

К. А. Ахремчик

Научный руководитель: Е. А. Лупекина, канд. психол. наук, доцент
Гомельский государственный университет Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь

СОЦИАЛЬНАЯ ФРУСТРИРОВАННОСТЬ СТУДЕНТОВ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ С СУБЪЕКТИВНЫМ ОЩУЩЕНИЕМ ОДИНОЧЕСТВА

В статье представлены теоретические и эмпирические исследования социальной фрустрированности и одиночества студентов второго и третьего курса. С помощью корреляционного анализа зафиксирована значимая положительная связь между одиночеством и социальной фрустрированностью.

Ключевые слова: одиночество, вид субъективного ощущения одиночества, социальная фрустрированность, студенты, взаимосвязь фрустрации и одиночества.

К. А. Ahremchik

Scientific advisor: E.A. Lupekina, PhD of Psychological Sciences, Associate Professor
Francisk Skorina Gomel State University,
Gomel, Republic of Belarus

THE SOCIAL FRUSTRATION OF STUDENTS IN CONNECTION WITH SUBJECTIVE FEELING OF LONELINESS

This article presents theoretical and empirical studies of social frustration and loneliness of second and third year students. Using correlation analysis, a significant positive relationship between loneliness and social frustration was recorded.

Keywords: loneliness, a type of subjective feeling of loneliness, social frustration, students, the relationship between frustration and loneliness.

У большого числа представителей молодежи в современных реалиях этот жизненный этап связан с получением высшего образования, выбором будущей профессии, построением планов на будущее. После того как парни и девушки оканчивают школу входят во взрослую жизнь, изменяется их круг общения, социальное положение, межличностные и социальные связи подвергаются ряду некоторых изменений. В связи с этим, можно предположить, что одиночество и фрустрация является чрезвычайно актуальной и, вместе с тем, недостаточно исследуемой проблемой среди студентов.

Социальная фрустрированность представляет собой следствие действительной социальной ситуации, где выражена неспособность реализации актуальных социальных потребностей. Социальная фрустрированность характеризует стрессогенность социальных фрустраторов, например, таких как неудовлетворенность взаимоотношениями, образованием, социально-экономическим положением, статусом в обществе, физическим и психическим здоровьем, работоспособностью и другое [2].

Если мы обратимся к понятию, которое дал основоположник теории фрустрации С. Розенцвейг, то «фрустрация» обозначает психическое состояние, инициированное неспособностью удовлетворения некоторых своих важных потребностей. Другими словами, для фрустрации присуще осознание мнимого или действительного несоответствия желаемого и подлинного. В наиболее обширном понимании данное явление следует исследовать в контексте выносливости и реакции на сложные жизненные ситуации.

В рамках поведенческого направления (С. Розенцвейг, Д. Доллард) фрустрация рассматривается как следствие столкновения с внешними преградами, препятствующим удовлетворению потребности [3].

Исследователь А. И. Плотицер предполагает, что социальную фрустрацию необходимо характеризовать как психологический феномен, который описывает состояние индивида, а не организма, и разделял определение, предложенное Н. Д. Левитовым, согласно которому фрустрация представляет собой состояние личности, проявляющееся в характерных тонкостях эмоциональных волнений и поведения, вызываемое объективно непреодолимыми (либо субъективно так понимаемыми) сложностями, возникающими на пути к достижению цели либо решению какой-либо важной для субъекта задачи. Н. Д. Левитов в своем исследовании «Фрустрация как один из видов психических состояний» акцентирует внимание на то, что согласно определению о социальной фрустрации и ее переживании личностью, по существу, фрустрация представляет собой итог таких обстоятельств, при которых ожидаемая реакция либо предупреждается, либо замедляется [5].

Жизненные трудности и неудачи могут стремительно снижать либо блокировать стремление индивида к установлению желаемых отношений, мешают выстраивать коммуникацию, удовлетворять потребность в общении. Таким образом, у фрустрированных людей может в наибольшей степени преобладать тенденция к возникновению либо обострению переживания одиночества. В свою очередь, индивиды, испытывающие субъективное ощущение одиночества, могут быть склонны воспринимать трудные жизненные ситуации как нерешаемые либо трудно разрешимые.

Необходимо также прояснить понятие и некоторые характеристики одиночества.

Изучение феномена психологического одиночества становится наиболее актуальным. Д. Берис подчеркивает, что более 70 процентов подростков и молодых людей в возрасте 18–24 лет зачастую испытывают психологическое одиночество [1].

В свою очередь С. Г. Корчагина различает состояние одиночества, одиночество как ощущение, механизм и отношение. Под состоянием одиночества она рекомендует понимать «переживание индивидом утраты внутренней целостности и внешней гармонии с миром»; под ощущением одиночества – «осознание индивидом неспособности (на конкретном этапе) иметь близкие, приватные отношения с кем-либо, основанные на взаимном принятии, любви и понимании»; «одиночество как механизм есть постепенное уничтожение возможности личности воспринимать и воплощать имеющиеся в обществе нормы, принципы, ценности в конкретных жизненных ситуациях»; «одиночество как отношение – неспособность принятия мира как самоцели и самооценности» [4].

Может ли социальная фрустрированность быть связана с психологическим одиночеством? Для наибольшего количества студентов одиночество представляется как ситуация, вызывающая негативные переживания, что вызывает у них тенденцию его избежать. Наличие такого стремления свойственно для индивидов, не считающих себя одиночками, что может являться косвенным доказательством того, что часть из них не рационально оценивает свое состояние и на самом деле прибывает в ситуации одиночества. Наименьшее количество связывает с одиночеством положительные переживания и не выражает стремления изменить свою жизненную ситуацию, хотя и среди них имеются те, кто не адекватно считают себя одиночками.

В состоянии субъективного ощущения одиночества труднее обрести помощь и поддержку со стороны окружающих людей, в том числе и со стороны ближайшего окружения. Социальные связи и отношения индивида в этой ситуации располагаются в достаточно тяжелом, кризисном состоянии, заметна тенденция к их уничтожению. У личности снижаются возможности приобрести извне необходимые ресурсы для устранения проблем, быстрее наступает чувство бессилия, обреченности, и личность погружается во фрустрационное состояние. В свою очередь, фрустрация приводит к сокращению внутриличностных возможностей для совладания с проблемами в коммуникации. Круг

замыкается. Субъективное ощущение одиночества и уровень фрустрированности начинают усиливать друг друга. Разорвать этот пагубный круг бывает достаточно трудно: проблемы нарастают, а ресурсы снижаются.

Состояние фрустрации может вызывать широкий спектр негативных переживаний, а также способствовать дезорганизации деятельности. Теоретический анализ феноменов одиночества и фрустрации позволяет сделать предположение о том, что фрустрация может выступать одним из факторов, способствующих возникновению субъективного ощущения одиночества, в частности, у студентов.

Так как существует дефицит эмпирических данных по изучаемой проблеме, нами было проведено исследование социальной фрустрированности студентов и психологического одиночества у студентов. Мы предположили, что существует прямая корреляция между показателями социальной фрустрированности и субъективного ощущения одиночества у студентов. Исследование проводилось на базе Гомельского государственного университета Франциска Скорины. Выборку составили 60 студентов второго и третьего курса в возрасте от 18 до 20 лет (30 парней и 30 девушек).

Для проведения исследования были использованы следующие методики: опросник определения одиночества С. Г. Корчагиной и методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана (модификация В. В. Бойко).

Проанализировав полученные данные по методике диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана (модификация В. В. Бойко) можно сделать вывод, что у большинства студентов практически не чувствуют социальной фрустрированности, а это подразумевает, что их социальные потребности приближены к наибольшей степени удовлетворенности, уровень качества жизни и социального благополучия соответствует высокому. У студентов данной выборки удовлетворительное отношение индивида к позициям, которые они сумели занять в социуме на данный момент в своей жизни. Интеллект при этом отражает, с одной стороны, то, что в принципе может быть достигнуто в той или иной сфере, и что человек конкретно сам смог достичь – с другой стороны. Но также некоторые студенты этой выборки имеют умеренные и низкие показатели социальной фрустрированности и сталкиваются с социальным неблагополучием. Полученные данные об уровне социальной фрустрированности представлены на рисунке 1.

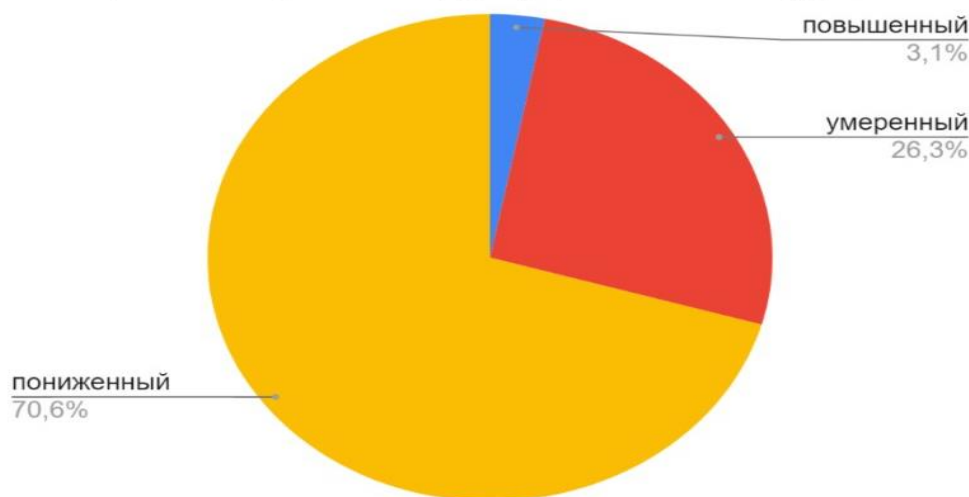


Рисунок 1 – Данные об уровне социальной фрустрированности

Далее будут представлены результаты исследования о видах одиночества.

Можно сделать вывод, что у большинства студентов преобладает пониженный уровень субъективного ощущения одиночества. Это подразумевает, что они достаточно

приспособлены к социальной среде, в которой находятся, могут устанавливать и поддерживать контакты, в целом удовлетворены качеством своих отношений. Но присутствуют небольшой процент студентов, переживающих одиночество периодически, когда сталкиваются с проблемами в отношениях и какой-то промежуток времени не знают, как их разрешить, но способы все же появляются. Полученные данные о видах одиночества представлены на рисунке 2.

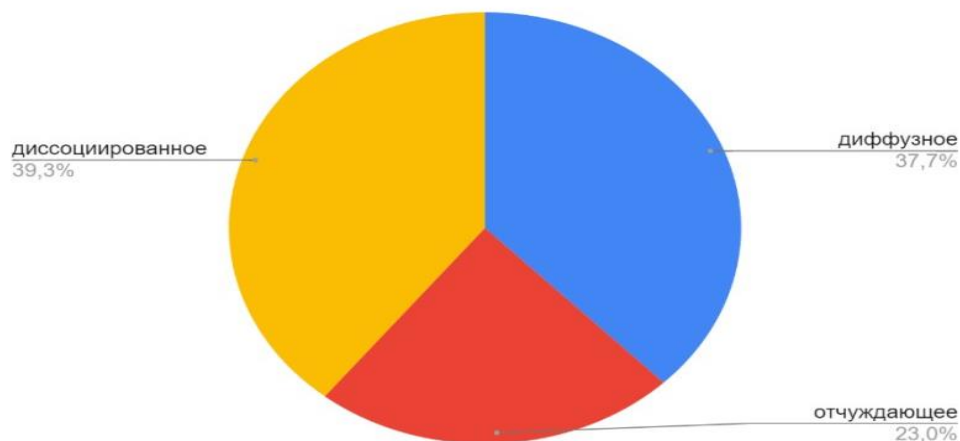


Рисунок 2 – Данные исследования о видах одиночества

В данной выборке студентов наиболее доминирует диссоциированное одиночество. Диссоциированное одиночество предполагает не только четко выраженное проявление механизмов идентификации и обособления, но и их стремительные изменения. Это весьма сложное состояние одиночества по возникновению и проявлениям. Доминирование данного вида в нашей выборке может быть обусловлено возрастом опрашиваемых. Для этого возраста свойственны поиски себя, попытки самоопределения, понимание своих желаний и стремлений, задумываться о планах на будущую жизнь как в общем, так и в контексте профессионального становления. Следующим преобладающим видом одиночества будет диффузное. Диффузное одиночество возникает при идентификации себя с другими индивидами, группами и тому подобное. Все начинается с неудовлетворенности собой, далее индивид начинает самосовершенствоваться или воспроизводить того, кто кажется ему авторитетным. При идентификации себя с другими он утрачивает свои личные черты, начинает существовать от объекта своей идентификации. Диффузное одиночество зачастую не осознается человеком, что затрудняет ситуацию. В обычной среде индивид стремится к другим людям. Субъект одиночества не может, не хочет идентифицироваться с индивидом, переживающим состояние психического спокойствия и уравновешенности, потому что это потребует истинной коммуникации и, следовательно, обращения к своему «Я», которое утрачено.

Для того, чтобы проверить нашу гипотезу о существовании связи между уровнем субъективного ощущения одиночества и уровнем фрустрированности проводился корреляционный анализ с использованием коэффициента корреляции Спирмена. Была обнаружена положительная связь шкалы «Одиночество» со шкалой «Уровень социальной фрустрированности». Это объясняется тем, что полученный коэффициент $r = 0,346$ при $r = 0,25$ для $p < 0,05$ и $0,33$ для $p < 0,01$ попал в зону значимости.

Таким образом, наше предположение о присутствии достоверной связи между субъективным ощущением одиночества и уровнем фрустрации находит свое подтверждение в данной выборке.

Выводы. Жизненные трудности и неудачи могут стремительно снижать либо блокировать стремление индивида к установлению желаемых отношений, мешают

выстраивать коммуникацию, удовлетворять потребность в общении. Таким образом, у фрустрированных людей может в наибольшей степени преобладать тенденция к возникновению либо обострению переживания одиночества. В свою очередь, индивиды, испытывающие субъективное ощущение одиночества, могут быть склонны воспринимать трудные жизненные ситуации как нерешаемые либо трудно разрешимые. По результатам исследования выяснилось, что в ситуации субъективного ощущения одиночества сложнее получить психологическую и иную помощь, а также поддержку со стороны окружающих людей, и быстрее происходит вхождение во фрустрационное состояние. Большинство студентов второго и третьего курса практически не испытывают одиночества. Это подразумевает, что они достаточно приспособлены к социальной среде, в которой находятся, могут устанавливать и поддерживать контакты, в целом удовлетворены качеством своих отношений. Высокие показатели фрустрации для студентов нехарактерны. Средние показатели фрустрированности выявлены у небольшого процента опрошенных. Периодически у них возникают серьезные проблемы, но тем не менее нужные решения находятся, и фрустрация не достигает высокого уровня. Также обнаружена значимая положительная связь показателей переживания одиночества и социальной фрустрированности. Данные проблемные психологические состояния связаны друг с другом, они могут усиливать друг друга. Вместе с тем снижение уровня фрустрированности приводит к снижению рисков переживания одиночества. Если студент более успешно решает проблемы в коммуникации, у него меньше рисков пережить фрустрацию.

Список использованных источников

- 1 Берис Д. Терапия одиночества: как научиться общаться, дружить и любить. М.: ООО Альпина Паблишер, 2023. 328 с.
- 2 Вассерман Л.И. Методика для психологической диагностики уровня социальной фрустрированности и ее практическое применение: метод. Рекомендации. СПб., 2004. С. 14.
- 3 Dollard J. Frustration and aggression: Yale University Press, 1939. 209 p.
- 4 Корчагина, С. Г. Психология одиночества. М.: МПСИ, 2008. С. 11–12.
- 5 Левитов Н. Д. Фрустрация как один из видов психических состояний // Вопросы психологии. 1967. № 6. С. 36–42.

К. А. Брыкина

Научный руководитель: Н. Г. Новак, канд. психол. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь

РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ТРИЗ-ТЕХНОЛОГИИ

Статья посвящена изучению влияния ТРИЗ-технологии на развитие памяти у детей дошкольного возраста. ТРИЗ помогает развивать творческое и логическое мышление, что способствует укреплению различных видов памяти. Многочисленные исследования и практический опыт показывают высокую эффективность ТРИЗ-технологии в развитии памяти и когнитивных способностей дошкольников. Дети, обучавшиеся с использованием ТРИЗ-методов, демонстрируют лучшие результаты в запоминании и воспроизведении информации, развитии логического и творческого мышления.

Ключевые слова: дошкольный возраст, дошкольник, ТРИЗ-технология, когнитивная сфера, пам'ять, креативность, интеллектуальное развитие.