

Київський університет імені Бориса Грінченка
Благодійний фонд імені Антона Макаренка

ПЕДАГОГІЧНИЙ ПРОЦЕС: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА

Науковий журнал
Заснований у 2002 році

Випуск 1 (56)

Київ

ТОВ «Видавниче підприємство «ЕДЕЛЬВЕЙС»

2017

ББК 74.00

УДК: 378

П 24

Рекомендовано до друку рішенням Вченої ради
Київського університету імені Бориса Грінченка
від 23 березня 2017 року, протокол № 3

Засновники:

Київський університет імені Бориса Грінченка,
Благодійний фонд імені Антона Макаренка

*Науковий журнал видається з благодійною
метою і розповсюджується безкоштовно*

Реєстраційне свідоцтво
КВ №17844-6694ПР від 06.06.2011 р.

ISSN 2078-1687 (Print)
ISSN 2412-0154 (Online)

Адреса редакції:
04212, м. Київ, вул. Тимошенка, 13-б

Офіційний сайт:
<http://pptp.kubg.edu.ua/>

Головний редактор:
(044) 426-84-05 (Київ)
E-mail: ndl.osv@kubg.edu.ua

Головний редактор:

Світлана СИСОЄВА
Людмила ХОРУЖА (заст. гол. ред.)
Ольга БЕЗПАЛЬКО
Станіслав КАРАМАН
Людмила КОЗАК (відп. секретар)
Тадеуш ЛЕВОВИЦЬКИЙ (Польща)
Ольга ЛОЗОВА
Наталія МАКАРЧУК
Світлана МАРТИНЕНКО
Стефан МЕШАЛЬСЬКИЙ (Польща)
Валерія МІЛЯЄВА
Наталія МОСЬПАН
Віктор ОГНЕВ' ЮК
Ольга ОЛЕКСЮК
Ольга ПЕТРУНЬКО
Оксана СЕРГЄЄНKOVA
Ірина СОКОЛОВА
Сеппо ХЬОЛТЯ (Фінляндія)
Надія ЧЕРНУХА
Тамара ЯЦЕНКО

Випусковий редактор:

Ілона ТРИГУБ

Науковий журнал з теорії і практики педагогічного процесу адресовано науковцям, студентам, викладачам вищих навчальних закладів, керівникам та вчителям середніх загальноосвітніх шкіл, магістрантам, аспірантам, докторантам, слухачам закладів післядипломної педагогічної освіти, всім, хто цікавиться проблемами організації педагогічного процесу в закладах освіти різних типів і рівнів акредитації.

Науковий журнал включено ВАК України до переліку наукових фахових видань України, в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук з педагогіки (затверджено наказом Міністерства освіти і науки України № 261 від 06.03.2015) та психології (затверджено наказом Міністерства освіти і науки України № 820 від 11.07.2016).

Науковий журнал індексується: Index Copernicus; PИИИ; Google Scholar; InfoBase Index.

ЗМІСТ**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

Кочубейник Ольга
ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ АНОМІЇ: КОНСТРУЮВАННЯ ОПИТУВАЛЬНИКА 7

Радчук Галина
ОСВІТНІЙ ДІАЛОГ ЯК ІННОВАЦІЙНА ГУМАНІТАРНА ТЕХНОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО
СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ У ВНЗ 15

Редько Сергій
ФОРМУВАННЯ КОРПОРАТИВНОЇ КУЛЬТУРИ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОГО НАВЧАЛЬНОГО
ЗАКЛАДУ: УПРАВЛІНСЬКИЙ АСПЕКТ 22

Адамська Зоряна
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ФАСИЛІТАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ
МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА В КОНТЕКСТІ ВИЩОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ 28

ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇЇ САМОРОЗВИТКУ

Плющ Олександр
СУБ'ЄКТ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ: СИНЕРГЕТИЧНА МЕТОДОЛОГІЯ АНАЛІЗУ 34

Зелінська Тетяна
АМБІВАЛЕНТНИЙ ШЛЯХ ЖИТТЯ ДРУЖИНИ АЛКОГОЛІКА 39

Вінник Наталія
МОДЕЛЬ ОСОБИСТОСТІ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНО ОБДАРОВАНОВОГО СТАРШОКЛАСНИКА 45

Макарчук Наталія, Стусь Анна
РОЛЬ ОСОБИСТІСНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У ПРЕВЕНЦІЇ ФРУСТРАЦІЇ
В ПРОФЕСІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ 50

ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Рафіков Олександр
СОЦІАЛЬНИЙ ОПТИМІЗМ ЯК ЧИННИК КОНКУРЕНТОЗДАТНОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ:
ОЦІНКА ЕКСПЕРТІВ 57

Варягіна Аліна
ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОЦЕСІВ ГРОМАДСЬКОЇ УЧАСТІ 63

Товстоко́ра Юлія
КОМУНІКАТИВНА ПОВЕДІНКА ОСОБИСТОСТІ: ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ
МІЖ КОМПОНЕНТАМИ 69

Шапаренко Юлія
СЕМАНТИЧНА ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ АВТО- ТА ГЕТЕРОСТЕРЕОТИПІВ У ЕТНІЧНІЙ
САМОСВІДОМОСТІ ЛЕМКІВСЬКОГО НАРОДУ 75

Склярчук Анастасія
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМНОЇ СІМ'Ї З ПОЗИЦІЇ
СИСТЕМНОГО ПІДХОДУ 81

ПСИХОЛОГІЯ КОНФЛІКТУ

Петрунько Ольга
ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИЙ КОНФЛІКТ НА СТИКУ КОНФЛІКТОЛОГІЇ,
ПРАКТИЧНОЇ ТА КЛІНІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ 88

РОЛЬ ОСОБИСТІСНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У ПРЕВЕНЦІЇ ФРУСТРАЦІЇ В ПРОФЕСІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

У статті представлено результати дослідження проблеми превенції фрустрації засобами особистісної саморегуляції. Описано зміст особистісної саморегуляції та окреслено специфіку взаємообумовленості цих феноменів в структурі мисленнєвої діяльній активності суб'єкта. Встановлено, що фрустрація є полімодальне та багатовимірне поняття, що функціонує в розрізі співвідношення внутрішньої та зовнішньої реальності і впливає на загальну оцінку особистістю власного благополуччя та збереження психічного здоров'я.

***Ключові слова:** особистісна саморегуляція; фрустрація; професійна діяльність; професійне середовище; психічні стани; превенція.*

© Макарчук Н.О., Стусь А.О., 2017

Вступ. Суперечливий характер сучасних перетворень в Україні детермінує появу негативних тенденцій у функціонуванні психічного здоров'я особистості та її суб'єктивного відчуття власного психологічного благополуччя. Вочевидь, зростання соціальної напруженості, деструктивної конфліктності та негативізму на ґрунті тотального реформування практично усіх сфер життя призводить до підвищення інтенсивності динаміки проявів психічних станів, серед яких фрустрація є чи не найскладнішим в переживаннях та проживаннях особистістю. Особливого значення фрустрація набуває при зростаючій динаміці соціального та комунікативного відчуження, апатичності, недостатньо конструктивній конкуренції та інше. Усі ці фактори не можуть не позначитися на продуктивності професійної діяльності особистості та ефективності її функціонування у професійному середовищі.

З цього приводу **метою статті** є встановлення та опис ролі особистісної саморегуляції у превенції фрустрації в професійному середовищі.

Традиційні погляди науковців на фрустрацію здебільшого зосереджені на її трактуванні в якості психічного стану. Цей стан виражається в характерних особливостях переживань і поведінки, зумовлених об'єктивно непереборними (чи такими, що так розцінюються) труднощами, що виникають на шляху до досягнення мети чи вирішення завдання. Серед загальноновизнаних та зовнішньоопосередкованих чинників, що стимулюють виникнення фрустрації, варто відзначити: підвищення темпу життя, збільшення соціальної мобільності, зростання значущості оперування значною за обсягом, кількістю та об'ємом інформацією, що опосередкована процесами глобалізації, індустріалізації та інформаційного буму. У свою чергу, інформаційне засилля детермінує відчуження своєрідне «знецінення» та як

результат «зникнення» людини, здатної мислити, перетворювати дійсність. Відповідно, своєчасним є розроблення та запровадження в практику психологічної допомоги технології превенції фрустрації, що ґрунтується на концептуальних засадах особистісної саморегуляції.

Концепція особистісної саморегуляції ґрунтується на положеннях щодо філогенетичного, онтогенетичного та антропогенетичного вимірів особистісної саморегуляції; варіативності становлення особистості; операціональності саморегуляції; комплементарності діяльності, психіки та свідомості; ролі факторів організації функціонування соціальних систем як визначального підґрунтя особистісної саморегуляції (Макарчук Н.О., 2014). Особистісна саморегуляція розглядається як динамічна система психічної діяльності особистості, що забезпечує її ставлення до самої себе та навколишньої дійсності, регуляцію й управління власною активністю, спрямованістю та діяльністю засобами операції переносу алгоритму діяльності та особистісної властивості здатності до саморегуляції, що ґрунтуються на довільності психічних процесів, усвідомленості психічних засобів регуляції та їх представленості в поведінці, психологічній зрілості. Особистісна саморегуляція обумовлюється впливом зовнішньої реальності на особистість та конкретизується здатностями до опосередкування та перетворення цієї реальності у внутрішній реальності засобами діяльності психіки. У цьому контексті, співвідношення ситуативно-особистісних реакцій особистості та форм особистісної організації й було покладено в основу вивчення траєкторії особистісної саморегуляції та її функціонування за тим чи іншим типом.

Типи особистісної організації диференціюються на невротичний, пограничний і психотичний, які визначаються ступенем інтеграції ідентичності особистості або її «Я-концепції», типовими звичними захисними операціями, які проявляють себе в поведінці, та сформованістю здатності до оцінки навколишньої дійсності (О. Кернберг). Поряд з цим у дослідженні обґрунтовується й психічно зрілий тип, який визначається здатністю до критичної оцінки реальності, що задана об'єктивно та незалежно від психічного відображення суб'єкта. Відповідно особистісна саморегуляція диференціюється на психічно зрілу, невротичну, межову та психотичну. У цьому контексті фрустрація виступає в якості стану, що причиною обумовлює функціонування того чи іншого типу особистісної саморегуляції та виступає детермінантою до подолання чи упередження вторинних порушень психічного здоров'я та відчуття психічного благополуччя. Превенція у цьому контексті – це система індивідуально психологічних та організаційно методичних технологій з упередження фрустрації шляхом констатації її тривалості, локалізації та фіксації (Макарчук Н.О., 2009). Таким чином, превенція – це своєрідна «траєкторія» руху особистості від незнайомого у відоме, від неприємного в сприйнятливому, від неочікуваного в очікуване та ін.

Алгоритм особистісної саморегуляції у превенції фрустрації полягає у: використанні рефлексії при визначенні власного стилю життя, основними показниками якого є професія, пошук партнера, створення сім'ї; критичності суб'єкта до власної свідомої та неусвідомленої мисленнєвої діяльності та критичності до усталених мисленнєвих форм та дій; специфіці функціонування

багатомірності системно функціональної властивості Я (просторові та часові характеристики й репрезентації). Особистісна саморегуляція забезпечує мотивацію суб'єкта до перегляду власних, засвоєних і усталених уявлень та понять, адекватний рівень сприйняття ситуацій життєдіяльності, сензитивність, вразливість і здатність протистояти стереотипності, навіюваності, ригідності та фрустрованості. Здатність особистості до саморегуляції вказує на різні рівні інтеграції особистісної структури суб'єкта.

Фрустрація є психічним станом, який виступає змістом особистісної саморегуляції (Макарчук Н.О., 2014). Надмірна виразність цього стану створює підстави для констатації функціонування особистісної саморегуляції за невротичним типом. Здебільшого при межовому та психотичному типах фрустрація є негативним станом, що загострює переживання особистістю деструктивних проявів власної психічної активності.

Доведено, що фрустрація супроводжує підсилення переживання невдачі, яка виникає у відповідь на перешкоди до досягнення цілей та є складною для подолання. Ігнорування особистістю потреби виходу із фрустрації може призводити до неконструктивної, компенсаторної та/або заміщуючої поведінки, невротичних розладів, проявів неспецифічної клінічної симптоматики, формування адикцій тощо.

Невирішеність проблеми фрустрації в контексті управління колективом та відсутність системи превентивних технологій спричиняє негативні наслідки для психологічної атмосфери колективу та психічного благополуччя його членів.

Теоретичний аналіз проблеми фрустрації у розрізі наукових досліджень та висновків дає підстави констатувати існування наступних теорій фрустрації, як-от: теорія фрустраційної фіксації (Н. Майер), теорія фрустраційної регресії (К. Вагнер, Т. Дембо, К. Yewin), теорія фрустраційної агресії (Дж. Даллард), евристична теорія фрустрації (С. Розенцвейг) та інші. Також фрустрація є похідним феноменом у ракурсі досліджень представників різноманітних підходів.

З позиції психодинамічного підходу (З. Фрейд, А. Абрахам, О. Кернберг, М. Кляйн, Ж. Лакан) фрустрація визначається в якості симптому невротичних розладів (Макарчук Н.О., 2014). Вбачаючи у фрустрації невдоволеність собою внаслідок відмови від задоволення бажань, її розглядають як джерело інстинктивної напруги, що викликає ворожість і призводить до невротичної тривоги.

Особливу увагу проблемі фрустрації приділяли Б. Карвасарський, В. М. Мясичев, І. П. Павлов у межах клінічного і медичного підходів. З позиції клінічного підходу фрустрація – це психічний стан, що виникає при зіткненні з реально чи суб'єктивно непереборними перепонами на шляху до цілі [3]. При цьому спостерігається різке підвищення активації підкіркових утворень, виникає значний емоційний дискомфорт.

У медичній психології встановлено ознаки, що властиві стану фрустрації: наявність потреби, мотиву, цілі, попереднього плану дій; наявність супротиву, що може бути зовнішнім чи внутрішнім, пасивним чи активним [6]. Поряд з цим у контексті медичного підходу стан фрустрації розглядається в якості критерію ставлення особистості до реальності та показником її психологічної зрілості. Б. Зейгарник, С. Я. Рубінштейн переконані, що зріла особистість в ситуації

фрустрації підвищує рівень власної активності, спрямовану на досягнення цілі, постійно перевіряючи ситуацію на реальність і досяжність визначеної цілі [2]. На противагу, інфантильна особистість демонструє неконструктивну поведінку – агресію або відмову від цілі, ігноруючи аналіз реальності.

У гуманістичній психології фрустрація описується через фрустраційні ситуації, фруструючі мотиви та характер перешкод (К. Роджерс, Г. Олпорт, Ш. Бюлер), порушення задоволення базових потреб (фізіологічні, потреба в безпеці, повазі), що має патогенний вплив (А. Маслоу).

Відповідно до здобутків представників екзистенційного підходу, визначається екзистенційна фрустрація, що постає як вакуум, в якому людина прагне знайти сенс, проте ці спроби виявляються непродуктивними, що може призвести до виникнення неспецифічної клінічної симптоматики (В. Франкл). Зокрема, ноогенний невроз, що виражається в алкоголізмі, депресії, нав'язливості, девіантній поведінці, гіпертрофованій сексуальності, нерозсудливості поряд з пригніченим прагненням до сенсу (І. Ялом).

Поряд з цим теоретичний аналіз переконливо довів відсутність узгодженого визначення поняття «фрустрація». Констатуючи існування цього явища в психічній діяльності людини, дослідники не дійшли згоди щодо єдності поглядів на його етіологію та зміст. Таким чином, ми встановили існування широкого спектру трактувань змісту фрустрації та опису її проявів. Фрустрація визначається як: психічний стан, чинник, подія та форма поведінки.

Як психічний стан, фрустрація – це негативне переживання, в якому знаходиться людина, обумовлене неможливістю задоволення тих чи інших потреб (Ф. Е. Василюк, Г. С. Абрамова, Л. П. Гримак, О. М. Леонтьєв, Н. А. Логінова, І. П. Маноха, В. А. Роменець).

Як психологічний чинник, фрустрація – це крах сподівань, які поклалися особистістю на певні обставини, втрата мотиву досягнення цілі (М. Дойч, Г. Зіммель, Д. Майерс, Н. Тимашев, К. Райт).

Як подія, фрустрація – це акт, що виражається в характерних переживаннях і поведінці й зумовлюється об'єктивно непереборними труднощами на шляху до досягнення мети (Л. Донська, М. Дьяченко, Л. Кандилович, Е. Лінчевський, Н. Наєнко, Р. Стагнер, К. Фрамбалл, М. Епплі).

Як поведінка, фрустрація виражається фрустраційною фіксацією (Н. Майер), фрустраційною регресією (К. Баркер, Т. Дембо, К. Левін), фрустраційною агресією (Д. Доллард, Л. Дуб, О. Мауер, Б. Сиєрс).

Особливої уваги вимагає вирішення проблеми фрустрованості особистості, яка функціонує в професійному середовищі. Адже переживання фрустрації особистості в професійній діяльності детермінує появу агресивності, конфліктності, сприяє зниженню адаптивних здатностей, загострює труднощі у реалізації цілей та обумовлює зниження ефективності життєдіяльності фахівця. Поряд з цим високий рівень фрустрації сприяє появі таких тяжких психічних станів як дистимія, апатія, розгубленість, відчуження, незадоволення, образа, гнів тощо.

З урахуванням отриманих результатів теоретичного аналізу та з огляду на специфіку трактувань фрустрації в сучасній психології, ми вважаємо, що

найоптимальнішим є розгляд фрустрації в якості психічного стану, що виражається в характерних особливостях переживань і поведінки, зумовлених об'єктивно непереборними (чи такими, що суб'єктивно так визначаються) труднощами, котрі виникають на шляху досягнення цілі або вирішення задачі. Таким чином, невирішеність проблеми фрустрації у контексті проблем управління колективом, відсутність технологій своєчасної психологічної допомоги при фрустрації детермінують появу деструктивних проявів у психологічному кліматі колективу та впливають на психологічне благополуччя кожного з його членів. У такий спосіб було визначено полімодальне значення фрустрації у контексті проблеми особистісної саморегуляції та превенції фрустрації в професійному середовищі (рис. 1).

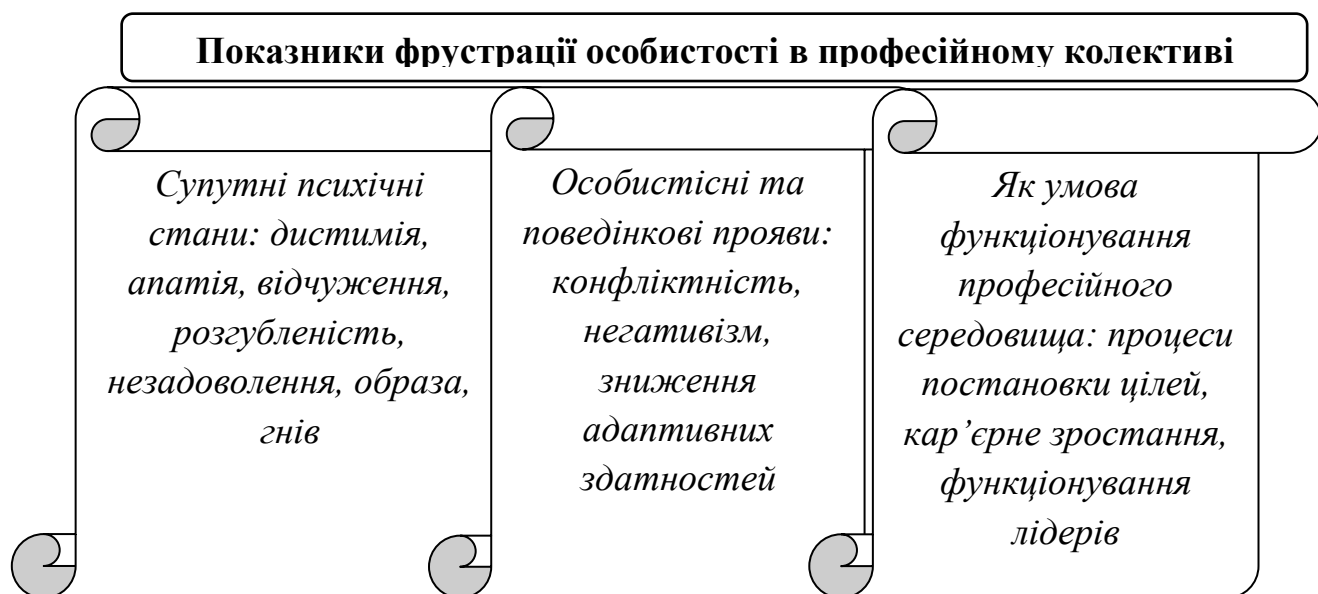


Рис. 1. Полімодальність фрустрації особистості в професійному середовищі

Діагностика фрустрації людей дорослого віку (n=24 особи віком від 24 до 30 років; n=32 особи віком від 30 до 45 років; n=12 осіб віком від 45 до 55 років. Експериментальна вибірка (складалася з представників психологічних та педагогічних професій) дала підстави стверджувати про функціонування цього стану здебільшого на середньому рівні. Поряд з цим отримані результати було якісно проінтерпретовано в контексті впливу цього психічного стану на ефективність міжособистісних взаємодій в професійному середовищі.

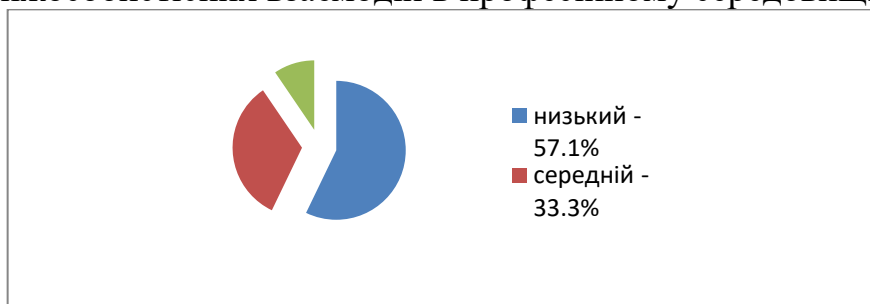


Рис. 2. Стан сформованості здатності до самооцінки фрустрації особистості дорослого віку (методика «Діагностика самооцінки психічних станів» за Г. Айзенком)

Діагностика здатності до самооцінки фрустрації дала підстави встановити домінантність показників низького рівня у 57,2 % досліджуваних і лише 9,5% респондентів мають високий рівень цієї здатності (рис. 2). Така тенденція вказує на недостатню усвідомленість цього стану, що здебільшого призводить до появи апатичності, невдоволеності, підвищеної реактивності та підсилення циркуляції негативних стереотипів в професійному середовищі. Фрустрована особистість, яка не усвідомлює причину власного пригнічення, виступає в якості конфліктогенної особистості в професійному середовищі, яка здебільшого ескалує конфлікту взаємодію у вигляді чвар, інтриг та пліток. Особистісна саморегуляція при низькому усвідомленні власної фрустрації функціонує здебільшого за межовим та психотичним типом, в поодиноких випадках за невротичним (коли невротичні переживання перебувають в стадії загострення).

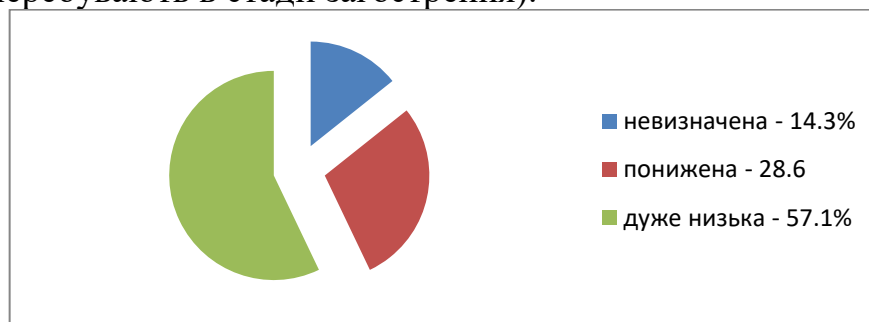


Рис. 3. Стан сформованості соціальної фрустрації особистості дорослого віку (методика Л. І. Вассермана «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» (модифікація В. В. Бойко)

Існування невизначеної соціальної фрустрації у 14,3% респондентів є недостатньо конструктивним показником функціональності особистості (рис. 3). Здебільшого їм притаманні зміщення чинників фрустрації на інші ситуації життєдіяльності. Це призводить до надмірного фантазування та переживань. Переважно соціальна фрустрованість розглядається як наслідок неможливості реалізації особистістю (здоровою і тим більше хворою) своїх актуальних соціальних потреб. Значимість цих потреб для кожної особистості індивідуальна, залежить від самосвідомості (самооцінки), системи життєвих цілей і цінностей, індивідуальних здібностей і досвіду вирішення проблемних і кризових ситуацій. Тому соціальна фрустрованість, будучи наслідком реальної соціальної ситуації, носить особистісний характер, визначаючи стресогенність соціальних фрустраторів. Таких, наприклад, як незадоволеність відносинами в сім'ї і на роботі, освітою, соціально-економічним статусом, становищем у суспільстві, фізичним і психічним здоров'ям, працездатністю і ін. Оцінка конкретних параметрів дозволяє наповнити конкретним внутрішнім змістом і поняття якості життя з позицій соціального функціонування особистості та її адаптивних можливостей. Іншими словами, соціальну фрустрованість можна розглядати як специфічний комплекс переживань і відносин особистості, що виникає у відповідь на дію фруструючих факторів.

Досить імовірно, що тривалий дестабілізуючий вплив соціально-фруструючих факторів формує напруженість адаптивних механізмів і парціальну дезадаптацію (передхворобу), а при малоефективному психологічному захисті й відсутності

соціальної підтримки – тотальну психічну дезадаптацію (хворобу), і, як наслідок, зниження якості життя. Така схема розвитку психічної дезадаптації може застосовуватись до будь-якої форми патології, оскільки мова йде про роль психосоціальних факторів у формуванні внутрішньої картини хвороби і оцінці її прогнозу. Звідси виникає актуальне завдання діагностики саме соціального компонента в багатовимірній системі патогенезу порушень психічної адаптації, особливо при скринінгових дослідженнях з метою первинної психопрофілактики.

Високі показники стійкої тенденції до фрустрації у 46,7% респондентів дають підстави констатувати, що особистість втрачає здатності усвідомлювати та працювати над власними потребами та бажаннями, які є мотиваторами до здобуття значимих професійних результатів (рис. 4). У стані фрустрації людина практично постійно перебуває в негативному емоційному стані, що викликаний невідступною думкою: «Я хочу, але не можу». У неї є потреби і бажання, але вони не можуть бути реалізовані; вона поставила перед собою цілі, але вони не можуть бути досягнуті. Точніше, наміри блоковані перешкодами на шляху до втілення: зовнішні обставини, заборони, бракує коштів, немає відповідних внутрішніх ресурсів тощо.

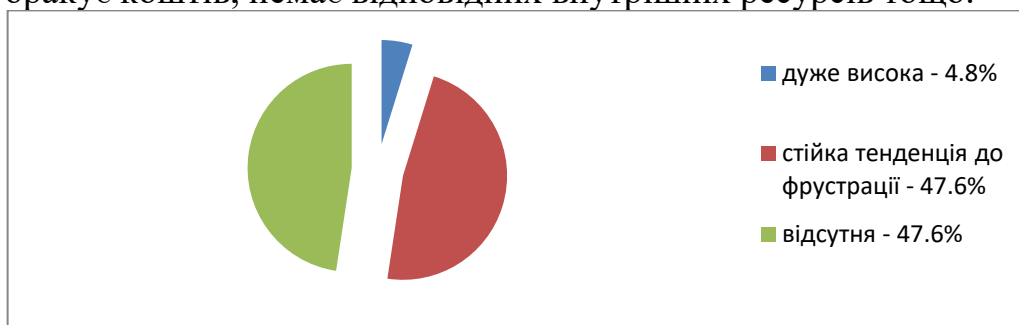


Рис. 4. Стан сформованості особистісної фрустрації особистості дорослого віку (методика В. В. Бойко «Особистісна фрустрація»)

Чим сильніше виражені потреби і бажання, чим більш значимі цілі і чим істотніші перешкоди на шляху до їх реалізації, тим більшу емоційно-енергетичну напругу переживає психіка.

Іноді стан фрустрації супроводжується різними негативними переживаннями: розчаруванням, роздратуванням, тривогою, відчаєм, озлобленістю. Їх енергетика спонукає до активності інтелект, але він не знаходить виходу із ситуації, оскільки перешкоди і труднощі вважаються об'єктивно нездоланими, в результаті чого емоційна напруга ще більше посилюється. Людина повинна була б поводитися раціонально – або знизити свої домагання, або примиритися з труднощами, або перестати думати про те і про інше, але вона не в змозі перервати енергетичний зв'язок між інтелектом і емоціями. Так вона потрапляє у психологічний стрес.

Стан фрустрації негативно впливає на життєдіяльність організму, поступово підточує його сили, послаблює нервову систему. Усунення фруструючих обставин зазвичай знімає нервову напругу. Фрустрована ж особистість буває неприємна в спілкуванні, вона реагує на те, що відбувається в рамках свого дисфункціонального стереотипу емоційної поведінки – некомунікабельності, енергетично-інформаційного перевантаження. Фрустрованість зазвичай виражається жорсткою експресією, схильністю зривати зло на партнерах, грубістю, недобррозичливістю.

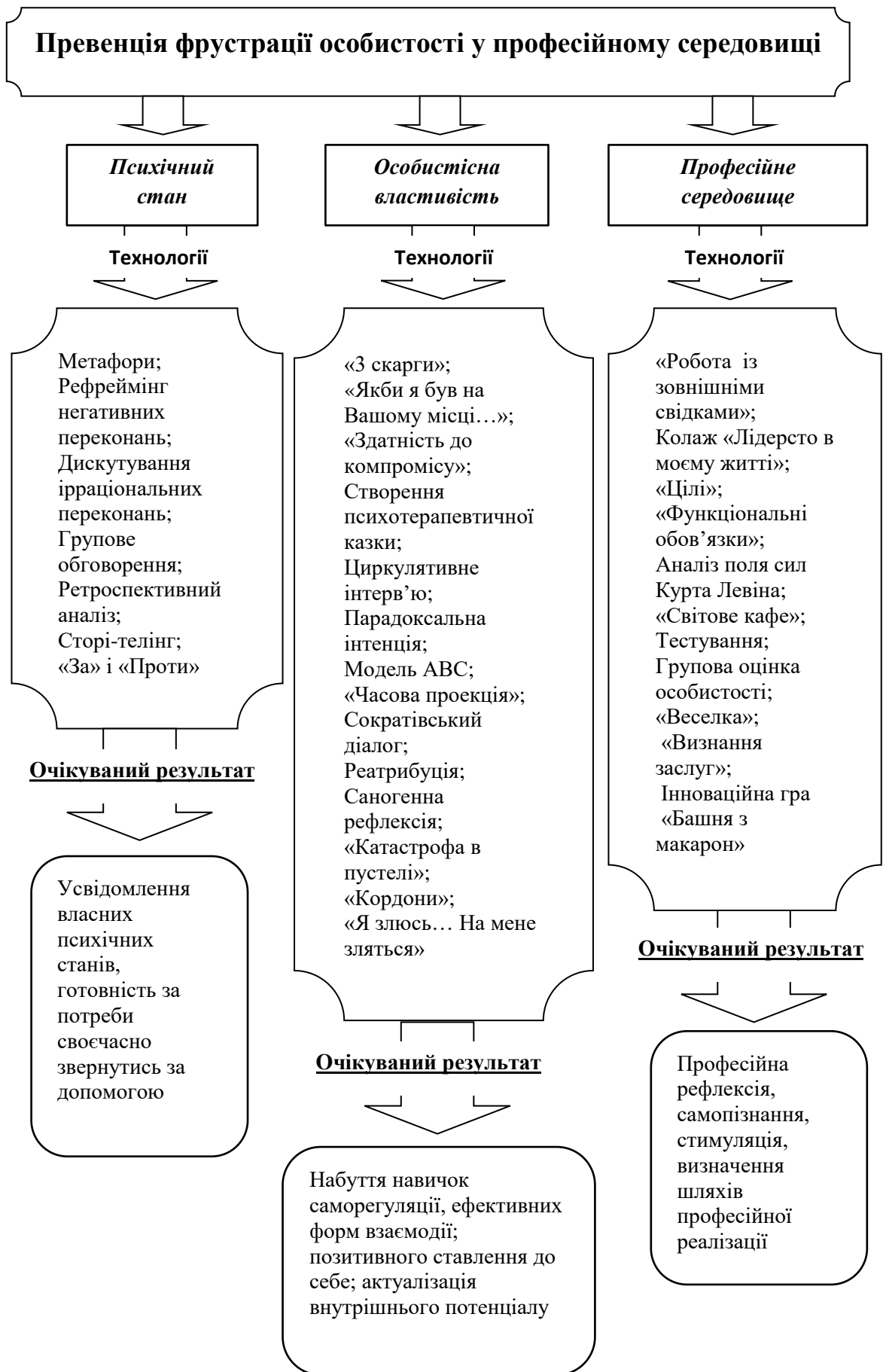


Рис. 5. Превенція фрустрації у професійному середовищі засобами особистісної саморегуляції

Превенція представлена низкою взаємообумовлених складників, що дає підстави констатувати, що превенція фрустрації – це система, основне призначення якої – формування особистісної саморегуляції, оскільки порушення цієї психічної діяльності сприятиме ескалації конфліктогенів та конфліктів у професійному середовищі та призведе до руйнування системи взаємодій.

Здійснено вивчення фрустрації в контексті її теоретичного обґрунтування та емпіричного вивчення цього стану на вибірці людей дорослого віку. Це дало підстави до встановлення поліфункціонального характеру фрустрації. Йдеться про її специфіку в якості складника професійної діяльності (діяльнісний контекст) та професійному середовищі (міжособистісний контекст). Переконаливо доведено необхідність здійснювати превенцію фрустрації у професійному колективі.

Визначено, що об'єктом превенції має виступати рефлексія як психологічний механізм формування усвідомлення фрустрації самою особистістю та здатності до встановлення її впливу на професійну діяльність та професійну реалізацію у професійному середовищі. Поряд з цим невизначеність як результат соціальної фрустрації та особистісна фрустрація як взаємообумовленість між мотивацією особистості та її відношенням до власних потреб і бажань формує здатність до пошуку власного соціального призначення.

Література

1. Макарчук Н.О. Особистісні детермінанти подолання конфліктності в юнацькому віці: навч. метод. посіб. / Н.О. Макарчук, Н.І. Пов'якель; НПУ імені М.П.Драгоманова. – К.: «Автореферат», 2006. – 105 с.
2. Макарчук Н.О. Особистісна детермінація та психотехнології позитивної трансформації конфліктності студентів майбутніх психологів / Н.О. Макарчук, Н.І. Пов'якель // Практична психологія в системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології: монографія / за ред. проф. Н.І.Пов'якель; Кафедра практичної психології та психотерапії. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2009. – С. 300-313
3. Макарчук Н.О. Особистісна саморегуляція підлітків з порушенням розумового розвитку: монографія / Н.О. Макарчук. – К. : Фенікс, 2014. – 448 с.
4. Makarchuk N.A. The specificity of personal self-regulation functioning in adolescents with intellectual disabilities in various types of personality organisation / Innovations in education: Monograph / ed. by M.Kolodziejczyk / N.A.Makarchuk – Viena: “East West” Association for Advances Studies and Higher Education GmbH, 2014 – P. 105-122.
5. Makarchuk N.A. The specificity of attention functioning as psychic means of personal self-regulation in adolescents with intellectual disabilities / N.A. Makarchuk // International scientific-practical conference «Innovations in science, technology and the integration of knowledge». – London: Berforts Information Press Ltd, 2014. – P. 177-190.

Н. А. Макарчук, А.А Стусь. РОЛЬ ЛИЧНОСТНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ В ПРЕВЕНЦИИ ФРУСТРАЦИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СРЕДЕ.

Анотация. В статье представлено результаты исследования проблемы превенции фрустрации средствами личностной саморегуляции. Описано содержание личностной саморегуляции и очерчено специфику взаимообусловленности этих феноменов в структуре деятельности мыследеятельной активности субъекта. Установлено, что фрустрация является полимодальным и многомерным понятием, которое функционирует в разрезе соотношения внутренней и внешней реальности и влияет на общую оценку личностью собственного благополучия и сохранение психического здоровья.

Ключевые слова: личностная саморегуляция; фрустрация; профессиональная деятельность; профессиональная среда; психические состояния; превенция.

Н. О. Макаrchук, доктор психологических наук, профессор кафедры заглавной, возрастной та педагогической психологии Киевского университета имени Бориса Гринченка, м. Киев, Украина

А.О.Стусь, студентка-магистр 6 курса специальности «Психология» Киевского университета имени Бориса Гринченка, Украина.

Проблема личностной саморегуляции та функционирования психических состояний является актуальной в разрезе сегодняшнего дня. Реформовальные поступки Украины, которые носят поделкуди тотальный та демонстративный характер, недостаточно конструктивно влияют на функционирование личности как в измерениях ее внутренней реальности, так и при реализации нею собственной профессиональной деятельности та пребывании в профессиональной среде. В статье представлено результаты исследования проблемы фрустрации, описано специфику личностной саморегуляции та ее типы, которые базируются на сформированной способности до осознания фрустрации, показателях социальной та личностной фрустрации.

Здійснено вивчення фрустрації в контексті її теоретичного обґрунтування та емпіричного вивчення цього стану на вибірці людей дорослого віку. Це дало підстави до встановлення поліфункціонального характеру фрустрації. Йдеться про її специфіку в якості складника професійної діяльності (діяльнісний контекст) та професійному середовищі (міжособистісний контекст). Переконаливо доведено необхідність здійснювати превенцію фрустрації у професійному колективі.

Визначено, що об'єктом превенції має виступати рефлексія як психологічний механізм формування осознания фрустрації самою особою та здатності до встановлення її впливу на професійну діяльність та професійну реалізацію у професійному середовищі. Поряд з цим невизначеність як результат соціальної фрустрації та особистісна фрустрація як взаємообумовленість між мотивацією особи та її відношенням до власних потреб і бажань формує здатність до пошуку власного соціального призначення.

1. Makarchuk N.O. Osoby`stisni determinanty` podolannya konfliktnosti v yunacz`komu vici: navch. metod. posib. / N.O. Makarchuk, N.I. Pov'yakel`; NPU imeni M.P.Dragomanova. – K.: «Avtoreferat», 2006. – 105 s.

2. Makarchuk N.O. Osoby`stisna determinaciya ta psy`xotexnologiyi pozy`ty`vnoyi transformaciyi konfliktnosti studentiv majbutnix psy`xologiv / N.O. Makarchuk, N.I. Pov'yakel` // Prakty`chna psy`xologiya v sy`stemi vy`shhoyi osvity`: teoriya, rezul`taty` doslidzhen`, texnologiyi: monografiya / za red. prof. N.I.Pov'yakel`; Kafedra prakty`chnoyi psy`xologiyi ta psy`xoterapiyi. – K.: NPU imeni M.P.Dragomanova, 2009. – S. 300-313
3. Makarchuk N.O. Osoby`stisna samoregulyaciya pidlitkiv z porushennyam rozumovogo rozvy`tku: monografiya / N.O. Makarchuk. – K. : Feniks, 2014. – 448 s.
4. Makarchuk N.A. The specificity of personal self-regulation functioning in adolescents with intellectual disabilities in various types of personality organisation / Innovations in education: Monograph / ed. by MKolodziejczyk / N.A.Makarchuk – Viena: “East West” Association for Advances Studies and Higher Education GmbH, 2014 – P. 105-122.
5. Makarchuk N.A. The specificity of attention functioning as psychic means of personal self-regulation in adolescents with intellectual disabilities / N.A. Makarchuk // International scientific-practical conference «Innovations in science, technology and the integration of knowledge». – London: Berforts Information Press Ltd, 2014. – P. 177-190.