легкость в общении.

В результате тестирования с использованием методики «Вербальный фрустрационный тест» Л. Н. Собчик у респондентов не выявлено отличий в выраженности агрессии в зависимости от пола объекта агрессии.

Наиболее болезненная реакция отмечалась в ответ на замечания относительно «социального статуса» и «благополучия». Вероятно, эти ценности для современных юношей и девушек являются показателем успеха и в целом их статусной позиции в своей референтной группе. Минимальная реакция зафиксирована на беспокойство по поводу «здоровья», эта ценность для испытуемых юношеского возраста является наименее значимой. Для юношей и девушек имеют большое значение отношения с матерью, при этом отношения с отцом, как правило, конфликтные и представляют меньшую значимость. С незнакомыми людьми респонденты данной выборки не считают нужным сдерживать свою агрессию, так как мнение посторонних людей не имеет для них значения.

У большей части респондентов (46 %) суммарный балл по категории «Высказывания или действия» выше, чем по категории «Чувства». Это говорит о том, что их агрессивность носит гиперкомпенсаторный характер. У 32 % испытуемых агрессивные эмоции хорошо контролируются, у 22 % – контроль над агрессивностью ослаблен.

В результате исследования с использованием «Фрустрационного теста» С. Розенцвейга мы выявили направленность и тип реагирования на фрустрирующие ситуации испытуемых: импунитивные реакции с фиксацией на удовлетворение потребности характерны для 7 % испытуемых; экстрапунитивные реакции с фиксацией на самозащите преобладают у 43 %; импунитивные реакции с фиксацией на самозащите – у 7 %; интропунитивные реакции с фиксацией на удовлетворение потребностей – у 9 %; интропунитивные реакции с фиксацией на препятствии – у 8 % респондентов; импунитивные реакции с фиксацией на препятствии характерны для 26 % опрошенных.

Выраженность именно данных типов реагирования в ситуации фрустрации у группы испытуемых может быть объяснена нами с точки зрения их возрастной специфики. Представителям юношеского возраста присущи ярко выраженная направленность на социальные контакты, углубление характера этих контактов. В связи с этим при гармоничном развитии личности в сфере общения может наблюдаться повышение уровня эмпатии, коммуникативная сензитивность, увеличение интернальности (этой тенденции соответствуют ответы интропунитивной и импунитивной направленности в ситуации фрустрации, особенно связанной с социальным взаимодействием), и, наоборот, при дисгармоничном развитии личности в сфере общения будут проявляться агрессивность, нетерпимость, экстернальность (и этой тенденции соответствуют ответы экстрапунитивной направленности). Од-

нако помимо возрастных особенностей на преобладание выделенных типов реагирования влияют и личностные, индивидуальные особенности.

Таким образом, можно сделать вывод, что стиль реагирования во фрустрирующих ситуациях окончательно складывается в юношеском возрасте, при этом в силу возраста он еще носит неадаптивный характер, направлен не на конструктивное решение проблемы, а на самозащиту и уход от проблемы.

### **Литература**

1. Олехнович, П. В. Особенности реагирования в ситуациях фрустрации у лиц юношеского и зрелого возраста / П. В. Олехнович // Психология сегодня : взгляд современного студента : сб. материалов X междунар. науч.-практ. конф. по психологии, Брест, 14 мая 2015 г. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина; под общ. ред. И. В. Шматковой. – Брест : БрГУ, 2015. – С. 117–119.
2. Психологический словарь / Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
3. Собчик, Л. Н. Вербальный фрустрационный тест / Л. Н. Собчик – СПб.: Речь, 2002. – 26 с.
4. Тарабрина, Н. В. Экспериментально-психологические и биохимические исследования фрустрации и эмоционального стресса при неврозах: дис....канд. психол. наук / Н. В. Тарабрина. – Ленинград, 1973. – 121 с.

УДК 159.923.2

## **СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ ПОДДЕРЖКИ ЖЕНЩИН В СИТУАЦИИ ПЕРИНАТАЛЬНОЙ УТРАТЫ SOCIAL NETWORK OF SUPPORT FOR WOMEN IN THE SITUATION OF PERINATAL LOSS**

*Петражицкая Е. А.*, БГПУ (г. Минск, Беларусь)

*Petrazhitskaya E. A.*, BSPU (Minsk, Belarus)

В статье описываются ключевые моменты переживания горя перинатальной утраты. Рассматриваются особенности социальной сети поддержки женщин в ситуации перинатальной потери. Подчеркиваются важность, своевременность и качество получения эмоциональной и информационной поддержки как со стороны значимых близких, так и со стороны медицинского персонала, а также возможность оказания двунаправленной социальной поддержки.