

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України
Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова

На правах рукопису

Кузнєцова Лідія Миколаївна

УДК 37.015.3:[159.922.2:159.923]

**ОСОБЛИВОСТІ ФРУСТРАЦІЇ У ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМИ
АКЦЕНТУАЦІЯМИ ХАРАКТЕРУ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Дисертація
на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Науковий керівник:
Булах Ірина Сергіївна
професор, доктор психологічних наук

Київ – 2013

ЗМІСТ

ВСТУП

РОЗДІЛ 1 Теоретико-методологічні засади дослідження фрустрації

особистості на різних етапах онтогенезу.....	11
1.1. Наукові підходи до вивчення фрустрації особистості.....	11
1.2. Специфіка особистісного розвитку підлітків з акцентуаціями характеру.....	34
1.3. Психологічний аналіз способів корекції фрустрації особистості на різних етапах онтогенезу.....	46
Висновки до першого розділу.....	57

РОЗДІЛ 2 Емпіричне вивчення особливостей фрустрації підлітків з

різними типами акцентуацій характеру.....	60
2.1. Організація дослідження та методи діагностики фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру.....	60
2.2. Якісні та кількісні показники фрустрації підлітків з різними типами акцентуацій характеру.....	68
2.2.1. Порівняльний аналіз проявів фрустрації у підлітків з різними типами акцентуацій характеру.....	68
2.2.2. Оцінка фрустрованості підлітків з різними акцентуаціями характеру.....	98
2.3. Вплив різних типів акцентуованих рис особистості підлітків на рівень прояву у них фрустрації.....	106
Висновки до другого розділу.....	126

РОЗДІЛ 3 Психологічний супровід зі зниження деструктивного стану фрустрації підлітків з різними типами акцентуацій характеру.....

130	130
3.1. Програма психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації.....	130
3.2. Опис процесу впровадження програми психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації.....	142

3.3. Аналіз ефективності впровадженого комплексу заходів зниження деструктивного стану фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру експериментальної та контрольної груп.....	168
3.4. Комплекс психолого-педагогічних рекомендацій шкільним психологам та соціальним педагогам щодо організації психологічного супроводу підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації.....	173
Висновки до третього розділу.....	193
ВИСНОВКИ.....	195
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	199
ДОДАТКИ.....	222

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Сучасний період розвитку українського суспільства в умовах його трансформації характеризується загостренням соціально-політичних та економічних проблем, які супроводжуються блокуванням важливих життєвих потреб населення та наростанням невдоволення громадян своїми досягненнями і місцем у соціальних ієрархіях. Як наслідок, поширюються кризові тенденції в усіх сферах суспільного життя, що особливо негативно позначається на процесах психічного та особистісного розвитку підростаючого покоління. Тому перед освітою на етапі її реформування постало завдання, з одного боку, пошуку способів зниження емоціогенного впливу на особистість соціальних негараздів, навчально-виховного процесу, з іншого боку, розвитку стресостійкості, емоційної саморегуляції, життєвої самореалізації молоді, а, особливо, особистості підліткового віку.

Сьогодні у психологічній науці відкритою залишається проблема чинників дисгармонійного психічного розвитку та порушень соціальної адаптації підлітків. У зв'язку з цим необхідна розробка науково обґрунтованих стратегій їхньої психологічної підтримки у подоланні дестабілізуючих переживань та дезадаптивної поведінки, які значною мірою пов'язані з психогеніями, внутрішньоособистісними конфліктами, емоційними розладами, проявами акцентуацій характеру та станом фрустрації. Деструктивні ефекти цих психічних феноменів все частіше стають причиною звернень до соціальних педагогів і шкільних психологів та привертають увагу сучасних підліткознавців (Л.Ф.Анн [3], І.С.Булах [17], Т.А.Вінс [27], А.Г.Грецов [35], О.В.Ємельянова [45] та ін.). При цьому особливої ваги набуває проблема фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру, адже їхньому психологічному здоров'ю загрожують не тільки труднощі пубертатного періоду, але й дія відразу двох зазначених вище факторів порушення психічного розвитку.

Зв'язок фрустрації з деструктивними змінами в процесах психічного та особистісного розвитку людини доведено цілим рядом класичних та сучасних дослідників. Зокрема, за позицією Н.В.Тарабріної [143] та О.І.Захарова [50], сутність поняття фрустрації наближена за змістом до дистресу, емоційного розладу, що супроводжується відчуттям невдоволеності собою, невпевненістю у власних силах, вразливістю у складних життєвих ситуаціях. Через це стан фрустрації особливо небезпечний для дітей та підлітків, які ще не мають достатньо життєвого досвіду для подолання серйозних труднощів. На думку А.О.Реана [127], зазначений психічний стан є чинником невротичних розладів підростаючої особистості, порушень її соціальної адаптації.

Розглядаючи фрустрацію як стан переживання нереалізованих намірів та незадоволених потреб, В.В.Бойко [14] стверджує, що фрустровані індивіди неконструктивно та негнучко реагують на події навколишнього світу, некомунікабельні, схильні зривати злість на оточуючих. Фрустрація викликає неусвідомлювані механізми психологічного захисту, які порушують баланс у стосунках особистості з соціальним оточенням (О.В.Кузнецова [75]). Віковий аспект цієї проблеми вивчала Н.Ю.Максимова [94]. Згідно з результатами її наукових досліджень, фрустрація як неможливість задоволення потреб в самоповазі, схваленні значущими дорослими та однолітками, є одним з визначальних факторів формування соціально дезадаптованої поведінки підлітків. Вчена виявила, що їхню схильність до скоєння асоціальних вчинків у певних фруструючих ситуаціях можуть зумовити акцентуації характеру.

Акцентуації характеру – це загострені окремі риси, які зумовлюють вибірково вразливість особистості до певних психогенних впливів. Вивчаючи особливості особистісного розвитку підлітків-акцентуантів, А.Є.Лічко [89] зазначав, що вони особливо вразливі у ситуаціях, які «пред'являють завищені вимоги до їхніх місць найменшого опору», сприймають пов'язані з цими ситуаціями труднощі як нездоланні перешкоди, тобто відчувають інтенсивну фрустрацію. Результати наукових досліджень О.І.Кузьміної [76] засвідчують, що у фрустраційних ситуаціях акцентуації характеру особистості проявляються

виразніше і більшість з них перешкоджають доланню стану фрустрації. Зокрема, сензитивні, епілептоїдні, циклоїдні (у субдепресивній фазі) акцентуації сприяють прояву негативних емоцій, перешкодно-домінантним та захисним типам реакцій, тому заважають приймати конструктивні рішення. Водночас гіпертимні, циклоїдні (у фазі підйому) та лабільні акцентуації, навпаки, допомагають долати фрустрацію, хоча рідко коли сприяють ефективному вирішенню проблем.

Окремі аспекти взаємозв'язку фрустрації з акцентуйованими рисами характеру досліджував також український психолог Л.О.Кирилов [58]. Вчений виявив, що особистості з лабільним, психастеничним та сензитивним типами акцентуацій мають фрустроване «Я», тобто незадоволені собою і негативно оцінюють можливість самореалізації. Натомість гіпертимним та істероїдним акцентуантам фрустрованість не властива. Втім, зазначена проблема не вивчалась щодо підліткового віку, тому зроблені висновки не дозволяють скласти уявлення про особливості стану фрустрації підлітків-акцентуантів.

В наукових працях сучасних українських вчених І.М.Бушая [18], О.З.Запухляка [48] Н.М.Панасенко [108], І.С.Подмазіна [113] також висвітлюються лише окремі особливості емоційного реагування, діяльності та міжособистісних взаємодій підлітків з акцентуаціями характеру, загальні питання профілактичної та корекційно-розвивальної роботи з ними та забезпечення індивідуального підходу в навчально-виховному процесі. Але, в цілому, результати теоретичного аналізу засвідчують відсутність спеціальних системних досліджень фрустрації у підлітків з різними акцентуаціями, наявні наукові дані не позбавлені суперечливих моментів, однак у них чітко простежуються деструктивні ефекти цього психічного стану в особистостей з окремими типами акцентуацій. Таким чином, соціальна і психологічна значущість окресленої проблеми та її недостатнє наукове вивчення зумовили вибір теми дисертаційного дослідження: **«Особливості фрустрації у підлітків з різними акцентуаціями характеру»**.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертаційне дослідження виконано відповідно до тематичного плану науково-дослідних робіт кафедри теоретичної та консультативної психології Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій НПУ імені М.П.Драгоманова. Тему дисертації затверджено Вченою радою НПУ імені М.П.Драгоманова (протокол №9 від 28.04.2009), заординовано Міжвідомчою радою з координації наукових досліджень з педагогічних та психологічних наук в Україні (протокол №8 від 30.11.2010).

Мета дослідження полягає у теоретичному та експериментальному вивченні особливостей фрустрації у підлітків з різними акцентуаціями характеру, розробці та впровадженні системи психологічного супроводу зі зниження в них деструктивного стану фрустрації.

Для досягнення поставленої мети нами визначено наступні **завдання** дисертаційного дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз феноменів фрустрації та акцентуацій характеру особистості на різних етапах онтогенезу.

2. Підібрати й апробувати методи психодіагностики типів акцентуацій характеру і стану фрустрації у підлітків, емпірично визначити й провести порівняльний аналіз особливостей його проявів і міри фрустрованості у підлітків з різними акцентуаціями.

3. Виявити критерії, рівні та показники фрустрації підлітків-акцентуантів та визначити вплив різних типів акцентуованих рис на особливості прояву в них цього психічного стану.

4. Обґрунтувати, розробити та експериментально перевірити ефективність програми психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації.

Об'єкт дослідження – фрустрація у підлітків з акцентуаціями характеру.

Предмет дослідження – особливості фрустрації у підлітків з різними типами акцентуацій характеру.

Методи дослідження: *теоретичні* (теоретико-методологічний аналіз, систематизація та узагальнення наукової філософської, психолого-педагогічної та науково-методичної літератури з проблеми дослідження); *емпіричні* (цілеспрямоване спостереження, психодіагностичне тестування, індивідуальні та групові бесіди; емпіричне дослідження, яке складалося з констатувального та формувального етапів; порівняльний аналіз); *методи обробки даних* (узагальнення та систематизація якісних і кількісних даних емпіричного дослідження, методи математичної статистики (кореляційний аналіз за коефіцієнтом лінійної кореляції Пірсона; оцінка достовірності та значущості експериментальних даних за критерієм Ст'юдента та χ^2 -критерієм). На різних етапах дослідження використовувався комплекс психодіагностичних методик: «Модифікований патохарактерологічний діагностичний опитувальник» (авт. С.І.Подмазін), «Тест особистісних акцентуацій» (авт. В.П.Дворщенко), «Тест фрустраційних реакцій» (авт. С.Розенцвейг, адапт. Л.М.Кузнецовою), «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації» (авт. В.В.Бойко), «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» (авт. Л.І.Вассерман, модиф. В.В.Бойком та Л.М.Кузнецовою).

Експериментальна база дослідження: середня загальноосвітня школа № 224 м. Києва, спеціалізована середня школа № 194 «Перспектива» м. Києва та Броварська спеціалізована школа № 7 м. Бровари Київської області.

Наукова новизна та теоретичне значення одержаних результатів:

– *вперше визначено* особливості фрустраційних реакцій, міру фрустрованості підлітків з різними акцентуаціями характеру; обґрунтовано критерії (емоційна стабільність - емоційна нестабільність, особистісна толерантність - особистісна інтолерантність, активність у діяльності - пасивність у діяльності, конструктивність взаємодій - деструктивність взаємодій), показники та рівні (адаптивний, псевдоадаптивний, дезадаптивний, латентний, дестабілізуючий, критичний) фрустрації підлітків-акцентуантів, визначено специфіку діагностики цих рівнів у досліджуваних з різними типами

акцентуацій; обґрунтовано та розроблено модель психологічної корекції деструктивних ефектів стану фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру;

– *поглиблено та розширено* уявлення про прояви фрустрації, деструктивні ефекти цього психічного стану; поняття «фрустратори», «фрустраційні емоції», «фрустраційна поведінка», «соціальна та особистісна фрустрованість»;

– *набуло подальшого розвитку* уявлення про статичні та динамічні властивості стану фрустрації, способи діагностики його особливостей та корекції у особистостей на різних етапах онтогенезу; знання про специфіку особистісного розвитку, міжособистісних взаємодій та цілеспрямованої діяльності підлітків з різними типами акцентуацій характеру.

Практичне значення одержаних результатів дослідження полягає в тому, що підібраний та модифікований діагностичний інструментарій може бути використаний шкільними психологами для визначення рівнів фрустрації у підлітків з різними акцентуаціями характеру, оцінки деструктивності цього психічного стану. Розроблена програма психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації може бути впроваджена у навчально-виховний процес, включена до системи психолого-педагогічного супроводу підлітків, ефективність якого забезпечить використання шкільними психологами та соціальними педагогами комплексу відповідних рекомендацій, поданих в дисертації. Положення та висновки, відображені в дослідженні, можуть бути використані у змісті лекційно-практичних курсів, що входять у навчальні плани підготовки практичних психологів та соціальних педагогів.

Апробація та впровадження результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження у формі доповідей та повідомлень були оприлюднені на науково-практичних конференціях, зокрема:

– *міжнародних*: Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми практичної психології» (Херсон, 2009р.); II Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми психології особистості та

міжособистісної взаємодії» (Кам'янець-Подільський, 2010р.); III Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми психології особистості і міжособистісних взаємин» (м. Кам'янець-Подільський, 2011р.); Міжнародна науково-практична Інтернет-конференція «Актуальні проблеми теоретичної та консультативної психології» (м. Київ, 2012р.);

– *всеукраїнських*: Всеукраїнська науково-практична конференція «Актуальні питання теорії та практики підготовки фахівців за соціоекономічним профілем» (м. Хмельницький, 2011);

звітно-наукових конференціях Інституту природничо-географічної освіти та екології та Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій НПУ імені М.П.Драгоманова (2009р., 2010р., 2011р., 2012р.), на засіданнях кафедр педагогіки і психології, теоретичної та консультативної психології.

Результати дослідження *впроваджено* в навчально-виховний процес спеціалізованої середньої школи № 194 «Перспектива» м. Києва (довідка № 13 від 06.04.2011р.), Броварської спеціалізованої школи № 7 м. Бровари Київської області (довідка № 84 від 04.05.2011р.), середньої загальноосвітньої школи № 224 м. Києва (довідка № 49 від 13.03.2012р.).

Публікації. Основні результати дослідження висвітлено в 11 одноосібних працях, з яких 7 статей – у фахових виданнях України, 4 – матеріали конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел (254 найменування, з них 83 іноземною мовою), шести додатків на 41 сторінці. Основний зміст дисертації викладений на 196 сторінках комп'ютерного набору. Робота містить 6 таблиць та 5 рисунків на 5 сторінках. Повний обсяг дисертації – 262 сторінки.

РОЗДІЛ 1

Теоретико-методологічні засади дослідження фрустрації особистості на різних етапах онтогенезу

1.1. Наукові підходи до вивчення фрустрації особистості

Дослідження фрустрації особистості необхідно розпочати з аналізу альтернативних точок зору на суть цього психічного явища, його значення в життєдіяльності особистості на різних етапах онтогенезу, розмежувати дефініції, використовувані для позначення різних аспектів статичних та динамічних особливостей фрустрації в межах зарубіжних та вітчизняних психологічних теорій, щоб чітко визначити теоретичну базу для проведення подальшого емпіричного дослідження.

Так, в наукових працях представників зарубіжної психології (особливо – вчених з англomовних країн) поняття «фрустрація» (frustration) досить часто вживається у значенні розладнання планів, руйнування надій та сподівань. Більшість дослідників дотримуються думки, що слід говорити про специфічний феномен фрустрації, адже можна виявити ряд закономірностей в особливостях психічних реакцій людей на ситуації, що унеможливають реалізацію їхніх цілей та планів. При цьому представники окремих психологічних шкіл по-різному визначають суть фрустрації, дотримуються часто протилежних точок зору щодо оцінки її впливів на життєдіяльність організму і функціонування особистості.

Відповідно маємо виділити ключові положення у вченні про фрустрацію та єдиний термінологічний апарат, на який спиратимемось, виконуючи завдання нашого дисертаційного дослідження. З цією метою проаналізуємо основні теоретичні підходи до тлумачення феномена фрустрації в зарубіжній та вітчизняній психології. Передусім зосереджуватимемо увагу на дослідженні проявів фрустрації, на умовах, що визначають їх конструктивний чи

деструктивний характер, силу та спрямованість, тип реакцій людини у фрустраційних ситуаціях.

Термін «фрустрація» використовувався З.Фрейдом (S.Freud) для характеристики особливого стану особистості – її внутрішнього конфлікту внаслідок зіткнення з бар'єрами (зовнішніми обставинами або внутрішніми перешкодами) на шляху досягнення своїх усвідомлюваних чи неусвідомлюваних бажань. Передусім, мова йшла про незадоволені (фрустровані) психосексуальні потреби дитини, стримувані батьками чи вихователями [201]. Фрустрація розглядалась як невід'ємне явище в житті кожної людини, пов'язане з процесом соціалізації, що загрожує виникненням у дитини відчуттів залежності та некомпетентності, які частково зберігаються і в зрілому віці, проявляючись в комплексі психологічних труднощів. В цілому, в психоаналізі З.Фрейда, попри доведення вагомої ролі фрустрації у процесах психічного розвитку та становлення особистості, відсутнє ґрунтовне тлумачення природи та механізмів дії цього феномена. Втім, було закладено основу для подальших досліджень фрустрації: визначення її психологічної сутності, умов виникнення, комплексу проявів та можливих наслідків.

В 40 – 50-х рр. ХХ століття в зарубіжній психології було закладено основні теоретичні підходи до вивчення феномена фрустрації. Пов'язуючи фрустрацію з перешкоджанням задоволенню важливих потреб особистості, представники різних напрямів виявили суттєві розходження у наукових поглядах щодо природи фрустрації (об'єктивної події чи психічного стану), спектру її проявів та комплексу додаткових умов, здатних істотно впливати на характеристики фрустраційних реакцій індивіда. Так, можна виділити наступні вчення:

1. Концепції неофрейдизму, засновані на вченні З.Фрейда (представники гуманістичного психоаналізу К.Horney, E.Fromm).
2. Гуманістичний підхід, представники якого досліджували фрустрацію в контексті становлення особистості та її самоактуалізації (A.Maslow).
3. Відносно самостійні теоретичні підходи, кожен з яких оперує власним понятійним апаратом і має унікальне змістовне наповнення, що не залежить від

загальної теоретичної основи. Їхні представники розглядають фрустрацію у нерозривному зв'язку з різними реакціями людини на стрес, конфлікт чи перешкоди на шляху досягнення мети [216]:

- гіпотеза фрустраційної агресії (J.Dollard, L.Doob, N.Miller, R.Sears);
- гіпотеза фрустраційної фіксації (N.R.V.Maier);
- гіпотеза фрустраційної регресії (R.Barker, T.Dembo, K.Lewin);
- евристична теорія С.Розенцвейга (S.Rosenzweig).

4. Біхевіористичний підхід, представники якого наполягають на відсутності унікальних поведінкових характеристик фрустраційної ситуації, тобто підтримують ідею залежності реакцій на фрустрацію виключно від досвіду, що був засвоєний в процесі навчання індивіда (J.S.Brown, I.E.Farber; I.I.Child, I.K.Waterhouse, A.Amsel).

Надалі детально розглянемо зміст концепцій фрустрації, сформульованих в межах перерахованих теоретичних підходів.

З точки зору представників неофрейдизму, кожна людина приречена на постійну фрустрацію, спровоковану внутрішнім конфліктом між компонентами її особистості: «ід», «его» та «суперего». Поняттям «фрустрація» позначається пригнічення відповідно до соціальних норм та заборон (функція «суперего») потягів, інстинктів та деяких бажань, визначених підструктурою «ід». Так, згідно з науковою позицією К.Хорні (K.Horney), фрустрація бажань дитини часто провокує її ворожість як протест проти позбавлення можливості отримувати задоволення [208; 209]. Якщо батьки при вихованні дитини намагаються вберегти її від життєвих негараздів, вирішують за неї всі важливі питання, вимагаючи цілковитого послуху замість того, щоб формувати навички самостійного долавання труднощів, то в дитини закріплюється відчуття безпорадності та стан емоційної залежності. Внаслідок цього виникає тенденція до витіснення ворожості, яка надалі трансформується в глибинну тривожність: відчуття власної меншовартості, безпорадності, самотності, беззахисності, недовіри до оточуючих. Мова йде про деструктивні впливи фрустрації на особистість та відповідні захисні реакції людини: «боротьбу зі світом» та «втечу від світу» [209]. Окрім того, К.Хорні

наголошувала, що фрустрація потреб в коханні, владі, престижі та прихильності здатна спровокувати виникнення неврозу, особливо коли мова йде не про звичайне стримування своїх бажань, а про реальні страждання [209].

На засадах гуманістичного психоаналізу Е.Фромм (E.Fromm) описував «фрустрацію істинної, цілісної особистості» [156] як самовідчуження – «придушення» внутрішнього «Я» та підміну його своєрідним «соціальним Я» – виконуваною соціальною роллю. В результаті виникає цілковита залежність особистості від очікувань оточуючих, що може проявлятися як «автоматичний конформізм», авторитаризм (садизм чи мазохізм) або здійснення руйнівних дій.

Таким чином, представники психодинамічного підходу вказували на невідворотність фрустрації в житті кожної людини, але чи призводитиме вона до виникнення неврозів, чи проявлятиметься в агресії, тривозі, жорстокості або конформізмі, залежить від специфіки процесу соціалізації дитини та індивідуальних властивостей її особистості.

Подібний підхід до тлумачення фрустрації сформувався в межах гуманістичного підходу класичної зарубіжної психології. Зокрема, за науковою позицією А.Маслоу (A.Maslow), поняття «фрустрація» близьке за змістом до депривації – неможливості задоволення життєвих потреб [223 – 225]. При цьому вчений наголошував на необхідності розрізнення депривації «набутих потреб», які легко зникають, не завдавши особливої шкоди особистості, та базових, «вроджених» психологічних потреб у безпеці, повазі, любові, придушення яких порушує функціонування захисних систем організму, нівелює відчуття безпеки, створює безпосередню загрозу для самооцінки [184]. А.Маслоу використовував термін «метапатологія» [224] для позначення особливого стану фрустрації внаслідок блокування потреб в істині, добрі, красі, цілісності, який проявляється у депресивних переживаннях, спустошеності, відчаю та призводить до викривлення зв'язку з дійсністю [28].

Представники інших зазначених вище теоретичних підходів розглядали фрустрацію передусім як блокування діяльності та відповідні реакції. При цьому більшість експериментальних досліджень та наукових дискусій було присвячено

встановленню взаємозв'язків між фрустрацією та агресивними тенденціями особистості (акти агресії розглядались як деструктивні ефекти фрустрації).

В 1939 році вчені Інституту людських стосунків Єльського університету США (так звана, Єльська група: J.Dollard, L.Doob, N.Miller, O.H.Mowrer, R.Sears) опублікували працю «Фрустрація та агресія», сформулювавши в ній гіпотезу фрустраційної агресії («фрустрації-агресії») [193]. В контексті розробленого вчення терміном «фрустрація» позначено об'єктивне блокування цілеспрямованих реакцій індивіда, а також наголошується на безпосередньому причинно-наслідковому зв'язку між фрустрацією та агресією: «наявність агресії передбачає існування фрустрації і, навпаки, існування фрустрації завжди викликає агресію в тій чи іншій формі» [230, с.338]. Узагальнимо основні положення зазначеної гіпотези:

- фрустрація – водночас процес блокування цілеспрямованої активності особистості та її реакція на це блокування;
- фрустрація є необхідною та достатньою умовою агресії, яка може бути відкритою та прихованою (стримуваною для уникнення покарання);
- стримування проявів відкритої агресії завжди посилює страждання від фрустрації, а тому не нівелює агресивні спонукання: рано чи пізно вони проявляться або в іншій, більш соціально прийнятній формі агресії, або будуть перенесені на об'єкт, асоціативно пов'язаний з безпосереднім фрустратором, але менш захищений нормами суспільної моралі;
- сила агресивних спонукань у фрустраційній ситуації визначатиметься важливістю для індивіда мети, реалізації якої перешкоджає фрустратор, інтенсивністю фрустрації та кількістю заблокованих цілеспрямованих реакцій (сумою послідовних фрустрацій, що мають кумулятивний ефект) [180; 183; 193].

Слід відзначити, що гіпотезу фрустраційної агресії сформульовано на підставі повсякденних спостережень, опису випадків з клінічної практики, результатів експериментів у сфері соціологічної проблематики та антропології, тому її зміст містить багато суперечливих моментів і викликав чимало дискусій в наукових колах. Адже, по-перше, не можна однозначно стверджувати, що

фрустрація не має інших наслідків, окрім агресії; по-друге, необхідно брати до уваги відмінність між актуальними актами агресії та спонуканнями до агресивних дій (останні не обов'язково мають втілення у зовнішніх проявах).

Так, один з представників Єльської групи Н.Міллер (N.E.Miller) перефразував гіпотезу наступним чином: «фрустрація створює передумови для певної кількості різних типів реакцій, однією з яких є спонукання до тієї чи іншої форми агресії» [230, с.338]. Тобто у фрустраційній ситуації в людини виникають спонукання до різних реакцій, вибудованих за своєю ієрархією залежно від специфіки ситуації. Якщо домінуюче положення в цій ієрархії займатимуть несумісні з агресією спонукання (наприклад, мотивація до нормативних вчинків через страх покарання за неприйнятну поведінку), то саме вони втілюватимуться у зовнішніх проявах, стримуючи акти агресії. Однак за умови тривалої фрустрації та відповідного зростання психоемоційного напруження людина втрачає здатність реагувати помірковано та конструктивно, вдаючись до агресивних засобів.

Таким чином, було спростовано обов'язковість агресивних реакцій фрустрованої особистості і, водночас, відкрито широкий простір для подальших досліджень проявів фрустрації. Зокрема, проаналізуємо результати наукових досліджень Д.Леві (D.M.Levy). Вчений провів серію експериментів над тваринами та немовлятами, викликаючи в них «фізіологічну» фрустрацію [217, с.357] (неможливість задоволення потреби в їжі). В результаті було виявлено чітку тенденцію до загострення заблокованих потреб у піддослідних, але аж ніяк не зростання їхньої агресивності [217]. Д.Леві стверджував, що прояви «соціального типу» фрустрації (реакції у відповідь на перешкоджання цілеспрямованим діям) [217, с.357] також не обов'язково є актами агресії у розумінні «нападу на фрустратора» [217, с.356]. Наприклад, коли людина не може розв'язати математичну задачу, то зростання її напруження виявлятиметься в постукуванні олівцем, чи в ходінні вперед-назад по підлозі, але не в агресії асоціального змісту [217, с.358]. Щодо агресивних проявів фрустрації, то вчений доводив їхню варіабельність на прикладі відкритих та прихованих ворожих реакцій дітей при появі в родині новонароджених сиблінгів [217].

В 40-х роках ХХ ст. представниками різних теоретичних напрямів зарубіжної психології вивчались особливості реакції особистостей у фрустраційних ситуаціях. Так, біхевіорист Р.Майєр (R.N.V.Maier) [221; 222] за результатами серії наукових досліджень зробив висновок, що поведінка індивіда залежить від двох потенціалів: «репертуару поведінки», визначеного спадковістю, умовами розвитку, життєвим досвідом, та вибіркових процесів і механізмів, частина з яких діють під час вмотивованої поведінки, а інші виникають при фрустрації. Вмотивовані та цілеспрямовані дії спрямовані на задоволення потреб і досягнення поставленої мети, вони варіабельні, конструктивні, характеризуються зрілістю та свободою вибору. Водночас поведінка фрустрованої людини втрачає цільову орієнтацію на початкову мету, а тому не є адаптивною, тобто не сприяє виконанню поставленого завдання. «Фрустраційно спровокована поведінка» [222] деструктивна, ригідна та незріла, зафіксована у певному неконструктивному напрямі, але не завжди агресивна.

Таким чином, отриманий численний емпіричний матеріал дозволив сформулювати концепції фрустрації, альтернативні гіпотезі фрустраційної агресії. Серед них також відзначимо сформульовану Р.Баркером, Т.Дембо та К.Левіним (R.Barker, T.Dembo, K.Lewin) гіпотезу фрустраційної регресії («фрустрації-регресії») [176]. Під поняттям «фрустрація» вчені мали на увазі певну ситуацію, пов'язану з появою бар'єрів на шляху виконання певної діяльності, а отже, і руйнуванням віри у відносну стабільність найближчого оточення та можливість реалізації планів на майбутнє. Відповідно в ситуації фрустрації у індивіда виникає інтенсивне емоційне напруження, здатне призвести до регресу особистості, що проявлятиметься у дедиференціації її життєвого простору (зменшення різноманітності поведінкових реакцій та зростання тенденцій до стереотипності дій [218]); дезорганізації особистості (порушення її організаційної єдності, пов'язане з порушенням рівноваги в мотиваційній сфері внаслідок конфлікту між актуальною потребою та необхідністю усунути перешкоду, яка унеможлиблює її задоволення); зниженні конструктивності поведінки (порушення її адаптивності через втрату

впевненості індивіда у власній безпеці, стабільності умов свого життя та здатності впливати на них); звуженні часової перспективи діяльності (обмеження життєвого простору особистості через нівелювання очікувань, сподівань, планів на майбутнє внаслідок появи актуальних або потенційних нездоланих перешкод) [176].

Слід зауважити, що гіпотеза «фрустрації-регресії» розроблена на підставі результатів експериментального дослідження особливостей ігрової діяльності дітей 2 – 5 років до та після фрустраційної ситуації (піддослідним пропонували пограти раніше не досяжними для них новими іграшками, після чого знову їх забирали). Ефект фрустрації полягав у зниженні вибірковості ігрових дій (появі неспокійних рухів, їх стереотипного повторення тощо), що було еквівалентне регресу в середньому до 17 місяців [5, с.73]. Враховуючи умови експерименту, зроблені висновки мають обмежений характер, а тому не можна вважати прояви регресії в поведінці особистості обов'язковими наслідками перебування у фрустраційній ситуації. Так, один зі співавторів гіпотези фрустраційної регресії Р.Баркер [177] обґрунтував можливість як деструктивних, так і конструктивних ефектів фрустрації. Зокрема, деструктивними є тенденції до агресивних проявів (атака на перешкоду чи альтернативний об'єкт) та втечі від ситуації, адже вони не сприяють досягненню мети, не усувають причину фрустрації, а тому зберігається загроза дистресу [5; 63]. Конструктивний ефект фрустрації полягає в мобілізаційному впливі напруження, що виникає у фрустраційній ситуації і зосереджує увагу індивіда на конкретному мотиві, підсилюючи його та роблячи більш привабливою ще не досягнуту мету [5]. При цьому ефектами фрустрації стають: інтенсифікація зусиль, спрямованих на подолання перешкоди, зміна засобів досягнення мети чи заміна самої мети, або ж переоцінка ситуації з «розширенням сприйняття контексту проблеми» [5, с.72].

Однією з найбільш впливових та цілісних є «евристична теорія» американського дослідника С.Розенцвейга (S.Rosenzweig) [239; 240], згідно з якою фрустрація розглядається як особливе явище, пов'язане з адаптацією організму до оточуючого середовища. Так, в ситуації фрустрації виникають

реакції, що відповідають трьом рівням захисту: клітинному (імунологічний захист від інфекційних агентів), автономному (прояви фізіологічного стресу у відповідь на різні фізичні впливи середовища) та вищому кортикальному рівню (захист «Я» від психологічних впливів). При цьому характерні відповідні психологічні реакції: страждання (характерні для перших 2 рівнів), страх (переважає на другому та третьому рівнях) та неспокій, хвилювання (проявляються на третьому рівні).

С.Розенцвейг розрізняє 2 типи фрустрації: первинну («позбавлення»), що виникає при позбавленні організму можливості задовольняти свої потреби, та вторинну, поява якої обумовлена перешкодою чи протидією на шляху задоволення потреб. Відповідно організм реагує або посиленням зусиль, спрямованих на задоволення потреби в будь-який спосіб (реакції «продовження потреби», що завжди супроводжують фрустрацію), або своєрідними реакціями «захисту «Я» (виникають у випадку персональної загрози особистості) [240]. При цьому, вказані реакції можуть бути адаптивними, якщо виправдані обставинами і сприяють задоволенню потреби чи досягненню мети, або ж неадаптивними, коли не сприяють подоланню проблеми у конкретній ситуації.

Серед факторів, здатних викликати фрустрацію, С.Розенцвейг виділяв позбавлення (відсутність необхідних засобів для досягнення мети або задоволення потреби), втрати та конфлікти. Ці фрустратори можуть бути зовнішніми, якщо пов'язані з об'єктивними труднощами, та внутрішніми, коли задоволенню потреби перешкоджають власні уявлення, установки чи переживання.

Варто наголосити, що найбільший внесок С.Розенцвейга в дослідження фрустрації пов'язаний з розробкою класифікації фрустраційних реакцій, що включає наступні їх типи: «з фіксацією на перешкоді» (перешкодно-домінантні) – передбачають зосередженість на перешкоді, що викликала фрустрацію, а не на заблокованій меті; «з фіксацією на самозахисті» (самозахисні) – свідчать про невміння відволіктись від фрустратора, самостійно знайти вихід з конфлікту, неготовність взяти на себе відповідальність; «з фіксацією на задоволенні потреби» (необхідно-наполегливі) – є ознакою схильності індивіда до самостійної, найбільш

конструктивної поведінки. За спрямованістю ці реакції можуть бути екстрапунітивними (якщо особистість звинувачує в своїх труднощах зовнішні перешкоди та оточуючих людей), часто супроводжуючись гнівом та агресією, яка спочатку може бути прихованою, а потім виявляється за механізмом проєкції [157]; інтрапунітивними (самозвинувачення, пов'язані з почуттями провини) чи імпунітивними, що передбачають спроби індивіда обійтись без докорів собі чи іншим та примиритися з ситуацією.

На основі описаної класифікації С.Розенцвейг розробив проєктивну методику дослідження поведінки особистості у фрустраційних ситуаціях (Тест фрустраційних реакцій С.Розенцвейга [91; 142; 144; 236; 239]). Оpubлікована вперше в 1944 р., ця методика і досі слугує експериментальною основою для більшості досліджень особливостей фрустрації особистостей на різних етапах онтогенезу [15; 50; 75; 76; 143].

В 50-х рр. ХХ ст. прояви фрустрації та її вплив на поведінку особистості досліджувались представниками біхевіористичного підходу. За результатами серії лабораторних експериментів, що дозволяли оцінити реакцію людини у фрустраційній ситуації за точно вимірними кількісними показниками сили та швидкості, було сформульовано альтернативну точку зору щодо розуміння феномена фрустрації. Так, згідно з науковою позицією Дж.Брауна та І.Фарбера (J.S.Brown, I.E.Farber) [187], фрустрація виконує спонукальну, активуючу функцію, тобто має властивості мотиву. Сутність поняття «фрустрація» охоплює конфлікт між тенденціями продовжувати цілеспрямовану активність і припинити її або відкласти внаслідок появи певної перешкоди. При цьому внутрішні протиріччя багаторазово підсилюють заблоковані мотиви, що проявляється в підвищенні емоційності реакцій індивіда у відповідь на дію фрустратора [250]. Подібної точки зору дотримувались І.Чайльд та І.Уотерхауз (I.Child, I.Waterhouse), хоча й вживали термін «фрустрація» лише відносно самого факту перешкоди [248].

З твердженнями гіпотези фрустраційної регресії контрастують також висновки А.Амселя (A.Amsel), викладені у «теорії фрустраційного ненагородження» [172; 173]. В його експериментах відтворювалась модель

навчання з використанням регулярних або випадкових підкріплень. Нерегулярні підкріплення мали викликати первинну фрустрацію – неприємний тимчасовий стан, пов'язаний з неможливістю досягнути бажаного результату. Зовнішні прояви первинної фрустрації («фрустраційний ефект» [173]), полягали в урізноманітненні, підвищенні енергійності та швидкості дій, а не їх дезорганізації чи дедиференціації. Тобто фрустрація, пов'язана з відсутністю очікуваного підкріплення за виконані дії, позитивно впливає на звичну силу цілеспрямованих реакцій, адже підвищує мотивацію одержання винагороди.

Таким чином, в 40 – 50-х рр. ХХ ст. за результатами численних емпіричних досліджень були виявлені та описані різні варіанти фрустраційних реакцій (агресія, регресія, фіксація, примирення, відступ (уникання) тощо), особливості прояву яких надалі стали предметом більш ґрунтовного вивчення багатьма дослідниками.

Особливо багато було одержано експериментального матеріалу, пов'язаного з агресивними тенденціями у фрустрованих особистостей, що дозволив внести ряд уточнень та доповнень до гіпотези фрустраційної агресії. Серед них наступні твердження:

- агресивні реакції можуть бути спровоковані переважно навмисними, неправомірними та соціально невинуватими перешкодами на шляху досягнення важливих цілей особистості (A.R.Cohen, N.Pastore) [191; 237];

- внутрішня сила особистості («сила «Я») істотно впливає на прояви фрустрації: індивіди зі слабким «Я» більш схильні реагувати агресивно, адже в них гірше розвинені навички самоконтролю, тому їм складно регулювати та стримувати свої емоційні реакції (J.Blocks, B.C.Martin) [185];

- у фрустраційних ситуаціях ймовірність агресивної реакції значно посилюють стимули, пов'язані з агресією, або абсолютно нейтральні, якщо вони викликають у людини асоціацію з неприємними для неї подіями (L.Berkowitz, R.G.Geen) [179; 181; 182; 202; 203];

- «пом'якшувальна інформація», що виправдовує появу перешкоди на шляху досягнення мети, значно знижує скеровану на фрустратора ворожість,

але лише за умови, що буде отримана до виникнення провокуючої ситуації (J.Cantor, D.Zillmann) [242]. Неочікувана фрустрація викликає у людей значно сильніше роздратування та агресію (R.Brown, E.Burnstein, A.Buss, R.Dyck, J.A.Kulik, A.R.Nesdale, B.G.Rule, P.Worchel) [188 – 190; 213; 241; 242; 252; 253];

– рівень фрустрації індивіда визначається привабливістю для нього заблокованої мети, кількістю невдалих спроб її досягнути, уявленням про нездоланність перешкоди, силою негативних емоцій, спровокованих поведінкою учасників фрустраційної ситуації (R.A.Baron) [20; 178];

– важливим детермінантом рівня фрустрації та сили спровокованих нею агресивних спонукань є близькість мети як фактор суттєвого посилення її бажаності (чим коротша просторова чи часова дистанція до мети на момент появи перешкоди, тим сильнішою буде фрустрація і вищою – ймовірність спалахів відкритої агресії) (M.V.Harris) [204; 205];

– особливо часто агресивні спонукання виникають в учасників змагань, адже суперники мають конкуруючі цілі, а тому неодмінно перешкоджатимуть одне одному в спробах їх досягнути. Тобто ситуація змагань завжди є фрустраційною: учасники відчуватимуть ворожість, гнів, прагнення завдати шкоду суперникам, вдаватимуться до взаємних образ та погроз. При цьому підвищена схильність до агресивних дій характерна як для учасників, що зазнали поразки, так і для переможців, адже негативні почуття до колишніх суперників залишаються, їх не компенсує навіть задоволення від перемоги як досягнення мети (V.A.Andreoli, R.Folger, D.Gelfand, D.Hartman, W.R.Hood, J.Nelson, M.Sherif, B.J.White, S.Worchel) [235; 243; 251];

– фрустрація – необхідна, але не обов'язкова умова агресії: поведінка фрустрованої особистості може мати ворожий характер, а може і не бути такою (D.Zillmann) [254].

Альтернативну точку зору щодо причин та проявів фрустрації сформульовано в межах «третього віденського напрямку психотерапії». Його засновник, австрійський психолог та психіатр В.Е.Франкл (V.E.Frankl) [154; 200], доводив існування екзистенціальної фрустрації – своєрідного «екзистенціального

вакууму», що проявляється в переживанні людиною втрати сенсу свого життя. При цьому вчений наголошував на тому, що потреба у віднайденні сенсу життя є визначальною, а неможливість її задоволення призводить до виникнення духовного («ноогенного») неврозу [200]. Таким чином, саме екзистенціальна фрустрація, а не почуття власної неповноцінності через неспроможність подолати перешкоду на шляху досягнення мети, зумовлює найсильніші страждання особистості. Відповідно основними проявами фрустрації є емоційні переживання, а не поведінкові реакції.

У зв'язку з виявленим широким діапазоном можливих проявів фрустрації виникла необхідність уточнення умов, що визначають тип та інтенсивність реакцій у різних фрустраційних ситуаціях. Так, в межах Теорії соціального навчання, розробленої А.Бандурою (A.Bandura) [4], вивчався вплив соціально обумовлених чинників на особливості прояву фрустрації. Було виявлено, що неприємні події (в тому числі, і фрустраційні ситуації) викликають загальне підвищення сили емоційних реакцій, в результаті чого зростає різноманітність поведінкових проявів. При цьому тип реакції залежить від засвоєних в процесі навчання способів долаття стресу та їх ефективності [174; 175].

Поведінка, а, отже, і реакції на фрустрацію особистості суттєво обмежуються суспільством, стримуються дією двох механізмів соціального управління емоційними станами: «нормами переживань» (емоційними нормами, тобто уявленнями про найбільш прийнятні в конкретному суспільстві емоції, їх силу і допустиму тривалість) та «нормами демонстрації почуттів» (експресивними нормами – правилами зовнішнього виявлення переживань) [194; 195; 207]. Таким чином, особливості емоційних проявів фрустрації значною мірою визначаються соціальним оточенням людини.

Відзначимо також серію досліджень, в яких вивчався вплив на рівень фрустрації та специфіку її проявів індивідуальних особливостей особистості (G.P.Lathman; E.A.Locke) [149; 150; 215; 219; 220]. Зокрема було виявлено важливість віри людини в свою здатність досягнути очікуваного результату, тобто в силу своєї особистості («самоефективність» [229]), уявлення про яку

складається на основі кількості допущених помилок та часу, витраченого на виконання завдання. Висока «самоефективність» позитивно впливатиме на емоційний стан людини у скрутній ситуації: впевненість у своїй здатності впоратись з невдачами знижує рівень напруження та ймовірність депресивних тенденцій у випадку появи труднощів чи перешкод. Натомість переконаність у досяжності мети, значний обсяг зусиль, витрачених на реалізацію запланованих дій, провокуватимуть досить сильну емоційну реакцію на появу непередбачуваних перешкод, тобто високий рівень фрустрації [229].

Проаналізувавши результати досліджень проявів фрустрації в зарубіжних наукових виданнях, можемо узагальнити, що реакція особистості у фрустраційній ситуації може бути адаптивною та неадаптивною. Адаптивні реакції конструктивні та спрямовані на вирішення проблеми, що стала на заваді досягненню мети, передбачають спроби уникнення перешкод чи застосування стратегій їх усунення, здобутих раніше в процесі зіткнення з подібними труднощами та закріплених в індивідуальному досвіді. Окрім того емоційне напруження, що виникло у фрустраційній ситуації, може бути трансформоване в енергію цілеспрямованої активності, зосередженої або на досягненні початково поставленої мети, або на реалізації альтернативних цілей [229]. Неадаптивні реакції характеризуються низьким рівнем конструктивності при вирішенні проблем і лише створюють додаткові труднощі, часто погіршуючи фрустраційну ситуацію. Ці реакції можна умовно розподілити на дві категорії: об'єктивні (агресія, регресія, уникання, фіксація, примирення) та суб'єктивні (екстрапунітивні, інтропунітивні та імпунітивні) [186].

Як бачимо, прояви фрустрації не обов'язково деструктивні. Так, в 90-х роках набуло актуальності питання активуючої сили фрустрації («фрустраційного ефекту» [172; 173; 250]), доведеної в експериментах представників теорії біхевіоризму. Вчені (A.Amsel, L.A.Clark, M.A.McDaniel, A.L.Kamouri, M.S.Schlager, K.H.Smith, D.Watson) [172; 211; 226; 227; 249] доводили підвищену здатність фрустрованого індивіда запам'ятовувати всі можливі розв'язки, а не тільки правильні, і застосовувати їх в нових умовах.

Відсутність систематичних підкріплень в процесі виконання завдання (вирішення проблеми) не дозволяє виконавцю використовувати певний алгоритм, тому спонукає його випробовувати нові способи виконання завдань, виявляти більше ініціативи. Тобто фрустрація, спровокована відсутністю допомоги учням у вигляді чітких вказівок, формул чи навіть підказок вчителя, сприятиме успішному та швидкому вирішенню поставлених проблем. Власне, цей «фрустраційний ефект» було покладено в основу розробки теорії проблемного (дослідницького) навчання [172; 211].

В умовах сьогодення у зв'язку з прогресом новітніх інформаційних технологій набула актуальності проблема фрустрації користувачів персональних комп'ютерів. У наукових виданнях розвинених західних країн все частіше з'являються публікації, присвячені вивченню місця фрустрації у системі взаємодії «людина-комп'ютер»; виявленню можливих фрустраторів (наприклад, перебоїв у роботі програмного та системного забезпечення); дослідженню впливу на рівень та прояви фрустрації досвіду роботи за комп'ютером, психологічних особливостей особистостей користувачів та специфічних соціокультурних факторів; пошуку способів корекції деструктивних ефектів фрустрації [229; 244; 245].

В межах психологічних шкіл, сформованих на теренах колишнього Радянського Союзу, практично не проводилось експериментальних досліджень, присвячених вивченню феномена фрустрації, а радянські психологи спирались у своїх вченнях, в основному, на наукові здобутки представників зарубіжної психології, аналізуючи, доповнюючи та уточнюючи існуючі концепції. Надалі детальніше розглянемо внесок представників радянської психології, а також російських і вітчизняних дослідників у вивчення особливостей фрустрації на різних етапах онтогенезу.

Зокрема, за науковою позицією М.Д.Левітова, поняття фрустрації пов'язане з «проблемою витривалості людини щодо життєвих труднощів та реакцій на ці труднощі» [86, с.118], тобто мова йде про особливий психічний стан людини, який «проявляється в характерних особливостях переживань та

поведінки, викликаних об'єктивно нездоланими (або тими, що суб'єктивно так сприймаються) труднощами, які виникають на шляху досягнення мети чи вирішення задачі» [86, с.120]. Згідно з концепцією М.Д.Левітова, психічний стан – це особлива психологічна категорія, що складає «цілісну характеристику психічної діяльності і поведінки людини в певний період часу, що демонструє своєрідність психічних процесів залежно від відображуваних предметів та явищ дійсності, попередніх станів і властивостей особистості» [85, с.20]. Відповідно дослідження фрустрації вимагає аналізу широкої групи життєвих явищ, в яких цей психічний стан може мати позитивний чи негативний вплив на особистість, бути типовим для її характеру або нетиповим, але з тенденцією до формування нових рис характеру; проявляться як більш глибокий чи поверхневий стан, тривалий чи короткочасний. Окрім того, слід враховувати вплив на специфіку фрустрації фактів суспільного життя, вікових та індивідуальних особливостей людини, її актуального фізичного стану тощо [85; 86].

Вагоме місце в дослідженнях М.Д.Левітова посідає вивчення факторів, здатних викликати фрустрацію. Вчений обґрунтував ряд зауважень щодо типології фрустраторів, запропонованої С.Розенцвейгом (конфлікти, позбавлення, втрати [240]), зокрема, наполягав на виникненні фрустрації лише при таких конфліктах, коли «боротьба мотивів унеможлиблюється через її безнадійність, непродуктивність, або коли вагання стають настільки важкими і водночас невідворотними, що виконують роль фрустраторів: бар'єрами стають самі безкінечні вагання та сумніви...» [86, с.127]. Таким чином, факторами фрустрації можуть бути внутрішні суперечності, боротьба мотивів, невпевненість у собі, очікування наслідків фрустрації (цієї позиції притримувались також А.Бомбар, К.Обуховський [104]), а отже, і окремі акцентуації характеру як «слабкі місця в структурі особистості».

Відносно проявів фрустрації, М.Д.Левітов стверджував, що один і той самий фрустратор може викликати у різних людей абсолютно не схожі реакції, що залежить від причин фрустрації, їх значущості для людини, попереднього досвіду їх впливу тощо. Узагальнивши результати наукових досліджень

представників зарубіжної психології, вчений виділив ряд типових проявів фрустрації (станів, які найчастіше виникають у фрустраційних ситуаціях) [86]:

- толерантність (терплячість, витривалість), тобто стан, коли фрустратор не викликає фрустрацію. Може проявлятися у формі спокійної, розсудливої поведінки; у посиленому напруженні, докладанні зусиль для стримування небажаних імпульсивних реакцій; у формі бравади як способу приховати озлобленість, смуток чи зневіру;

- агресія (напад чи бажання його здійснити) – стенічна реакція, що проявляється переважно в забіякуватості, грубощах, нахабності чи у формі прихованої недобррозичливості, озлобленості. Часто агресія супроводжується гнівом, імпульсивною неупорядкованою активністю, втратою самоконтролю;

- фіксація, що може проявлятися у двох формах: як стенічний, але ригідний стан – стереотипність, повторюваність рухів, продовження попередньої діяльності за інерцією, навіть тоді, коли вона марна чи небезпечна; як «прикутість до фрустратора», що цілком поглинає увагу людини, примушує тривалий час переживати, аналізувати фрустратор. Можлива і особлива форма фіксації – вередлива поведінка;

- «втеча» у цікаву діяльність, що допомагає відволіктись, забути про дію фрустратора;

- депресія – астенічний стан з характерними емоціями смутку, відчуттям безнадійності, втратою віри у власні сили, апатією тощо;

- регресія як повернення до більш примітивних, інколи інфантильних форм поведінки, або зниження ефективності діяльності;

- підвищений рівень емоційності поведінки.

Підтримуючи наукову позицію М.Д.Левітова, Б.Г.Ананьєв [2] на засадах суб'єктно-діяльнісного підходу описував фрустрацію як стан психофізичного напруження, що проявляється в цілісних змінах особистості і виникає при гострих життєвих конфліктах (з іншими людьми, соціальними нормами, інституціями тощо), позбавленнях і втратах (суспільних благ, престижу, репутації, соціальних зв'язків і т.д.) [2]. Тобто стан фрустрації є складною

цілісною реакцією на бар'єри, що блокують діяльність. При цьому самі бар'єри в більшості випадків пов'язані з соціальними та моральними втратами, дискоординацією соціальних зв'язків, руйнуванням соціального статусу, появою перешкод на шляху виконання соціальних ролей.

Поряд з іншими гострими афективними станами, такими як стрес чи тривога, фрустрацію викликають гострі критичні ситуації (фрустратори). Однак динаміка цього стану залежить, в першу чергу, від структури особистості. Б.Г.Ананьєв зазначав, що у нестриманої, грубої чи експансивної людини фрустрація розвиватиметься як агресивний стан; у людини, невпевненої в собі, сензитивної чи інтровертованої – по типу депресії. Окрім того, «не менш важливим є вплив інтеріндивідуальних зв'язків людини, що знаходиться у передфрустраційному, фрустраційному чи післяфрустраційному станах... Витривалість щодо фрустраторів, відсутність важких та тривалих страждань внаслідок їхньої дії (толерантність) залежать не тільки від сили нервових процесів індивіда, але і від наявності підтримки, моральної допомоги, співучасті та співчуття інших людей, солідарності групи» [2, с.257].

В наукових працях російських психологів та психіатрів 70 – 90-х рр., зокрема, в дослідженнях Е.Г.Ейдемільера, О.І.Захарова, Є.П.Ільїна, Н.В.Тарабріної, В.В.Юстицького [50; 51; 54; 143; 167; 168], спостерігаємо чітку тенденцію пов'язувати фрустрацію з деструктивними змінами в процесах психічного та особистісного розвитку. Так, Є.П.Ільїн [54] зазначав, що часті стани фрустрації у дітей невротизують їх, провокують формування агресивності як риси особистості, почуття провини, невпевненості в собі, призводять до ізоляції, егоцентризму, озлобленості. В своїх наукових працях вчений детально описав «фрустраційні емоції», які супроводжують стан фрустрації (образа, розчарування, досада, гнів, лють, сум, страждання, нудьга, горе), та «фрустраційну поведінку», до форм прояву якої включив безцільні та непорядковані дії, апатію, агресію та деструкцію, стереотипію (фіксовану поведінку), регресію (примітивізовану поведінку) та егресивну поведінку (реакції «відступу» у складних ситуаціях, втечі від конфліктів, уникання відповідальних доручень) [54].

Згідно з науковою позицією Н.В.Тарабріної, поняття «фрустрація» наближене за змістом до емоційного стресу, але, на відміну від останнього, фрустрація зазвичай виникає не в екстремальних умовах, а в звичайних побутових ситуаціях [143]. В результаті серії досліджень вчена виявила ряд закономірностей щодо спрямованості та типу фрустраційних реакцій особистостей з істеричним неврозом, астенічним, тривожно-фобійним та іпохондричним синдромами (зокрема, тенденцію до підвищеної екстрапунітивності, тобто надмірної вимогливості індивідів до свого оточення, схильності сприймати труднощі не як задачі, що вимагають вирішення, а як загрозу власній особистості). Ці наукові дані важливі в контексті нашого дослідження, адже прояви зазначених невротичних розладів наближені до наслідків декомпенсації таких типів акцентуацій характеру, як істероїдний, астено-невротичний, сензитивний та психастенічний [89].

В дослідженнях О.І.Захарова [50; 51] термін «фрустрація» вживається у значенні несприятливого емоційного стану, що проявляється як напруженість, дратівливість, нетерплячість, страждання через велику кількість емоційних проблем, які суб'єктивно сприймаються як нездоланні. Ефект фрустрації виникає в процесі наростання внутрішнього конфлікту внаслідок зіткнення протилежно спрямованих мотивів, бажань і прагнень на фоні відчуття хронічної втоми та напруження через неможливість людини впоратись власними силами зі складними обставинами. При цьому внутрішні конфлікти набувають ознак дистресу – відносно стійкого емоційного розладу, що супроводжується відчуттям невдоволеності собою, невпевненістю у власних силах, нестійкістю самооцінки, порушенням узгодженості оцінок та суджень, підвищенням вразливості до ряду життєвих обставин і подій тощо [50]. О.І.Захаров наголошував на небезпеці дистресу в дитячому віці, адже дитина сама не може з ним впоратись через брак життєвого досвіду подолання складних ситуацій.

Тлумачення фрустрації у значенні не стану, а критичної ситуації (такої, як стрес, криза чи конфлікт), зустрічаємо у наукових працях Ф.Є.Василюка [21; 22]. При цьому мова йде про ситуації, коли «суб'єкт зіштовхується з

неможливістю реалізації внутрішніх «необхідностей» свого життя (мотивів, прагнень, цінностей)» [22, с.25] через нездатність впоратись з актуальними зовнішніми чи внутрішніми умовами життєдіяльності. Але ускладнення діяльності переростає в ситуацію фрустрації лише за умови наявності специфічного «стану фрустрованості» особистості, критеріями якого, за позицією Ф.Є.Василюка, є не емоційні прояви (байдужість, апатія, провина, тривога, гнів, ворожість тощо), а «фрустраційна поведінка», що характеризується зниженням вмотивованості або (та) організованості внаслідок порушення вольової регуляції чи контролю свідомості, нетерплячості та відчуття безнадійності [22].

Вивченням фрустрації в контексті кризових явищ (у сімейному житті та родинних стосунках) займались також Е.Г.Ейдемільер та В.В.Юстицький [167; 168]. Згідно з їхньою науковою позицією, усвідомлювана чи неусвідомлювана фрустрація членів родини виникає внаслідок патогенної ситуації «стану глобальної сімейної невдоволеності» [168, с.19]. При цьому усвідомлювана невдоволеність призводить переважно до конфліктів у родині, а погано усвідомлювана («тліюча») проявляється саме в наростанні фрустрації одного чи обох з подружжя і часто призводить до появи в них психогеній.

Ще один важливий підхід у дослідженні фрустрації, розвинений російськими вченими Л.Г.Дикою, О.Я.Чебикіним та В.Русиною [123; 131; 163; 164], пов'язаний з вивченням у тісному взаємозв'язку станів фрустрації, психічного напруження, стресу та адаптації організму. Слід зазначити, що в межах цього підходу доводиться позитивний вплив деякого рівня фрустрації, що поряд з сильною мотивацією досягнення та різними видами конфліктів є елементами процесів адаптації, адже сприяє стану напруженості, необхідному для успішного виконання діяльності. Натомість інтенсивне напруження провокує дистрес, внаслідок чого різко знижується якість діяльності [131].

Згідно з результатами проведених досліджень [131; 163], міра напруженості тісно пов'язана з рівнем незадоволеності працею та мотивацією досягнення успіху. У випадку слабкої мотивації неуспіх в діяльності та пов'язані з ним

негативні емоції (традиційно приписуються стану фрустрації) спонукають людину якнайшвидше вийти з неприємної ситуації; при середньому рівні значущості потреби поява перешкод мобілізує подальші зусилля і сприяє ефективній діяльності; а сильне прагнення і зазнана невдача сприяють виникненню такого рівня емоційного збудження, який дезорганізує подальшу діяльність [163, с.207]. Таким чином, для кожної людини існує деякий оптимальний рівень фрустрації, що позитивно впливає на продуктивність діяльності, сприяє адаптації організму, але у випадку перевищення цього індивідуального рівня виникатиме дезадаптація та дезорганізація діяльності і поведінки.

Вплив фрустрації на процеси соціальної адаптації досліджували також В.В.Бойко, Л.І.Вассерман, Л.І.Єрмолаєва, А.О.Реан та українські психологи О.В.Кузнєцова, Н.Ю.Максимова, І.О.Сабанадзе [14; 23; 47; 75; 93 – 96; 120; 127; 132]. Зокрема, А.О.Реан стверджував, що незадоволеність, властива стану фрустрації, порушує психоемоційну стабільність особистості, підсилює напруженість, провокує дистрес, що завжди знижує ефективність соціальної адаптації [127].

В.В.Бойко окремо виділив поняття соціальної фрустрації, яка виникає тоді, коли особистість усвідомлює невідповідність своїх реальних досягнень у різних сферах соціального буття їх потенційно можливому на даний момент рівню – відчуває незадоволення не стільки від досягнутого, скільки від думки, чого можна б було досягнути [14]. В результаті формується соціальна фрустрованість – вид (форма) психічного напруження, обумовленого незадоволенням досягненнями і місцем особистості в соціально заданих ієрархіях – своєрідній шкалі можливостей соціального росту та задоволення потреб, визначених умовами життя в конкретному суспільстві. Фрустрована особистість реагує на події оточуючого світу в межах властивого їй дисфункціонального стереотипу, що характеризується некомунікабельністю, схильністю зривати злість на оточуючих, грубістю, недобррозичливістю. Роль соціальної фрустрованості в генезі психічної дезадаптації розкривається також у наукових працях Л.І.Вассермана, за позицією якого висока фрустрованість

тісно пов'язана з прихованими емоційними порушеннями та є чинником дезорганізуючих емоційних станів [23].

Згідно з результатами наукових досліджень Н.Ю.Максимової, фрустрація (як неможливість задоволення важливих потреб) є одним з визначальних факторів формування соціально дезадаптованої поведінки підлітків [94]. Якщо дорослі (вчителі та батьки) зловживають покаранням, негативно оцінюють не окремі вчинки підлітка, а його особистість в цілому, то це зумовлює фрустрацію його провідних потреб у самоповазі, позитивній оцінці значущими дорослими та однолітками. Не маючи можливості задовольнити ці потреби соціально прийнятними способами, підлітки долають спровоковане фрустрацією психічне напруження, відмовляючись від подальших спроб нормативної поведінки як діяльності, в якій неможливо досягнути успіху [94].

Вивчаючи соціально-психологічні фактори порушення соціальної адаптації в підлітковому віці, І.О.Сабанадзе констатувала, що до них належить і фрустрація. Дезадаптовані підлітки фрустровані, тривожні, схильні до афективних спалахів і самопринижень [132].

Відповідно до наукової позиції О.В.Кузнецової, фрустрація викликає неусвідомлювані захисні реакції людини, спрямовані на збереження самооцінки та цілісності її «Я-концепції», а також на зниження емоційного напруження в кризовій ситуації [75]. Однак на відміну від незахисних адаптаційних механізмів, які виникають у нефрустраційних проблемних ситуаціях і спрямовані на прийняття раціональних рішень, фрустраційні реакції сприяють лише внутрішньопсихічній адаптації, водночас порушуючи баланс у стосунках особистості і соціального оточення, підтримуючи негнучке консервативне уявлення про світ [34; 75; 99].

Звернімо увагу також на дослідження І.Ю.Остопольцев та В.М.Чернобровкіна, у наукових працях яких розкрито проблему фрустрованості як системного особистісного утворення, що обумовлює схильність до фрустрації [105; 154]. За позицією І.Ю.Остопольцев, фрустрованість включає чотири складові: фізіологічну (збудження симпатичної

нервової системи, посилення серцевої діяльності, напруження м'язів, розлади сну, втомлюваність), емоційну (тривогу, страх, паніку, гнів, роздратування), когнітивну (очікування неприємностей, поляризацію мислення, зверхузагальнення досвіду конкретної невдачі, селекцію негативної інформації про себе та оточення, безпорадність, психологічну залежність) та поведінкову («параліч діяльності», труднощі у прийнятті відповідальних рішень, настороженість, напруженість, прагнення контролювати інших) [105, с.66]. Як бачимо, фрустрованій особистості властиве «хронічне» психоемоційне напруження з відповідними фізіологічними реакціями, дезорганізуючими проявами у когнітивній та емоційній сферах, неконструктивними тенденціями в поведінці.

Таким чином, проаналізувавши основні теоретичні підходи до вивчення феномена фрустрації в класичній та сучасній зарубіжній та вітчизняній психології, виділимо термінологічний апарат та базові твердження, на які будемо орієнтуватись в процесі дисертаційного дослідження:

- фрустрація – це особливий психічний стан особистості, що складає цілісну характеристику її психічної діяльності та поведінки при появі об'єктивно чи суб'єктивно нездоланих труднощів (фрустраторів) на шляху досягнення мети та задоволення потреби;

- ситуації, в яких у людини може виникнути стан фрустрації (фрустраційні ситуації), характеризуються появою внутрішньоособистісних чи зовнішніх конфліктів, позбавленнями, втратами, які унеможливають реалізацію цілеспрямованих дій;

- схильність до фрустрації обумовлює фрустрованість – системне утворення особистості, якій властиві постійне психоемоційне напруження та відповідні дезорганізуючі переживання і думки, неадаптивна поведінка;

- прояви фрустрації значно варіюють залежно від індивідуальних особливостей особистостей в цьому стані (фрустрованих особистостей). Це можуть бути адаптивні та неадаптивні реакції;

– адаптивні реакції у фрустраційних ситуаціях пов'язані зі зростанням психоемоційного напруження, що мобілізує сили людини, спрямовані на подолання труднощів та реалізацію заблокованої мети;

– якщо рівень напруження перевищує індивідуальний поріг чутливості індивіда (рівень фрустраційної толерантності), то він починає реагувати неадаптивно, тобто втрачає здатність конструктивно вирішувати проблеми. При цьому виникають «фрустраційні емоції» (розчарування, образа, досада, гнів, лють, сум, страждання, нудьга, горе) та «фрустраційна поведінка» (безцільні та невідповідні дії, апатія, агресія та деструкція, регресія, егресивна поведінка);

– реакції особистості на фрустрацію (фрустраційні реакції) мають різну спрямованість (екстрапунітивні, інтрапунітивні та імпульсивні), а також можуть бути сконцентровані на фрустраторах (перешкодно-домінантні), на досягненні заблокованих цілей (необхідно-наполегливі) чи на самозахисті (самозахисні);

– прояви фрустрації визначаються індивідуально-типологічними особливостями особистості (властивостями вищої нервової діяльності, рисами характеру, схильностями), значимістю заблокованих потреб та мотивів, силою відповідних перешкод та передбачуваністю їхньої появи, рівнем вихованості фрустрованої особистості (її обізнаністю щодо суспільних норм та вимог, розумінням можливості покарань за неприйнятну поведінку), а також попереднім досвідом виходу з фрустраційних ситуацій, тривалістю стану фрустрації.

1.2. Специфіка особистісного розвитку підлітків з акцентуаціями характеру

Перш ніж досліджувати особливості психічного стану фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру, необхідно висвітлити базові теоретичні положення психології акцентуованих особистостей, з'ясувати можливі взаємозв'язки та взаємовпливи феноменів фрустрації та акцентуацій характеру в підлітковому віці.

Дослідження акцентуацій характеру, як особливо загострених його рис (крайніх варіантів норми), завжди привертало увагу дослідників різних галузей психологічної науки. Так, можна виділити медичний, соціально-правовий, соціально-психологічний та психолого-педагогічний напрями вивчення проявів акцентуацій характеру [19]. Зокрема, клінічні аспекти цієї проблеми (акцентуації як передумова невротичних розладів та розладів особистості, чинник відхилень психічного розвитку) розкриті у наукових працях П.Б.Ганнушкіна, В.Я.Гіндікіна, В.А.Гур'євої, І.Я.Іванова, О.В.Кербікова, В.В.Ковальова, Н.Д.Лакосіної, А.Є.Лічка, В.Б.Первомайського, Ю.В.Попова, П.Г.Сметанникова, Г.Є.Сухарєвої, Г.К.Ушакова, Н.І.Фелінської [30; 32; 53; 57; 59 – 61; 82; 88; 89; 110; 116; 124; 137 – 140; 149; 150] тощо. Соціально-правовий аспект (акцентуації характеру як фактор схильності до девіантної поведінки) досліджували А.А.Вдовиченко, І.О.Віденєєв, Н.Л.Каменська, Н.М.Панасенко, С.Д.Озерецьківський та ін. [24 – 26; 42; 107]. Вивченням соціально-психологічної проблематики (створення типології особистостей за критерієм наявності акцентуєваних рис, проблеми соціальної адаптації та самореалізації акцентуантів) займались П.В.Волков, О.Д.Гречишкіна, О.П.Єлисеєв, В.М.М'ясищев та ін. [29; 36; 44; 101]. Останнім часом найбільше робіт присвячено психолого-педагогічним проблемам – підвищення ефективності та індивідуалізації навчання дітей і молоді з різними типами акцентуацій (дослідження С.Н.Морозюк, С.І.Подмазіна та О.І.Сибіль [100; 113] та ін.).

Термін «акцентуації» вперше був запропонований німецьким психологом та психіатром К.Леонгардом для позначення посилення рівня прояву певної риси характеру. Вчений наголошував на необхідності розмежування понять «акцентуєвані риси» та «індивідуальні варіації особистості», адже акцентуації мають тенденцію переходу в патологічні стани: при значному рівні прояву істотно впливають на властивості особистості і навіть можуть зруйнувати її структуру [87]. Однак «акцентуєвані особистості» (з акцентуєваними рисами характеру) цілком нормальні, мають потенціальні можливості соціально-позитивних досягнень, але під впливом несприятливих життєвих обставин більш схильні до негативних проявів.

В 30 – 70-х рр. ХХ століття дослідження акцентуацій характеру розгорталось переважно в медичному (медико-психологічному та психопатологічному) напрямі. Власне, вивчались розлади особистості (психопатії), а акцентуації характеру розглядались в контексті динаміки психопатій: як передумови їх виникнення чи перші стадії формування.

Так, П.Б.Ганнушкін вперше розробив цілісну класифікацію психопатій з детальним описом їх характерних рис та особливостей динаміки, вказавши на існування крайніх варіантів норми («латентних психопатій»), що можуть досягнути патологічного рівня внаслідок психічних травм чи несприятливих умов розвитку підростаючої особистості [30]. О.В.Кербіков описував психопатії як відносно стабільні патологічні особистісні утворення, але доводив можливість виникнення тимчасових нестійких характерологічних зрушень (психопатичних реакцій) у психічно здорових індивідів у ситуаціях, до яких ці люди особливо вразливі. При багаторазовому повторенні таких ситуацій чи внаслідок стимулювання формування небажаних рис характеру неправильними виховними впливами виникає загроза патохарактерологічного розвитку [57]. Такої ж позиції дотримувалась Н.І.Фелінська [149; 150].

Більш важливими з точки зору теми дисертаційного дослідження є наукові праці В.В.Ковальова, який вивчав психогенні патологічні формування особистості у дітей та підлітків і, зокрема, закономірності патохарактерологічного розвитку. Згідно з результатами його досліджень, саме в підлітковому віці, коли особистість ще не сформована, хронічні психотравми та неправильне виховання сприяють закріпленню окремих проявів дезадаптивної поведінки, а отже є першим кроком на шляху психопатичного розвитку [59 – 61]. В.Я.Гіндікін та В.А.Гур'єва встановили, що поглиблення особистісних порушень проявляються в зростанні дисгармонійності психіки, про що свідчать такі прояви: поєднання навіюваності та впертості, значний діапазон та різкі зміни емоційних проявів, при нормальному розвитку інтелекту – ускладнене пристосування до життя та неможливість встановлення нормальних соціальних стосунків; невміння засвоювати досвід виходу з критичних ситуацій; невідповідність внутрішніх

переживань їх зовнішнім проявам; невідповідність між прагненням до самоствердження та актуальними можливостями; завищена самооцінка при почутті власної неповноцінності; холодність у ставленні до оточуючих; підвищена вразливість до всього, що може зашкодити власному «Я» [32].

Дослідження проблем патохарактерологічного розвитку дають уявлення про можливі негативні варіанти особистісного розвитку акцентуантів, але надалі зосередимо увагу на особливостях проявів акцентуацій у підлітків. Найбільш ґрунтовні дослідження в цьому напрямі були проведені російським психіатром А.Є.Лічком. Спираючись на вчення про акцентуйованих особистостей К.Леонгарда, а також на результати досліджень вище згадуваних російських психологів та психіатрів, А.Є.Лічко вивчав раніше суперечливі питання статичності та динаміки акцентуацій характеру в підлітковому віці, чітко розмежувавши прояви акцентуйованих рис та ознаки психопатичних реакцій [87; 88]. Згідно з науковою позицією вченого, зміст поняття «акцентуації характеру» охоплює крайні варіанти норми, при яких певні риси характеру загострені настільки, що виникає вибіркова вразливість суб'єкта до окремих психогенних впливів при добрій (часто підвищеній) опірності щодо інших [89]. Акцентуації характеру можуть бути явними чи прихованими, тобто компенсованими за рахунок вироблення механізмів психологічного захисту, стилю поведінки та найбільш комфортного способу життя, що виключає зіткнення з ситуаціями, адресованими до «місць найменшого опору» [89]. У випадку частого повторення та тривалого впливу цих критичних ситуацій виникають декомпенсації – зриви компенсаторних механізмів, що супроводжуються перетворенням прихованих акцентуацій у явні, порушенням соціальної адаптації з відповідними деструктивними поведінковими проявами, а також сенсibiliзацією особистості до психогенних впливів та ситуацій, які раніше не сприймалися як травматичні [13].

А.Є.Лічко наголошував, що підсилення акцентуйованих рис та переростання прихованих акцентуацій у явні припадає саме на підлітковий вік. Це пов'язано з ще не достатньою сформованістю у підлітків компенсаторних

механізмів та одночасним загостренням психологічних проблем, пов'язаних з кризою ідентичності та особливостями пубертатного періоду, різкі прояви яких утворюють своєрідний «підлітковий комплекс» [89, с.36]. Його ознаки близькі до згадуваних вище показників дисгармонійності психіки (описаних В.Я.Гіндікіним та В.А.Гур'євою [32, с.21]), серед них: невмотивовані різкі зміни настрою, чутливість до оцінки оточуючими своєї зовнішності та здібностей, надмірна самовпевненість і безапеляційність суджень, схильність до суперечливих, контрастних переживань, ідей та вчинків. Підлітки з явними акцентуаціями характеру складають «групу підвищеного ризику» [89, с.28] – вони особливо вразливі до несприятливих умов мікросередовища, а психічні травми чи ситуації, що пред'являють завищені вимоги до «місць найменшого опору», провокують загострення акцентуїтованих рис до рівня психопатичних з відповідними проявами дезадаптивної поведінки (декомпенсаціями). Як правило, це наступні патологічні реакції: делінквентна (злочинна) чи суїцидальна поведінка, втечі з дому. Водночас, це можуть бути занадто інтенсивні, перебільшені, не адекватні зовнішнім впливам (часто стереотипні) прояви «підліткового комплексу» або дитячих поведінкових реакцій: відмови (від контактів, виконання різних видів діяльності), реакції емансипації (намагання звільнитись від опіки та контролю з боку дорослих), опозиції (втечі з дому, пропуски уроків), імітації (прагнення наслідувати певні зразки поведінки, часто негативні), реакції, зумовлені статевими потягами, групування з однолітками, захоплення (хобі-реакції), компенсації (спроби успіхами в одній сфері діяльності компенсувати свої невдачі в іншій) та гіперкомпенсації (вперте намагання досягнути успіху саме в тій сфері діяльності, з якою пов'язані найбільші труднощі) [89].

Одним з найбільш важливих наукових здобутків А.Є.Лічка є розроблена ним типологія акцентуацій характеру з ґрунтовним аналізом їх проявів у підлітковому віці, що враховує запропоновані П.Б.Ганнушкіним [30] і Г.Є.Сухарєвою [137] класифікації типів психопатій та описані К.Леонгардом [87] характеристики типів акцентуїтованих особистостей, а також розробка

патохарактерологічного діагностичного опитувальника (ПДО [109]), який дозволяє встановити не тільки тип акцентуації підлітків, а і діагностувати в них патологічні девіації, ризик соціальної дезадаптації, ймовірність формування психопатій.

Однак комплекс проведених досліджень не дозволяє виявити чітких закономірностей у співвідношеннях рівнів та проявів фрустрації з акцентуєваними рисами характеру різних типів. Але оскільки особливості проявів фрустрації залежать від структури особистості та звичних для неї реакцій у критичних обставинах [2], то специфічне поєднання акцентуєваних рис має визначати не тільки вибіркочувливість до ряду стресогенних ситуацій, але і своєрідне коло фрустраторів, рівень толерантності до їх впливу, а також тип і силу реакцій-відповідей. Тому визначимо загальні тенденції у схильностях підлітків з різними акцентуаціями характеру до певних типів фрустраційних реакцій, проаналізувавши характерні особливості цих акцентуацій та найбільш типові реакції акцентуантів на невдачі, появу труднощів чи перешкод на шляху досягнення цілей та задоволення важливих потреб (як на фрустраційні обставини).

В додатку А (табл. 2) презентовано найбільш значущі в контексті нашого дисертаційного дослідження особливості особистісного розвитку підлітків з різними акцентуаціями характеру, а також описано ситуації, що пред'являють завищені вимоги до їхніх «місць найменшого опору», адже це обставини, за яких поряд з іншими негативними емоційними станами обов'язково виникатиме фрустрація з найбільш деструктивними проявами (декомпенсаціями). Подані в табл. 2 дані дозволяють прогнозувати можливі прояви фрустрації у акцентуантів та особливості їх післяфрустраційного стану, але для більш ґрунтовного вивчення специфіки стану фрустрації підлітків з різними акцентуаціями проаналізуємо результати наукових досліджень сучасних психологів.

Звернімо увагу на розроблену О.І.Кузьміною наукову концепцію, відповідно до якої фрустрація ототожнюється зі своєрідним станом «несвободи», що виникає в результаті усвідомлення людиною неспроможності вийти за межі

власних можливостей та досягнути бажаної самореалізації, а також внаслідок вимушеного скоєння вчинків та прийняття рішень під впливом інших людей, груп, традицій, стереотипів [76; 77]. Вчена наголошувала, що у фрустраційних ситуаціях акцентуації характеру проявляються більш яскраво і «заважають прийняттю конструктивного рішення – перешкоджають звільненню від фрустрації» [76, с.95]. Більшість акцентуацій сприяють прояву негативних емоцій, редукції рефлексії при зіткненні людини з труднощами у діяльності та міжособистісних взаємодіях, зумовлюють схильність до перешкодно-домінантних та захисних типів реакцій. Мова йде про наступні акцентуовані риси характеру: тривожність, збудливість, застрягання, циклотимність (у фазі дистимності) (за термінологією К.Леонгарда [87]), що відповідають сензитивному, епілептоїдному, циклоїдному (у субдепресивній фазі) типам акцентуацій. Натомість деякі акцентуації характеру (гіпертимність, циклотимність (у фазі гіпертимності), збудливість, емотивність, екзальтованість, що відповідають гіпертимному, циклоїдному (у фазі підйому), епілептоїдному та лабільному типам акцентуацій) пов'язані з позитивним емоційним фоном, високим рівнем абстрактності та флексибельності мислення, тому сприяють конструктивному прийняттю рішення та його реалізації, допомагають виходити з фрустраційних ситуацій, хоча при зустрічі з серйозними життєвими труднощами навряд чи сприяють ефективному вирішенню проблем [76]. Справа в тому, що представники гіпертимного типу акцентуацій схильні легковажно ставитись до перешкод, для циклоїдного типу характерна психоемоційна нестабільність через полярні зміни настрою та самопочуття, а у випадку інших зазначених акцентуацій спостерігається надмірна залежність від емоцій.

Важливими для розкриття взаємозв'язку фрустрації з акцентуованими рисами характеру є також результати експериментальних досліджень українського психолога Л.О.Кирилова. Вивчаючи особливості самосвідомості акцентуантів, вчений виявив, що представники лабільного, психастенічного та сензитивного типів акцентуацій мають «негативну модальність» – комплекс індивідуальних особливостей, що перешкоджають їм реалізовувати власні

мотиви та цілі [58, с.11]. Їхнє «Я» фрустроване, тобто вони цілком не задоволені собою, приписують оточуючим негативне ставлення до себе, дають несприятливий прогноз щодо можливостей самореалізації (визнають, що не можуть змінитись на краще). Натомість особистостям з гіпертимними та істероїдними акцентуаціями характеру фрустрованість не притаманна, їхнє «Я» самореалізоване, тобто вони не сумніваються в своїй комунікабельності та позитивному ставленні з боку оточуючих, задоволені організацією дозвілля, здатні ефективно вирішувати проблеми, позитивно оцінюють своє майбутнє [58].

Як бачимо, описані результати експериментальних досліджень дозволяють скласти досить обмежене уявлення про специфіку станів фрустрації у представників різних типів акцентуацій та не позбавлені суперечливих моментів. Тому надалі проаналізуємо наукові праці сучасних українських вчених, присвячені вивченню психологічних особливостей підлітків з акцентуаціями характеру. Зосереджуватимемо увагу на інформації, що дозволить розкрити ряд питань, пов'язаних з рівнями фрустрованості представників різних типів акцентуацій, звичними для них способами реагування у скрутних ситуаціях, витривалістю до впливу несприятливих умов, ставленням до невдач та перешкод на шляху досягнення цілей і задоволення потреб.

Зокрема, спираючись на результати досліджень особливостей діяльності підлітків-акцентуантів, проведених Н.Л.Каменською [56], можемо прогнозувати їхню поведінку при потраплянні в некомфортні умови середовища чи у випадку зіткнення з істотними труднощами. Наприклад, важливо враховувати, що гіпертимні підлітки досить легко приймають рішення, зазнавши невдачі, швидко переключаються на іншу діяльність, однак у стресогенних ситуаціях можуть вдаватись до хитрощів чи обману, схильні до бурхливих емоційних реакцій, особливо у випадку протидії з боку оточуючих [56, с.54]; підлітки з істероїдними акцентуаціями у складних умовах діють занадто необдуманно та нерационально: швидко приймають рішення і виконують їх, не спланувавши дій; представники шизоїдного типу, навпаки, дуже довго не можуть знайти єдино правильного

рішення, аналізують всі обставини ситуації, а не досягнувши очікуваного результату, відмовляються від подальших спроб та цілком «занурюються в себе».

Щоб визначити коло найбільш сильних фрустраторів для підлітків з різними типами акцентуацій характеру, звернімося до результатів вивчення С.І.Подмазіним їхніх «установочних полів» (сукупності узагальнених установок до різних сфер дійсності [114, с.6]). Проаналізуємо зміст негативних установок підлітків з різними акцентуаціями, щоб визначити сфери діяльності, в яких вони відчувають невпевненість у своїй здатності контролювати ситуацію, долати труднощі та успішно діяти, тому схильні відчувати фрустрацію та неконструктивно реагувати на вплив фрустраторів.

Так, найбільше негативних установок мають підлітки з сензитивними (тривожно-боязкими за класифікацією К.Леонгарда [87]), шизоїдними (інтровертованими) та нестійкими акцентуаціями. При цьому, у випадку сензитивної акцентуації мова йде про дуже негативне ставлення до школи (через відчуття дискомфорту, страх, пов'язаний з вимогами вчителів та складністю навчання), а також близьке до негативного ставлення до навчання (переважно через тривожність у ситуаціях перевірки здібностей) [114, С.71-72]. Тобто підлітки зазначеної категорії потенційно вразливі до фрустраторів, пов'язаних з психологічною атмосферою в навчальному закладі. Що ж до представників нестійкого типу акцентуацій, то вони також схильні негативно оцінювати навчання в цілому та шкільний режим зокрема, але не через тривожність, а у зв'язку з небажанням займатись нудною діяльністю, що вимагає докладання вольових зусиль [114, С.88-89]. Натомість негативні установки підлітків з шизоїдними акцентуаціями спрямовані переважно на себе, своїх однолітків та людей в цілому [114, С.76-77]. Очевидно, для цих акцентуантів вагоме значення мають внутрішні фрустратори – перешкоди у вигляді власної некоммунікбельності та невпевненості в собі; а потенційно фруструючими є всі ситуації, пов'язані з тісними емоційними контактами.

Прогнозувати специфіку реакцій підлітків з акцентуаціями характеру у фрустраційних ситуаціях дозволяють одержані І.М.Бушаєм результати

досліджень психологічних особливостей розвитку «Я-образу» акцентуантів. Вчений виявив, що особистості з лабільними та нестійкими акцентуаціями мають найбільше труднощів при долатті перешкод на шляху досягнення цілей (порівняно з підлітками без загострених рис характеру, з гіпертимними та демонстративними (істероїдними) акцентуаціями). Це пов'язано з властивою лабільним акцентуантам схильністю до непослідовності у думках і діях внаслідок частих змін настрою, непередбачуваністю вчинків у зв'язку з домінуванням екстернальності, а також з недостатнім самоконтролем, невірноваженістю, невпевненістю в собі, тривожністю, надмірною вразливістю до появи раптових труднощів та схильністю бурхливо реагувати на них (часто агресивно), нездатністю швидко приймати рішення. Поведінка підлітків з нестійким типом акцентуацій детермінована патологічною слабкістю волі, емоційною невірноваженістю, почуттям власної нікчемності, безініціативністю та безвідповідальністю, схильністю відмовлятися від своїх намірів на невизначений термін, невмінням долати життєві труднощі, а у випадку зіткнення з суттєвими перешкодами на шляху досягнення значущих цілей – реагуванням по типу «втеча» чи «відмова» [19]. Однак ці особливості не дозволяють з достовірністю оцінити рівень фрустрації підлітків з лабільними та нестійкими акцентуаціями характеру, адже, наприклад, «втеча» від труднощів представників нестійкого типу сприяє швидкому зниженню емоційного напруження і долаттю фрустрації.

Спираючись на результати досліджень емоційності підлітків з акцентуаціями характеру, проведених І.Г.Кошлань, можемо зробити висновок, що акцентуанти мають знижений рівень фрустраційної толерантності та схильні до неконструктивних проявів фрустрації. На користь цього твердження свідчать виділені вченою особливості емоційної сфери таких підлітків: відсутність конструктивних форм проявів негативних переживань та блокування вияву позитивних емоцій, незначний об'єм паттернів емоційного реагування, емоційна нестабільність, незрілість та занижена самооцінка [62, с.157]. Підліткам з гіпертимними, істероїдними та епілептоїдними акцентуаціями властиві гнівливі

прояви (бурхливі, але короткочасні спалахи роздратування у гіпертимних акцентуантів та накопичення афекту з наступною досить сильною його розрядкою у представників епілептоїдного типу), а у підлітків з циклоїдними, лабільними, сензитивними, шизоїдними і частково істероїдними акцентуаціями у стресогенних ситуаціях домінують емоції смутку, депресивні прояви (хоча представники шизоїдного типу можуть реагувати спалахами гніву у відповідь на спроби вторгнення оточуючих у їхній внутрішній світ).

Як бачимо, у представників більшості типів акцентуацій виявлено схильність до агресивних реакцій у складних ситуаціях. Тому надалі проаналізуємо саме схильність до агресивних тенденцій у підлітків-акцентуантів, тим більше, що саме агресивні спонукання традиційно ([178 – 183; 188 – 191; 193; 202 – 205; 212; 213; 230; 231; 235; 239; 242; 243; 251 – 254]) найбільше пов'язують зі станом фрустрації. Звернімося до результатів експериментальних досліджень, одержаних О.З.Запухляком [48; 49]. Вчений виявив, що найвищий рівень агресивності мають підлітки з епілептоїдними акцентуаціями: вони схильні накопичувати роздратування, викликане втручанням оточуючих у їхні справи, що пізніше втілюється у проявах різних форм агресії. Для підлітків з акцентуаціями психастенічного типу властива нездатність витіснити неприємні переживання (невдачі, конфлікти та проблеми), через що вони схильні до підозр. Шизоїдні акцентуанти схильні ображатись, не здатні пробачати, злопам'ятні. Підлітки з істероїдними акцентуаціями підозріливо ставляться до всіх, хто конкурує з ними за увагу оточуючих, хоча роздратування швидко згасає після переключення уваги на інший об'єкт [48, с.128]. Найвищий рівень ворожості зафіксовано у підлітків з астено-невротичним типом акцентуацій, схильних до підозр та «надумування» підстав для образ. У представників лабільного типу акцентуацій характерні перепади підозрливості та дратівливості, що співпадають з відповідними коливаннями настрою та самопочуття. Підлітки з нестійкими акцентуаціями наслідують жорстокі агресивні дії, хоча їм не властивий високий рівень агресивності, а підозри та образи пов'язані переважно зі страхом отримати відповідальні завдання, що вимагають докладання вольових

зусиль [48, с.146]. Найнижчий рівень ворожості виявлено у представників сензитивного типу акцентуацій. Такі підлітки з підозрою ставляться до незнайомих чи мало знайомих людей, але бояться лишитись на самоті, тому відкрито не конфліктують.

Оцінити ймовірність прояву агресивних реакцій та прогнозувати їх спрямованість у підлітків з різними типами акцентуацій характеру допоможуть також результати експериментальних досліджень, проведених Н.М.Панасенко. За позицією вченої, до проявів гетероагресії схильні представники епілептоїдного, шизоїдного, шизоїдно-психастенічного, шизоїдно-епілептоїдного та епілептоїдно-істероїдного типів акцентуацій, а до аутоагресії – підлітки з сензитивними, циклоїдними, епілептоїдними, істероїдними, гіпотимними (аналог субдепресивної фази циклоїдних акцентуацій), а також гіпотимно-нестійкими, гіпотимно-конформними, гіпертимно-істероїдними, шизоїдно-епілептоїдними, лабільно-нестійкими акцентуаціями характеру [107]. Н.М.Панасенко констатувала і наявність гендерних розбіжностей: хлопці з епілептоїдними, істероїдними, гіпертимними, шизоїдними, психастенічними, нестійкими акцентуаціями та дівчата з лабільними, епілептоїдними, істероїдними, сензитивними, шизоїдними акцентуаціями мають низький рівень саморегуляції, нетерпимі до критики, часто керуються тільки своїми бажаннями та схильні неадекватно реагувати у складних ситуаціях, не вміють долати труднощі без сторонньої допомоги [107]. Так, можна припустити, що у підлітків із зазначеними типами акцентуацій найнижчий рівень фрустраційної толерантності, а прояви фрустрації найбільш деструктивні.

Таким чином, аналіз результатів описаних експериментальних досліджень дозволяє зробити наступні висновки. Акцентуйовані риси, як «слабкі місця» в структурі характеру підлітків, часто перешкоджають їхній адаптації до оточення, адже обумовлюють ряд проблем в емоційно-вольовій та мотиваційній сферах (схильність до неконструктивних форм емоційного реагування, емоційна нестабільність та незрілість, імпульсивність, низький рівень саморегуляції, негативні установки до окремих сфер дійсності тощо). Однак одержаного на сьогодні емпіричного матеріалу не досить, щоб оцінити специфіку стану

фрустрації у підлітків-акцентуантів. Проаналізовані наукові дані не позбавлені суперечливих моментів і дозволяють встановити лише загальні тенденції щодо проявів фрустрації, найбільш властивих представникам різних типів акцентуацій. Зокрема, можемо стверджувати, що до гострих афективних реакцій, спалахів гніву та інших агресивних проявів схильні підлітки практично зі всіма акцентуаціями, особливо в ситуаціях, що пред'являють «завищені вимоги до місць найменшого опору» [89]; в таких обставинах підвищується ймовірність ригідної поведінки, тобто проявів фіксації у підлітків з епілептоїдним, психастенічним та конформним типами акцентуацій, а у особистостей з сензитивними, лабільними, астено-невротичними акцентуаціями загострюються депресивні тенденції та інші астеничні прояви фрустрації.

Керуючись існуючим науковим матеріалом, важко оцінити рівень фрустрації підлітків з різними типами акцентуацій, адже представники окремих типів здатні досить швидко долати цей стан (але не реальні труднощі), знімаючи психоемоційне напруження легким переключенням на інший вид діяльності, відмовою від початкових «заблокованих» цілей (як підлітки з гіпертимними акцентуаціями), «втікаючи» від проблем (як представники нестійкого типу) або «витісняючи» у підсвідоме неприємні переживання (при істероїдних акцентуаціях). Тому необхідні більш ґрунтовні дослідження особливостей прояву фрустрації у підлітків-акцентуантів, складання профілів фрустраційних реакцій для представників різних типів акцентуацій, оцінка рівня їхньої фрустраційної толерантності.

1.3. Психологічний аналіз способів корекції фрустрації особистості на різних етапах онтогенезу

Аналізуючи наукові підходи до вивчення фрустрації, ми виявили суттєві розходження в тлумаченні змісту поняття, визначенні причин та особливостей проявів цього феномена. Відповідно неможливо виділити єдину концепцію профілактики її деструктивних впливів та корекційної роботи з фрустрованими

особистостями. Тому розглянемо загальні способи додання фрустрації особистості на різних етапах онтогенезу, сформульовані представниками зарубіжних та вітчизняних теоретичних напрямів. Проаналізуємо їхню ефективність у роботі з різними віковими категоріями індивідів, але основну увагу зосереджуватимемо на корекційно-профілактичних заходах, найбільш доцільних у підлітковому віці. При цьому орієнтуватимемось на психологічні особливості цього вікового періоду: згадувані раніше особливості «підліткового комплексу», що створюють ряд додаткових проблем, здатних ускладнити надання психологічної допомоги; але водночас і сприятливі для корекційної роботи якості: прагнення до самовдосконалення, готовність до самоаналізу, рефлексивні здібності та здатність до абстрактного, критичного мислення.

Спершу зупинимось на обґрунтуванні доцільності та можливості додання фрустрації, представленої в розглянутих вище наукових концепціях. Зокрема, представники психодинамічного напрямку зарубіжної психології розглядали феномен фрустрації у нерозривному зв'язку з процесами соціалізації, соціальними нормами та заборонами. Так, фрустрація негативно впливає на процеси особистісного розвитку підростаючої особистості, часто призводить до «самовідчуження» та дезадаптивних реакцій (агресії, тривоги, жорстокості чи конформізму) [156], може спровокувати виникнення невротичних розладів [208; 209]. Єдиний шлях нейтралізувати несприятливий вплив фрустрації – сприяти розвитку впевненої в собі особистості, здатної самостійно приймати рішення, відповідати за власні вчинки; заохочувати самопізнання для усвідомлення внутрішніх конфліктів та можливостей їх вирішення.

В гуманістичних теоріях фрустрація особистості пов'язана з депривацією її потреб у безпеці, повазі, любові, проявляється у депресивних переживаннях безпорадності, відчаю, спустошеності, невпевненості в собі, беззмістовності власного життя [223 – 225]. При цьому запобігти патогенному впливу фрустрації на підростаючу особистість можна, створивши умови мікросоціального оточення, сприятливі для задоволення її базових психологічних потреб.

В гіпотезах фрустраційної агресії, регресії та фіксації [176; 193; 222] описується деструктивний вплив фрустрації на поведінку людини: поява агресивних спонукань, зниження диференційованості та дезорганізація діяльності (регресивні тенденції, близькі до проявів незрілої поведінки), прояви тривоги, ворожості, негнучкість, ригідність, втрата цілеспрямованості та адаптивності поведінки. Відповідно корекційна робота з фрустрованими особистостями на різних етапах онтогенезу має бути спрямована саме на долання зазначених деструктивних тенденцій.

Зокрема, в гіпотезі фрустраційної агресії [193] важливу роль було відведено проблемі катарсису як способу послаблення агресивних тенденцій. Згідно з результатами проведених наукових досліджень, ефекту катарсису можна досягнути, виявляючи роздратування чи агресивні спонукання в формі, яка нікому не зашкодить (менш спрямовані та емоційно заряджені реакції, їх скерування на альтернативний об'єкт чи на самого себе). Кожен окремий акт катарсису здатний послідовно знижувати агресивність, так само, як кожен випадок впливу фрустратора поступово її підвищує. Цей ефект використовується в психодинамічному та когнітивно-біхевіоральному напрямках психологічної допомоги для корекції агресивності (катарсис не запобігає агресивним проявам фрустрації у майбутньому, а може використовуватись лише в контексті аутотренінгу – як прийом релаксації у фрустраційній ситуації). Так, починаючи з молодшого шкільного чи раннього підліткового віку, важливо навчати підростаючу особистість технікам аутогенного тренування.

Послідовники авторів гіпотези фрустраційної агресії (J.Blocks, V.Martin, D.Zillmann) доводили можливість нівелювання агресивних схильностей не тільки в процесі безпосередньої емоційної розрядки (катарсису), але і шляхом привчання підростаючої особистості до більш конструктивних способів реагування на вплив фрустраторів. Сприяють цьому розвиток у дітей і підлітків навичок саморегуляції та самостримування [185], навчання замислюватись над доцільністю та безпечністю агресивних реакцій в конкретних обставинах, передбачати наслідки таких дій, аналізувати фрустраційну ситуацію та причини

своїх невдач, шукати виправдання діям людей, які стають на заваді реалізації цілей; привчання слідувати соціально прийнятним моделям поведінки (A.Bandura) [174; 175; 254].

Керуючись змістом евристичної теорії С.Розенцвейга [240], не доцільно позбавлятися від фрустрації, адже цей стан пов'язаний з пристосуванням організму до умов навколишньої дійсності, тому важливо лише працювати над підвищенням адаптивності фрустраційних реакцій. Наприклад, коригувати схильність особистості до перешкодно-домінантних та самозахисних, екстра- та інтрапунітивних реакцій, які перешкоджають ефективному виходу з проблемних ситуацій, пов'язаних з позбавленнями, конфліктами чи втратами.

Водночас, згідно з науковою позицією біхевіористів, «фрустраційний ефект» сприяє продуктивному та швидкому виконанню завдань, пов'язаних з вирішенням проблемних ситуацій. Відповідно слід не долати, а навмисно викликати фрустрацію в учнів, використовувати її активуючу силу в проблемному навчанні (A.Amsel, J.S.Brown, I.E.Farber) [187; 198; 199].

Нагадаємо, що можливість конструктивного ефекту фрустрації обґрунтував також Р.Баркер [5; 177], доводячи мобілізаційний вплив напруження у фрустраційній ситуації. Згідно з його науковою позицією, теорією С.Розенцвейга та вченням М.Д.Левітова, запобігти деструктивним впливам фрустрації на самопочуття та поведінку особистості можна, розвиваючи її фрустраційну толерантність [5; 86; 240]. Надалі докладніше проаналізуємо зміст цього поняття та способи підвищення рівня толерантності.

Фрустраційна толерантність – це порогова величина рівня напруження, перевищення якої призводить до порушення душевної рівноваги, втрати здатності конструктивно долати труднощі, дезорганізації поведінки [5]; це «терплячість, витривалість, відсутність важких переживань та різких реакцій, незважаючи на наявність фрустраторів» [86, с.123]. Як зазначалось раніше, фрустраційна толерантність може проявлятися у різних формах. Найбільш конструктивним варіантом слід вважати спокійну, розсудливу реакцію на вплив фрустраторів, готовність сприймати життєві труднощі, як джерело досвіду

долання критичних ситуацій, без пошуку винних чи нарікань на себе. Толерантність може проявлятися і в посиленні психоемоційного напруження для стримування небажаних імпульсивних реакцій, або як бравада з підкресленою байдужістю, що маскує озлобленість, смуток чи зневіру [86].

Рівень толерантності визначається біологічно зумовленою індивідуальною вразливістю до дії різних фрустраторів, а також залежить від попередніх знань та досягнень людини, її досвіду, здібностей, показників екстраверсії та інтроверсії [210]. У особистостей, які мають високу толерантність, фрустрація виникає рідше або її прояви менш інтенсивні, ніж у випадку низької толерантності, конструктивність поведінки чи якість виконання певного виду діяльності після дії фрустратора лишаються незмінними, а при низькій толерантності істотно знижуються [210]. Окрім того, поведінка індивідів з високим рівнем фрустрації та низьким рівнем толерантності характеризується рядом неконструктивних ознак (див. табл. 1.1). Відповідно надання психологічної допомоги фрустрованим особистостям передбачає корекцію зазначених небажаних поведінкових проявів та розвиток конструктивних якостей, властивих поведінці індивідів з високим рівнем толерантності та низькою фрустрованістю.

Таблиця 1.1

Порівняльна характеристика поведінки особистостей з різними рівнями фрустрації та фрустраційної толерантності

Особливості поведінки:	
особистостей з низьким рівнем фрустрації та високою фрустраційною толерантністю	особистостей з високим рівнем фрустрації та низькою фрустраційною толерантністю
Скерована потребою, сконцентрована на меті.	Ситуаційно обумовлена (реактивна) чи захисна (сконцентрована на фрустраторі чи спрямована на полегшення стану фрустрації (пошук допомоги).
Вирішальний вплив на неї має важливість мети чи очікуваного результату.	Вирішальний вплив має досяжність мети чи доступність засобів її досягнення.
Гнучка, змінюється під впливом досвіду проб та помилок, нагород та покарань.	Ригідна, важко піддається змінам, фіксована, мало залежить від наявності підкріплень.
Характеризується наполегливістю, різноманітням реакцій-відповідей (переважно боротьби та опору) у випадку появи перешкод на шляху досягнення мети.	У відповідь на блокування передбачає обмежений набір одноманітних реакцій-відповідей (боротьбу, уникання, опір чи відступ).
Реакції-відповіді змістовно наповнені, націлені на конкретний результат, активні та енергійні.	Реакції не націлені на результат, характеризуються упокорюванням, безініціативністю.
Характерна вибірковість дій та вчинків під контролем інтелекту; в поведінці закріплюються лише адаптивні реакції.	Дії та вчинки імпульсивні або нав'язливі, фіксовані; в поведінці закріплюються реакції, що полегшують стан фрустрації (не обов'язково адаптивні).
Конструктивна, адаптивна, зріла.	Деструктивна, іноді характеризується впертістю, що лише заважає адаптації, інфантильна.

В когнітивному та когнітивно-біхевіоральному підходах класичної зарубіжної психології (А.Т.Бек, W.Dryden, А.Еllis, R.Е.МсMullin, М.Неenan, U.Неisser) [7; 40; 92; 102; 103; 129; 145; 169 – 171] фрустраційна толерантність ототожнюється зі здатністю людини адекватно сприймати труднощі, раціонально оцінювати дійсність та отримувати задоволення від життя. Так, висока фрустраційна толерантність заснована на раціональних ідеях, тобто на гнучких, не перебільшених та адекватних актуальній життєвій ситуації (охарактеризувати їх зміст можна наступною фразою: «буде важко, але я зможу це витримати» [197]). Керуючись раціональними переконаннями, людина зможе обрати найбільш ефективну стратегію поведінки, якщо ситуацію можна змінити, і адекватно пристосуватись до обставин, які змінити неможливо, примиритись з недосяжністю поставлених цілей.

В основі низької фрустраційної толерантності лежать ірраціональні переконання, тобто занадто перебільшені (підпорядковані ідеї «Я не витримаю цього!»). Наприклад, людина намагається завжди і в усьому досягати успіху з найкращим результатом, переконана, що оточуючі зобов'язані підтримувати її і вважати кращою за інших, якщо обставини не відповідають її очікуванням та бажанням, то їй буде завдано непоправних збитків зараз і вона більше ніколи не буде щасливою в майбутньому [197; 247]. Особистість, що керується такими установками, не здатна конструктивно долати життєві труднощі та перешкоди на шляху досягнення цілей, адже будь-яке блокування своєї цілеспрямованої діяльності переживає вкрай гостро і часто реагує спалахами гніву, шукаючи виправдання своїм агресивним діям замість того, щоб спробувати більш конструктивні способи виходу з фрустраційної ситуації. Таким чином, при низькому рівні фрустраційної толерантності людина не може примиритись з обставинами, які не здатна змінити, її поведінка неконструктивна, призводить лише до ускладнення ситуації, погіршення здоров'я, руйнування стосунків з оточуючими [197; 247]. Особистість з високим рівнем толерантності менше хвилюється та засмучується у фрустраційних ситуаціях, наполегливо намагається подолати всі труднощі. Тому розвиток фрустраційної толерантності є запорукою

зміцнення психічного здоров'я та формування «психічної витривалості» [247], а для профілактики та долання фрустрації важливо формувати раціональні переконання та установки, закріплювати їх на практиці, навмисно створюючи фрустраційні ситуації в реальному житті (пропонувати людині обирати найважчі, найбільш неприємні способи досягнення мети), або відтворюючи їх в рольових іграх для тренування раціонального мислення та конструктивної поведінки, здобуття навичок самовладання, розвитку індивідуально-психологічних якостей, що відповідають високому рівню фрустраційної толерантності. Така психокорекційна та психоконсультативна робота може проводитись як з дорослими особистостями, у яких вже сформувалась система ірраціональних переконань та установок, так і з підлітками для попередження закріплення в їхньому світосприйнятті негнучких та неадаптивних уявлень.

До поняття фрустраційної толерантності близький за змістом термін «копінг», що означає здатність особистості вирішувати складні ситуації і визначає її адаптивний потенціал [214]. Так, в когнітивно-біхевіоральному напрямі психокорекції практикуються надання психосоціальної підтримки (як дорослим, так і старшим підліткам), навчання ефективним копінг-стратегіям: визначати проблему та знаходити альтернативні рішення, ефективно долати стрес, а також надається допомога в активізації адаптивних реакцій (копінг-ресурсів), що допомагають успішно впоратись з фрустрацією, сприяють збереженню психічного та фізичного здоров'я [126; 145].

Щоб скласти більш повне уявлення про можливості корекції фрустрації, звернімося до результатів експериментальних досліджень О.І.Кузьміної [76; 77], згідно з якими більш вільні від фрустрації особистості з високим рівнем інтелекту, що вміють швидко відділяти головне від другорядного в ситуації прийняття рішення; незалежні та впевнені в собі, з високим життєвим тонусом, позитивним ставленням до оточуючих, а також здатні глибоко усвідомлювати ситуацію фрустрації, розуміти її причини, мотиви діяльності, передбачати наслідки дій, обираючи найбільш оптимальний варіант поведінки [76]. Вчена виділила комплекс детермінант свободи від фрустрації, тобто «сформованих в

процесі життєдіяльності якостей, що забезпечують можливість безконфліктного та ефективного здійснення процесів рефлексії, переживання і власне діяльності...» [76, с.89]. Відповідно в основі корекційно-профілактичної роботи, спрямованої на долання фрустрації, має бути формування наступних якостей:

- флексибельність (гнучкість) та абстрактність мислення, кмітливість;
- тенденція до імунітивних реакцій, що «свідчать про сформованість установки діяти відповідно з правилами етики, сприяють неупередженому пошуку конструктивного рішення» [76; 182];

- схильність до необхідно-наполегливих реакцій у фрустраційних ситуаціях. Цей тип спрямованості реакцій, на відміну від перешкодно-домінантних та захисних, свідчить про здатність індивіда зосереджуватись на подоланні труднощів, а не на негативних емоціях, викликаних появою перешкоди (безпорадності, розгубленості, страху), чи на пошуку способів захисту власного «Я»;

- переважання особистісних факторів (за Р.Кеттелом [119, С.231-239]): «нонконформізму» (самостійності у прийнятті рішень, самодостатності, незалежності від думки більшості), «домінантності» (самовпевненості, наполегливості, непоступливості, впертості, владності, свавілля, агресивності, конфліктності); «дипломатичності» (честолюбства, хитрості, розважливості, обачності, кмітливості, проникливості), «емоційної стійкості» (врівноваженості, рішучості, життєрадісності, схильності не помічати дрібниць);

- деякі акцентуації характеру (гіпертимні, лабільні, епілептоїдні, циклоїдні), поєднані з позитивним емоційним фоном та достатньо високим рівнем особистої вмотивованості на досягнення.

Спираючись на розглянуті наукові підходи до способів корекції фрустрації, можемо стверджувати про важливість системної профілактичної та корекційно-розвивальної роботи з дітьми та підлітками, особливо якщо вони мають знижений рівень фрустраційної толерантності. Передусім, необхідно працювати над реалізацією таких завдань: «попереджати стани фрустрації чи, якщо вони виникають, регулювати їх; уникати в навчально-виховних впливах

фрустраторів, що провокують астенічні та небажані стенічні реакції; розвивати у дітей правильне розуміння труднощів, щоб діти не вважали цілком переборні труднощі нездоланими бар'єрами: виховуючи вольові риси характеру, велику увагу приділяти вихованню витривалості та самовладання; виховувати ці риси у педагога, щоб він не подавав дітям поганих прикладів і власною фрустрацією не втрачав авторитет в очах учнів» [86, с.128].

У дітей та підлітків з низьким рівнем фрустраційної толерантності виникають труднощі в процесі навчання, адже деструктивні прояви фрустрації обумовлюють не тільки зниження якості виконання навчальних завдань, а і порушують соціальну адаптацію учня, що в кінцевому рахунку загрожує появою значних психологічних труднощів та психогенних розладів. Тому важливо створити специфічні умови навчання для учнів з високим рівнем фрустрації та низькою толерантністю, що були б для них максимально комфортними, запобігали загостренню психоемоційного напруження і водночас сприяли підвищенню ефективності навчально-виховного процесу. Зокрема, забезпечувати індивідуальний підхід до кожного учня: враховувати найбільш зручний темп роботи, надавати необхідну допомогу та зворотний зв'язок в навчанні; доступно роз'яснювати вимоги до виконання завдань та критерії оцінювання якості роботи, проводити попередній інструктаж, забезпечувати учнів навчально-методичними посібниками, щоб стимулювати їхню гнучкість та креативність при подальшому вирішенні проблемних завдань, демонструвати велику кількість прикладів, заохочувати учнів до задавання питань; віддавати перевагу позитивним підкріпленням, обмежуючи кількість покарань (вони часто сприймаються як перешкоди на шляху досягнення успіху, а тому поглиблюють стан фрустрації); викладати матеріал незначними порціями, а у випадку найнижчого рівня толерантності – використовувати чіткі алгоритми, покрокове виконання завдань, давати можливість працювати довше, завершити роботу вдома тощо [210, С.348-349].

Не менш важливо працювати над створенням більш сприятливої психологічної атмосфери в шкільному колективі та родині. Враховуючи, що

часто саме несприятлива ситуація в сім'ї провокує стан фрустрації у підлітків [94; 96; 167; 168], необхідно проводити консультативно-просвітницьку роботу з батьками, підвищувати їх педагогічну компетентність, інформуючи про причини неприйнятної поведінки дитини, навчаючи прийомам розвитку її фрустраційної толерантності та ознайомлюючи з більш ефективними виховними впливами. Батькам треба роз'яснювати, що стійкий стан напруженості та настороженості, який формується на ґрунті незадоволених потреб дитини, унеможливорює розвиток у неї стійкості до впливу фрустраторів. Однак, якщо підліток матиме досвід нетривалих періодів перебування у стані помірнього стресу, а головне – за умови відчуття підтримки з боку оточуючих та цілковитої довіри до них, то психоемоційне напруження внаслідок фрустрації вже не призводитиме до формування негнучких механізмів психологічного захисту. Він має бути впевненим, що дорослі допоможуть задовольнити життєво важливі потреби, адже тільки тоді зможе без страху витримувати деякі періоди дискомфорту, пов'язаного з труднощами на шляху реалізації значущих цілей. Але відчуття захищеності не тотожне залежності від дорослих. Необхідний досвід самостійного подолання перешкод та вирішення проблем, адже це єдиний шлях розвитку впевненості підлітка в собі, необхідної для формування фрустраційної толерантності [206].

Важлива і психологічна атмосфера в сім'ї. Як зазначалось раніше, фрустраційні зміни в емоційних стосунках родини обумовлюють її дезінтеграцію, провокують появу патогенної ситуації, небезпечної для психологічного здоров'я всіх членів сім'ї [168]. Е.Г.Ейдемільер та В.В.Юстицький [167; 168] наголошували на необхідності активації особливих соціально-психологічних механізмів сімейної інтеграції, які сприяють нівелюванню негативних, фрустраційних переживань (незадоволеності, агресії, тривоги, напруженості), вирішенню внутрішніх та міжособистісних конфліктів. Мова йде про сукупність особливих внутрішніх і міжособистісних психологічних процесів, сприятливих для формування та розвитку «просімейних мотивів» (позитивне ставлення до родини, бажання залишатись її членом, прагнення зміцнювати її) [168, с.69]. У випадку високої ефективності

дії цих механізмів будь-які труднощі та перешкоди сприяють подальшій інтеграції родини, її згуртуванню у протидію фрустраторам. Для зміцнення механізмів сімейної інтеграції необхідно формувати у членів родини уявлення, навички та звички саме колективного, а не індивідуального задоволення своїх потреб, розвивати «сімейну довіру», тобто вміння усувати суперечності шляхом взаємних поступок (механізм «спільності долі» [149; 168]); стимулювати зростання симпатії між членами родини, здатної нейтралізувати фрустрацію через полегшення взаємної адаптації до недоліків один одного (механізм «емоційної ідентифікації в сім'ї» [154; 168]). Досягнути цього можна комплексом методик сімейної психотерапії, серед яких: техніки, що формують окремі вміння і навички (наприклад, тренування гнучкості мислення); програвання сімейних ролей (можливі обміни ролями) в ігрових ситуаціях, що відтворюють сімейні стосунки; директиви (прямі вказівки) психотерапевта щодо бажаної поведінки окремих членів родини; сімейні дискусії; «обумовлене спілкування» з введенням у звичні стосунки ряду чітких правил (техніки «конструктивних суперечок», «чесної боротьби») тощо [167; 168].

Таким чином, корекція фрустрації особистості передбачає здійснення комплексних профілактичних та корекційно-розвивальних впливів на неї та її найближче соціальне оточення. При цьому важливий індивідуальний підхід до вибору стратегії та тактики надання психологічної допомоги: необхідно враховувати зовнішні та внутрішні фактори, що викликають стан фрустрації в конкретного індивіда, рівень його фрустраційної толерантності та профіль фрустраційних реакцій. Коли мова йде про підлітків з акцентуаціями характеру, то слід орієнтуватись на особливості відповідного типу акцентуацій: вибіркову вразливість до окремих ситуацій, специфіку реагування на труднощі (особисті невдачі, конфлікти, неможливість задовольняти важливі потреби, перешкоди на шляху реалізації цілеспрямованої діяльності), схильність до деструктивних емоційних та поведінкових проявів (див. табл. 1.1). Наприклад, для підлітків з акцентуаціями характеру лабільного типу особливо важливо створити сприятливу психологічну атмосферу в родині, для представників сензитивного

типу – оптимізувати умови шкільного навчання, у підлітків з епілептоїдними акцентуаціями необхідно розвивати емоційну стабільність як умову фрустраційної толерантності тощо. В цілому ж, особливості корекції фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру на сьогоднішній день не визначені, а тому їх теоретичне вивчення, апробація та впровадження відповідної системи профілактичних та корекційно-розвивальних заходів є одним із завдань нашого дисертаційного дослідження.

Висновки до першого розділу

Теоретичний аналіз феномена фрустрації, проведений на основі вивчення наукових джерел дозволяє зробити наступні висновки:

1. Фрустрація – це особливий психічний стан людини, викликаний об'єктивно або суб'єктивно нездоланими перешкодами на шляху досягнення мети. Ці перешкоди, тобто фактори фрустрації (фрустратори), можуть бути пов'язані з зовнішніми обставинами, що передбачають міжособистісні конфлікти (протидію з боку інших людей), позбавлення, втрати, які унеможливають реалізацію цілей та задоволення важливих потреб (фрустраційні ситуації). Фрустрацію можуть викликати також внутрішні фактори: нераціональні думки, деструктивні установки, внутрішні конфлікти, сумніви, негативні переживання тощо.

2. Прояви фрустрації визначаються індивідуально-типологічними особливостями особистості (властивостями вищої нервової діяльності, рисами характеру, схильностями), значимістю заблокованих потреб та мотивів, силою відповідних перешкод та передбачуваністю їхньої появи, рівнем вихованості фрустрованої особистості (її обізнаністю щодо суспільних норм та вимог, рівнем усвідомлення відповідальності за власні вчинки, розумінням можливості покарань за неприйнятну поведінку), а також тривалістю фрустрації.

3. Фрустрація може мобілізувати зусилля людини, спрямовані на долавання труднощів, і проявляється в адаптивних реакціях. Якщо рівень

психоемоційного напруження у фрустраційній ситуації перевищує індивідуальний поріг чутливості людини (рівень фрустраційної толерантності), то вона втрачає здатність конструктивно вирішувати проблеми внаслідок неадаптивних проявів фрустрації: агресії, регресії, уникання, фіксації, упокорення, втеч у цікаву діяльність, депресії. Специфічні для особистості прояви фрустрації визначають профіль її фрустраційних реакцій – комплекс перешкодно-домінантних, необхідно-наполегливих, самозахисних типів реакцій різної спрямованості (екстрапунітивної, інтрапунітивної, імпульсивної).

4. Схильність до фрустрації обумовлює формування фрустрованості – системного утворення особистості, що характеризується постійним психоемоційним напруженням та відповідними дезорганізуючими переживаннями і думками, неадаптивною поведінкою (негнучкою, ситуаційно обумовленою чи «захисною», а не скерованою конкретною метою, обмеженою набором одноманітних дій – імпульсивних, компульсивних чи інфантильних).

5. Акцентуації характеру як крайні варіанти норми – це загострені окремі риси характеру, які обумовлюють вибіркочувствитливість суб'єкта до певних психогенних впливів. Акцентуовані риси особливо підсилюються та переходять з прихованої форми у явну в підлітковому віці, набувають властивостей внутрішніх фрустраторів, коли підліток потрапляє в ситуації, які пред'являють завищені вимоги до його «місць найменшого опору». Залежно від типу акцентуацій, такими факторами фрустрації можуть бути схильність до застрягання і концентрації на негативних переживаннях (при психастеничному, астено-невротичному та епілептоїдному типах), тривожність та невпевненість у своїх силах (сензитивні, конформні акцентуації), емоційна нестабільність і проблеми з саморегуляцією (у випадку лабільного, циклоїдного, епілептоїдного типів акцентуацій) тощо. При цьому фрустраційні реакції у підлітків з різними типами акцентуацій мають свою специфіку, хоча найчастіше це прояви агресії, спалахи гніву, роздратування, прояви фіксації чи депресивних тенденцій.

6. Рівень фрустрованості може істотно варіювати у підлітків з різними акцентуаціями, адже представники окремих типів (гіпертимного, істероїдного,

нестійкого) здатні досить швидко долати фрустрацію (але не реальні труднощі), знімаючи психоемоційне напруження переключенням на інший вид діяльності, відмовою від подальших спроб досягнення успіху, ігноруванням труднощів чи «витісненням» у підсвідоме неприсмних переживань.

Результати теоретичного вивчення особливостей психічного стану фрустрації у підлітків з різними акцентуаціями характеру презентовані в ряді авторських публікацій [64; 71; 72].

7. Корекція фрустрації особистості на різних етапах онтогенезу передбачає здійснення комплексних профілактичних та корекційно-розвивальних впливів із застосуванням технік когнітивно-біхевіорального підходу, інтерактивних ігрових методів і методик соціально-психологічного тренінгу, спрямованих на розвиток фрустраційної толерантності (опірності до впливу фрустраторів) та формування навичок конструктивної поведінки; а також підвищення емоційної стабільності та навчання способам саморегуляції методиками аутогенного тренування, релаксації та арттерапії тощо. При цьому важливий індивідуальний підхід до вибору стратегій психологічної допомоги (особливо, підліткам з акцентуаціями характеру): необхідно враховувати вибіркову вразливість конкретного підлітка до окремих ситуацій, впливу зовнішніх та внутрішніх фрустраторів, рівень його фрустраційної толерантності та схильність до деструктивних емоційних та поведінкових проявів.

Результати аналізу особливостей психологічної підтримки підлітків-акцентуантів та формування в них фрустраційної толерантності відображені в ряді авторських публікацій [64; 69; 72].

8. Необхідні подальші ґрунтовні емпіричні дослідження особливостей психічного стану фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру, визначення найбільш дієвих способів профілактики та корекції деструктивних впливів фрустрації на особистісний розвиток підлітків-акцентуантів.

РОЗДІЛ 2

Емпіричне вивчення особливостей фрустрації підлітків з різними типами акцентуацій характеру

2.1. Організація дослідження та методи діагностики фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру

Здійснений теоретичний аналіз наукових джерел не дозволяє однозначно оцінити специфіку стану фрустрації підлітків з різними типами акцентуацій характеру через недостатнє висвітлення цієї проблеми у працях зарубіжних та вітчизняних дослідників. Відповідно необхідне ґрунтовне емпіричне дослідження впливу різних акцентуованих рис на рівень фрустрації підлітків для подальшого обґрунтування стратегій надання їм психологічної підтримки, спрямованої на зниження деструктивності цього психічного стану.

Метою констатувального експерименту було емпірично вивчити особливості проявів фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру в різних життєвих ситуаціях та міжособистісних взаємодіях, теоретично обґрунтувати та експериментально визначити рівні фрустрації у представників різних типів акцентуацій. Проведення експерименту було організовано на базі трьох навчальних закладів: середньої загальноосвітньої школи № 224 Дніпровського району м. Києва, спеціалізованої середньої школи № 194 «Перспектива» Мінського району м. Києва та Броварської спеціалізованої школи № 7 м. Бровари Київської області. Зауважимо, що контингент учнів цих шкіл – це підлітки з різних соціальних прошарків населення, та відповідно різним досвідом зіткнення з об'єктивно нездоланими перешкодами на шляху задоволення їхніх потреб (це важливо для підвищення репрезентативності вибірки досліджуваних, а отже, одержання більш об'єктивних та достовірних результатів). В процесі проведення експерименту ми з'ясували, що учні спеціалізованих шкіл Києва та Броварів дуже відрізняються за рівнем вихованості: кияни продемонстрували значно нижчий рівень культури спілкування, послуговуючись ненормативною

лексиною та демонструючи неповагу як до однолітків, так і до старших за віком (можливо, це пов'язано з відмінностями між традиціями виховання дітей у столиці і невеликих містах).

Загальна вибірка досліджуваних складала 186 учнів 6-9 класів – підлітків віком від 11 до 15 років. Відмітимо, що серед них були представники національних меншин (в ЗОСШ № 224 навчаються також діти, батьки яких іммігрували з Азербайджану) та діти, позбавлені батьківського піклування (броварська школа тісно співпрацює з адміністрацією так званого «соцмістечка» – інтернату для дітей з неблагополучних родин).

Згідно з логікою емпіричного дослідження, розпочати експеримент необхідно було з визначення типів акцентуацій характеру досліджуваних підлітків. Оскільки в своїй роботі ми орієнтувались передусім на наукову позицію російського психолога та психіатра А.Є.Лічка, то для дослідження особливостей особистісного розвитку підлітків-акцентуантів найбільш доцільно було б використати розроблений ним патохарактерологічний діагностичний опитувальник (ПДО) [109]. Зазначена психодіагностична методика досить надійна, однак складна у використанні, особливо коли мова йде про групове обстеження одночасно великої кількості респондентів. Тому для визначення типів акцентуацій характеру підлітків у вибірці досліджуваних було обрано модифіковані варіанти ПДО: «Тест особистісних акцентуацій» (ТОА) (авт. В.П.Дворщенко) [38] та «Модифікований патохарактерологічний діагностичний опитувальник» (МПДО) (авт. С.І.Подмазін) [115].

Валідність ТОА визначалася шляхом зіставлення результатів діагностики і клінічного методу, одержаних внаслідок обстеження 110 підлітків та юнаків віком від 14 до 23 років, і складає 0,93, що навіть перевищує валідність ПДО (0,85, згідно з даними розробника [109]) [38]. МПДО був апробований з контингентом 316 акцентуєваних підлітків, валідність тесту перевірялась шляхом оцінки кореляції діагнозів, встановлених за допомогою нього, одержаних за методикою ПДО та методом експертних оцінок. Співпадіння між діагнозами, встановленими з використанням МПДО та ПДО, складало 76%, а між

діагнозами експертів та встановленими за допомогою МПДО – 87%. Таким чином, валідність МПДО тесту не менша за 0,95 [115].

Мета вище зазначених опитувальників – діагностика особливостей особистісного розвитку, пов'язаних з наявністю в структурі характеру особистості різних типів акцентуованих рис. За допомогою цих методик ми діагностували десять типів акцентуацій: гіпертимний, циклоїдний, лабільний, астено-невротичний, сензитивний, психастенічний (тривожно-педантичний), шизоїдний (інтровертований), епілептоїдний (збудливий), істероїдний та нестійкий. Окрім того, використання ТОА дозволило оцінити ступінь конформності підлітків, адже конформний тип акцентуації характеру не діагностується, хоча досліджений і описаний А.С.Лічком, тому потребує уваги.

Втім, експериментально було з'ясовано, що впоратись з аналізом 195 тверджень ТОА (необхідно 45 хвилин концентрувати увагу) можуть лише учні 14-15 років, а зміст окремих тверджень (зокрема, «Найменша неприємність пригнічує у мене статевий потяг», «Я відчуваю ненормальності в своєму статевому потязі і намагаюсь їх виправляти», «Я вважаю, що статевий потяг не можна стримувати, бо це заважає продуктивній праці») зумовив необхідність обмежити вибірку досліджуваних за цією методикою учнями дев'ятих класів. З підлітками віком 11-13 років було проведено МПДО (авт. С.І.Подмазін).

Плануючи дослідження стану фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру, необхідно було підібрати комплекс надійних діагностичних засобів, що дозволили б всебічно оцінити специфіку цього психічного стану у представників різних типів акцентуацій: здійснити порівняльний аналіз його проявів (реакцій підлітків у фрустраційних ситуаціях) та зробити диференціальну діагностику міри фрустрованості респондентів.

Як зазначалось у першому розділі дисертаційного дослідження, експериментальною основою для більшості проведених на сьогодні досліджень особливостей фрустрації особистостей на різних етапах онтогенезу слугує «Тест фрустраційних реакцій» (авт. С.Розенцвейг) [133; 142; 144] – проєктивна методика вивчення поведінки людини у фрустраційних ситуаціях.

Мета «Тесту фрустраційних реакцій» – дослідження реакцій на невдачу та способи виходу з ситуацій, які перешкоджають діяльності чи задоволенню потреб особистості. За результатами опрацювання письмових відповідей було складено профілі фрустраційних реакцій, визначено коефіцієнти GCR (рівень соціальної адаптивності), після чого здійснено порівняльний аналіз одержаних даних у підлітків з різними типами акцентуацій характеру, для кожного типу вираховано середні значення показників прояву окремих категорій фрустраційних реакцій.

Профілі фрустраційних реакцій дають уявлення про найбільш характерні для особистості стратегії поведінки у ситуаціях «перешкод» і «звинувачень», складаються шляхом визначення домінуючих за спрямованістю та типом фрустраційних реакцій. Нагадаємо, що за спрямованістю фрустраційні реакції поділяються на екстрапунітивні (категорія E), інтрапунітивні (I) та імпунітивні (M); типи фрустраційних реакцій: перешкодно-домінантні (категорія OD), самозахисні (ED), необхідно-наполегливі (NP). Таким чином, існує дев'ять категорій фрустраційних реакцій:

- перешкодно-домінантні екстрапунітивні (E') – нарікання індивідів у складних ситуаціях на важкість обставин, перебільшення їхньої серйозності, фіксація на своєму дискомфорті;
- перешкодно-домінантні інтрапунітивні (I') – тлумачення фрустраційних ситуації як позитивних, корисних, сприятливих для себе;
- перешкодно-домінантні імпунітивні (M') – ігнорування труднощів, легковажне ставлення до труднощів або заперечення наявності проблем, щоб уникнути роботи над їх вирішенням;
- самозахисні екстрапунітивні (E) – свідчать про сильне напруження особистості у фрустраційних ситуаціях і схильність розряджати його на оточуючих у формі ворожості, осуду, спалахів гніву;
- самозахисні інтрапунітивні (I) – реакції «відступу», що свідчать про невміння особистості захищатись, відстоювати власну правоту;

– самозахисні імпульсивні (М) – властиві чутливим, емпатійним особистостям, не схильним конфліктувати та з'ясовувати стосунки;

– необхідно-наполегливі екстрапульсивні (е) – виникають у особистостей, що прагнуть щонайшвидше звільнитись від психологічного дискомфорту, викликаного фрустратором, але при цьому не намагаються самостійно подолати проблему, а вимагають відповідних дій від оточуючих, перекладають на них відповідальність за виправлення ситуації;

– необхідно-наполегливі інтрапульсивні (і) – спроби не втягувати сторонніх у фрустраційну ситуацію, а самостійно вирішити всі проблеми, виправити помилки (часто чужі);

– необхідно-наполегливі імпульсивні (m) – оптимістичне сприйняття дійсності, віра особистості в те, що час та закономірний плин подій вирішать проблему, а взаєморозуміння та компроміс усунуть фрустраційну ситуацію.

Незважаючи на те, що С.Розенцвейг доводив значущість для інтерпретації лише сумарних показників фрустраційних реакцій, їх загального профілю та відповідності стандартним нормативам групи [157; 239], ми дотримуємось позиції, що при використанні проєктивної методики не меншу діагностичну цінність має процес виконання завдань респондентами та якісна оцінка їхніх відповідей. Тому ми також ретельно проаналізували зміст фраз-відповідей, адже важливо було з'ясувати особливості проявів фрустрації у підлітків з різними акцентуаціями характеру – визначити не тільки тип та спрямованість фрустраційних реакцій, але і специфіку реагування в складних життєвих ситуаціях та міжособистісних взаємодіях; оцінити, до впливу яких фрустраторів особливо вразливі представники окремих типів акцентуацій, в яких саме обставинах виявлялись найбільш деструктивні фрустраційні емоції та фрустраційна поведінка (в незручних ситуаціях, у відповідь на завдані збитки, невдачі, невиправдані сподівання, зруйновані плани, звинувачення у скоєних проступках (див. додаток Б, табл.1).

Так, відповідно до презентованої в першому розділі дисертаційного дослідження класифікації проявів фрустрації [39; 86; 161], аналізуючи фрази-

відповіді підлітків до ситуацій методики С.Розенцвейга, ми оцінювали схильність респондентів до різних форм агресії, реакцій фіксації, регресії, «відступу» (агресивної поведінки), депресивних проявів, підвищеного рівня емоційності реагування, а також показники різних форм фрустраційної толерантності. Для підвищення точності аналізу та можливості статистичної обробки результатів було зафіксовано всі ознаки тих чи інших проявів фрустрації, виявлені у відповідях досліджуваних, одержані дані внесено до загальної таблиці (див. додаток Б, табл.2). Ми також диференціювали прояви за їх часткою в системі фрустраційних реакцій підлітків: поодинокі, епізодичні (зафіксовані всього в кількох відповідях, але настільки показові, що не можуть бути проігнорованими), явні (виявлені у значній кількості відповідей до ситуацій тесту, різних за складністю та характером фруструючих впливів, тому можуть свідчити про існування в респондента схильності саме до цього виду проявів) чи домінуючі (особливо яскраві та показові, займають провідне місце в системі всіх проявів, тож не викликає сумніву їх притаманність фрустраційним реакціям досліджуваного).

В цілому, оцінювати прояви фрустрації важливо не за однією фразою-відповіддю підлітка, а шукаючи тенденції, виявляючи схильності до тих чи інших реакцій. Наголошуємо, що відповідні висновки мають цінність виключно для порівняльного аналізу особливостей фрустраційних реакцій представників різних типів акцентуацій і не можуть бути використані для достовірної діагностики особливостей особистісного розвитку досліджуваних. Тож обробляючи результати ідентифікації проявів фрустрації, ми визначали відсоткову частку представників того чи іншого типу акцентуацій, у яких виявлено схильність до певного виду реакцій у фрустраційних ситуаціях, надалі здійснюючи порівняльний аналіз саме цих кількісних показників.

Оскільки особливості стану фрустрації особистості та рівень прояву в неї цього психічного стану залежать також від міри фрустрованості, то подальше експериментальне дослідження передбачало вивчення зазначеного системного особистісного утворення у підлітків з різними акцентуаціями характеру. З цією метою було використано такі психодіагностичні засоби: «Експрес-діагностика

рівня особистісної фрустрації» (авт. В.В.Бойко) [151, С.136-137] та «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» (авт. Л.І.Вассерман, модиф. В.В.Бойком) [23; 119, С.157-159].

Мета методики «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації» – оцінити міру емоційного напруження особистості та закріплення в її поведінці деструктивних схильностей, що загострюються та проявляються у фрустраційних ситуаціях [14]. Звернімо увагу, що у вченні В.В.Бойка розмежовані поняття особистісної і соціальної фрустрації. Остання обумовлена незадоволенням особистості своїми реальними досягненнями, порівняно з потенційно можливими, і місцем в соціально заданих ієрархіях – своєрідній шкалі можливостей соціального росту та задоволення потреб, визначених умовами життя в конкретному суспільстві [14]. Відповідно методика «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації» вимірює рівень особистісної фрустрованості: низький, стійку тенденцію до фрустрації та дуже високий рівень за показниками інтенсивності переживань, викликаних невдоволенням через нереалізовані потреби (заздрощів, накопичених образ на оточуючих, схильності засмучуватись через дрібниці, пригніченості). А для визначення міри соціальної фрустрованості підлітків з акцентуаціями характеру ми скористались «Методикою діагностики рівня соціальної фрустрованості» (авт. Л.І.Вассерман, модиф. В.В.Бойком). **Мета** цієї методики – оцінити рівень невдоволеності особистості своїми соціальними досягненнями в ділових та неформальних взаємодіях, сферою послуг, доступом до матеріальних благ, обсягом прав та обов'язків, умовами праці і відпочинку, а також загальною ситуацією в країні. За допомогою зазначеної методики було визначено такі рівні соціальної фрустрованості підлітків: дуже низький, знижений, невизначений, помірний, підвищений та дуже високий), або встановлено її відсутність (майже повну відсутність). Текст методики ми адаптували для підліткового віку, замінивши сферу професійної діяльності навчальною з внесенням відповідних змін та уточнень у формулювання найменувань окремих сфер суспільного буття, представивши більш розгорнуті роз'яснення, щоб правильно зорієнтувати підлітків щодо об'єкту оцінювання (див. додаток В).

Зауважимо, що в дослідженнях Л.І.Вассермана велика увага приділялась діагностиці домінуючих соціально-фруструючих факторів – сфер суспільного буття, пов'язаних з найвищим рівнем психоемоційного напруження особистості. Тому «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» дозволила нам визначити також середній рівень соціальної фрустрованості представників різних типів акцентуацій за окремими сферами життєдіяльності.

Таким чином, в ході констатувального експерименту ми оперували діагностичним інструментарієм у складі двох груп методик:

1) опитувальників, призначених для виявлення у підлітків акцентуацій характеру та встановлення їх типів:

– «Модифікований патохарактерологічний діагностичний опитувальник» (МПДО) (авт. С.І.Подмазін) (обстеження учнів 6-8 класів (підлітків 11-14 років);

– «Тест особистісних акцентуацій» (ТОА) (авт. В.П.Дворченко) (обстеження учнів 9-х класів (підлітків 14-15 років);

2) методик, спрямованих на дослідження специфіки психічного стану фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру:

– «Тест фрустраційних реакцій» (авт. С.Розенцвейг, адапт. Л.М.Кузнецовою), за допомогою якого було складено профілі фрустраційних реакцій, зроблено порівняльний аналіз проявів фрустрації, властивих представникам виявлених типів акцентуацій характеру; визначено рівні їх соціальної адаптивності (коефіцієнт GCR);

– «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації» (авт. В.В.Бойко), що дозволила встановити рівні фрустрованості (ступеня інтенсивності емоційного напруження через незадоволені потреби, кумуляція якого була спровокована частим чи (та) сильним, тривалим впливом фрустраторів) досліджуваних підлітків, зробити порівняльний аналіз для представників різних типів акцентуацій та респондентів без явних акцентуованих рис;

– «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» (авт. Л.І.Вассерман, модиф. В.В.Бойком та Л.М.Кузнецовою), за допомогою якої було виявлено рівні соціальної фрустрованості залучених до експерименту підлітків з різними типами акцентуацій характеру (міри їхнього незадоволення

своїми досягненнями в різних сферах соціального життя та інтенсивності пов'язаного з цим психоемоційного напруження), зроблено відповідний порівняльний аналіз; визначено домінуючі фактори соціальної фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру.

В процесі проведення емпіричного дослідження використано також методи спостереження за поведінкою учнів під час виконання експериментальних завдань: визначення їх реакцій на вимоги експериментатора, готовність прийняти допомогу та внести корективи у свою роботу (для окремих підлітків ситуація тестування виявилась фрустраційною); проведено бесіди з шкільними психологами щодо особливостей особистісного розвитку (поведінки у різних життєвих ситуаціях та специфіки міжособистісних взаємодій) досліджуваних підлітків. Одержані емпіричні дані оброблялись з використанням методів математичної статистики (первинної та вторинної статистичної обробки результатів експерименту) та порівняльного аналізу, зроблені висновки було проінтерпретовано, спираючись на результати теоретичного вивчення феномена фрустрації та особливостей особистісного розвитку підлітків з різними акцентуаціями характеру.

Остаточні результати опрацювання емпіричного матеріалу, одержаного за допомогою презентованого психодіагностичного інструментарію, дозволять обґрунтувати критерії, рівні та показники фрустрації підлітків-акцентуантів, оцінити взаємозв'язок між типами акцентуйованих рис особистості підлітків та рівнем прояву в них фрустрації.

2.2. Якісні та кількісні показники фрустрації підлітків з різними типами акцентуацій характеру

2.2.1. Порівняльний аналіз проявів фрустрації у підлітків з різними типами акцентуацій характеру

Згідно з даними МПДО (авт. С.І.Подмазін), проведеного з учнями 6-8 класів (підлітками 11-13 років), та ТОА (авт. В.П.Дворщенко), використаного для

обстеження дев'ятикласників (14-15 років), ми з'ясували, що у вибірці зі 186 респондентів не мають явних акцентуацій характеру 20,43% підлітків, у 37,63% діагностовано «чисті» типи, а 41,94% мають «змішані» типи акцентуацій. Найбільш поширені гіпертимно-істероїдні (10,75%) та істероїдні (8,60%) акцентуації характеру, дещо менше психастенічних (5,91%), гіпертимних, епілептоїдних та шизоїдно-епілептоїдних (5,38%) (див. додаток А, табл.1). Однак, якщо проаналізувати поширеність «чистих» акцентуацій в складі різних змішаних типів, то одержимо таку статистику: 27,96% істероїдних, 20,97% гіпертимних, 15,05% епілептоїдних, 12,90% лабільних і шизоїдних, 8,60% нестійких, 7,53% психастенічних і циклоїдних, 6,45% сензитивних, 4,30% астено-невротичних акцентуацій (див. додаток А, рис.1).

Емпіричне вивчення особливостей фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру розпочнемо з порівняльного аналізу результатів, одержаних за допомогою проективної методики «Тест фрустраційних реакцій» С.Розенцвейга. В результаті первинної статистичної обробки емпіричного матеріалу (розрахунку вибіркових середніх значень показників окремих категорій фрустраційних реакцій), одержаного у підлітків без явних акцентуацій характеру та з різними типами акцентуацій, для кожного типу було складено профіль фрустраційних реакцій, що відображає найбільш властиві їх представникам стратегії поведінки у фрустраційних ситуаціях, а також розраховано середні значення показників соціальної адаптивності (GCR). Надалі зробимо порівняльний аналіз фрустраційних реакцій та соціальної адаптивності підлітків з різними акцентуаціями характеру.

Вважаємо за доцільне спершу звернути увагу на значення показників рівня соціальної адаптивності досліджуваних підлітків (див. додаток В, табл. 2). Нагадаємо, що цей коефіцієнт свідчить про рівень індивідуальної адаптації індивіда до свого соціального оточення (наскільки поведінка особистості у фрустраційних ситуаціях відповідає соціальним очікуванням та суспільним нормам). Нормою для підлітків 11-13 років вважається GCR 62-63% (за більш сучасними даними – 59%) [37; 91]. Чим нижчий показник, тим більше труднощів

відчуває особистість у міжособистісних взаємодіях: схильна конфліктувати, виявляючи невинуватану непоступливість, чи, навпаки, не вміє захищатись, або ж беспорядна у складних ситуаціях, що вимагають активних дій – подолання проблем, а не їх уникання.

Згідно з результатами нашого дослідження, середнє значення коефіцієнта GCR становить 34% (34,30% – для підлітків 11-ти років, 32,93% – у дванадцятирічних, 31,52% – для 13 років, 33,89% – 14 років, 34,13% – 15 років), що свідчить про дуже низький рівень соціальної адаптивності підлітків (див. додаток В, табл. 3). Ми припустили, що одержані значення могли бути занижені у зв'язку з використанням дорослого варіанту методики С.Розенцвейга, адже підлітки можуть недооцінювати серйозність окремих фрустраційних ситуацій з дорослого життя, пов'язаних, наприклад, з фінансовими питаннями; або ж стримувати звичні для себе прояви агресії, не сприймаючи відображені на малюнках тесту конфлікти, як сутичку однолітків, а проектуючи на себе роль дитини, ображеної дорослим. Втім, ця обставина могла вплинути тільки на результати молодших підлітків (11-12 років), для яких допускається використання дитячого варіанту методики С.Розенцвейга. Щоб з'ясувати це, ми оцінили середні значення коефіцієнтів GCR старших та молодших підлітків за t-критерієм Ст'юдента (t). Отримані дані порівнювались з їхніми критичними значеннями, взятими зі статистичних таблиць [46; 134; 141]. В нашому випадку (при числі ступенів свободи $f = 138$) першому ступеневі достовірності ($p \leq 0,05$) відповідає критичне значення $t_{кр} = 1,9759$, другому ступеневі ($p \leq 0,01$) – $t_{кр} = 2,6090$, третьому ($p \leq 0,001$) – $t_{кр} = 3,3566$. Згідно з результатами розрахунків $t_{емп} = 0,91$, що не досить для встановлення статистично достовірної відмінності середніх значень коефіцієнтів GCR старших та молодших підлітків [46, с.313].

Цікаво те, що середні значення коефіцієнта GCR підлітків з акцентуаціями характеру та без явних акцентуацій практично рівні (34,03% та 33,74% відповідно), однак вибіркова дисперсія цих значень (S^2) суттєво відрізняється: у підлітків з акцентуаціями характеру $S^2 = 99,36$, а без акцентуацій $S^2 = 60,22$ (див. додаток В, табл. 3). Це дає підставу стверджувати

про існування істотних відмінностей в особливостях соціальної адаптивності представників різних типів акцентуацій, тож пропонуємо порівняти розраховані для кожного типу середні значення коефіцієнта GCR.

Найвищий середній показник соціальної адаптивності зафіксовано у підлітків з психастенічними акцентуаціями характеру (40,26%), а найнижчий – у представників лабільно-сензитивного (26,79%) та циклоїдного (28,57%) типів (див. додаток В, табл. 2). Це можна пояснити властивою психастенічним рисам відповідальністю, порядністю, обов'язковістю, розсудливістю і «рівним настроєм» [44; 89; 100], і відповідно притаманною лабільним акцентуаціям емоційною нестабільністю, вразливістю, циклічними періодами спаду активності (у випадку циклоїдного типу акцентуацій) [89]. Однак залишається незрозумілим, чому показники соціальної адаптивності представників гіпертимного типу акцентуацій одні з найнижчих, а гіпертимно-циклоїдного, гіпертимно-нестійкого та гіпертимно-істероїдно-нестійкого – навпаки, перевищують середнє значення за вибіркою. Спробуємо прояснити цю суперечливу ситуацію, з'ясувавши, наскільки об'єктивними є значення коефіцієнта GCR та чи дозволяють вони з достовірністю оцінити специфіку соціальної адаптації підлітків з різними типами акцентуацій.

По-перше, для розрахунку коефіцієнта GCR беруться до уваги лише чотирнадцять репрезентативних відповідей респондентів з двадцяти чотирьох, але ж підліткам (а особливо, підліткам-акцентуантам) властива амбівалентність почуттів, міркувань та вчинків («підлітковий комплекс» [89]), відповідно їх поведінка в подібних ситуаціях може кардинально відрізнятись, а тому необхідний аналіз всіх реакцій. По-друге, відповіді досліджуваних часто включають кілька різнопланових реакцій (поєднання адаптивних та неконструктивних), але бали нараховуються, коли хоч одна з них співпадає з ключем тесту. І, по-третє, під час розрахунку враховуються лише тип та спрямованість фрустраційних реакцій, але ігнорується їх інтенсивність і відповідність соціальним нормам (наприклад, екстрапунітивні самозахисні реакції можуть виглядати, як досить стримані та ввічливі критичні зауваження, а можуть – як невмотивовано агресивні обвинувачення з використанням

ненормативної лексики). Таким чином, коефіцієнт GCR не може бути показовим при порівняльному аналізі особливостей проявів фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру. Тож надалі зосередимо увагу на якісному аналізі їх фрустраційних реакцій.

Спершу порівняємо профілі фрустраційних реакцій досліджуваних підлітків (див. додаток Б, табл. 3). У переважній більшості профілів домінують реакції *екстрапунітивної* спрямованості, що свідчить про схильність респондентів пред'являти завищені вимоги до оточуючих при недостатній критичності до себе. Тільки в підлітків з лабільними, лабільно-астено-невротичними, сензитивними, циклоїдними, шизоїдними та шизоїдно-істероїдними типами констатовано домінування *імунітивних* реакцій (ознака схильності до егресивної поведінки, пасивності в діяльності та поступливості у міжособистісних взаємодіях). Втім, для складання більш повного уявлення про особливості реагування у фрустраційних ситуаціях підлітків-акцентуантів проаналізуємо співвідношення середніх значень показників окремих категорій фрустраційних реакцій (див. додаток Б, табл. 4).

Так, найвищі показники *самозахисних екстрапунітивних реакцій* зафіксовано в профілях підлітків з гіпертимно-істероїдно-нестійкими (43,73%), лабільно-циклоїдними (33,84%), лабільно-сензитивними (31,20%) акцентуаціями, що свідчить про властиву їм емоційну нестабільність та схильність розряджати напруження на оточуючих, деструктивність взаємодій. *Інтрапунітивні самозахисні реакції*, властиві слабким особистостям, схильним фіксуватись на своїй неповноцінності, найбільшою мірою виявляються у поведінці підлітків з гіпертимно-циклоїдними (18,03%), циклоїдними (14,57%), та шизоїдно-істероїдними (14,03%) акцентуаціями. Однак респонденти з зазначеними рисами характеру схильні виправдовуватись, шукати пом'якшувальні обставини скоєних проступків, але при цьому не завжди усвідомлюють провину та не готові брати на себе відповідальність за виправлення ситуації. Високі значення *самозахисних імунітивних фрустраційних реакцій* (уникання пошуку винних у виникненні проблем і спроби обходитись без докорів та звинувачень) зафіксовано тільки у представників шизоїдно-істероїдного (9,35%) та шизоїдного (8,33%) типів

акцентуацій. Оскільки мова йде про шизоїдні риси характеру, то доречно вважати такі реакції не проявом товариськості, а способом уникання конфліктів чи свідченням страху наштовхнутись на агресивну відсіч у відповідь на критику.

До *перешкодно-домінантних екстрапунітивних реакцій* особливо схильні підлітки з астено-невротичними акцентуаціями (складають 24,95% в профілях фрустраційних реакцій), що є ознакою їхньої вразливості, особистісної інтолерантності, безпорадності при появі перешкод у діяльності. Натомість респонденти з гіпертимно-нестійкими акцентуаціями здатні реагувати на незручності в іронічно-саркастичному тоні, намагаючись відшукати позитив у скрутних обставинах і заперечуючи в такий спосіб необхідність виправлення ситуації та боротьби з труднощами (5,57% їхніх реакцій – *перешкодно-домінантні інтрапунітивної спрямованості*, і цей показник перевищує аналогічні дані у інших типів акцентуацій). *Імпунітивні перешкодно-домінантні реакції* найбільш властиві для респондентів з циклоїдними та гіпертимно-нестійкими акцентуаціями (22,20%) і вказують на їхню пасивність у ситуаціях, що вимагають додання труднощів.

Необхідно-наполегливі реакції імпунітивної спрямованості властиві передусім підліткам з сензитивними (24,30%), циклоїдними (22,20%), гіпертимно-циклоїдними (20,10%) акцентуаціями. Такі реакції є проявом особистісної толерантності респондентів із зазначеними акцентуаціями, схильності ігнорувати дрібні неприємності, але водночас – сподіватись на те, що проблеми вирішаться самі по собі, а труднощі зникнуть з часом. Найвищий показник *екстрапунітивних необхідно-наполегливих реакцій* (14,20%) виявлено в досліджуваних з нестійким типом акцентуацій, тобто вони намагаються перекладати відповідальність за вирішення своїх проблем на оточуючих. А враховуючи ще й домінування самозахисних реакцій екстрапунітивної спрямованості в профілях респондентів з зазначеними акцентуаціями, можемо зробити висновок, що вони звикли пред'являти оточуючим свої вимоги у досить жорсткій, грубій формі. *Необхідно-наполегливі реакції інтрапунітивної спрямованості* найбільш властиві підліткам з сензитивними (20,80%), шизоїдно-

істероїдними (19,25%), шизоїдними (16,10%) акцентуаціями, що може свідчити як про їхню активність та самостійність у діяльності, так і про прагнення не втягувати сторонніх у фрустраційну ситуацію, щоб уникнути ескалації конфліктів.

На відміну від акцентуантів, у підлітків без явних акцентуацій не спостерігається чіткого домінування окремих типів фрустраційних реакцій. Тобто можна зробити висновок про властиву їм гнучкість поведінки та різноманітність форм реагування у різних життєвих ситуаціях та вищу адаптивність, хоча і не можна однозначно стверджувати, що їхні прояви фрустрації більш конструктивні, ніж у підлітків-акцентуантів.

Таким чином, здійснений порівняльний аналіз залишає багато незрозумілих моментів. Наприклад, несподівані результати ми одержали, досліджуючи специфіку фрустрації підлітків з сензитивним типом акцентуацій характеру. Вважається [87; 89; 100; 113], що представники цього типу дуже вразливі, чутливі, боязкі, нерішучі, їм бракує активності та ініціативи у діяльності, впевненості у собі та готовності відстоювати власні інтереси у міжособистісних взаємодіях. Однак профіль фрустраційних реакцій респондентів з сензитивними рисами (див. додаток Б, табл. 4) засвідчує чітке домінування необхідно-наполегливих реакцій (52,73%, що перевищує аналогічні показники представників інших типів акцентуацій). Також не зрозуміло, чому в підлітків з лабільно-сензитивними та лабільно-циклоїдними акцентуаціями одні з найвищих показники самозахисних екстрапунітивних реакцій (31,20% та 33,84 % відповідно), що в 2,5-10,5 разів перевищують аналогічні значення у представників «чистих» лабільного, циклоїдного та сензитивного типів акцентуацій.

Відповідь на ці та інші питання спробуємо знайти в процесі більш детального вивчення фраз-відповідей підлітків у фрустраційних ситуаціях, відтворених у проєктивній методиці С.Розенцвейга. Проаналізуємо прояви фрустрації респондентів з різними акцентуаціями характеру, визначивши найбільш властиві кожному типу фрустраційні реакції (за кількістю досліджуваних, у яких зафіксовано ці прояви) (див. додаток Б, табл. 6). Слід враховувати, що достовірність одержаних результатів залежить від чисельності

досліджуваного типу акцентуацій, тому найбільш об'єктивними та достовірними будуть висновки щодо домінуючих проявів фрустрації у підлітків з гіпертимними, гіпертимно-істероїдними, епілептоїдними, психастенічними, істероїдними, шизоїдно-епілептоїдними, лабільно-циклоїдними акцентуаціями, а також без явних акцентуацій характеру.

Досить несподіваними виявились результати вивчення фрустраційних реакцій підлітків з *гіпертимним* типом акцентуацій. Попри енергійність, ініціативу, комунікабельність та лідерські якості, властиві представникам цього типу [89; 113], спостерігаємо очевидні прояви агресивних спонукань: у 50% досліджуваних виявлено явну дратівливість, у 40% – прояви вербальної агресії, 60% схильні до прихованої агресії (ображаються на оточуючих), 50% – до аутоагресії у формі загостреного почуття провини та самозвинувачень (це суперечить твердженню про легковажність представників гіпертимного типу акцентуацій [44; 89; 113]).

В цілому, маємо відзначити, що фрустраційні реакції обстежених підлітків з гіпертимними акцентуаціями досить стримані і рідко перетинають межу асертивності: спалахи гніву та обурення виникають у відповідь на необґрунтовані звинувачення, а роздратування та образи пов'язані передусім з ситуаціями, коли оточуючі не виправдовують очікувань, не виконують обіцянок чи стають на заваді реалізації планів підлітка. Маємо також відзначити готовність діяти підлітків з гіпертимними акцентуаціями (лише у 40% респондентів виявлено прояви безтурботності, а 90% зосереджені на вирішенні проблем) та значно ширший арсенал способів вирішення проблем, ніж у досліджуваних з іншими типами акцентуацій: від спроб компенсувати свою провину грошима до жорсткої відсічі у відповідь на всі пред'явлені звинувачення; від пропозицій допомогти людині, яка щойно завдала клопотів, до вимог негайно виправити заподіяну шкоду, образливих слів та погроз на адресу кривдника.

Як ілюстрацію до сказаного пропонуємо фрази-відповіді Нелі Ч. (14 років), в яких максимально проявляється самостійність та готовність вирішувати проблемні ситуації, долати труднощі:

Сит. 4: «Давайте я вас підвезу»;

Сит. 20: «Давай ми її запросимо»;

Сит. 24: «Я куплю нову, нічого». (Характеристика ситуацій подана в додатку Б, див. табл.1).

Проаналізуємо також змішані типи акцентуацій характеру, що включають гіпертимні риси. Почнемо з найбільш численного гіпертимно-істероїдного типу. Емпіричні дані свідчать, що поєднання гіпертимних та істероїдних рис обумовлює підвищену вразливість, безпорадність у скрутних обставинах. Так, порівняно з «чистим» гіпертимним типом, спостерігаємо значно вищий рівень регресії та емоційності як проявів фрустрації, а також суттєве підвищення тенденції до депресивних реакцій у фрустраційних ситуаціях: втричі більше досліджуваних (65%) виявили схильність засмучуватись з найменших приводів, 20% легко впадають у відчай, 30% переживають розчарування, зіштовхнувшись з перешкодою на шляху задоволення своїх потреб (при цьому, лише 15% демонстрували здатність зосередитись на подоланні труднощів). Вищі також показники агресивності та ворожості: у 75% виявлено дратівливість та схильність ображатись, 55% схильні до вербальної агресії, 40% – до опосередкованої, 25% – до фізичної, 55% респондентів демонстрували негативізм. До речі, більшість досліджуваних підлітків, що відмовлялись виконувати завдання тесту С.Розенцвейга, мали саме гіпертимно-істероїдний тип акцентуацій.

Ще одна цікава особливість реакцій підлітків з гіпертимно-істероїдними акцентуаціями пов'язана з розбіжностями між їх переживаннями у фрустраційних ситуаціях та демонстрованою поведінкою як прояв прагнення виправдати очікування оточуючих та здобути їхню похвалу. Яскравий приклад – фрази-відповіді Олександри П. (12 років), записані як два протилежні варіанти реакції на одну і ту ж ситуацію:

Сит. 3: «Зараз я їй по голові дам / зніміть, будь-ласка, капелюх»;

Сит. 10: «Ти на кого, баклан, намовляєш! (ні, це неправда)»;

Сит. 11: «От гад, ти мене від комп'ютера відірвав (нічого, з ким не буває)».

Дещо суперечливими виглядають результати вивчення проявів фрустрації підлітків з гіпертимно-циклоїдними акцентуаціями, що можна пояснити властивою їм емоційною нестабільністю, циклічними змінами фаз «піднесення» та «спаду» [89; 113]. Так, всі респонденти з зазначеними акцентуаціями виявили схильність засмучуватись у неприємних ситуаціях, 66,67% занадто фіксувались на негативних переживаннях. Втім, не було зафіксовано проявів регресії і ознак підвищеної агресивності, а показники егресивної поведінки та готовності боротись з труднощами практично рівнозначні, що свідчить швидше про схильність керувати, організовувати інших до роботи, ніж намагатись власними силами виправити ситуацію. А особливістю фрустрації підлітків з гіпертимно-циклоїдними акцентуаціями є їхня схильність ігнорувати дрібні неприємності, але у складних стресогенних обставинах – реагувати астенічно: фіксуватись на внутрішньому дискомфорті та наче «замикатися в собі» при збереженні загального позитивного ставлення до оточуючих, навіть винних у появі незручностей. Як ілюстрацію, пропонуємо відповіді Анастасії Щ. (14 років):

Сит. 1: «І мені дуже прикро, що ви забризкали мій костюм»;

Сит. 8: «Так, я сьогодні не можу, повеселіться там без мене»;

Сит. 20: «Тому що я не люблю танцювати».

Найбільш несприятливим виявилось поєднання гіпертимних та нестійких акцентуєваних рис. Згідно з результатами теоретичного дослідження, підлітки з гіпертимно-нестійкими акцентуаціями тяжіють до споживацького способу життя, занадто активні, коли мова йде про розваги, але абсолютно безініціативні у суспільно корисних справах, уникають відповідальних доручень, гостро реагують на обмеження їх свободи і безпорадні при зіткненні з труднощами [89]. Як виявилось, у фрустраційних ситуаціях ці риси ще більше підсилюються: жоден з обстежених представників цього типу не виявив готовності вирішувати проблеми, дратуючись та ображаючись при появі найменших незручностей; 66,67% продемонстрували схильність до негативізму та вербальної агресії.

Ще більш деструктивну манеру поведінки ми констатували у підлітків з гіпертимно-істероїдно-нестійкими акцентуаціями: при практично повній

відсутності депресивних проявів, у всіх досліджуваних зафіксовано максимально високі показники агресії у формі роздратування, негативізму, образливих висловлювань та погроз на адресу «кривдників», 66,67% схильні до фізичної агресії, інфантильні, непоступливі, абсолютно не здатні визнати провину і не докладають жодних зусиль для усунення негараздів. Проілюструємо фрустраційні реакції, властиві представникам гіпертимно-істероїдно-нестійкого типу акцентуацій, відповідями Максима П. (14 років), у фразах якого найменше ненормативної лексики, але очевидні прояви негативізму та ворожості у міжособистісних взаємодіях:

Сит. 19: «Розігнати до 240 км/год.»;

Сит. 11: «Міліція! Ау, хто це?»;

Сит. 10: «Брехня, мене підставили».

Наступними доцільно буде проаналізувати фрустраційні реакції підлітків з «чистим» *нестійким* типом акцентуацій характеру. Як бачимо (див. додаток Б, табл. 6), домінують деструктивні прояви фрустрації, і лише у 16,67% респондентів зафіксовано поодинокі ознаки фрустраційної толерантності у формі ігнорування дрібних незручностей та зосередження на досягненні мети (хоча мова йде переважно про пред'явлені оточуючим вимоги негайно виправити ситуацію). Так, у всіх представників нестійкого типу акцентуацій зафіксовано схильність ображатись з найменших приводів, 83,33% занадто дратуються та засмучуються, зазнавши невдачі чи потрапивши у незручну ситуацію, виявляють негативізм; 66,67% схильні до вербальної агресії, поводяться інфантильно, некомунікабельні, мають труднощі з формулюванням своєї думки, у 33,33% досліджуваних зафіксовано прояви неадекватності в реакціях на дію фрустраторів. Тобто можна зробити висновок, що підлітки з нестійкими акцентуаціями песимістично сприймають оточуючу дійсність, нетовариські, неемпатійні, непоступливі, не здатні відчутти і визнати свою провину, озлоблені. Підтвердимо сказане прикладами фраз-відповідей Дмитра Б. (14 років), в яких очевидними є прояви нетовариськості, егоцентризму, схильність вимагати від оточуючих вирішити проблему, заперечуючи свою причетність до її виникнення та не докладаючи

жодних зусиль для долання труднощів (це ознака слабкості волі, властивої особистостям з нестійкими акцентуаціями):

Сит. 5: «А я тут до чого? Віднесіть його в ремонт, це не мої проблеми»;

Сит. 10: «А ви про мене так не говоріть! (полізе в бійку)»;

Сит. 14: «Пішли без неї, вона своєю непунктуальністю просто заважає!».

До речі, серед досліджуваних в однієї дівчини (Лілії Ш.) було діагностовано «змішаний» лабільно-нестійкий тип акцентуацій. Звісно, важко зробити висновок за одним прикладом, але зафіксовані яскраві депресивні прояви фрустрації та домінування егресивної поведінки як ознаки емоційної вразливості, внутрішньої слабкості та невпевненості в собі, дозволяють зробити припущення, що лабільні риси підсилюють слабовілля та песимістичні установки особистостей з нестійкими акцентуаціями; або ж нашарування нестійких рис на лабільні акцентуації загострює емоційну вразливість індивідів, але призводить до зміни гетероагресивних спонукань на аутоагресивні, що заважає підліткам з лабільно-нестійкими акцентуаціями конструктивно захищати свої інтереси в конфліктних ситуаціях.

Вважаємо за необхідне особливу увагу звернути на специфіку стану фрустрації представників *лабільного* типу акцентуацій характеру, у яких виявлено одні з найбільш суперечливих проявів цього психічного стану. Ми досліджували фрустраційні реакції підлітків з лабільними рисами також у складі змішаних типів: лабільно-астено-невротичного, лабільно-циклоїдного, лабільно-сензитивного, лабільно-істероїдного та лабільно-нестійкого (останні два типи нечисленні) і виявили суттєві відмінності у проявах фрустрації та мірі їх деструктивності у респондентів з вище зазначеними типами акцентуацій.

Проаналізувавши фрази-відповіді на ситуації тесту С.Розенцвейга підлітків з лабільними акцентуаціями, підкреслимо їхню схильність до проявів регресії: у 60% виявлено ознаки інфантильності, некомунікабельності, про що свідчили однослівні, часто неадекватні відповіді (або взагалі неможливість відповісти), як, наприклад, у випадку Юрія Б. (14 років):

Сит. 12: «Мда...»;

Сит. 13: «Буду знати... буду знати...»;

Сит. 18: «Шкода...шкода...».

Окрім того, 80% підлітків з лабільними акцентуаціями виявили схильність дуже засмучуватись, потрапивши у складні ситуації, заперечуючи при цьому незручності, щоб уникнути необхідності їх усувати (в 40% респондентів домінує егресивна поведінка і стільки ж зосереджені на вирішенні проблем, хоча виявляється це переважно у пред'явлених оточуючим вимогах виправити заподіяну шкоду чи відшкодувати завдані збитки).

Порівняно з представниками «чистого» лабільного типу, у підлітків з лабільно-сензитивними та лабільно-циклоїдними акцентуаціями констатовано значно вищий рівень агресивності та ворожості. Так, якщо у респондентів з лабільним типом акцентуацій було виявлено поодинокі прояви роздратування та вербальної агресії (переважно у відповідь на необґрунтовані звинувачення оточуючих), а негативізм та схильність ображатись зафіксовано лише у 40% досліджуваних, то у відповідях всіх підлітків з лабільно-сензитивними акцентуаціями простежувались спалахи вербальної агресії (в 50% респондентів такі реакції домінували), в 75% – роздратування та прояви негативізму, в 50% – прояви опосередкованої агресії. У підлітків з лабільно-циклоїдним типом акцентуацій показники подібні: 62,50% реагували агресивно (виявляли вербальну та опосередковану агресію, негативізм), 87,50% дратувались у незручних ситуаціях, всі респонденти виявили схильність ображатись з найменших приводів. Відзначимо також значно вищі, порівняно з представниками лабільного типу, показники емоційності та інфантильності підлітків з лабільно-сензитивними й лабільно-циклоїдними акцентуаціями, а тому нижчу зосередженість на досягненні мети й неготовність самотійно долати труднощі.

Оцінити специфіку фрустраційних реакцій підлітків з лабільно-циклоїдними акцентуаціями можна на прикладі відповідей Ірини А. (14 років):

Сит. 9: «А що, завідуючий чистить плащі?»;

Сит. 10: «Так, доводилось обманювати, це не я такий, це життя таке»;

Сит. 16: «Вибачте, але ви їхали зі швидкістю сонного равлика!»;

Сит. 22: «Та ні, тільки ногу зламав».

Як бачимо, ворожість і негативізм замасковані іронією та сарказмом.

Також пропонуємо до розгляду фрази-відповіді Аліни Н. (12 років), в яких відображені виявлені у більшості представників лабільно-сензитивного типу акцентуацій підвищена агресивність, нестриманість, схильність у досить грубій формі звинувачувати оточуючих, вимагати від них негайно владнати проблеми та виправити завдані збитки, але неготовність брати на себе відповідальність та самостійно долати труднощі:

Сит. 2: «Тоді, ідіотка, купляй таку саму вазу»;

Сит. 4: «Ви будете мені виплачувати мій квиток. Бо це була моя найважливіша конференція, а я через вас не потрапив на неї»;

Сит. 12: «Дзвони йому, та хай він поверне мені мого капелюха. А якщо не поверне, я йому пику наб'ю».

Одержані результати можна пояснити, спираючись на наукові дослідження І.М.Бушая, згідно з результатами яких лабільний тип акцентуацій передбачає схильність підлітків до непослідовності в думках і діях внаслідок частих змін настрою, непередбачуваність вчинків у зв'язку з домінуванням екстернальності, невірноваженість, невпевненість у собі, високий рівень особистісної тривожності, нездатність швидко приймати рішення, вразливість, схильність емоційно (часто агресивно) реагувати на раптові труднощі [19]. Можемо припустити, що циклоїдні акцентуйовані риси, поєднуючись з лабільними, перешкоджають їх компенсації, обумовлюючи підсилення емоційної нестабільності схильністю до періодичних тривалих періодів понурого настрою та поганого самопочуття з відповідним зниженням конструктивності поведінки. Це підтверджують емпіричні дані, згідно з якими у представників лабільно-циклоїдного типу акцентуацій, порівняно з лабільним типом, зафіксовано вдвічі більше проявів роздратування та невинуватих образ, на 22,50% більше негативізму та вербальної агресії, на 17,50% – підозріливості.

У випадку поєднання лабільних та сензитивних акцентуйованих рис можемо спостерігати ефект посилення властивої обом типам емоційної вразливості, що відображається в суттєвому зниженні самовладання у

фрустраційних ситуаціях: жоден респондент з лабільно-сензитивними акцентуаціями не виявив готовності долати перешкоди в діяльності, поводячись інфантильно, виявляючи «бравадну» агресію та схильність фіксуватись на негативних переживаннях.

Поєднання лабільних та астено-невротичних акцентуєваних рис не обумовлює підсилення агресії та регресії, натомість пов'язане з найбільш виразною зосередженістю на вирішенні проблем, порівняно з розглянутими вище акцентуаціями, у складі яких є лабільні риси (див. додаток Б, табл. 6). Водночас, 50% підлітків з лабільно-астено-невротичним типом акцентуацій виявили схильність до аутоагресії при, в цілому, невисоких показниках депресивних реакцій. Це дозволяє зробити припущення, що властиві астено-невротичним акцентуєваним рисам втомлюваність, виснажуваність і фіксація на самопочутті [89] дещо згладжують невірноваженість та емоційну нестабільність, властиві лабільним акцентуєваним рисам характеру.

Важко однозначно охарактеризувати фрустраційні реакції підлітків з *астено-невротичними* акцентуаціями характеру, адже акцентуєвані риси цього типу в «чистому» вигляді виявлені тільки у двох досліджуваних підлітків (Сніжани К. та Каріни В.). Ретельно проаналізувавши їхні фрази-відповіді, відзначимо очевидні тенденції до зниження самоконтролю та зібраності у фрустраційних ситуаціях: вразливість, нестриманість, дратування, різке зниження настрою при зіткненні з труднощами, інфантильна поведінка, фіксація на своїх негативних переживаннях, схильність впадати у відчай, навіть не намагаючись вирішити проблему (див. додаток Б, табл. 6). Ці особливості чітко простежуються у відповідях Сніжани К. (14 років):

Сит. 2: «Чорт! Що ж робити!»;

Сит. 6: «А я хочу більше! Дайте мені більше!»;

Сит. 12: «От негідник! Я його завтра поб'ю».

На прикладі відповідей Каріни В. (13 років) пропонуємо пересвідчитись у схильності до регресії респондентів з астено-невротичними акцентуаціями, прояви якої можна вважати особливістю стану фрустрації підлітків із

зазначеними акцентуйованими рисами. 50% підписів до малюнків методики С.Розенцвейга обмежені зображеннями-символами, що відтворюють емоційне ставлення до ситуації. Решта фраз відображають стани смутку та дратування і фіксацію на власному дискомфорті. Зокрема:

Сит. 2: «Засмутився...»;

Сит. 12: «Ох Петренко!»;

Сит. 24: «І мені шкода».

Зафіксовані реакції близькі до проявів фрустрації, властивих респондентам зі «змішаними» сензитивно-астено-невротичними акцентуаціями, і пояснюються властивою їм внутрішньою слабкістю, недостатнім рівнем стресостійкості та особистісною інтолерантністю, виснажливостю і відповідно неготовністю самостійно долати перешкоди в діяльності. Хоча, як було встановлено раніше, поєднання астено-невротичних та лабільних рис характеру сприяє підвищенню конструктивності фрустраційних реакції підлітків з лабільно-астено-невротичними акцентуаціями – додає легковажності, поверховості у ставленні до труднощів (можливо, емоційна лабільність допомагає відволікатись від негативних переживань, пов'язаних з поганим самопочуттям та втомою, знижує прояви фіксації у фрустраційних ситуаціях).

Далі проаналізуємо фрустраційні реакції підлітків з «чистим» *циклоїдним* типом акцентуацій. Нагадаємо, що прояви фрустрації представників гіпертимно-циклоїдного та лабільно-циклоїдного типів кардинально відрізнялись: у першому випадку переважали депресивні тенденції та егресивна поведінка при здатності не перейматись через дрібні неприємності й зосереджуватись на вирішенні проблем, а представники лабільно-циклоїдного типу демонстрували відкриту та приховану агресію в різних формах, інфантильність, загострену емоційність та депресивні реакції. Згідно з одержаними емпіричними даними, прояви фрустрації підлітків з циклоїдними акцентуаціями практично позбавлені деструктивних ознак (див. додаток Б, табл. 6): всі респонденти намагались уникати ескалації конфліктів, заперечуючи незручності та поспішаючи визнати свою провину, не фіксувались на негативних емоціях та не переймались через невдачі. При цьому домінувала

егресивна поведінка, а ознаки агресії, ворожості, депресії та регресії були поодинокими (як і прояви активності, ініціативи, самостійності). Пасивність підлітків з циклоїдним типом акцентуацій та їхню схильність перекладати відповідальність за вирішення проблем на оточуючих можна проілюструвати фразами-відповідями Дар'ї Б. (15 років):

Сит. 12: «Все можливо»;

Сит. 14: «А ви йдіть їй назустріч»;

Сит. 24: «А ви не додумалися купити нову газету!».

Очевидні астеничні фрустраційні реакції були зафіксовані у респондентів з *сензитивними* акцентуаціями. Незважаючи на те, що в профілі їхніх фрустраційних реакцій домінують необхідно-наполегливі реакції, а показник інтропунітивних реакцій, фіксованих на задоволенні потреби, один з найвищих (див. додаток Б, табл.3), аналіз фраз-відповідей у фрустраційних реакціях не дозволяє стверджувати, що поведінка підлітків із зазначеним типом акцентуацій зосереджена на вирішенні проблем. Мова йде швидше про уникання неприємностей, готовність визнати неіснуючу провину та зробити все можливе, щоб спокутувати її, поступаючись при цьому власними інтересами, аби лиш не розгнівати оточуючих (властиво для 66,67% досліджуваних), тобто все це – прояви егресивної поведінки (характерна особливість стану фрустрації підлітків з сензитивними акцентуаціями). Проілюструємо сказане фразами-відповідями Юлії П. (15 років):

Сит. 4: «Я засмучений, але часу назад не повернеш, я куплю новий квиток»;

Сит. 9: «Віддайте, будь-ласка, мій плащ, на вулиці непогода, я не зможу піти без плаща»;

Сит. 10: «Якщо я збрехав коли-небудь, то я брехав не про когось, а збрехав у своїх цілях. Я вибачаюсь і більше не брехатиму»;

Маємо підкреслити, що підлітки з сензитивним типом акцентуацій болісно сприймають необґрунтовані звинувачення на свою адресу, дуже засмучуються, але абсолютно не вміють гідно відповісти кривднику. Ці риси ми виявили також у представників «змішаних» шизоїдно-сензитивного та сензитивно-психастеничного

типів акцентуацій (останній налічував лише одного представника – Мілада М.). Водночас, поєднання сензитивних та астено-невротичних акцентуєваних рис супроводжується істотним підвищенням деструктивності реакцій підлітків у стресогенних ситуаціях. Серед досліджуваних було два представники сензитивно-астено-невротичного типу (Олександра І. та Максим Г.), але в обох випадках зафіксовано особистісну інтолерантність (неготовність боротись з труднощами чи хоча б ігнорувати дрібні неприємності, а натомість – виразні депресивні прояви, інфантильність, нездатність визнати свою неправоту, дратування у складних ситуаціях). Як і у випадку з лабільно-сензитивним типом акцентуацій, описані прояви фрустрації можна пояснити або механізмом гіперкомпенсації внутрішньої слабкості та вразливості особистості, або проявами «дратівливої слабкості» [12] підлітків з сензитивно-астено-невротичними акцентуаціями.

Далі з'ясуємо специфіку фрустраційних реакцій підлітків з *психастенічним* типом акцентуацій характеру. Вважається [89; 113], що особистості з зазначеними акцентуаціями невпевнені в собі, схильні до сумнівів та вагань у ситуаціях, які вимагають швидкого прийняття важливих рішень, педантичні і часто конфліктують з тими, хто не дотримується правил [48], проте намагаються уникати відповідальних доручень і не здатні до спонтанної гнучкої поведінки. Попередньо ми визначили, що у профілі їхніх фрустраційних реакцій домінують самозахисні екстрапунітивні реакції і практично в однакових співвідношеннях присутні необхідно-наполегливі реакції імпунітивної та інтрапунітивної спрямованості (див. додаток Б, табл. 4). Згідно з результатами детального аналізу фраз-відповідей тесту С.Розенцвейга, це проявляється в неспроможності самостійно швидко вирішувати проблеми попри очевидний намір досягнути бажаного. Відповідно такі підлітки схильні або заперечувати незручності (виявлено у 54,55%), або конфліктувати з тими, хто їх завдає (у 63,64% респондентів констатовано підвищену дратівливість, особливо в ситуаціях, що вимагають марнування часу чи зміни попередньо намічених планів). В цілому, прояви негативізму та вербальної агресії зафіксовано у відповідях лише 27,27% респондентів з психастенічними акцентуаціями, стільки ж схильні реагувати дуже

емоційно, впадати у відчай, раптово потрапивши у складні обставини; 45,45% дуже засмучуються, зазнавши невдачі, фіксуються на заблокованій потребі і вимагають від оточуючих негайного виправлення ситуації.

Проілюструємо відповідями Дмитра Ш. (15 років) виявлені у представників психастеничного типу акцентуацій педантичність, схильність повчати оточуючих та готовність конфліктувати з ними через їхню необов'язковість і безвідповідальність:

Сит. 4: «Ви часто відвідуєте СТО?»;

Сит. 11: «Перевіряйте правильність набраного номеру»;

Сит. 13: «Домовленість є домовленість. Прийміть мене! Це все одно займе небагато часу».

Наступними проаналізуємо фрустраційні реакції досліджуваних з *епілептоїдним* типом акцентуацій характеру. Специфічною рисою стану фрустрації таких підлітків є схильність кумулювати психоемоційне напруження у фрустраційних ситуаціях, тенденція до посилення роздратованості з наступними розрядками гніву (особливо у відповідь на необґрунтовані звинувачення оточуючих, в ситуаціях вимушеного очікування чи усвідомлення неможливості реалізації запланованого). Це підтверджують результати теоретичного дослідження [44; 87; 89; 100] та одержані емпіричні дані: 60% респондентів виявили підвищену дратівливість, 30% – яскраві прояви опосередкованої агресії, 50% – схильність ображатись та образити оточуючих, вдаючись до вербальної агресії, причому погрози та образливі висловлювання у відповідях досліджуваних зустрічались значно частіше під кінець тестування. Однак більшість підлітків продемонстрували досить стримані реакції, намагання уникати конфліктних ситуацій (ознаки егресивної поведінки виявлено у 60% респондентів), підкреслюючи неістотність перешкод чи завданих незручностей (подібні реакції зафіксовано у 70% досліджуваних), або ж поспішаючи визнати свою провину (30% схильні до самозвинувачень) (див. додаток Б, табл. 6). Причиною таких суперечливих даних може бути компенсація акцентуєваних рис, адже для особистостей з епілептоїдними акцентуаціями надзвичайно важливий статус в

колективі, прихильність наділених владою осіб, можливість керувати, наказувати, самостверджуючись за рахунок оточуючих [44; 89], тому і доводиться постійно «тримати себе в руках», щоб їхня емоційна нестабільність не стала причиною обмеження повноважень. На користь цього аргументу свідчать окремі відповіді досліджуваних, в яких помітні прояви некомпенсованих епілептоїдних рис. Підтвердимо сказане прикладами фраз-відповідей Олексія Ш. (15 років), у яких чітко простежуються ознаки песимістичного світосприйняття, емоційна нестійкість, дратівливість, ригідне мислення та схильність «застрягати» на негативних переживаннях, фіксуєчись на власному дискомфорті, ображатись на оточуючих, особливо коли через них зриваються плани та у відповідь на критичні зауваження чи звинувачення з їхнього боку:

Сит. 7: «Мені дуже погано, вибачте, звичайно ж, в мене був дуже важкий день, я багато пережив сьогодні»;

Сит. 10: «Ні ви не праві, на себе подивіться. Хто ви такий, за собою слідкуйте і не виводьте мене з себе, я не брехав, мені видніше, чи правду я казав, чи ні»;

Сит. 13: «Ти вилупок, сучий ти сину!!! Ти щур, а не чоловік, договір дорожчий за гроші! Я тобі ще покажу, от побачиш!».

Для порівняння пропонуємо розглянути відповіді Валентини М. (11 років), за якими можна зробити висновок про компенсацію епілептоїдних рис характеру через домінування проявів егресивної поведінки та відсутність очевидних деструктивних проявів фрустрації:

Сит. 1: «Нічого, коли я прийду додому, я його виперу»;

Сит. 8: «Я поступлюсь тобі місцем»;

Сит. 11: «Вибачте, я помилився номером».

Надалі спостерігається кумуляція фрустрації з відповідним наростанням психоемоційного напруження, що відображається у дратуванні та посиленні депресивних проявів:

Сит. 16: «Я це зробив навмисно»;

Сит. 20: «Ми, напевно, не дуже гарні»;

Сит. 23: «Але ми поспішаємо!».

Незважаючи на те, що у профілі фрустраційних реакцій підлітків з епілептоїдними акцентуаціями домінують необхідно-наполегливі реакції (див. додаток Б, табл. 3), тільки 50% продемонстрували зосередженість на вирішенні проблем (з них у 80% зафіксовано лише епізодичні прояви активності та ініціативи), а решта виявили схильність до інфантильної поведінки у фрустраційних ситуаціях, 60% дуже засмучуються та навіть не намагаються вирішити проблему.

Якщо ж порівняти прояви фрустрації респондентів з епілептоїдними акцентуаціями та «змішаними» типами, в складі яких поєднуються епілептоїдні та істероїдні риси, то спостерігаємо тенденцію до зростання деструктивності реакцій підлітків з епілептоїдно-істероїдним типом акцентуацій (див. додаток Б, табл. 6): всі досліджувані демонстрували, як сильно ображають їх дії осіб, причетних до фрустраційної ситуації, 80% драгувались та засмучувались через найменші дрібниці, у 40% зафіксовано готовність до фізичної, вербальної та опосередкованої агресії. А специфічною рисою фрустрації підлітків з епілептоїдно-істероїдними акцентуаціями є занадто емоційні реакції на дію фрустраторів (виявлено у 60% респондентів). Нагадаємо, що цю особливість було виявлено і у підлітків з гіпертимно-істероїдним типом акцентуацій, тому можемо зробити висновок, що загострену емоційність як прояв фрустрації провокують саме істероїдні акцентуовані риси характеру.

Серед досліджуваних були лише два представники епілептоїдно-нестійкого та епілептоїдно-істероїдно-нестійкого типів акцентуацій (Агнеса К. та Катерина П.), через що важко проаналізувати взаємозв'язок між поєднанням нестійких і епілептоїдних рис та проявами фрустрації особистості. Однак зазначимо наступне: в обох дівчат виявлено поодинокі прояви егресивної поведінки та готовності долати труднощі при домінуванні схильності ображатись та засмучуватись, потрапивши у незручну ситуацію (див. додаток Б, табл.5).

Наступними проаналізуємо фрази-відповіді підлітків з *шизоїдними* акцентуаціями. Ми звернули увагу передусім на низький рівень емоційності їхніх

реакцій, досить стриманий вияв свого невдоволення, пов'язаного передусім з необхідністю марнувати час чи змінювати через когось свої плани. Очевидними є також проблеми респондентів з шизоїдними акцентуаціями у міжособистісних взаємодіях з однолітками: зміст відповідей дозволяє стверджувати, що досліджувані абсолютно не цінують дружбу, не вміють пробачати, але уникають відкритого з'ясування стосунків, тобто намагаються не виходити за межі своєї «зони комфорту», яка виключає тісні комунікативні контакти з однолітками. Наприклад у відповідях Люби Д. (15 років) чітко простежується холодність у ставленні до ровесників. Так, при домінуванні відповідей типу «Вибачте», «Ви не винні», «Нічого», до ситуацій методики С.Розенцвейга, пов'язаних з ненадійністю товаришів, дівчина не змогла підібрати відповідь (Сит. 8 та Сит. 15), або написала: «Мені не хочеться її бачити» (Сит. 20).

В цілому, у всіх респондентів з шизоїдним типом акцентуацій зафіксовано прояви егресивної поведінки, 50% активно заперечували виникнення проблем та незручностей, хоча 75% виявили схильність ображатись на оточуючих, а 50% – драгуватись та засмучуватись, зазнавши невдачі.

Проаналізувавши прояви фрустрації підлітків зі «змішаним» шизоїдно-істероїдним типом акцентуацій характеру, відзначимо, що нашарування істероїдних рис додає емоційності фрустраційним реакціям та більшої гнучкості у конфліктних ситуаціях респондентам з шизоїдними акцентуйованими рисами. Так, при практично рівнозначних показниках агресивності та ворожості, лише у 25% підлітків з шизоїдно-істероїдним типом акцентуацій зафіксовано прояви егресивної поведінки, у жодного не виникло труднощів з формулюванням відповідей, їхні фрази були більш розгорнутими, тоді як 50% респондентів з шизоїдним типом відмовились відповідати в окремих ситуаціях, переважно пов'язаних з обвинуваченнями, а 25% реагували неадекватно. В цьому можна переконатись, розглянувши відповіді Надії П. (13 років), в яких проявляється нетипова для шизоїдних акцентуйованих рис характеру багатослівність при захисті своїх інтересів:

Сит. 4: «Я намагатимуся обміняти білет, і ще одне: машину на техогляд відвозьте вчасно»;

Сит. 7: «Я вам плачу гроші за що?.. тобі... Я ж у вас постійний клієнт»;

Сит. 9: «Я вам його здав позавчора. Він повинен бути чистим. Якщо через п'ять хвилин ви мені його не видасте, я звернуся в Міністерство прав споживачів!».

Окрім того, у 50% досліджуваних з шизоїдно-істероїдними акцентуаціями стан фрустрації проявлявся у загостреній емоційності та фіксації на своїх переживаннях (ці ознаки присутні у наведеному вище прикладі), а 25% виявили схильність впадати у відчай, потрапивши у стресогенні обставини.

Поєднання епілептоїдних та шизоїдних рис характеру, навпаки, зумовило загострення агресивності та конфліктності і відобразилось у суттєвому підвищенні рівня деструктивності фрустраційних реакцій підлітків з шизоїдно-епілептоїдними акцентуаціями, порівняно з представниками як шизоїдного, так і епілептоїдного типів (див. додаток Б, табл. 6). Зокрема, у всіх респондентів виявлено підвищену дратівливість, у 40% зафіксовано прояви вербальної агресії (з них 75% домінують в системі фрустраційних реакцій), у 30% – готовність до фізичної агресії та виявів негативізму. Ворожість та агресивні спонукання підлітків з шизоїдно-епілептоїдними акцентуаціями можна проілюструвати відповідями Алли Н. (12 років):

Сит. 13: «Та ви справжній брехун! Я подам на вас заяву до міліції»;

Сит. 17: «Ні!!! Це ти в мене їх вкрала. Шахрайка!»;

Сит. 18: «Я ж просив: залишіть мені один екземпляр! Свиня!!!»;

Сит. 20: «Тому що вона гидота, і все тут!».

Оскільки перші сім відповідей були досить стриманими і свідчили про егресивну поведінку, то очевидною є тенденція до кумуляції напруження та загострення емоційності, що досить властиво для епілептоїдних акцентуацій і не компенсується впливом шизоїдних акцентуованих рис.

Відзначимо також, що схильність до егресивної поведінки (у 66,67% випадків це були лише епізодичні прояви) виявлено тільки у 30% досліджуваних з шизоїдно-епілептоїдним типом акцентуацій, що вдвічі нижче, ніж у підлітків з

епілептоїдним акцентуаціями та більш як в три рази нижче, ніж у представників шизоїдного типу (див. додаток Б, табл. 6). Окрім того, при практично рівнозначних показниках зосередженості на вирішенні проблем, у 40% підлітків з шизоїдно-епілептоїдними акцентуаціями виявлено ознаки фіксації – негнучкості поведінки у конфліктних ситуаціях, що проявлялось у пред'явленні оточуючим безапеляційних вимог негайно відшкодувати завдані ними збитки.

В процесі емпіричного дослідження було виявлено нечисленні шизоїдно-психастенічний та шизоїдно-сензитивний типи акцентуацій. Оскільки кожен з них налічує лише двох представників (див. додаток Б, табл.5), не можемо об'єктивно оцінити специфіку їхніх фрустраційних реакцій. Варто лише відзначити дратівливість при явній зосередженості на вирішенні проблеми у підлітків з шизоїдно-психастенічним типом (цю особливість ми констатували і в респондентів з «чистим» психастенічним типом), а у респондентів з шизоїдно-сензитивними акцентуаціями – схильність до аутоагресивної та егресивної поведінки при абсолютній неготовності долати труднощі (реакції більш пасивні, тривожні та інфантильні, порівняно з виявленими у підлітків з «чистим» сензитивним типом акцентуацій).

Серед досліджуваних підлітків був один представник шизоїдно-нестійкого типу акцентуацій (Анастасія М.), тому дуже важко оцінити вплив поєднання шизоїдних та нестійких рис на особливості фрустраційних реакцій, тим більше, що відповіді дівчини були дуже небагатослівними (чи взагалі відсутніми) і в них домінували прояви егресивної поведінки з активним запереченням будь-яких незручностей навіть у дійсно складних ситуаціях.

Проаналізувавши фрустраційні реакції підлітків з «чистим» *істероїдним* типом акцентуацій характеру, маємо відзначити передусім властиву їм підвищену емоційність і схильність фіксуватись на негативних переживаннях, імпульсивність поведінки, інфантильність та прийняття незрілих рішень у стресогенних обставинах (див. додаток Б, табл. 6). Нагадаємо, що нашарування істероїдних рис на акцентуації гіпертимного, шизоїдного та епілептоїдного типів зумовлювало появу (підвищення) показників загостреної емоційності як прояву фрустрації у

підлітків з зазначеними акцентуаціями та відповідно зниження у них здатності приймати зважені, конструктивні рішення у складних ситуаціях. Єдиний виняток – лабільно-істероїдний тип. Серед досліджуваних ми виявили всього двох респондентів з зазначеними акцентуаціями (Вікторія П. та Василь О.), і обидва продемонстрували зосередженість на вирішенні проблем та готовність докладати зусилля для додання труднощів, щоправда, дуже дратуючись у ситуаціях вимушеного марнування часу та засмучуючись, коли хтось ставав на заваді досягненню поставлених цілей. Важко пояснити цю ситуацію, адже інтерпретацію ускладнює нечисленність лабільно-істероїдного типу акцентуацій.

Незважаючи на досить високий показник необхідно-наполегливих реакцій інтропунітивної спрямованості фрустраційних реакцій представників істероїдного типу акцентуацій (див. додаток Б, табл. 4), у їхніх відповідях до ситуацій тесту С.Розенцвейга не було зафіксовано особливої зосередженості на вирішенні проблем: більшість фрустраційних реакцій зазначеної категорії пов'язані не з готовністю наполегливо долати труднощі, а з обіцянками виправитись у відповідь на звинувачення оточуючих. До речі, ми виявили характерну особливість поведінки підлітків з істероїдними акцентуаціями у фрустраційних ситуаціях – схильність ображатись (зафіксовано у 75% досліджуваних) і всіляко підкреслювати цей факт (часто фразу-відповідь суб'єкта замінював підпис типу: «Промовчить і піде геть з ображеним виглядом»). Окрім того, у 75% респондентів виявлено депресивні прояви у формі засмучення через найменші невдачі, у 68,75% – підвищену дратівливість, у 56,25% – схильність до вербальної агресії, у 68,75% – прояви інфантильної поведінки. Проілюструємо деструктивні фрустраційні реакції, властиві представникам істероїдного типу акцентуацій, фразами-відповідями Богдана Т. (13 років), що відображають домінуючі прояви негативізму, вербальної агресії, дратівливості, емоційності та непоступливості у конфліктних ситуаціях:

Сит. 2: «Ну і що! Купи нову!»;

Сит. 20: «Тому що ти блондинка»;

Сит. 6: «А я хочу третю!»;

Сит. 22: «Нічого. Але зараз я вам дам в писк!».

Як зазначалось раніше, проведені нами методики визначення акцентуацій характеру не дозволяють діагностувати конформний тип, але за допомогою ТОА В.П.Дворщенка можна визначити схильність особистості до проявів конформізму. Відповідно в Ольги Г., Владислава З., Інни Ш., Дар'ї З., Анастасії Щ., Катерини П., Катерини Щ., Сергія Л., Юлії П. та Дмитра Л. (учнів дев'ятих класів, на паралелі яких поводилось тестування з використанням зазначеної методики) було зафіксовано явну / високу конформність. Оцінивши найбільш властиві цим підліткам фрустраційні реакції, ми з'ясували, що 80% з них схильні дуже засмучуватись у складних обставинах, 70% – ображатись з найменших приводів, 50% – дратуватись і розчаровуватись, коли оточуючі завдають незручностей, примушуючи чекати чи відмовляти від намічених планів. Незважаючи на те, що конформізм не асоціюється з активною ініціативною діяльністю [89], 60% досліджуваних виявили здатність зосереджуватись на вирішенні проблем, проте близькі значення показників необхідно-наполегливих реакцій інтрапунітивної та екстрапунітивної спрямованості в профілі фрустраційних реакцій цих підлітків свідчать про їхню звичку при появі труднощів просити про допомогу оточуючих або цілком перекидати на них відповідальність за виправлення ситуації (про це свідчать прояви егресивної поведінки у 50% респондентів). Водночас, 30% конформних підлітків виявили готовність визнати свою провину та спокутувати її, а, враховуючи загалом невисокі показники агресивності, можемо зробити висновок, що вони досить гнучкі у міжособистісних взаємодіях, хоча вразливі і дуже переживають через проблеми у стосунках з оточуючими.

Досить несподіваним виявились результати дослідження особливостей проявів фрустрації підлітків без явних акцентуацій характеру. Справа в тому, що реакції цих досліджуваних дуже відрізняються за рівнем конструктивності (див. додаток Б, табл. 5), а окремі аспекти діяльності та міжособистісних взаємодій респондентів, відображені у відповідях до ситуацій тесту С.Розенцвейга, дуже нагадують фрустраційні реакції представників окремих типів акцентуацій характеру. Для інтерпретації емпіричних даних звернімося до

питання динаміки акцентуацій. Нагадаємо, в підлітковому віці приховані акцентуації часто підсилюються і стають явними, перетворюючись на «слабкі місця» в структурі характеру підлітків. Причиною цьому є інтенсивна дія факторів, до яких підлітки найбільш вразливі, бо вони «пред'являють» завищені вимоги до цих «місць найменшого опору» [89]. Раніше ми обґрунтували спорідненість (або й тотожність) зазначених факторів з фрустраторами. Таким чином, можна зробити висновок, що стан фрустрації може спровокувати підсилення тих рис характеру підлітка, які ще не досягали рівня явних акцентуацій. На користь цього твердження свідчать результати методик С.І.Подмазіна та В.П.Дворщенка, проведених з підлітками, у яких в підсумку було констатовано відсутність явних акцентуацій. Зокрема, в Богдана С., Захара К., В'ячеслава Т., Микити Х., Максима С., у фрустраційних реакціях яких домінували різні форми агресії (див. додаток Б, табл. 5), зафіксовано тенденції до проявів істероїдних, нестійких та гіпертимних акцентуацій. Як було з'ясовано раніше, поєднання зазначених акцентуєваних рис пов'язане з агресивними спонуканнями та ворожістю особистості. У Наталії Д. та Марії Л., в яких виявлено тенденції до лабільних, астено-невротичних, нестійких акцентуацій, було зафіксовано депресивні прояви (див. додаток Б, табл. 5), що також відповідає зробленим раніше висновкам щодо особливостей проявів фрустрації акцентуантів із зазначеними рисами. Ще кілька яскравих прикладів: схильність ображатись, дратівливість, депресивні прояви при високому рівні емоційності виявлено у Анастасії Ш., в структурі характеру якої є тенденція до істероїдних, шизоїдних та епілептоїдних акцентуацій; негативізм та дратівливість при інфантильності та безтурботності поведінки – у Віктора Б., у якого виявлено ознаки гіпертимних та нестійких акцентуацій; прояви «бравадної» агресії при зосередженості на вирішенні проблем – у Ігоря Х., в характері якого є прояви психастенічних рис.

Однак, узагальнивши результати аналізу фрустраційних реакцій підлітків без явних акцентуацій характеру, все ж відзначимо, що в більшості з них прояви фрустраційної толерантності переважають над деструктивними ефектами фрустрації: 68,42% респондентів виявили здатність не переживати

через дрібні негаразди та невдачі, намагаючись якнайшвидше вирішувати проблеми (52,63% зосереджені на доланні перешкод), 42,11% схильні уникати «з'ясування стосунків» у конфліктних ситуаціях, готові визнати провину та взяти на себе відповідальність за виправлення ситуації (див. додаток Б, табл. 6).

З метою систематизації емпіричного матеріалу та зроблених висновків щодо особливостей стану фрустрації акцентуантів та респондентів без явних акцентуацій характеру, порівнюємо прояви у них цього психічного стану. Так, підліткам з лабільно-циклоїдними, лабільно-сензитивними, нестійкими та гіпертимно-істероїдно-нестійкими акцентуаціями найбільш властиво реагувати агресивно на дію фрустраторів. При цьому до *фізичної агресії* особливо схильні підлітки з гіпертимно-істероїдно-нестійкими акцентуаціями; до *вербальної агресії* – представники цього ж типу, а також підлітки з нестійкими, гіпертимно-нестійкими та лабільно-сензитивними акцентуаціями; до *опосередкованої агресії* – підлітки з лабільно-циклоїдними акцентуаціями; до підвищеної *дратівливості* – з шизоїдно-епілептоїдними, лабільно-циклоїдними, нестійкими, гіпертимно-нестійкими та гіпертимно-істероїдно-нестійкими; до *негативізму* – з нестійкими та гіпертимно-істероїдно-нестійкими акцентуаціями. Найрідше описані реакції бувають у представників сензитивного, циклоїдного та гіпертимно-циклоїдного типів акцентуацій.

Прихована агресія (*ворожість*) особливо властива підліткам з нестійкими, гіпертимно-нестійкими, лабільно-сензитивними та лабільно-циклоїдними акцентуаціями, а найменш притаманна представникам гіпертимно-циклоїдного, циклоїдного та сензитивного типів. Зауважимо, що схильність *ображатись* проявляється у фрустраційних ситуаціях підлітків значно частіше, ніж *підозрливість*, показники якої найвищі у представників лабільно-циклоїдного типу акцентуацій. Найбільш вразливими виявились підлітки з нестійкими, гіпертимно-нестійкими, лабільно-циклоїдними, лабільно-сензитивними, епілептоїдно-істероїдними та шизоїдно-епілептоїдними акцентуаціями (ображаються на оточуючих з найменших приводів).

Найбільш виразні *депресивні прояви* фрустрації зафіксовано у фрустраційних реакціях підлітків з астено-невротичними, сензитивними, циклоїдними та лабільними акцентуаціями, а також з відповідними змішаними типами (сензитивно-астено-невротичним, шизоїдно-сензитивним, гіпертимно-циклоїдним та лабільно-циклоїдним). Порівнюючи прояви окремих депресивних реакцій, зазначимо наступне: дуже *засмучуватись* у складних ситуаціях схильні представники сензитивного, нестійкого, лабільного, гіпертимно-циклоїдного та епілептоїдно-істероїдного типів акцентуацій; найчастіше відчують *розпач* підлітки з астено-невротичними та сензитивно-астено-невротичними акцентуаціями, вони ж, а також представники гіпертимно-нестійкого, гіпертимно-циклоїдного та нестійкого типів, легко *розчаровуються*, відчувши фрустрацію у міжособистісних взаємодіях; підвищену *тривожність* у фрустраційних ситуаціях виявляють підлітки з циклоїдними та сензитивно-астено-невротичними акцентуаціями; схильність до аутоагресії (самозвинувачень, самокатувань) діагностовано у найбільшій кількості представників сензитивного та циклоїдного типів. Найменш схильні до *депресивних* проявів підлітки з гіпертимними та гіпертимно-істероїдно-нестійкими акцентуаціями, а також представники шизоїдного та психастенічного типів.

Регресія як прояв фрустрації найбільш властива представникам лабільного, лабільно-сензитивного та нестійкого типів акцентуацій, а мало характерна для підлітків з сензитивними, циклоїдними, гіпертимно-циклоїдними, лабільно-істероїдними, шизоїдно-істероїдними, шизоїдно-епілептоїдними акцентуаціями. Більш ретельний аналіз засвідчує, що *інфантильність* особливо проявляється у судженнях та поведінці представників лабільно-сензитивного, лабільно-циклоїдного, астено-невротичного типів акцентуацій; істотні *труднощі з формулюванням та висловленням власної думки*, конструктивним проявом емоцій у незручних ситуаціях чи у відповідь на критичні зауваження (необґрунтовані звинувачення) мають підлітки з лабільними, лабільно-сензитивними та нестійкими акцентуаціями, від них також можна очікувати *неадекватних реакцій* на дію фрустраторів.

Прояви *егресивної поведінки* як спроби уникнути ескалації конфлікту навіть на шкоду власним інтересам домінують у фрустраційних реакціях представників циклоїдного, шизоїдного, сензитивного та шизоїдно-сензитивного типів, а підліткам з астено-невротичними, лабільно-астено-невротичними, лабільно-циклоїдними, гіпертимно-істероїдно-нестійкими акцентуаціями така поведінка не властива.

Реакції *фіксації* та *підвищена емоційність* найменш властиві підліткам без явних акцентуацій, а також представникам гіпертимного, лабільного, лабільно-астено-невротичного, сензитивного, циклоїдного, шизоїдного типів, хоча є особливістю стану фрустрації підлітків з астено-невротичними та істероїдними акцентуаціями. Найвищий рівень емоційності констатовано в представників лабільно-циклоїдного та епілептоїдно-істероїдного типів акцентуацій.

Оцінюючи *фрустраційну толерантність* досліджуваних, маємо відзначити найбільш конструктивні її прояви у підлітків без явних акцентуацій характеру та з гіпертимними акцентуаціями, адже вони продемонстрували *готовність брати на себе відповідальність за вирішення проблем*, не схильні фіксуватись на власному дискомфорті, не переймаються через дрібні неприємності та вміють визнати свою неправоту і спокутувати провину, не виявляючи при цьому неконструктивної агресії, але і не даючи себе скривдити. До *заперечення незручностей* як способу уникнути неприємного з'ясування стосунків найчастіше вдаються представники лабільного, лабільно-астено-невротичного та епілептоїдного типів, а *безтурботна, легковажна поведінка* навіть у досить скрутних ситуаціях властива підліткам з епілептоїдно-істероїдними акцентуаціями.

Таким чином, можемо зробити висновок, що особливу увагу варто звернути на процеси особистісного розвитку підлітків з астено-невротичними, сензитивно-астено-невротичними, нестійкими, гіпертимно-нестійкими, гіпертимно-істероїдно-нестійкими акцентуаціями, адже респонденти з зазначеними акцентуєваними рисами виявили найбільшу вразливість у фрустраційних ситуаціях, нездатність до самовладання та відсутність навичок конструктивного додання свого психоемоційного напруження. Також у «групі

ризика» представники лабільно-сензитивного, лабільно-циклоїдного типів акцентуацій, схильні до невмотивованої агресії, непередбачуваної і навіть асоціальної поведінки.

2.2.2. Оцінка фрустрованості підлітків з різними акцентуаціями характеру

Як зазначалось раніше, фрустрованість – це системне утворення особистості, якій властиві постійне психоемоційне напруження та відповідні дезорганізуючі переживання і думки, неадаптивна поведінка. Рівень особистісної фрустрованості залежить від негативного досвіду потрапляння людини у фрустраційні ситуації і відображає міру її незадоволення внаслідок нереалізованих прагнень та потреб. Коли це незадоволення викликане відчуттям невідповідності реальних та потенційно можливих на даний момент досягнень у різних сферах соціального буття – мова йде про соціальну фрустрованість. Для оцінки рівнів фрустрованості підлітків з різними акцентуаціями характеру проаналізуємо дані, одержані за допомогою методик «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації» (авт. В.В.Бойко) та «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» (авт. Л.І.Вассерман, модиф. В.В.Бойком та Л.М.Кузнецовою).

Почнемо з порівняльного аналізу кількісних показників соціальної фрустрованості. Як бачимо (див. додаток В, табл. 1), у 67,74% респондентів зафіксовано дуже низький її рівень, у 11,29% – майже повну її відсутність і тільки у 1,61% – помірний рівень. При цьому емпіричні дані мають настільки вузький діапазон, що надзвичайно важко їх інтерпретувати. Так, одержані результати можуть бути пов'язані з браком у підлітків досвіду потрапляння у фрустраційні ситуації, розумінням поняття «задоволеність соціальними досягненнями» у значенні відсутності бажання щось змінювати (як свідчення низького рівня домагань, пасивної життєвої позиції), низьким рівнем соціальної зрілості або ж ускладненою рефлексією до власних почуттів та прагнень, через що

підлітки не здатні адекватно співвідносити свої реальні та потенційно можливі досягнення в різних сферах життєдіяльності.

Проаналізуємо показники соціальної фрустрованості та порівняємо їхні вибіркові середні значення у підлітків з різними акцентуаціями характеру. Як бачимо (див. додаток В, табл. 2), найнижчий рівень соціальної фрустрованості мають представники гіпертимно-циклоїдного типу (зафіксовано майже повну відсутність фрустрованості); максимально близькі результати (дуже низький рівень соціальної фрустрованості) – у підлітків з сензитивними та гіпертимними акцентуаціями, а також зі «змішаними» акцентуаціями, до складу яких входять гіпертимні риси. У випадку гіпертимного типу акцентуацій низьку фрустрованість можна пояснити оптимістичним світосприйняттям та легковажним ставленням до тимчасових неприємностей підлітків з зазначеними акцентуаціями. Проте, як ми з'ясували раніше, представникам гіпертимно-істероїдного та гіпертимно-нестійкого типів акцентуацій властиві депресивні прояви, тому в них низькі показники соціальної фрустрованості обумовлені інфантильністю та нездатністю до серйозного аналізу і зваженої оцінки своїх досягнень у різних сферах соціальної дійсності. У випадку з сензитивним типом акцентуацій характеру причину слід шукати в схильності таких підлітків заперечувати існування незручностей і готовності приймати як належне позбавлення та втрати.

Найвищі показники соціальної фрустрованості зафіксовано у представників шизоїдно-епілептоїдного, астено-невротичного, лабільно-циклоїдного та лабільно-сензитивного, шизоїдного типів акцентуацій. Як відомо, підлітки з астено-невротичними та шизоїдними акцентуованими рисами схильні до самоаналізу [56; 89], відповідно мають краще розвинуті рефлексивні здібності й здатні дати диференційовану оцінку своїм здобуткам у різних сферах суспільного буття. Окрім того, представники шизоїдного типу акцентуацій мають негативні установки до себе та оточуючих [114], а в респондентів з шизоїдно-епілептоїдними та астено-невротичними рисами було експериментально встановлено схильність фіксуватись на негативних переживаннях, саме цим можна пояснити, чому підлітки із зазначеними

акцентуаціями соціально фрустровані. Не викликає подиву і фрустрованість представників лабільно-циклоїдного та лабільно-сензитивного типів акцентуацій (як і підлітків з астено-невротичними рисами), адже в них було виявлено одні з найбільш деструктивних проявів фрустрації, негативне ставлення до оточуючих і умов життя в цілому.

Як зазначалось раніше, методика Л.І.Вассермана дозволяє більш диференційовано оцінити соціальну фрустрованість групи респондентів шляхом визначення середніх індексів їх задоволеності своїми досягненнями в конкретних сферах суспільного буття. Проаналізувавши ці значення, вираховані для підлітків із різними типами акцентуацій та без явних акцентуацій (див. додаток В, табл.4), ми визначили, з якими соціальними сферами у них пов'язані найбільш негативні переживання, тобто за яких обставин найчастіше виникає стан фрустрації.

Так, домінуючим соціально-фруструючим фактором більшість досліджуваних визнали загальну ситуацію в країні. Чи свідчить це про сформовану громадянську позицію? Не обов'язково, адже значно легше нарікати на скрутні соціально-політичні умови, ніж замислитись над власним способом життя, тобто керуватись думкою не дорослих чи представників медійного простору, а орієнтуватись на власні судження.

Здійснивши порівняльний аналіз особливостей соціальної фрустрованості представників різних типів акцентуацій характеру, можемо зробити наступні висновки. Респонденти з гіпертимними акцентуаціями найчастіше вказували на невдоволення міжособистісними взаємодіями в класному колективі. Це зрозуміло, адже їм властива висока соціальна активність, тому продуктивні ділові стосунки з однокласниками посідають вагомe місце в системі домагань. Підлітки з епілептоїдними акцентуаційними рисами схильні нарікати на обсяг своїх повноважень у класі та школі, що легко пояснити потребою представників цього типу бути наділеними беззаперечною владою, мати можливість керувати оточуючими, віддавати розпорядження [89; 100]. Зазначений фактор є одним з найбільш фруструючих і для представників шизоїдного, астено-невротичного,

лабільного, лабільно-сензитивного та лабільно-циклоїдного типів, але з різних причин: для підлітків з шизоїдними рисами – через замкнутість, нетовариськість, некомунікабельність, обумовлені невпевненістю в своїх комунікативних здібностях, що дисгармоніює з прихованими прагненнями мати високий статус в колективі однолітків та користуватись їхньою повагою; для респондентів з іншими вище названими акцентуаціями характеру – через деструктивність взаємодій, адже, враховуючи дратівливість, конфліктність і непоступливість цих підлітків, навряд чи їм ризикнуть делегувати владні повноваження або доручити організаційну роботу в класі.

У підлітків з нестійкими акцентуаціями виявлено схильність нарікати на стосунки з вчителями та адміністрацією школи, умови навчання та перебування в школі, а також на якість навчального процесу в цілому. Це досить типово для особистостей, що бояться діяльності, яка вимагає докладання зусиль, всіляко намагаються уникати відповідальних доручень [89; 113]. Умови навчання не повністю влаштовують також представників циклоїдного типу, яким складно витримувати напружений темп шкільного життя через періодичні спади енергії та ентузіазму, а також підлітків з психастенічними акцентуаціями, які досить відповідально ставляться до навчальної діяльності, але відчують дискомфорт, коли не можуть працювати в спокійній обстановці, у зручному для них темпі, з можливістю багато разів перевіряти виконане. А от респонденти з істероїдними акцентуаціями нарікали і на обсяг своїх знань та вмінь, і на навчальний процес в цілому, і на ділові стосунки з однокласниками, що відображає властиве представникам цього типу акцентуацій прагнення досягати успіху та визнання оточуючих в усіх сферах діяльності [89; 113] і відповідне хвилювання через брак умов для самовираження в школі.

Цікаво те, що найменше нарікань у представників всіх типів акцентуацій викликали матеріальні чинники та якість свого дозвілля. Швидше за все, ця ситуація обумовлена досить комфортними умовами життя підлітків, позбавлених необхідності самостійно вирішувати фінансові проблеми та обмежувати свої потреби, стримуючи гедоністичні мотиви. Це пояснює загальні низькі показники

соціальної фрустрованості, тому їх не варто вважати показовими при оцінці специфіки стану фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру.

Враховуючи результати емпіричного дослідження фрустраційних реакцій акцентуантів, більшість з яких виявили схильність ображатись, дратуватись та засмучуватись, опинившись у стресогенних обставинах, можемо припустити, що для вивчення особливостей стану їхньої фрустрації більш валідною має бути методика В.В.Бойка «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації», адже вона передбачає діагностику рівня фрустрованості за показниками інтенсивності переживань, викликаних невдоволенням через нереалізовані потреби: заздрості, образи, засмучення, пригніченості. Окрім того, ця методика не вимагає глибокого самоаналізу і результат не так залежить від здатності підлітка до рефлексії, як у випадку з методикою Л.І.Вассермана.

Засобами «Експрес-діагностики рівня особистісної фрустрації» було встановлено, що стійку тенденцію до фрустрації мають 51,35% підлітків з акцентуаціями характеру та 39,47% респондентів без явних акцентуацій; низькі показники особистісної фрустрованості виявлено у 37,16% акцентуантів і у 60,53% підлітків без акцентуєваних рис характеру; дуже високий рівень фрустрованості зафіксовано у 11,49% підлітків з різними акцентуаціями і не діагностовано в досліджуваних без явних акцентуацій. Це дозволяє зробити висновок, що наявність акцентуєваних рис практично всіх типів сприяє формуванню у підлітків особистісної фрустрованості.

Результати порівняльного аналізу середніх значень фрустрованості, вирахованих для представників різних типів акцентуацій (див. додаток В, табл.2), засвідчують низький рівень особистісної фрустрованості у представників гіпертимного та «змішаних» типів, до складу яких входять гіпертимні риси (окрім гіпертимно-нестійкого), в досліджуваних з психастеничними акцентуаціями, а також у підлітків з явною / високою конформністю поведінки. У випадку з групою гіпертимних акцентуацій такий результат цілком очікуваний, адже у підлітків із цими зазначеними рисами було зафіксовано і найнижчі показники соціальної фрустрованості. Відповідно оптимізм, дещо поверхове ставлення до життєвих

негараздів та здатність швидко вгамовувати негативні емоції сприяють відреагуванню деструктивних переживань, тому попереджають підвищення рівня фрустрованості. Як ми з'ясували раніше, представникам гіпертимно-нестійкого типу акцентуацій не притаманні перераховані якості, тому вони досить фрустровані (мають стійку тенденцію до фрустрації). Низькі показники особистісної фрустрованості респондентів з психастенічними акцентуаціями менш зрозумілі, адже вважається [89], що такі підлітки схильні переживати через надумані проблеми та перешкоди, передчуття ймовірних труднощів загострює їхню тривожність, підсилює ригідність поведінки, заважає конструктивному вирішенню проблем, а невдачі сприяють наростанню психоемоційного напруження. Очевидно, за допомогою методики «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації» (авт. В.В.Бойко) неможливо визначити інтенсивність цього напруження, бо воно пов'язане не з відчуттям невдоволення, а з тривогою, страхом допустити помилку, не виправдати очікувань оточуючих. Можлива й інша причина невеликої кількості балів, набраних підлітками з психастенічними акцентуаціями за цією методикою – вплив механізмів психологічного захисту, зокрема, заперечення своєї схильності до переживання соціально неприйнятних емоцій (у багатьох респондентів із зазначеними акцентуаціями було зафіксовано прагнення давати соціально схвальні відповіді, що відобразилось у високих показниках контрольних шкал МПДО та ТОА).

Найвищі показники особистісної фрустрованості виявлено у підлітків з шизоїдно-епілептоїдними, шизоїдно-істероїдними, лабільно-астено-невротичними, лабільно-циклоїдними, лабільно-сензитивними, шизоїдними, астено-невротичними та епілептоїдними акцентуаціями характеру. Враховуючи відносно невисокі показники фрустрованості в досліджуваних з лабільними, істероїдними, сензитивними та циклоїдними акцентуаціями, можемо констатувати існування зв'язку між високим рівнем особистісної фрустрованості та присутністю в характері підлітка саме шизоїдних, епілептоїдних та астено-невротичних рис, а також специфічним поєднанням лабільних рис з сензитивними і циклоїдними. Так, згідно з результатами

теоретичного дослідження, високий рівень фрустрованості представників астено-невротичного типу може бути пов'язаний з їхньою виснажуваністю, втомлюваністю, відчуттям власної безпорадності та неспроможності досягнути бажаного при зіткненні з будь-якими перешкодами. У респондентів з шизоїдними акцентуаціями відсутня внутрішня єдність внаслідок суперечностей в думках, почуттях, бажаннях та діях [89], такі підлітки недовірливо ставляться до оточуючих, відчувають невдоволення через власну некоммунікабельність [114], що обумовлює у них стан «хронічної фрустрації», накопичення невідрагованих негативних переживань, а в результаті – високий рівень особистісної фрустрованості. Якщо говорити про представників епілептоїдного типу, то властива їм емоційна нестабільність, неконструктивна ригідна поведінка в стресогенних ситуаціях, дратівливість та схильність до кумуляції афекту – все це прояви інтолерантності та детермінанти формування фрустрованості. Щодо високих показників особистісної фрустрованості підлітків з лабільно-сензитивними та лабільно-циклоїдними акцентуаціями, то їх можна пояснити емпірично доведеними надмірною вразливістю та деструктивними ефектами стану фрустрації у респондентів із зазначеними типами акцентуацій.

В цілому ж, одержані емпіричні дані засвідчують значно вищу міру особистісної фрустрованості порівняно з соціальною у представників більшості типів акцентуацій характеру (див. додаток В, табл.2). Це підтверджує, що показники соціальної фрустрованості не є показовим при оцінці рівня фрустрації підлітків. Однак чи існує взаємна залежність між цими двома формами фрустрованості? Чи може високий рівень особистісної фрустрованості спровокувати підвищення у майбутньому і соціальної фрустрованості? Як впливає рівень фрустрованості на міру соціальної адаптивності підлітків з різними акцентуаціями характеру?

Одержати відповідь на поставлені запитання допоможе аналіз сили та напряму лінійної залежності між показниками соціальної та особистісної фрустрованості й соціальної адаптивності респондентів. Про існування статистично достовірної взаємозалежності між зазначеними змінними за

коефіцієнтом лінійної кореляції Пірсона (r) на першому рівні достовірності ($p \leq 0,05$) свідчатиме значення коефіцієнта $r_{кр} = 0,087$, на другому рівні ($p \leq 0,01$) – $r_{кр} = 0,114$, на третьому рівні ($p \leq 0,001$) – $r_{кр} = 0,146$ (відповідно до даних, взятих з загальноприйнятих статистичних таблиць [238]). Згідно з результатами розрахунків (див. табл. 2.1), пряма лінійна взаємозалежність на третьому рівні достовірності ($p \leq 0,001$) існує між рівнями особистісної та соціальної фрустрованості: $r_{емп} = 0,43$. Таким чином, можемо стверджувати, що підлітки зі стійкою тенденцією до фрустрації (констатованою за методикою «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації») більш схильні до формування соціальної фрустрованості, ніж ті, в кого зафіксовано низькі показники особистісної фрустрованості. Тобто особистісна фрустрованість у них вища за соціальну через недостатність життєвого досвіду для усвідомлення невідповідності своїх реальних досягнень потенційно можливим, низький рівень домагань чи мало розвинуті рефлексивні здібності, але з підвищенням особистісної фрустрованості зростає і соціальна. Тому надалі, оцінюючи специфіку фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру, більш надійним показником міри фрустрованості вважатимемо кількісні значення, одержані за допомогою методики В.В.Бойка «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації».

Таблиця 2.1

**Показники кореляційного аналізу взаємозалежності (r)
фрустрованості та соціальної адаптивності підлітків з акцентуаціями
характеру і без акцентуєваних рис**

Порівнювані змінні	Соціальна фрустрованість	Особистісна фрустрованість	Соціальна адаптивність (GCR)
Соціальна фрустрованість	–	0,43*	–0,13**
Особистісна фрустрованість	0,43*	–	0,06
Соціальна адаптивність (GCR)	–0,13**	0,06	–

Примітки: 1. * – статистично достовірна пряма лінійна взаємозалежність на рівні $p = 0,001$;
2. ** – статистично достовірна обернена лінійна взаємозалежність на рівні $p = 0,05$.

Між рівнями особистісної фрустрованості та соціальної адаптивності статистично достовірної взаємозалежності не виявлено ($r_{емп} = 0,06$), але між показниками рівнів соціальної фрустрованості та соціальної адаптивності

встановлено існування обернено пропорційної лінійної залежності на першому рівні достовірності ($p \leq 0,05$): $r_{\text{емп}} = -0,13$. Таким чином, враховуючи складність оцінки соціальної фрустрованості підлітків, для вивчення соціального аспекту фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру (здатності реагувати на дію фрустраторів відповідно до соціальних очікувань та суспільних норм) доцільно орієнтуватись саме на значення коефіцієнта GCR. До речі, існує ймовірність, що низькі показники рівня соціальної адаптивності досліджуваних пов'язані саме з нездатністю сучасних підлітків адекватно оцінити свої реальні та потенційні досягнення у різних сферах соціального буття (це відображають низькі значення індексів соціальної фрустрованості), зробити відповідні висновки щодо необхідних змін у цілеспрямованій діяльності та міжособистісних взаємодіях. Однак нагадаємо, що значення коефіцієнта GCR не досить об'єктивні, їхня достовірність сумнівна, тому цей коефіцієнт не може бути визначальним при оцінці рівнів фрустрації підлітків-акцентуантів.

2.3. Вплив різних типів акцентуованих рис особистості підлітків на рівень прояву у них фрустрації

Досліджуючи специфіку стану фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру, ми визначили найбільш характерні прояви у них цього психічного стану в життєвих ситуаціях та міжособистісних взаємодіях, оцінили міру фрустрованості. Однак, аналізуючи якісні та кількісні показники фрустрації, ми виявили неузгодженість між ними в окремих респондентів (див. додаток Б, табл.2, табл.5; додаток В, табл.1). Так, наприклад, Ілля А. (12 років, сензитивний тип акцентуацій), маючи один з найвищих показників фрустрованості (11 балів з 12 можливих), продемонстрував досить стримані реакції у фрустраційних ситуаціях, заперечував незручності та уникав з'ясування стосунків з ініціаторами конфліктів. Натомість у Богдана С. (15 років, без явних акцентуацій) встановлено відсутність фрустрованості (0 балів) при виразних проявах практично всіх форм агресії, інфантильність та

відсутність готовності зосереджуватись на доланні та приймати відповідальні рішення. І подібних суперечностей зафіксовано досить багато, а найвищий рівень неузгодженості між мірою фрустрованості та зовнішніми ознаками фрустрації виявлено в підлітків з шизоїдними акцентуйованими рисами у складі відповідних «чистих» та «змішаних» акцентуацій, а також у представників лабільного, лабільно-астено-невротичного типів і в підлітків без явних акцентуацій характеру. На підставі одержаного емпіричного матеріалу можемо стверджувати, що мова йде не про помилкові дані, а про особливості стану фрустрації у підлітків-акцентуантів – прояви різних рівнів цього психічного стану, які не можна оцінити за шкалою кількісних показників в діапазоні «низький - високий». Ми вважаємо, що зазначені рівні необхідно диференціювати залежно від специфіки впливу фрустрації на стан підлітків залежно від інтенсивності їхнього психоемоційного напруження у фрустраційних ситуаціях, схильності кумулювати його або, навпаки, швидко долати легким переключенням на інший вид діяльності («втеча» від проблем) чи скеровуванням в конструктивне русло (вирішення проблем); від міри деструктивності поведінки та афективних реакцій (відкритих чи прихованих, стримуваних). Тому надалі маємо визначити та обґрунтувати критерії, рівні й показники фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру на підставі результатів теоретичного та експериментального досліджень.

Нагадаємо, що фрустрованість (виміряна за допомогою методики В.В.Бойка [151, С.136-137]) відображає негативний досвід потрапляння особистості у фрустраційні ситуації, в результаті чого в неї накопичилось незадоволення через нереалізовані прагнення та відбулась кумуляція пов'язаного з цим психоемоційного напруження. Мова йде про невідреаговані негативні емоції, що мають дестабілізуючий вплив на стан підлітків і здатні спровокувати деструктивну поведінку в емоціогенних (фрустраційних) ситуаціях. Однак афективні реакції можуть стримуватись, а істинні почуття – бути прихованими, якщо підлітки прагнуть уникнути неприємного з'ясування стосунків чи намагаються дотримуватись соціальних норм поведінки. В

результаті цього в них зростатиме фрустрованість та відповідно погіршуватиметься самопочуття, але без очевидних зовнішніх ознак.

Маємо також враховувати, що з дванадцяти тверджень методики В.В.Бойка лише одне стосується схильності до деструктивної поведінки («Ви часто зриваєте зло або роздратування на кому-небудь», див. додаток В), тому навіть при дуже високому рівні фрустрованості особистість може не виказувати своїх переживань. Так виникає загроза поступового формування в неї озлобленості – хронічного стану роздратування, що досягає рівня жорстокості, ненависті внаслідок частого «придушення» розчарування, образ і злості [54]. Якщо низька фрустрованість супроводжується деструктивною поведінкою, то це засвідчуватиме якісно інший рівень фрустрації особистості – не вищий, але позначений ризиком соціальної дезадаптації особистості. У більш складному випадку, коли при високій фрустрованості особистості гострі афективні переживання виявляються у неконструктивній поведінці, фіксації на психологічному дискомфорті та відповідно нездатності зосередитись на доланні перешкод у діяльності, окрім небезпеки дезадаптації виникатиме загроза дестабілізації та дезінтеграції загального психоемоційного стану людини. В підлітків з явними акцентуаціями характеру зазначені патологічні процеси можуть досягнути критичного рівня, що неминуче спровокує декомпенсацію акцентуацій.

Згідно з результатами теоретичного дослідження [5; 86; 131; 145; 173; 248], фрустрація може мати не тільки деструктивний, а і конструктивний ефект, якщо особистість виявляє стійкість до емоціогенних впливів, а психоемоційне напруження у складних ситуаціях мобілізує зусилля, необхідні їй для додання труднощів. Таким чином, можемо стверджувати необхідність вивчення особливостей фрустрації особистості за біполярними критеріями.

В теорії рис особистості Р.Кеттела емоційна стабільність та емоційна нестабільність виділені як «Фактор С» – «сила чи слабкість «Я» – одна з основних первинних властивостей особистості [119, с.239]. При цьому, емоційна стабільність (С+) описується такими показниками, як емоційна стійкість,

витримка, емоційна зрілість, стійкість інтересів, працездатність, орієнтування на реальність, здатність не фіксуватись на дрібних неприємностях, впевненість у собі. Протилежні ознаки характеризують емоційну нестабільність (С-): емоційна нестійкість, невпевненість у собі, імпульсивність, нетерплячість, мінливість настрою, втомлюваність, вразливість, тривожність, схильність ображатись з найменших приводів, засмучуватись, дратуватись, відчувати фрустрацію, але відкладати вирішення важливих питань. Відповідно посилення емоційної нестабільності підлітків у фрустраційних ситуаціях свідчить про ускладнення рівня фрустрації – кумуляцію напруження та зростання фрустрованості. Натомість фіксування ознак емоційної стабільності дозволяє припустити зниження інтенсивності фрустрації та міри фрустрованості.

Отже, ми вважаємо, що одним з критеріїв визначення особливостей фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру має бути *«емоційна стабільність - емоційна нестабільність»*. Цей критерій дозволив оцінити специфіку їхніх фрустраційних емоцій. Для цього було зіставлено емпіричні дані, одержані за допомогою методик «Модифікований патохарактерологічний діагностичний опитувальник» (МПДО) (авт. С.І.Подмазін) та «Тест особистісних акцентуацій» (ТОА) (авт. В.П.Дворщенко), «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації» (авт. В.В.Бойко), «Тест фрустраційних реакцій» (авт. С.Розенцвейг, адапт. Л.М.Кузнєцовою), а також спостереження за поведінкою підлітків у різних життєвих ситуаціях та міжособистісних взаємодіях. Так, про емоційну нестабільність досліджуваних свідчили стійка тенденція до фрустрації та дуже високі значення фрустрованості, визначені за методикою В.В.Бойка («5-12» балів), наявність в структурі характеру лабільних та епілептоїдних акцентуєваних рис (навіть, якщо вони не діагностувались у складі «змішаних» типів акцентуацій як непоєднувані), а також прояви агресії, ворожості, депресії, підвищеної емоційності у відповідях до ситуацій тесту С.Розенцвейга.

При дослідженні стану фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру важливо оцінювати їхню стресостійкість – толерантність до емоціогенних впливів. Так, особистісна толерантність, згідно з науковою позицією Г.У.Солдатової, є

інтегральною характеристикою індивіда, яка визначає його здатність активно діяти в проблемних та стресогенних ситуаціях, намагаючись відновити нервово-психічну рівновагу, успішно адаптуватись до зовнішніх умов, зберігаючи позитивне самоствалення та розвиваючи позитивні взаємодії з оточуючими [136].

О.О.Драганова, А.О.Реан, Г.П.Цуканова також вивчали толерантність особистості у тісному взаємозв'язку з її адаптивністю, стресостійкістю та емоційною стійкістю (толерантність як резистентність до емоціогенних впливів) [43; 162]. Натомість поняття «інтолерантність» має протилежний зміст та використовується цими дослідниками для позначення низької опірності стресогенним чинникам.

Фрустраційна інтолерантність, згідно з результатами досліджень Ф.Б.Березіна, свідчить про міру порушення психічної адаптації і визначається відношенням сумарної фрустраційної напруженості (кількості незадоволених потреб та цілей, заблокованих фруструючими впливами в конкретний момент) до порогу фрустрації (фрустраційної толерантності) [10].

Таким чином, наступним біполярним критерієм вивчення особливостей фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру має бути *«особистісна толерантність - особистісна інтолерантність»*. За цим критерієм можна оцінити легкість виникнення психічного стану фрустрації у складних життєвих обставинах та максимальну величину психоемоційного напруження, перевищення якої призведе до порушення душевної рівноваги, втрати здатності конструктивно долати труднощі, дезорганізації поведінки (фрустраційну толерантність) [5].

Відповідно до наукової позиції М.Д.Левітова, фрустраційна толерантність може проявлятися у формі спокійної, розсудливої поведінки; у посиленому напруженні, докладанні зусиль для стримування небажаних імпульсивних реакцій; у формі бравади як способу приховати озлобленість, смуток чи зневіру [86]. Схильність підлітків до певної форми толерантності залежить від типу акцентуацій, тобто її показниками можуть бути прояви безтурботності у стресогенних ситуаціях, пасивність, заперечення незручностей (властиво представникам сензитивного, гіпертимно-істероїдного, епілептоїдного типів) або зосередження на вирішенні проблеми, активне додання перешкод (більш

притаманне підліткам з гіпертимними, шизоїдними, шизоїдно-епілептоїдними акцентуаціями). Контрастні прояви засвідчують декомпенсацію акцентуацій як наслідок перевищення рівня толерантності до емоціогенних впливів. Таким чином, зіставлення емпіричних даних, одержаних за допомогою МПДО чи ТОА, тесту В.В.Бойка та комплексного аналізу профілів фрустраційних реакцій, складених за результатами проведення методики С.Розенцвейга, дозволило скласти уявлення про форму особистісної толерантності підлітків або діагностувати інтолерантність у випадку поєднання фрустрованості та неадаптивних фрустраційних реакцій.

Більш детального аналізу вимагає проблема активності підлітків при зіткненні з перешкодами на шляху цілеспрямованої діяльності. Згідно з науковою точкою зору К.О.Абульханової-Славської [1], активність є способом самовираження особистості та мірою її включення в життя, може бути адекватною чи неадекватною, стійкою чи нестійкою, своєчасною чи несвоєчасною, з переважанням ініціативи, поєднанням ініціативи та відповідальності чи без видимих проявів цих якостей (низька активність). В концепції В.А.Петровського соціальна активність розглядається як вища форма розвитку діяльності, пов'язана з ризиком та самоствердженням, виявляється в пошуку та доланні перешкод, боротьбі проти обмежень, виході за межі ситуативної адаптації [111; 112]. Натомість очікування фрустрації породжує уникання потенційної небезпеки та нівелює бажання ризикувати, що виявляється в обережній поведінці. А, відповідно до наукової позиції У.Джеймса, пасивність і бездіяльність особистості пов'язані з незнанням нею власних можливостей і способів реалізації внутрішнього потенціалу, відчуттям своєї неповноцінності та недієздатності, безпорадності [41]. Так, формами пасивності є лінощі, реакції «відступу» (уникання), безініціативність, конформна поведінка (пристосування).

Тому при вивченні особливостей фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру важливо враховувати біполярний критерій *«активність у діяльності - пасивність у діяльності»* для оцінки їхньої фрустраційної поведінки – міри конструктивності стратегій виходу зі складних обставин (ефективність «копінг-

стратегій» [126]), готовності долати труднощі самостійно чи за допомогою інших людей, причетних до фрустраційної ситуації, або схильності до егресивної поведінки, ігнорування чи заперечення незручностей як способів уникання відповідальності за вирішення проблеми. Так, про активність підлітків-акцентуантів свідчили: домінування необхідно-наполегливих реакцій інтрапунітивної спрямованості у профілях фрустраційних реакцій, складених за результатами методики С.Розенцвейга, різноманіття способів виходу з конфліктних ситуацій та складних обставин, описаних в цьому тесті, а також високі показники прояву гіпертимних акцентуованих рис, одержані при обстеженні підлітків засобами МПДО чи ТОА. Натомість нестійкі та астено-невротичні акцентуації, імпульсивна спрямованість необхідно-наполегливих реакцій та ознаки егресивної поведінки та безтурботності досліджуваних були очевидними показниками пасивності у діяльності.

В процесі теоретичного та емпіричного дослідження фрустрації підлітків-акцентуантів ми зіштовхнулись з необхідністю оцінки міри деструктивності проявів у них цього психічного стану в різних життєвих ситуаціях та міжособистісних взаємодіях. Деструктивними взаємодіями є такі форми контактів, які ускладнюють чи руйнують відносини і негативно впливають на учасників взаємодії [79]. Зокрема, у праці Е.Фромма «Анатомія людської деструктивності» поняття «деструктивна поведінка» описується як почуття залежності від інших, відчуття своєї безпорадності, неповноцінності, відсутність почуття соціальної безпеки, недовірливість, ворожість, підозрливість, емоційна холодність, неадекватність сприйняття і розуміння оточуючих, непослідовність, суперечливість вчинків [155]. Згідно з науковою позицією К.Хорні, деструктивна поведінка – це саморуйнування, породжене фрустрацією, яка провокує виникнення внутрішніх конфліктів [208].

Відповідно до результатів наукових досліджень О.Д.Бреус, В.О.Лабунської, Н.В.Казаринової, В.М.Куніциної, Ю.О.Менджерницької, В.М.Погольші [79; 80], деструктивні зміни поведінки індивідів виникають в процесі ускладненого спілкування, коли виникають бар'єри, перешкоди на шляху досягнення цілей та

задоволення базових соціальних потреб. Такі взаємодії супроводжуються когнітивно-афективним напруженням, відчуттям дискомфорту, формуванням тривожного ставлення до ситуацій спілкування і, водночас, зниженням рівня усвідомлення причин труднощів, відсутністю спроб самостійного виходу зі складної ситуації. Натомість показниками конструктивної взаємодії є самоконтроль учасників, їхня відповідальність, емоційне задоволення від спілкування, самоприйняття і визнання унікальності та свободи вибору партнера. Неодмінним атрибутом конструктивної взаємодії є усвідомлення учасниками свого дискомфорту при появі соціально-перцептивних, інтеракційних, комунікативних ускладнень у спілкуванні та спроби подолати ці труднощі [79].

Таким чином, біполярний критерій *«конструктивність взаємодій - деструктивність взаємодій»* дозволив нам оцінити фрустраційні реакції підлітків з акцентуаціями характеру у конфліктних ситуаціях та в умовах ускладненого спілкування. Для цього було здійснено комплексний аналіз профілів фрустраційних реакцій та відповідей підлітків до ситуацій тесту С.Розенцвейга. Зокрема, самозахисні реакції екстрапунітивної спрямованості з проявами вербальної та фізичної агресії безперечно свідчили про деструктивність взаємодій, натомість імпульсивна спрямованість реакцій та відсутність очевидних проявів агресії чи аутоагресії, ворожості, інфантильності та неадекватної поведінки вказували на конструктивність взаємодій досліджуваних підлітків.

Узагальнивши вище наведені аргументи, можемо стверджувати, що вивчати особливості фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру доцільно за такими біполярними критеріями: емоційна стабільність - емоційна нестабільність, особистісна толерантність - особистісна інтолерантність, активність у діяльності - пасивність у діяльності, конструктивність взаємодій - деструктивність взаємодій. Ці критерії були використані нами для виділення рівнів фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру. При цьому ми орієнтувались на результати наукових досліджень І.С.Булах та Л.П.Бушанської, згідно з якими є п'ять рівнів фрустрації: перший – дуже високий (критичний), другий – високий (дестабілізуючий), третій – середній (дезадаптуючий), четвертий – низький

(блокуючий ситуативно), п'ятий – дуже низький (помірний) [16, с.95]. Відповідно врахувавши одержані нами результати теоретичного та емпіричного досліджень, вважаємо за доцільне виділити шість рівнів фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру: адаптивний, псевдоадаптивний, дезадаптивний, латентний, дестабілізуючий та критичний. Обґрунтуємо нашу наукову позицію, охарактеризувавши показники кожного рівня.

Показники *адаптивного рівня фрустрації* підлітків з акцентуаціями характеру засвідчують емоційну стійкість, витримку, здатність не фіксуватись на дрібних неприємностях, реалістичне світосприйняття, впевненість у собі; резистентність до емоціогенних впливів, фрустраційну толерантність у формі спокійної, розсудливої поведінки; готовність долати перешкоди, приймати відповідальні рішення, вирішувати проблеми самостійно чи за допомогою оточуючих, прагнення до самоствердження, ініціативність, наполегливість; самоконтроль у спілкуванні, самоприйняття та позитивне, уважне ставлення до оточуючих, а у конфліктних взаємодіях – готовність визнавати та долати труднощі, вирішувати суперечності.

Ознаками *псевдоадаптивного рівня фрустрації* підлітків-акцентуантів є їхня невпевненість у собі, стриманість емоційних реакцій, вдаваний оптимізм, здатність не кумулювати психоемоційне напруження; прояви фрустраційної толерантності у формі примирення з позбавленнями та втратами, готовності примиритись з неможливістю задовольнити потреби; егресивна поведінка, ігнорування чи заперечення незручностей, небажання ризикувати, несамостійність у прийнятті рішень, пасивна життєва позиція; вдавано позитивне ставлення до оточуючих, конформність, стратегії пристосування у конфліктних взаємодіях, схильність поступатись власними амбіціями, щоб уникнути з'ясування стосунків.

Про *дезадаптивний рівень фрустрації* підлітків з акцентуаціями характеру свідчать такі показники: здатність швидко долати психоемоційне напруження бурхливими «розрядками афекту», імпульсивність, нестриманість, нетерплячість, легковажність, безтурботність або, навпаки, песимістичне світосприйняття; прояви фрустраційної толерантності у формі бравади, як

способу приховати засмучення, страх, ворожість; безініціативність, перекладання відповідальності за вирішення проблем на інших, неготовність докладати зусилля для долання перешкод та досягнення мети; інфантильність, егоцентризм, недовіра до оточуючих, агресивні спонукання, негативізм, стратегії конфронтації у конфліктних взаємодіях.

Для *латентного (прихованого) рівня фрустрації* підлітків з акцентуйованими рисами властиві такі показники: фрустрованість, внутрішня напруженість, замаскована зовнішнім спокоєм, байдужістю чи вдаваним оптимізмом, невпевненість у собі, приховані тривожність, вразливість, дратівливість; фрустраційна толерантність у формі посиленого напруження, докладання зусиль для самостримування; заперечення наявності проблем або демонстрування готовності їх вирішувати самостійно чи перекладання відповідальності на оточуючих, безініціативність, обережність, небажання ризикувати через страх неуспіху; вдавано позитивне ставлення до партнерів у взаємодіях, заперечення дискомфорту або демонстрація готовності визнати свою провину та працювати над вирішенням ускладнень у спілкуванні, прихована ворожість, заздрощі, недовіра до оточуючих, злопам'ятність.

Підліткам-акцентуантам з *дестабілізуючим рівнем фрустрації* властиві емоційна нестійкість, внутрішнє напруження та тенденція до його кумуляції у фрустраційних ситуаціях, фрустрованість, втомлюваність, мінливість настроїв, вразливість, неприхована дратівливість, песимізм; загострена чутливість до емоціогенних впливів, схильність до порушення нервово-психічної рівноваги у стресогенних ситуаціях, ризик підсилення (декомпенсації) акцентуйованих рис характеру; відчуття безпорадності при зіткненні з істотними перешкодами, егресивна поведінка, перекладання відповідальності за вирішення проблем на оточуючих; відчуття дискомфорту й напруження у взаємодіях, швидка втрата самоконтролю у спілкуванні, егоцентризм, недостатнє саморозуміння та недовіра до оточуючих, ворожість, прояви агресії чи аутоагресії, можлива непослідовність у думках та діях.

Критичний рівень засвідчує найважчий стан фрустрації, при якому сила емоційних реакцій акцентуантів не відповідає інтенсивності зовнішніх впливів, у фрустраційних ситуаціях виникає сильне внутрішнє напруження, яке підлітки не здатні подолати, тому їм властиві: фрустрованість, вразливість, поєднання гострих стеничних та астенічних емоційних реакцій (експлозивності, схильності ображатись з найменших приводів, панікувати, депресивних тенденцій); фрустраційна інтолерантність, швидка втрата нервово-психічної рівноваги та дезорганізація діяльності, декомпенсація акцентуацій характеру; відчуття розпачу, відчаю при появі труднощів, нездатність зосереджуватись на досягненні мети через фіксацію на внутрішньому дискомфорті; неадекватність сприйняття і розуміння оточуючих, непослідовність, суперечливість вчинків, відчуття дискомфорту у взаємодіях, поєднання проявів регресії, відкритої агресії та аутоагресії, ворожості, які часто контрастують з формами реагування, властивими типу акцентуацій підлітків.

Охарактеризовані рівні пред'явлені в порядку наростання деструктивного ефекту фрустрації: дезадаптивний, дестабілізуючий та критичний рівні відображають міру несприятливого впливу цього психічного стану на цілеспрямовану діяльність та міжособистісні взаємодії особистості (мають яскраві зовнішні прояви), а псевдоадаптивний та латентний – на її загальний емоційний стан, самопочуття, психологічне здоров'я (проявляються передусім у внутрішніх переживаннях).

Водночас, аналізуючи результати емпіричного вивчення особливостей стану фрустрації досліджуваних підлітків, ми мали труднощі з діагностикою рівнів прояву в них цього психічного стану. Швидше за все, це обумовлено специфікою особистісного розвитку респондентів з різними акцентуаціями характеру. Наприклад, Ольга Г. (15 років), у якої виявлено гіпертимний тип акцентуації, має низький рівень фрустрованості, продемонструвала неабиякі ділові якості, зосередженість на досягненні успіху, але водночас – занадто високий рівень емоційності, агресивні спонукання, схильність до сарказму, прагнення керувати, повчати оточуючих, через що не можна констатувати в неї

адаптивний рівень фрустрації. Те ж саме можна сказати про Дар'ю З. (14 років), у якої через прояви циклоїдної акцентуації (періодичні «спади» активності та періоди загального поганого самопочуття) схильність до егресивної поведінки поєднана з готовністю самостійно вирішувати свої проблеми. У підлітків з лабільним та лабільно-астено-невротичним типами Тетяни Д. і Марії М. (13 років) зосередженість на доланні труднощів та боротьбі з перешкодами не нівелюють депресивних тенденцій та проявів ворожості (див. додаток Б, табл.5). Таким чином, можемо констатувати, що виділення зазначених шести рівнів фрустрації досить умовне, тому їх ідентифікація в кожному конкретному випадку вимагає індивідуального підходу, гнучкої оцінки співвідношення кількісних та якісних показників і можливості вирішувати суперечливі ситуації шляхом встановлення тенденцій переходу між рівнями (з ускладненням стану фрустрації у стресогенних ситуаціях чи з покращенням адаптивності за сприятливих обставин).

Так, чимало труднощів викликало розмежування адаптивного, дезадаптивного та псевдоадаптивного рівнів, дезадаптивного та дестабілізуючого, латентного та дестабілізуючого, дестабілізуючого та критичного рівнів у підлітків з різними акцентуаціями характеру. Відповідно виникла необхідність введення додаткового (допоміжного) показника, за яким можна було б вирішувати подібні суперечливі питання. Таким показником може бути коефіцієнт GCR – рівень соціальної адаптивності особистості. Високі значення цього коефіцієнта є свідченням своєрідного «запасу міцності» – особистісної толерантності підлітків, наявності у них актуальних чи прихованих внутрішніх адаптогенних ресурсів, необхідних для подолання серйозних перешкод на шляху цілеспрямованої діяльності та задоволення життєво важливих потреб. Логічно припустити, що в цьому випадку не можна констатувати критичний рівень фрустрації (як у випадку Анни К. з істероїдним типом акцентуації (див. додаток Г, табл.1). Натомість коефіцієнт соціальної адаптивності, нижчий за вибіркове середнє значення, суперечить концепту адаптивного рівня фрустрації, тому засвідчує ризик переходу на дезадаптивний рівень (приклад Дениса П. (див. додаток Г, табл.1). Таким чином, якщо неможливо однозначно визначити рівень фрустрації

особистості, варто ідентифікувати його як перехідний, виділивши актуальний і потенційно можливий. При цьому варто керуватись наступними правилами:

– адаптивний рівень фрустрації слід вважати наближеним до дезадаптивного чи до псевдоадаптивного рівнів (залежно від міри деструктивності взаємодій), якщо коефіцієнт соціальної адаптивності (GCR) підлітка-акцентуанта нижчий за вибіркове середнє значення;

– слід констатувати наближеність дезадаптивного / псевдоадаптивного рівня до адаптивного, якщо коефіцієнт GCR вищий за вибіркове середнє значення (або дорівнює йому);

– у випадку сумнівів між дезадаптивним та псевдоадаптивним рівнями можна констатувати ризик переходу з псевдоадаптивного на дезадаптивний, якщо підліток схильний до регресії у фрустраційних ситуаціях, а з дезадаптивного на псевдоадаптивний – у разі порівняно високого показника соціальної адаптивності;

– про можливість зміни дезадаптивного рівня на дестабілізуючий свідчать явні деструктивні фрустраційні реакції підлітків (особливо загострена емоційність та депресивні прояви) при відносно високому в них коефіцієнті GCR. Якщо при цьому показник фрустрованості досягає чотирьох балів (за шкалою методики «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації»), то можна ідентифікувати рівень фрустрації як дестабілізуючий;

– показник рівня соціальної адаптивності, нижчий за вибіркове середнє значення, вказує на близькість латентного рівня фрустрації до дестабілізуючого;

– у випадках, коли невисокий показник фрустрованості не дозволяє встановити критичний рівень фрустрації (хоча він діагностується за ознаками емоційної нестабільності та особистісної інтолерантності, проявами пасивності у діяльності та деструктивності взаємодій підлітка), то низькі значення коефіцієнта соціальної адаптивності свідчатимуть про ризик зміни дестабілізуючого рівня фрустрації на критичний; натомість порівняно високі

значення коефіцієнта GCR дають підставу діагностувати наближеність критичного рівня до дестабілізуючого.

Також маємо наголосити, що при ідентифікації рівнів фрустрації підлітків-акцентуантів доречним буде не тільки індивідуальний, але і порівняльний підхід: обов'язково слід враховувати показники «групової норми» психічного стану фрустрації, встановлені для представників того чи іншого типу акцентуацій характеру. Суттєві відхилення від вибіркового середнього значення показників свідчать про негативні тенденції особистісного розвитку підлітка і потребують особливої уваги (в таких випадках необхідно прогнозувати ризик ускладнення стану фрустрації у разі неможливості корекції деструктивних впливів мікросоціального оточення). Відповідно діагностика рівнів прояву фрустрації у підлітків з різними акцентуаціями характеру вимагає врахування ряду додаткових умов, визначених на підставі аналізу теоретичних положень психології акцентуантів [18; 19; 44; 48; 56; 87; 89; 100; 113; 114] та результатів поведеного емпіричного дослідження:

– при встановленні рівня фрустрації представників істероїдного типу акцентуацій важливо враховувати властиву їм схильність до «витіснення» як механізму психологічного захисту від неприємних переживань, пов'язаних з особистими невдачами [87; 89; 100]. Ця особливість істероїдних рис характеру перешкоджає зростанню міри фрустрованості підлітків, але не знижує інтенсивності їхнього психоемоційного напруження у фрустраційних ситуаціях і відповідно не запобігає деструктивним ефектам стану фрустрації. Таким чином, коефіцієнт соціальної адаптивності матиме більшу діагностичну цінність, ніж показник фрустрованості. Це означає, що навіть при відсутності стійкої тенденції до фрустрації, але при явних деструктивних проявах фрустрації та коефіцієнті GCR, нижчому за вибіркоче середнє значення (для істероїдного типу акцентуацій – 33,5%, див. додаток В, табл. 2) можна діагностувати дестабілізуючий рівень фрустрації (не виключена можливість перехідного рівня між дестабілізуючим та критичним). Підтвердженням можуть слугувати приклади Владислава П., Богдана Т., Олександрів Б. (див. додаток Г, табл.1).

Наведене правило визначення рівнів фрустрації справедливе і для підлітків зі «змішаними» типами акцентуацій характеру, до складу яких включені істероїдні риси (приклади Валентина К. з гіпертимно-істероїдним типом, Анастасії П. та Івана С. з епілептоїдно-істероїдними акцентуаціями) (див. додаток Г, табл.1);

– у схильних до кумуляції психоемоційного напруження підлітків з епілептоїдними акцентуаціями відносно високі показники соціальної адаптивності (коли коефіцієнт GCR перевищує вибіркове середнє значення 31,8%, див. додаток В, табл. 2) не заважають діагностувати критичний рівень фрустрації (чи ризик переходу на нього). Подібна ситуація (як у випадку Олексія Ш., Артема А. (див. додаток Г, табл.1) пов'язана з періодичними бурхливими «розрядками афекту» у фрустраційних ситуаціях, через що поведінка таких підлітків є непередбачуваною (і неадаптивною), а декомпенсацію акцентуацій можуть спровокувати навіть дрібні негаразди. Водночас, знижені значення коефіцієнта GCR – це додаткова підстава для встановлення можливості переходу з латентного рівня на дестабілізуючий (або критичний, якщо рівень фрустрованості дуже високий) та з дестабілізуючого на критичний;

– визначаючи рівень фрустрації підлітків з лабільно-циклоїдними, лабільно-сензитивними, астено-невротичними та сензитивно-астено-невротичними акцентуаціями, необхідно пам'ятати про притаманну їм внутрішню слабкість, загострену чутливість, вразливість у скрутних ситуаціях, схильність до гострих афективних реакцій та невмотивованої агресії самозахисного генезу. У зв'язку з цим порівняно високий показник GCR ще не означає гарної соціальної адаптованості, адже при адекватній спрямованості реакції її сила може не відповідати інтенсивності зовнішніх впливів. Таким чином, ідентифікувати рівень прояву фрустрації як критичний можна при наявності стійкої тенденції до фрустрації незалежно від кількісних показників фрустрованості (навіть при «5» балах за шкалою методики В.В.Бойка) та значення коефіцієнта GCR, якщо зафіксовано характерні для цього рівня зовнішні прояви емоційної нестабільності, особистісної інтолерантності, пасивності в діяльності та

деструктивності взаємодій. Низький показник рівня соціальної адаптивності є додатковою підставою ідентифікувати рівень фрустрації як критичний) (приклади Олександри І., Кирила В., Юлії К. (див. додаток Г, табл.1);

– у підлітків без явних акцентуацій характеру не спостерігається загострення рис характеру (підсилення акцентуацій) внаслідок дестабілізуючого впливу «фрустраційних емоцій», тому значення показника фрустрованості «5-6» балів за шкалою методики «Експрес-діагностика рівня особистісної фрустрації» не суперечить концепту адаптивного рівня фрустрації, якщо поведінка таких підлітків у фрустраційних ситуаціях врівноважена та конструктивна і засвідчує особистісну толерантність до емоціогенних впливів (приклади Дмитра Л., Олександра М., Юрія Б. (див. додаток Г, табл.1).

Узагальнені результати вивчення показників фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру та без явних акцентуацій презентовано на гістограмі (див. рис.2.1.).

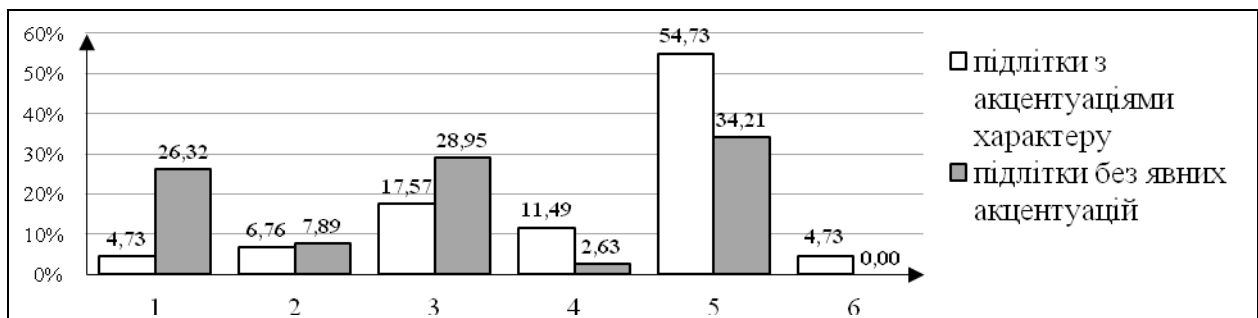


Рис. 2.1 Кількісні показники рівнів фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру та без явних акцентуацій

Примітка. 1 – адаптивний, 2 – псевдоадаптивний, 3 – дезадаптивний, 4 – латентний, 5 – дестабілізуючий, 6 – критичний рівні фрустрації.

Як бачимо з рис.2.1, у 54,73% підлітків з акцентуаціями характеру було діагностовано *дестабілізуючий* рівень (порівняно з показником 34,21% у респондентів без явних акцентуацій), а у 4,73% акцентуантів – *критичний* рівень стану фрустрації (не зафіксований у досліджуваних без акцентуацій), що свідчить про здатність цього психічного стану провокувати підсилення акцентуованих рис. Водночас у респондентів без явних акцентуацій виявлено майже співвідносні кількісні показники *адаптивного* та *дезадаптивного* рівнів

(26,32% і 28,95% відповідно), що можна пояснити окремими проявами дезадаптивної поведінки та емоційної нестабільності, властивими для більшості особистостей у пубертатний період онтогенезу. Натомість виявлено лише 4,73% акцентуантів на *адаптивному* рівні фрустрації, а на *дезадаптивному* – в чотири рази більше (17,57%). Це підтверджує необхідність ґрунтовного вивчення особливостей стану фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру у тісному зв'язку зі специфікою їхнього особистісного розвитку.

Надалі проаналізуємо результати діагностики рівнів фрустрації підлітків з різними типами акцентуацій (див. табл. 2.2).

Таблиця 2.2

**Рівні фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру
та без явних акцентуацій**

n = 186

Тип акцентуацій	Рівні фрустрації:											
	адаптивний		псевдо-адаптивний		дезадаптивний		латентний		дестабілізуючий		критичний	
	%	абс. к-ть	%	абс. к-ть	%	абс. к-ть	%	абс. к-ть	%	абс. к-ть	%	абс. к-ть
гіпертимний	40,00	4	10,00	1	30,00	3	-	-	20,00	2	-	-
циклоїдний	-	-	-	-	33,33	1	33,33	1	33,33	1	-	-
лабільний	-	-	-	-	20,00	1	-	-	80,00	4	-	-
астено-невротичний	-	-	-	-	-	-	-	-	50,00	1	50,00	1
сензитивний	-	-	33,33	1	33,33	1	33,33	1	-	-	-	-
психастенічний	18,18	2	9,09	1	45,45	5	9,09	1	18,18	2	-	-
шизоїдний	-	-	-	-	-	-	50,00	2	50,00	2	-	-
епілептоїдний	-	-	10,00	1	10,00	1	40,00	4	40,00	4	-	-
істероїдний	-	-	6,25	1	6,25	1	12,50	2	68,75	11	6,25	1
нестійкий	-	-	-	-	33,33	2	-	-	66,67	4	-	-
гіпертимно-циклоїдний	-	-	33,33	1	33,33	1	-	-	33,33	1	-	-
гіпертимно-істероїдний	5,00	1	15,00	3	25,00	5	5,00	1	50,00	10	-	-
гіпертимно-істероїдно-нестійкий	-	-	-	-	66,67	2	-	-	33,33	1	-	-
гіпертимно-нестійкий	-	-	-	-	33,33	1	-	-	66,67	2	-	-
лабільно-циклоїдний	-	-	-	-	-	-	-	-	75,00	6	25,00	2
лабільно-астено-невротичний	-	-	-	-	-	-	25,00	1	75,00	3	-	-
лабільно-сензитивний	-	-	-	-	-	-	-	-	75,00	3	25,00	1
шизоїдно-епілептоїдний	-	-	-	-	-	-	10,00	1	90,00	9	-	-
шизоїдно-істероїдний	-	-	-	-	-	-	25,00	1	75,00	3	-	-
епілептоїдно-істероїдний	-	-	20,00	1	-	-	-	-	80,00	4	-	-
відсутність акцентуацій	26,32	10	7,89	3	28,95	11	2,63	1	34,21	13	-	-

Примітка. % – відсоткова частка підлітків зі вказаними рівнями фрустрації, абс. к-ть – абсолютна кількість підлітків зі вказаними рівнями фрустрації.

Як бачимо на табл. 2.2, найбільше акцентуантів з *адаптивним рівнем фрустрації* серед представників гіпертимного (40%) та психастенічного (18,18%) типів акцентуацій. При цьому респондентів із психастенічним типом акцентуацій та дезадаптивним рівнем фрустрації виявлено вдвічі більше, ніж з адаптивним (45,45% порівняно з 18,18%), що можна пояснити підсиленням психастенічних рис (педантизму, негнучкості мислення і поведінки) у фрустраційних ситуаціях. Тобто такі підлітки схильні фіксуватись на заблокованій потребі і не готові відмовитись від поставленої мети, концентруються на досягненні бажаного, не зважаючи на реакцію оточуючих та не дбаючи про збереження гарних стосунків з ними. А враховуючи показники всіх рівнів фрустрації у підлітків з гіпертимними акцентуаціями, можемо зробити висновок про сприятливий вплив гіпертимних рис на здатність особистості швидко долати стан фрустрації, діючи активно та конструктивно у складних ситуаціях, тобто скеровуючи психоемоційне напруження на мобілізацію зусиль для досягнення мети.

Псевдоадаптивний рівень фрустрації виявлено у найбільшій кількості підлітків з сензитивними акцентуаціями (33,33%). До речі, відсутність серед досліджуваних з цим типом акцентуацій особистостей з адаптивним, дестабілізуючим та критичним рівнями фрустрації дає підстави стверджувати, що таким підліткам властива особлива форма фрустраційної толерантності – вони готові поступатись власними інтересами, щоб уникнути ескалації конфлікту, легко відмовляються від поставлених цілей, тому дія фрустраторів не викликає в них суттєвого психоемоційного напруження.

Показник *дезадаптивного рівня фрустрації* найвищий у респондентів з гіпертимно-істероїдно-нестійкими акцентуаціями (66,67%). Це очікуваний результат, адже, згідно з даними емпіричного дослідження, підлітки зазначеної категорії схильні до проявів емоційної нестійкості, інфантильні, непоступливі, не здатні визнати провину і не докладають жодних зусиль для вирішення проблем.

Латентний рівень фрустрації найбільш властивий підліткам з шизоїдними (50%) та епілептоїдними (40%) акцентуаціями характеру. Це означає, що представники зазначених типів акцентуацій схильні приховувати свої негативні

переживання, викликані вчинками оточуючих чи власними невдачами. Респонденти з шизоїдними акцентуаціями прагнуть уникати конфліктних взаємодій, а якщо це не вдається – дають досить різку відсіч «кривдникам», але не розкривають при цьому своїх справжніх почуттів, тому не можуть позбутись негативних переживань, що провокує зростання фрустрованості.

Підлітки з епілептоїдними акцентуаціями, як зазначалось раніше, прагнуть стримувати соціально не схвалювані прояви почуттів у конфліктних ситуаціях, однак через емоційну нестабільність та схильність кумулювати напруження з наступними афективними «розрядками на зручні об'єкти», приховувати негативні переживання їм вдається гірше, ніж представникам шизоїдного типу. Але в обох випадках стан фрустрації провокує підсилення акцентуєваних рис, про що свідчить ризик зміни латентного рівня фрустрації на дестабілізуючий у 50% досліджуваних зазначеної категорії (див. додаток Г, табл. 1). Більш того, у 50% підлітків з шизоїдними акцентуаціями та у 30% представників епілептоїдного типу констатовано дестабілізуючий рівень, а у 10% підлітків з епілептоїдними рисами діагностовано критичний рівень фрустрації.

Враховуючи зазначені вище дані, не викликає подиву найвищий показник дестабілізуючого рівня фрустрації у представників шизоїдно-епілептоїдного (90%), епілептоїдно-істероїдного (80%), шизоїдно-істероїдного (75%) типів акцентуацій, а також лабільного (80%) та «змішаних» типів, до складу яких входять лабільні риси (75%) (нагадаємо, що підліткам з лабільними акцентуаціями властива емоційна нестабільність). Найбільш складна ситуація, пов'язана з підвищенням деструктивного стану фрустрації до *критичного рівня*, зафіксована в досліджуваних з астено-невротичними (50%), лабільно-циклоїдними та лабільно-сензитивними (25%) акцентуаціями. Такі результати ще раз підтверджують несприятливі прогнози для особистісного розвитку підлітків з цими типами акцентуацій.

Звернімо увагу також на один з найбільш численних типів акцентуацій – істероїдний, серед представників якого 68,75% мають дестабілізуючий, а 6,25% – критичний рівень фрустрації (при цьому у 18,75% зафіксовано дестабілізуючий

рівень, наближений до критичного (див. додаток Г, табл. 1). Прагнення до самоствердження будь-якою ціною, властиве підліткам з істероїдними акцентуаціями, їхня неготовність докладати зусилля для здобуття невідомого авторитету в однолітків зумовлюють серйозні труднощі при потраплянні у фрустраційні ситуації, пов'язані з міжособистісними взаємодіями.

Стан фрустрації здатний спровокувати підсилення також нестійких та гіпертимно-нестійких акцентуованих рис, про що свідчить домінування у респондентів із зазначеними акцентуаціями дестабілізуючого рівня фрустрації (виявлено у 66,67%, а для 33,33% представників гіпертимно-нестійкого типу прогнозовано можливість переходу з дестабілізуючого рівня на критичний (див. додаток Г, табл. 1). Нагадаємо, що підлітки з нестійкими акцентуованими рисами мають серйозні труднощі в сферах діяльності, які вимагають вольових зусиль, а також у міжособистісних взаємодіях з тими, хто намагається примусити до виконання відповідальних обов'язків [89].

Таким чином, дослідження рівнів фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру дозволило нам оцінити міру деструктивного впливу стану фрустрації на їхній загальний емоційний стан та самопочуття, цілеспрямовану діяльність і міжособистісні взаємодії, а також визначити динамічні особливості цього психічного стану – прогнозувати можливі зміни його перебігу та інтенсивності проявів залежно від подальших умов життєдіяльності. Згідно з результатами констатувального експерименту, підлітки з акцентуаціями характеру (не тільки з явними, але й з прихованими), потребують психологічної підтримки, спрямованої на профілактику дестабілізуючого впливу фрустрації та вироблення навичок конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях. Зокрема, представників епілептоїдного та шизоїдного типів акцентуацій варто навчити адекватно відреагувати, вербалізувати негативні переживання, а лабільного – навпаки, стримувати бурхливі афективні прояви; підліткам з психастенічними акцентуаціями необхідна допомога у розвитку спонтанності та гнучкості у думках і діях, а представникам сензитивного типу слід працювати над виробленням навичок

асертивної поведінки. Відповідно наступний розділ нашого дисертаційного дослідження буде присвячено розробці стратегії психологічної підтримки підлітків з різними акцентуаціями характеру, спрямованої не на нівелювання стану фрустрації, а на допомогу в досягненні ними адаптивного рівня цього психічного стану.

Висновки до другого розділу

Узагальнивши результати емпіричного дослідження особливостей фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру, зробимо такі висновки:

1. Емоційну нестабільність та схильність розряджати напруження на оточуючих, деструктивність взаємодій підлітків з гіпертимно-істероїдно-нестійкими, лабільно-циклоїдними та лабільно-сензитивними акцентуаціями засвідчують найвищі показники самозахисних екстрапунітивних реакцій у профілях фрустраційних реакцій (43,73%, 33,84% та 31,20% відповідно). Підлітки з астено-невротичними акцентуаціями дуже вразливі, безпорадні при появі перешкод у діяльності (екстрапунітивні перешкодно-домінантні реакції складають 24,95% у профілях фрустраційних реакцій). Респонденти з циклоїдними та гіпертимно-нестійкими акцентуаціями пасивні в ситуаціях, що вимагають додання труднощів. (22,20% в їхніх профілях складають імпульсивні перешкодно-домінантні реакції), а підлітки з нестійким типом акцентуацій намагаються перекладати відповідальність за вирішення своїх проблем на оточуючих (у них найвищий показник екстрапунітивних необхідно-наполегливих реакцій (14,20%). Підліткам з сензитивними (24,30%), циклоїдними (22,20%), гіпертимно-циклоїдними (20,10%) акцентуаціями властива фрустраційна толерантність у формі ігнорування неприємностей (за ознакою найвищих показників необхідно-наполегливих реакцій імпульсивної спрямованості (24,30%, 22,20% та 20,10% відповідно), а підліткам з сензитивними, шизоїдно-істероїдними, шизоїдними акцентуаціями – активність та самостійність у діяльності, прагнення не втягувати сторонніх у фрустраційну

ситуацію, щоб уникнути ескалації конфліктів (їм найбільш властиві необхідно-наполегливі реакції інтрапунітивної спрямованості (20,80%, 19,25%, 16,10%).

2. Агресивні спонукання проявляються у фрустраційних ситуаціях передусім у підлітків з лабільно-циклоїдними, лабільно-сензитивними, нестійкими та гіпертимно-істероїдно-нестійкими акцентуаціями, що засвідчує деструктивність їхніх взаємодій та емоційну нестабільність. Депресивні прояви більш властиві підліткам з астено-невротичними, сензитивними, циклоїдними, лабільними акцентуєваними рисами, що може бути зумовлено їхньою інтолерантністю до емоціогенних впливів. Регресія домінує у фрустраційних реакціях представників лабільного, лабільно-сензитивного та нестійкого типів акцентуацій. До егресивної поведінки схильні переважно підлітки з циклоїдними, шизоїдними, сензитивними акцентуаціями. Зазначені реакції мають псевдоадаптивний характер чи свідчать про латентний стан фрустрації. Прояви фіксації та підвищеної емоційності найбільш властиві підліткам з астено-невротичними, істероїдними, лабільно-циклоїдними, епілептоїдно-істероїдними акцентуаціями, що є ознакою їхньої емоційної нестабільності. Адаптивно реагувати на дію фрустраторів здатні передусім представники гіпертимного типу акцентуацій: вони готові брати на себе відповідальність за вирішення проблем, ігнорують дрібні неприємності, здатні конструктивно захищати свої інтереси.

Результати емпіричного вивчення проявів фрустрації у підлітків з різними типами акцентуацій презентовані в ряді авторських публікацій [66; 68; 74].

3. Підлітки з акцентуаціями характеру більш фрустровані, порівняно з їхніми однолітками без явних акцентуацій. Так, низькі показники особистісної фрустрованості діагностовано у 37,16% акцентуантів і у 60,53% підлітків без акцентуєваних рис характеру; стійку тенденцію до фрустрації – у 51,35% підлітків з акцентуаціями характеру та у 39,47% респондентів без явних акцентуацій; дуже високий рівень фрустрованості – у 11,49% підлітків-акцентуантів (у досліджуваних без явних акцентуацій цього рівня не виявлено). При цьому особистісна фрустрованість вища за соціальну, оскільки більшість

підлітків ще не здатні усвідомити невідповідність своїх реальних досягнень потенційно можливим через брак життєвого досвіду, низький рівень домагань чи мало розвинуті рефлексивні здібності (хоча з підвищенням особистісної фрустрованості зростає і соціальна). Найбільш фрустрованими є підлітки з епілептоїдними, шизоїдними, шизоїдно-епілептоїдними, шизоїдно-істероїдними, шизоїдно-сензитивними, лабільно-сензитивними, лабільно-циклоїдними, астено-невротичними акцентуаціями. Це означає, що респондентам із зазначеними акцентуаціями властиві емоційна нестабільність, низька особистісна толерантність та схильність кумулювати напруження у фрустраційних ситуаціях, тому дестабілізуючий ефект стану фрустрації в них може досягнути критичного рівня.

Результати емпіричної оцінки фрустрованості підлітків з різними акцентуаціями характеру висвітлені в ряді публікацій автора [65; 67].

4. За біполярними критеріями емоційна стабільність - емоційна нестабільність, конструктивність взаємодій - деструктивність взаємодій, особистісна толерантність - особистісна інтолерантність, активність у діяльності - пасивність у діяльності підлітків з акцентуаціями характеру можна визначити рівень їхньої фрустрації: адаптивний, псевдоадаптивний, дезадаптивний, латентний, дестабілізуючий чи критичний. Дезадаптивний, дестабілізуючий та критичний рівні відображають міру деструктивного впливу цього психічного стану на цілеспрямовану діяльність та міжособистісні взаємодії підлітка (мають яскраві зовнішні прояви), а псевдоадаптивний та латентний – на його загальний емоційний стан, самопочуття, психологічне здоров'я (проявляються передусім у внутрішніх переживаннях). Ідентифікація зазначених рівнів вимагає індивідуального підходу, гнучкої оцінки співвідношення діагностичних показників та можливості встановлювати тенденції переходу між рівнями.

5. Більшість підлітків-акцентуантів (54,73%) мають дестабілізуючий рівень фрустрації, натомість на адаптивному рівні перебувають лише 4,73% акцентуантів, а на дезадаптивному – 17,57%, на латентному – 11,49%, на

критичному – 4,73%. Такі дані засвідчують деструктивні ефекти стану фрустрації у переважної більшості підлітків з акцентуаціями характеру: психосоціальна дезадаптація особливо загрожує представникам гіпертимно-істероїдно-нестійкого типу акцентуацій, а у підлітків з шизоїдно-епілептоїдними, епілептоїдно-істероїдними, лабільними, шизоїдно-істероїдними, істероїдними, лабільно-циклоїдними, лабільно-сензитивними, астено-невротичними акцентуаціями дестабілізуючі впливи фрустрації можуть досягнути критичного рівня та спровокувати декомпенсацію акцентуйованих рис.

Окремі аспекти впливу різних типів акцентуйованих рис особистості підлітків на рівень прояву в них фрустрації розкрито також в публікаціях автора [65 – 67].

6. Підлітки з акцентуаціями характеру потребують психологічної підтримки, спрямованої не на нівелювання фрустрації, а на допомогу в досягненні адаптивного рівня цього психічного стану.

РОЗДІЛ 3

Психологічний супровід зі зниження деструктивного стану фрустрації підлітків з різними типами акцентуацій характеру

3.1. Програма психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації

В процесі констатувального експерименту було доведено, що підлітки з акцентуаціями характеру (не тільки з явними, але і з прихованими), потребують психологічної підтримки, спрямованої на додання деструктивних ефектів стану фрустрації – зниження дестабілізуючого впливу цього психічного стану та вироблення навичок конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях. Тому метою здійснюваних психологічних впливів має бути досягнення підлітками адаптивного рівня фрустрації, тобто формування в них здатності адекватно реагувати на більшість життєвих труднощів як на цілком здоланні перешкоди, скеровуючи психоемоційне напруження на вирішення проблем.

Відповідно ми розробили програму психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації. Методологічним підґрунтям цієї програми виступають фундаментальні положення когнітивно-біхевіорального підходу, розроблені А.Беком, У.Драйденом, А.Еллісом, Р.МакМаллінім, У.Мішелом, Р.Уеслером та іншими [7; 11; 81; 92; 146 – 148; 158; 159; 175; 196; 228; 232 – 234; 246]). В їх основі – твердження про тісний взаємозв'язок емоцій, думок та поведінки особистості як основних аспектів її діяльності. Головним фактором, що визначає емоційні стани людини, які детермінують її поведінку, вважаються особливості сприйняття і оцінка нею зовнішніх подій. Таким чином, порушення когнітивних процесів (іраціональні ідеї) стають причиною багатьох розладів особистості і емоційних проблем, для додання яких та зміни неадекватної поведінки індивіда необхідно коригувати його світосприйняття та іраціональні ідеї (перебільшення, спрощення, надмірні узагальнення, абсолютизація, помилкові припущення та висновки).

В основу розробленої нами програми покладено такі положення когнітивно-біхевіорального підходу:

– психологічна допомога полягає в навчанні самоаналізу, адекватним способам переробки інформації і прийняття рішень, заохоченні особистості діяти у важких для неї ситуаціях, змодельованих у тренінгу, перенесенні здобутих навичок у життя через систему домашніх завдань і тренування до закріплення здатності самостійно вирішувати проблеми;

– вирішальна роль у психологічній допомозі відводиться не стільки зміні соціального оточення, скільки оволодінню особистістю способами і методами осмисленого когнітивно-поведінкового самоуправління, при цьому важливо враховувати, що схильність мислити ірраціонально одержує підкріплення з зовнішнього середовища і виховання;

– психологічна допомога реалізується в партнерській взаємодії психолога та клієнта, тому особливо важливою є вмотивованість особистості.

При розробці програми психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації ми враховували також результати наукових досліджень сутності феномена фрустрації та способів нівелювання деструктивних ефектів цього психічного стану, висвітлені в наукових працях зарубіжних і вітчизняних вчених [5; 76; 86; 174; 180; 185; 192; 193; 210; 240; 254]; базові положення психології акцентуантів і способи надання психологічної допомоги підліткам з різними акцентуаціями характеру (наукові розробки О.П.Єлісеєва, А.Є.Лічка, С.Н.Морозюк, Н.М.Панасенко, С.І.Подмазіна, О.І.Сибіль [44; 89; 106; 108; 113]); результати констатувального експерименту, що розкривають специфіку психічного стану фрустрації підлітків з різними акцентуєваними рисами.

Метою розробленої нами програми психологічної підтримки є долання деструктивних ефектів фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру: їхніх дестабілізуючих афективних переживань (фрустраційних емоцій) та неадаптивної фрустраційної поведінки у різних життєвих ситуаціях і міжособистісних взаємодіях. Досягнення поставленої мети передбачало

реалізацію таких завдань: зниження фруструючого впливу мікросоціального оточення підлітків; створення умов для своєчасного та ефективного вирішення проблем у системах стосунків «вчителі-підлітки», «батьки-підлітки» та «підлітки-підлітки»; навчання підлітків з різними типами акцентуацій конструктивно реагувати на дію фрустраторів: не фіксуватись на негативних переживаннях, а мобілізувати зусилля для вирішення проблеми; формування навичок виваженої поведінки у складних життєвих ситуаціях, готовності самостійно долати труднощі при розумній вимогливості до оточуючих, причетних до проблемної ситуації.

Презентована програма психологічної підтримки включає дві складові: психокорекційну роботу з підлітками-акцентуантами та консультативно-просвітницьку роботу з їхнім мікросоціальним оточенням: батьками, класними керівниками і вчителями. При цьому акцент ставиться на психокорекції деструктивних ефектів фрустрації у підлітків, а однією з умов її ефективності є зниження фруструючого впливу навчально-виховного процесу та родинної обстановки – передусім тих ситуацій, які «пред'являють завищені вимоги до місць найменшого опору» представників різних типів акцентуацій.

Розпочнемо аналіз програми психологічної підтримки підлітків-акцентуантів з першої складової – психологічної корекції деструктивних ефектів фрустрації, що передбачає використання таких стратегій:

- комплексний вплив на когнітивні процеси, емоційні стани та фрустраційну поведінку підлітків;
- розвиток резистентності до впливу фрустраторів шляхом безболісного зіткнення підлітків з їх дією, що досягається активізацією внутрішніх бар'єрів: необхідністю «виходу з зони комфорту», переборюючи невпевненість у собі та недовіру до оточуючих, страхи, сумніви, ірраціональні переконання;
- дотримання індивідуального підходу при реалізації корекційних впливів на підлітків з різними акцентуаціями характеру. Це означає врахування їхньої вибіркової вразливості до впливу окремих фрустраторів (ситуацій, які «пред'являють завищені вимоги до місць найменшого опору»), актуального та

потенційно можливого рівня стану фрустрації, специфіки його проявів (це важливо для прогнозування реакції підлітків на окремі завдання та ситуації групової взаємодії), найбільш ефективних способів стимулювання конструктивного ефекту фрустрації (врахування пріоритетних видів діяльності, схильностей, здібностей, інтересів підлітків з різними акцентуаціями);

- застосування психологічних впливів помірної сили та глибини, «тактовні втручання у внутрішній світ» підлітків-акцентуантів («дозовані навантаження») з метою попередження підсилення та декомпенсації акцентуацій;

- стимулювання мотивації самовдосконалення підлітків з акцентуаціями характеру та «запуск» процесів особистісного розвитку, необхідних для досягнення ними адаптивного рівня фрустрації: корекція світосприйняття, активізація внутрішніх адаптогенних ресурсів (розвиток самопізнання та самоприйняття, волевих якостей, креативності, стресостійкості, формування активної життєвої позиції тощо), навчання альтернативним варіантам поведінки у фрустраційних ситуаціях, способам боротьби з життєвими труднощами.

На основі окреслених стратегій психологічної корекції, орієнтуючись на положення когнітивно-біхевіористичного підходу та взявши за зразок розроблені вітчизняними науковцями програми й моделі профілактичної та корекційно-розвивальної роботи з підлітками і фрустрованими особистостями [90; 105; 135; 166], ми розробили модель психологічної корекції деструктивних ефектів стану фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру (див. рис. 3.1). Відповідно до цієї моделі, в основу психокорекційної роботи покладено активізацію внутрішніх адаптогенних ресурсів підлітків з різними акцентуаціями характеру, навчання конструктивному реагуванню у фрустраційних ситуаціях та нівелювання деструктивних проявів фрустрації, а також формування резистентності до впливу фрустраторів, здатних спровокувати підсилення акцентуйованих рис. Програма психокорекційної роботи включає три змістові блоки, один з яких орієнтований на особистісну сферу, другий – на міжособистісні взаємодії, третій – на цілеспрямовану діяльність підлітків-акцентуантів.

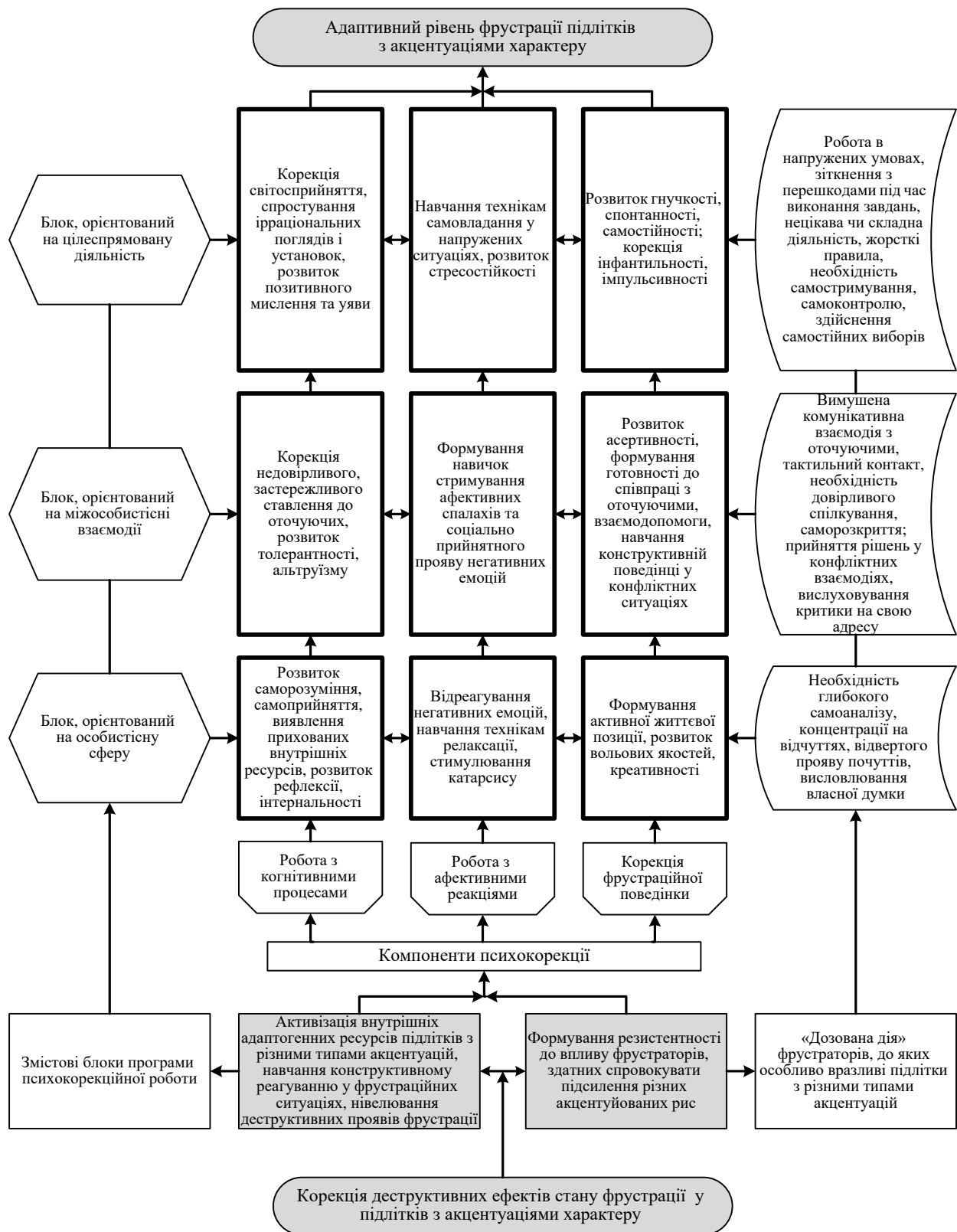


Рис. 3.1. Модель психологічної корекції деструктивних ефектів стану фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру

Кожен змістовий блок передбачає комплексну реалізацію всіх компонентів психокорекції: роботу з когнітивними процесами (корекція

сприйняття та розуміння фрустраційних ситуацій – ставлення підлітків до перешкод, труднощів, обмежень, критичних зауважень і звинувачень), афективними реакціями (усвідомлення та відреагування деструктивних переживань підлітків, розвиток їх самовладання) та фрустраційною поведінкою (розвиток гнучкості, асертивності, креативності, формування навичок конструктивного вирішення проблем). У презентованій моделі розкрито спрямованість зазначених змістових блоків:

1) завдання *блоку, орієнтованого на особистісну сферу* підлітків-акцентуантів, включають: розвиток їх саморозуміння, самоприйняття, переоцінку власних можливостей: усвідомлення сильних та слабких особистісних якостей і рис характеру, виявлення прихованих внутрішніх ресурсів та потенційних можливостей, додання самообмежень, децентрацію, формування рефлексивних вмінь, розвиток інтернальності (робота з когнітивними процесами); усвідомлення та відреагування негативних переживань: гніву, роздратованості, образи, тривоги (робота з афективними реакціями); формування активної життєвої позиції, розвиток вольових якостей та креативності підлітків (корекція фрустраційної поведінки);

2) в контексті *блоку, орієнтованого на міжособистісні взаємодії*, передбачено надання підліткам з акцентуаціями характеру допомоги в переосмисленні міжособистісних взаємодій як джерела фрустрації (корекція недовірливого, упередженого ставлення до оточуючих), розвиток альтруїзму, толерантності (терпимості до недоліків і слабостей оточуючих), вправління рефлексії та рефлексивних очікувань (корекція когнітивних процесів); розвиток емпатії, навчання стримувати афективні спалахи та проявляти негативні емоції соціально прийнятними способами (робота з афективними реакціями); навчання конструктивній поведінці в конфліктних ситуаціях, формування готовності до співпраці та координування своїх дій з оточуючими, взаємодопомоги, розвиток асертивності (корекція фрустраційної поведінки);

3) психокорекційні заняття, включені до *блоку, орієнтованого на цілеспрямовану діяльність* підлітків, мають на меті навчити їх по-новому

сприймати дію фрустраторів, що вимагає корекції ставлення до труднощів, перешкод в діяльності, правил і обмежень, а також спростування ірраціональних поглядів на події та явища оточуючої дійсності, нівелювання деструктивних установок, що перешкоджають адаптивній поведінці у фрустраційних ситуаціях, розвиток позитивного мислення та уяви (корекційна робота з когнітивними процесами); передбачають вербалізацію тривоги, навчання технікам релаксації та самовладання у напружених (об'єктивно чи суб'єктивно небезпечних) ситуаціях, розвиток стресостійкості та резистентності до впливу фрустраторів (робота з афективними реакціями); корекцію імпульсивності, інфантильності, розвиток гнучкості та ініціативності, здатності приймати нестандартні рішення у фрустраційних ситуаціях, навчання працювати у напружених умовах, реагувати на незручності, не втрачаючи самовладання та не знижуючи ефективності діяльності, формування готовності до здійснення самостійних виборів (корекція фрустраційної поведінки).

Необхідною умовою корекції деструктивних ефектів стану фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру є формування в них резистентності до впливу фрустраторів, здатних спровокувати підсилення акцентуованих рис. Мова йде про фрустраційні ситуації, які «пред'являють завищені вимоги до місць найменшого опору» таких підлітків, тобто обставини, в яких вони найбільш вразливі, бо вважають себе не здатними подолати труднощі, реагують неадекватно, діють неконструктивно, шкодячи собі або/і оточуючим. Відповідно одна зі стратегій психокорекційної роботи – відтворення на заняттях «полегшених» варіантів фрустраційних ситуацій, які б допомогли підлітку позбутись звичних деструктивних способів реагування та здобути досвід альтернативної – адаптивної поведінки, але, разом з тим, не спровокували б зрив компенсаторних механізмів. Так, модель психокорекції відображає необхідність підбору фрустраційних ситуацій, орієнтуючись на спрямованість змістових блоків програми корекційної роботи: зіткнення підлітків з власними внутрішніми бар'єрами (необхідністю глибокого самоаналізу, концентрації на почуттях та їх щирого вияву, висловлювання

власної думки) на заняттях, орієнтованих на особистісну сферу; вимушена комунікативна взаємодія з оточуючими, тактильний контакт, необхідність довірливого спілкування з неприємними (нецікавими) однолітками, прийняття рішень у конфліктних взаємодіях, вислуховування критики на свою адресу – в процесі виконання вправ, об'єднаних тематикою міжособистісних стосунків; робота в незручних, напружених умовах, зіткнення з перешкодами (іноді об'єктивно нездоланними) на шляху розв'язування поставлених задач, необхідність виконувати неприємні (нудні / психологічно складні) дії, дотримуватись жорстких правил, стримувати афективні реакції, контролювати дії та висловлювання, приймати відповідальні рішення, самостійно робити вибір, брати ініціативу на себе чи підкорюватись вказівкам інших учасників – в блоці занять, орієнтованих на цілеспрямовану діяльність.

Оскільки досягнення підлітками-акцентуантами адаптивного рівня фрустрації вимагає засвоєння ними навичок виваженої, гнучкої та конструктивної поведінки у стресогенних обставинах, формування готовності самостійно долати труднощі, не пред'являючи завищених вимог до оточуючих, але адекватно взаємодіючи з причетними до проблемної ситуації особистостями, то найбільш доцільним і основним засобом психокорекційної роботи є соціально-психологічний тренінг. Саме під час тренінгових занять можливе відтворення «полегшених» варіантів фрустраційних ситуацій, які б допомогли підлітку позбутись звичних деструктивних способів реагування та здобути досвід альтернативної (адаптивної) поведінки при зіткненні з труднощами в цілеспрямованій діяльності та міжособистісних взаємодіях. Окрім того, лише у групі можна створити умови для взаємонавчання підлітків в процесі спостереження за діями один одного, що допоможе їм навчитись виявляти неадаптивні реакції та уникати їх у своїй поведінці.

Використовуючи науково-методичні матеріали з питань організації тренінгової роботи з підлітками [6; 17; 31; 33; 35; 45; 55; 83; 84; 97; 98; 117; 118; 121; 122; 125; 128; 130; 153], ми розробили «Тренінг конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру» (див.

додаток Д, табл.1), метою якого було досягнення адаптивного рівня фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру шляхом навчання їх конструктивно реагувати на дію фрустраторів, долання деструктивних ефектів фрустрації, розвитку фрустраційної толерантності. Реалізація поставленої мети передбачала виконання наступних завдань:

- сприяти самопізнанню підлітків, їх саморозумінню, самоприйняттю, підвищенню самооцінки та впевненості в собі, формуванню мотивації особистісного зростання;

- формувати позитивне, довірливе ставлення до оточуючих, готовність підлітків до співпраці з ними, толерантність до їхніх недоліків та слабостей, розвивати емпатію;

- виявити внутрішні та міжособистісні конфлікти, актуальні життєві труднощі, допомогти відреагувати накопичені негативні переживання, навчити виявляти їх соціально прийнятними способами, діяти конструктивно в конфліктних ситуаціях, уникати ескалації конфліктів та ефективно їх вирішувати, спокійно реагувати на критику та претензії з боку оточуючих (формувати навички емоційного самоконтролю, самовладання у фрустраційних ситуаціях);

- коригувати світосприйняття (розвивати позитивне, гнучке мислення, долати егоцентризм, ірраціональні переконання, стимулювати формування активної життєвої позиції);

- формувати навички конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях, долати інфантильність, імпульсивність, розвивати наполегливість, ініціативність, креативність, асертивність, формувати вміння протистояти впливу оточуючих, конструктивно відстоювати власні інтереси;

- виявити та актуалізувати приховані внутрішні ресурси, розвивати стресостійкість та фрустраційну толерантність, знижувати фрустрованість;

- створити умови для здобуття досвіду самостійного та колективного долання перешкод, формування готовності до активної боротьби з труднощами.

Теми занять «Тренінгу конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру» і специфіка вправ

визначаються змістовими блоками програми психокорекційної роботи, відображеними у презентованій вище моделі. Проведення кожного заняття вимагає індивідуального підходу до акцентуантів, регуляції частоти, тривалості та сили дії фрустраторів, пов'язаних з ситуаціями, які «пред'являють завищені вимоги до місць найменшого опору» учасників з різними акцентуаціями, особливо, якщо у них констатовано латентний, дестабілізуючий чи критичний рівні фрустрації. Для цього ми включили до складу тренінгових занять альтернативні варіанти вправ (близьких за спрямованістю й психокорекційними можливостями), а також передбачили можливість модифікації ходу роботи залежно від складу групи, тобто типів акцентуацій характеру підлітків та рівня прояву в них фрустрації. Наприклад, слід досить помірковано використовувати тренінгові вправи з блоку, орієнтованого на особистісну сферу, у групах з учасниками, які мають явні шизоїдні риси характеру: варто пам'ятати про необхідність «тактовного втручання у внутрішній світ» таких підлітків і не вимагати від них відвертого вияву емоцій. Істотних труднощів слід очікувати і при спробах залучити підлітків з гіпертимними, нестійкими та істероїдними акцентуаціями до виконання завдань, спрямованих на роботу з когнітивними процесами. Тісна комунікативна взаємодія неминуче викличе опір з боку представників шизоїдного та сензитивного типів акцентуацій, а заняття, присвячені впливам на цілеспрямовану діяльність (розвиток асертивності, гнучкості та вольових якостей) будуть занадто складними для підлітків з психастенічними, сензитивними та астено-невротичними акцентуаціями і т.д. З іншого боку, категорично не можна виключати з корекційного процесу подібні вправи, адже в цьому випадку не вдасться досягнути бажаного психокорекційного ефекту.

«Тренінг конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру» розрахований на 32 години і 20 занять (по 1,5-2 години кожне) і проводиться в три етапи:

1) **Знайомство** (проведення вступного заняття, присвяченого створенню сприятливих умов для роботи в групі, роз'ясненню принципів тренінгової

роботи, первинному засвоєнню учасниками прийомів саморозкриття, активного стилю спілкування та способів передачі зворотного зв'язку, ознайомленню з поняттям «фрустрація»).

2) **Основна спільна взаємодія.** Включає наступні етапи: *орієнтувальний*, спрямований на емоційне зближення та згуртування учасників групи, їхнє самопізнання та підвищення впевненості в собі, активізацію міжособистісного сприйняття; *корекційно-розвивальний*, що має на меті активізацію внутрішніх адаптогенних ресурсів підлітків з акцентуаціями характеру, підвищення фрустраційної толерантності, формування навичок конструктивного реагування у фрустраційних ситуаціях та нівелювання деструктивних проявів фрустрації; *закріплюючий*, спрямований на створення умов для здобуття підлітками досвіду самостійного та колективного долавання перешкод, боротьби з труднощами, навчання конструктивній поведінці у фрустраційних ситуаціях, які відтворюють напружені життєві обставини та міжособистісні взаємодії.

3. **Підсумковий** (проведення заключного заняття, орієнтованого на узагальнення учасниками тренінгу здобутого досвіду, формування в них мотивації подальшого самовдосконалення).

Розроблена нами модель психологічної корекції деструктивних ефектів фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру передбачає проведення не тільки спільних, а й індивідуальних занять з представниками різних типів акцентуацій. Індивідуальна робота сприяє більш глибокому самопізнанню, зосередженню на власних міркуваннях, почуттях, оцінках, бажаннях та життєвих цілях, активізації внутрішніх ресурсів підлітка.

Другою складовою програми психологічної підтримки підлітків-акцентуантів з деструктивними ефектами фрустрації є консультативно-просвітницька робота шкільних психологів та соціальних педагогів з батьками таких підлітків, класними керівниками та вчителями-предметниками. Зокрема, робота з батьками передбачає вирішення таких завдань: сформувати в них уявлення про феномени фрустрації та акцентуацій характеру, їх взаємовплив; роз'яснити батькам в ході індивідуальних консультацій причини високої

фрустрованості та деструктивних проявів фрустрації їхніх дітей; пояснити умови збереження психологічного здоров'я підлітків; ознайомити з конкретними способами налагодження довірливого спілкування з дітьми, допомогти подолати труднощі дитячо-батьківської взаємодії як фактора фрустрації, розробити тактику налагодження ситуації в сім'ї.

Завданнями роботи з класними керівниками є їхнє залучення до здійснення психокорекції деструктивних проявів фрустрації учнів засобами «годин психологічного розвантаження», проведення окремих вправ «Тренінгу конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру», організації спільного дозвілля з відтворенням атмосфери взаємодопомоги під час колективного долавання труднощів; навчання класних керівників визначати зміни рівнів фрустрації підлітків за проявами цього психічного стану у різних ситуаціях шкільного життя та в міжособистісних взаємодіях, встановлювати загрозу декомпенсації акцентуацій характеру окремих учнів.

Робота з вчителями має на меті оптимізацію шкільного навчання підлітків з акцентуаціями характеру, високими показниками фрустрованості та несприятливими прогнозами щодо динаміки стану фрустрації. Для досягнення цієї мети необхідно виконати такі завдання: роз'яснити вчителям вплив різних типів акцентуованих рис на поведінку і учбову діяльність підлітків, сформулювати уявлення про сутність індивідуального підходу до представників різних типів акцентуацій, основні фрустратори навчально-виховного процесу, конструктивні та деструктивні ефекти фрустрації, високу та низьку фрустраційну толерантність підлітків; дати рекомендації щодо підвищення продуктивності навчання учнів з низькою фрустраційною толерантністю і деструктивними ефектами фрустрації.

В наступних параграфах ми детально проаналізуємо процес впровадження програми психологічної підтримки підлітків-акцентуантів, залучених до формувального експерименту, розкриємо зміст та оцінимо ефективність використаного комплексу заходів зниження фрустрації у підлітків

експериментальної та контрольної груп, презентуємо систему психолого-педагогічних рекомендацій шкільним психологам та соціальним педагогам щодо організації психологічного супроводу підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації.

3.2. Опис процесу впровадження програми психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації

Апробацію розробленої нами програми психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації було здійснено в середній загальноосвітній школі №224 м. Києва. Формувальний експеримент проводився у двох подібних за соціально-психологічними параметрами групах підлітків-акцентуантів віком 13-14 років (паралель восьмих класів: 8-А, 8-Б та 8-В): експериментальній, до складу якої було включено 22 учні, та контрольній – з 20 учнів. Комплектування груп здійснювалось за участю соціального педагога та психолога школи після діагностичного обстеження підлітків засобами «Модифікованого патохарактерологічного діагностичного опитувальника» С.І.Подмазіна, «Експрес-діагностики рівня особистісної фрустрації» В.В.Бойка, «Тесту фрустраційних реакцій» С.Розенцвейга (ці методики використовувались і під час констатувального експерименту). При цьому враховувались типи акцентуацій характеру підлітків, рівні прояву у них фрустрації, наявність невирішених конфліктів у міжособистісних взаємодіях учнів та їхніх стосунках з педагогічним колективом, а також обсяг та специфіка раніше наданої респондентам психологічної допомоги і бажання самих підлітків стати учасниками тренінгової групи (вмотивованість – умова ефективності психокорекції).

Так, до експериментальної групи було включено 22 підлітки з акцентуаціями характеру. У 59,09% з них діагностовано епілептоїдні риси у складі «чистих» та «змішаних» типів акцентуацій, у 45,45% – істероїдні, у 40,91% – шизоїдні (найбільш поширені типи акцентуацій: епілептоїдно-істероїдний,

шизоїдно-епілептоїдний та епілептоїдний (див. додаток Е). Відповідно в процесі формувального експерименту ми адаптували зміст вправ «Тренінгу конструктивної поведінки для підлітків з акцентуаціями характеру» та особливості їх проведення відповідно до специфіки психологічної підтримки особистостей з вищеназваними акцентуаціями. Включення в експериментальну групу підлітків з іншими акцентуованими рисами (психастенічними, сензитивними, лабільними та гіпертимними) мало на меті урізноманітнити демонстровані учасниками стратегії поведінки та способи емоційного реагування у фрустраційних ситуаціях, адже це сприяє більш продуктивному взаємонавчанню. Окрім того, ми підвищили в такий спосіб репрезентативність експериментальної групи, щоб одержати більш достовірні результати апробації впливу окремих тренінгових вправ на підлітків з різними акцентуаціями характеру.

До контрольної групи було включено 20 акцентуантів, з яких 50% мали істероїдні риси у складі «чистих» та «змішаних» типів акцентуацій, 40% – шизоїдні, 25% – епілептоїдні та 20% – гіпертимні (найбільш поширені типи акцентуацій: істероїдний, шизоїдно-епілептоїдний та гіпертимно-істероїдний (див. додаток Е). Таким чином, за рисами характерів учасників експериментальна та контрольна групи досить близькі. Подібні вони також за особливостями станів фрустрації підлітків. Так, на початку проведення формувального експерименту адаптивний рівень цього психічного стану було виявлено у 9% представників експериментальної групи та у 5% – контрольної, тоді як дестабілізуючий рівень фрустрації мали 63,64% підлітків у експериментальній групі та 65% – в контрольній; 18% підлітків в експериментальній та 20% у контрольній групах мали латентний рівень; окрім того, ми включили в експериментальну групу 4,55% учасників з дезадаптивним і стільки ж – з псевдоадаптивним рівнями фрустрації, відповідно в контрольну групу – по 5% підлітків із зазначеними рівнями (див. додаток Е, табл.5, табл.6).

Впровадження програми психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації здійснювалось у п'ять етапів:

– перший етап передбачав роботу з практичним психологом та соціальним педагогом школи: було інтерпретовано результати попереднього діагностичного обстеження учнів-респондентів (дані щодо типів акцентуацій характеру, рівнів прояву фрустрації та прогнозів стосовно динаміки цього психічного стану); сформульовано мету та конкретні завдання програми, роз'яснено стратегії й тактики її впровадження (надалі всі дії ми узгоджували з практичним психологом та соціальним педагогом);

– на другому етапі проводилась робота з батьками підлітків, залучених до експерименту: проведено бесіду на тему «Психологічне здоров'я вашої дитини» та індивідуальні консультації з питань психологічних труднощів, пов'язаних з деструктивними проявами акцентуєваних рис та стану фрустрації окремих підлітків; організовано семінар для підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків, ознайомлення їх зі способами додання проблем дитячо-батьківської взаємодії як можливої причини фрустрації і декомпенсації акцентуацій характеру підлітків, а також для обміну досвідом налагодження стосунків з ними (тема: «Психологічна підтримка в родині»);

– протягом третього етапу проводилось технологічне консультування з класними керівниками, присвячене способам виявлення негативних тенденцій у динаміці стану фрустрації учнів свого класу, використання у виховній роботі методик профілактики та корекції деструктивних ефектів зазначеного психічного стану, прийомів емоційної підтримки підлітків відповідно до типів їхніх акцентуацій характеру, актуальних життєвих труднощів та відповідних переживань. На цьому етапі класні керівники були залучені до процесу впровадження програми, вони мали сприяти зниженню фруструючого впливу взаємодій у системах «вчителі-підлітки», «батьки-підлітки» та «підлітки-підлітки»;

– на четвертому етапі робота проводилась із вчителями: була прочитана лекція на тему «Способи оптимізації шкільного навчання фрустрованих підлітків-акцентуантів», присвячена особливостям навчання підлітків з акцентуаціями характеру, високими показниками фрустрованості та несприятливими прогнозами щодо динаміки стану фрустрації; надані консультації з питань організації учбової

діяльності окремих підлітків-акцентуантів, у яких було констатовано найбільш деструктивні прояви фрустрації;

– п'ятий етап передбачав психокорекційну роботу з учнями: спільні заняття («Тренінг конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру») та індивідуальні (з окремими респондентами).

На прохання соціального педагога школи до експериментальної групи було включено чотирьох підлітків, батьки яких іммігрували з Азербайджану: Арсена К., Ельвіна А., Фариду А., Аніту С. У всіх, крім Аніти, діагностовано епілептоїдні риси характеру в складі «змішаних» (епілептоїдно-істероїдних і шизоїдно-епілептоїдних) акцентуацій та дестабілізуючий рівень фрустрації (дівчина мала шизоїдно-істероїдний тип акцентуації і була на адаптивному рівні, тому ми розраховували на її здатність продемонструвати зразки конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях). З'ясувалось, що ці підлітки виховуються в традиціях гіперопіки з жорстким батьківським контролем. Особливо напружена фруструюча атмосфера панувала в родині Ельвіна А., хлопець постійно відчував тиск, обурення та образу, адже був позбавленим довірливих рівноправних стосунків. Арсен К. через подібну ситуацію в сім'ї намагався компенсувати невпевненість у собі здобуттям авторитету в класному колективі, але в його ставленні до однокласників відчувалась озлобленість. А от Фарид А., навпаки, в своєму класі трималась осторонь і заперечувала бажання мати справжніх друзів, поводитись досить агресивно, була безкомпромісною у взаємодіях.

Відповідно з батьками Ельвіна А., Фариди А. та Арсена К. було проведено індивідуальні бесіди, під час яких вказано на причини фрустрованості їхніх дітей, роз'яснено деструктивні ефекти фрустрації (зокрема, небезпеку декомпенсації акцентуацій характеру) та несприятливі прогнози щодо динаміки цього стану, якщо ситуація в сім'ї залишиться незмінною. Окрім того, надано консультації, присвячені тактиці довірливого спілкування з підлітками, уважного ставлення до їхніх потреб та інтересів,

розширення «особистого простору», рекомендовано «сімейні наради» як способи вирішення сімейних конфліктів.

Також до експериментальної групи було включено чотирьох «проблемних» підлітків, які часто порушували дисципліну, конфліктували з однокласниками та вчителями, а за межами школи мали контакти з компаніями однолітків-девіантів: Віталія М. (з шизоїдно-сензитивним типом акцентуацій), Владислава М. (з епілептоїдним типом), Микиту Х. та Миколу М. (з шизоїдно-епілептоїдними акцентуаціями). Проконсультувавшись з соціальним педагогом школи, ми з'ясували, що їхні батьки налаштовані на співпрацю з педагогічним колективом школи і немає необхідності в інтервенції в їхнє сімейне життя. Тому індивідуальну роботу з батьками було обмежено бесідами з приводу проблем особистісного розвитку їхніх дітей, пов'язаних з проявами акцентуованих рис та деструктивними ефектами фрустрації, активізованими в несприятливому оточенні під впливом девіантних товаришів (бесіди проводились за участі соціального педагога та психолога). Зокрема, було наголошено на необхідності організації культурно-дозвільної діяльності хлопців (залучення до спортивних клубів, гуртків чи інших молодіжних об'єднань), щоб обмежити їхні контакти з асоціальними групами.

Незважаючи на те, що соціальний педагог школи тримав ситуацію під контролем, проблеми згадуваних вище підлітків неможливо вирішити тільки шляхом обмеження несприятливого впливу мікросоціального оточення, адже корекції потребували їхній психоемоційний стан та процеси особистісного розвитку. Важливо було знизити деструктивні ефекти стану фрустрації, допомігши повірити у свою здатність самостійно долати життєві труднощі, навчивши досягати бажаного суспільно прийнятними способами.

Провідну роль у психокорекційній роботі з підлітками експериментальної групи було відведено «Тренінгу конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру». Обираючи тактику проведення кожного заняття, ми орієнтувались на результати теоретичного [19; 48; 89; 114] та емпіричного вивчення (в процесі констатувального експерименту)

особливостей стану фрустрації підлітків з найбільш поширеними в експериментальній групі акцентуаціями характеру. Зокрема, важливо було відтворити в умовах тренінгу вплив фрустраторів, «дозована дія» яких формувала б резистентність цих підлітків до факторів, здатних спровокувати підсилення акцентуєваних рис. Акцент ставився на таких ситуаціях:

- співпраця з однокласниками, з якими не склались дружні стосунки;
- необхідність йти на компроміси, координувати спільні дії (найбільше це фруструє підлітків з шизоїдними акцентуаціями);
- розмови про власні почуття (особливо негативні та «в очі» кривднику), висловлення своїх претензій однокласникам;
- публічні виступи (це складно для підлітків з шизоїдними, сензитивними та психастенічними акцентуєваними рисами характеру);
- необхідність самоконтролю та самостримування (переважно у ситуаціях активної діяльності чи таких, що передують їй), монотонна довга робота (фруструє підлітків з істероїдними, гіпертимними, лабільними рисами).

Для проведення тренінгових занять ми розділили експериментальні групи на дві підгрупи з парною кількістю учасників: перша (ЕГ-1) включала 12 підлітків, а друга (ЕГ-2) – 10. Надалі проаналізуємо хід проведення кількох занять тренінгу, щоб розкрити специфіку психокорекційної роботи.

Презентуємо зміст заняття №5 на тему «**Камінець в черевіку**» з міжособистісно-орієнтованого змістового блоку другого модуля «Хто винен та що з цим робити?». **Мета** заняття – виявити актуальні міжособистісні конфлікти підлітків, навчити їх конструктивно діяти в конфліктних ситуаціях та виявляти емоції соціально прийнятними способами, допомогти їм відреагувати негативні переживання.

Після виконання ритуалу привітання було проведено гру-розминку «*Шапокляк*» [45], призначену для формування в учасників готовності до конструктивного сприйняття критики і тактовного її повідомлення. Кожен наосліп обирає картку з іменем іншого учасника і мав сказати йому: «Я тут нещодавно зустрів(ла) Шапокляк. Вона сказала, що ти... (фразу необхідно було

завершити негативним фактом з життя, поганим вчинком чи звичкою). І вона просто в захваті!» Той, кому це сказали, відповідав: «Подякуй Шапокляк від мого імені. Я подумаю над цим».

Цікаво, що найважчим під час проведення розминки було не слідкувати за дотриманням позитивного тону спілкування, а спонукати учасників до щирих критичних висловлювань.

Після повідомлення теми та стартового шерінгу (висловлення учасників з приводу своїх вражень від попередньої зустрічі та очікувань, пов'язаних з озвученою темою заняття) було проведено такі цільові вправи:

1) *«Камінець в черевіку»* [152] (вправа, що стимулює самоаналіз, зосереджує увагу на почуттях – негативних враженнях, сумнівах, страхах). Учасникам було пояснено аналогію стримування емоцій з камінцем у черевіку, який спершу тільки злегка дошкуляє і не дає насолоджуватись прогулянкою, але з часом роз'ятрує глибоку рану. Присутні мали по черзі розказати про те, що їм зараз дошкуляє – «витрусити камінець». Як і у випадку з розминкою, з'ясувалось, що «всіх все влаштовує» і нікому нічого не заважає. Так, попри очевидні труднощі в міжособистісних взаєминах у класі, тільки Анастасія П. і Роман М. відверто про сказали про неповагу та неухважність один до одного, невміння вислухати, ворожнечу між хлопцями та хлопців з дівчатами. Очевидно, саме неготовність щиро виявляти свої негативні переживання та вирішувати конфлікти і є причиною стійкої тенденції до фрустрації у 36,36% підлітків експериментальної групи та дуже високого її рівня у 40,91%. Враховуючи це, було вирішено надалі приділяти більше уваги розвитку довіри до однолітків та формуванню в них готовності до саморозкриття в групі.

2) *«Лист протесту»* [153] (вправа на здобуття досвіду відстоювання своїх прав та інтересів соціально прийнятним шляхом, виявляючи обурення у виваженій, спокійній манері). Учасники мали написати «лист-протест» («лист-маніфест») конкретній особі чи організації, висловивши своє обурення з приводу якихось актуальних подій, аргументовано довівши свою правоту та переконливо обґрунтувавши необхідність вжиття відповідних заходів для

усунення негараздів. Щоб вмотивувати підлітків до сумлінної роботи, було запропоновано провести вправу в формі змагання на «найбільш переконливе втілення соціальної зрілості та громадянської позиції» у «листі-маніфесті» (таке формулювання додало особливої значущості завданню).

Враховавши досвід виконання попередньої вправи (практично ніхто не виявив бажання скаржитись), а також егоцентризм учасників з істероїдними, епілептоїдними та шизоїдними рисами і схильність до самоаналізу підлітків з шизоїдними, епілептоїдними та психастенічними акцентуйованими рисами, ми дозволили учасникам писати листи собі – якійсь своїй рисі характеру чи звичці, яку б хотілось подолати або докорінно змінити. Як з'ясувалось, саме такі листи були найбільш популярними – проти своїх лінощів, невпевненості, тривожності та неорганізованості протестували 45,45% учасників. Таким чином, ця вправа мала важливе діагностичне значення, адже дозволила виявити внутрішні фрустратори кожного підлітка. Наприклад, Надія П. висловила невдоволення з приводу того, що вона «скута, замкнута в собі особа, але це, можливо, і не так погано, бо це єдина людина, якій я довіряю цілком і повністю, а інші можуть зрадити».

Альтернативний варіант вправи – *«Лист, якого ти ніколи не отримаєш»* [153] рекомендовано проводити в групах, де більшість акцентуантів з астено-невротичними, лабільними, сензитивними, циклоїдними та епілептоїдними рисами, адже такі підлітки схильні до фрустраційних реакцій фіксації, депресії та прихованої агресії, кумуляції психоемоційного напруження.

3) *«Скарбничка образ»* [3] (вправа, що сприяє зниженню фрустрованості та навчає способам долання образ на оточуючих). Учасники мали «скласти в скарбничку образ» (картонну скриньку) всі накопичені розчарування, заздрощі, образи, записані на окремих аркушах. Підліткам було пояснено безглуздість накопичення та зберігання цих негативних емоцій, запропоновано обговорити способи позбавлення від них у повсякденному житті та прийняти колегіальне рішення – як позбутись від «скарбнички». Зауважимо, що найбільший емоційний резонанс у підлітків викликала саме перспектива знищення

скриньки – в процесі обговорення було вербалізовано навіть більше агресивних спонукань, ніж під час виконання вправи.

Альтернативний варіант вправи – *«Вибиваю гнів»* [45] (тілесно орієнтована методика, спрямована на навчання способам виявляти свої емоції соціально прийнятним шляхом), рекомендовано проводити з представниками епілептоїдно-істероїдного, лабільно-циклоїдного та астено-невротичного типів акцентуацій, адже вони потребують інтенсивного відреагування негативних переживань.

Завершилось заняття традиційним заключним шерінгом (обговорення вражень від проведеного заняття та побажань щодо подальшої роботи) і ритуалом прощання.

Проводячи заняття №10 на тему **«Море по коліно, гори по плече»** діяльнісно-орієнтованого змістового блоку третього модуля «Скажемо стресу: «Ні!», ми мали на меті актуалізувати внутрішні ресурси учасників тренінгу, сприяти зниженню рівня фрустрованості та підвищенню стресостійкості шляхом корекції світосприймання, додання ірраціональних переконань, розвитку позитивного гнучкого мислення.

Після ритуалу привітання було виконано вправу на розминку *«Ланцюжок хороших і поганих наслідків»* [78], призначену для активізації розумової діяльності учасників тренінгу. Підлітки мали швидко знаходити позитивні та негативні моменти в описаних фрустраційних ситуаціях. Через схильність учасників втрачати самоконтроль під час жвавої діяльності ми намагались залучати до цієї вправи передусім «актив групи» – підлітків, здатних швидко висловлювати цікаві міркування, щоб за їхнім зразком інші навчилися мислити нестандартно, вирішуючи проблемні завдання.

Після стартового шерінгу проводились такі цільові вправи:

1) *«Пошук позитивного»* [45] (вправа, спрямована на розвиток позитивного мислення, вміння бачити корисне у найскладніших життєвих ситуаціях). Ми запропонували до розгляду учасників схему поведінки людини в проблемній ситуації (здійснення вибору між боротьбою з труднощами та примиренням з ними), після чого продемонстрували та роз'яснили формули

позитивного мислення («Театр в табакерці», «Інший бік медалі», «Проблема як друг», «Порада другові», «Прихований ресурс», «Маленькі цеглинки великої стіни», «Біля комину») [45, С.238-239].

Проводячи цю вправу в групах схильних до аналітичної діяльності підлітків з «чистими» психастенічними та шизоїдними типами акцентуацій, варто пропонувати потренуватися застосовувати запропоновані формули, шукаючи способи вирішення колективно обраних актуальних проблем.

2) «Три на три» [45] (вправа, що актуалізує особистісні ресурси, сприяє формуванню позитивного мислення, розвитку його гнучкості, навчає співпраці). За результатами жеребкування ми розбили учасників на групи, кожна з яких одержала аркуш з описом неприємної, конфліктної (фрустраційної) ситуації. На першому етапі робота виконувалась індивідуально: підлітки мали закінчити речення: «і це добре, тому що...» та «і це погано, тому що...». Після цього команда в процесі колективного обговорення обирала три найкращі варіанти «хороших» і «поганих» наслідків запропонованої ситуації. В хід роботи було внесено елемент змагання: визначення команди-переможця за рівнем продемонстрованої кооперації, креативності та здатності мислити позитивно.

Для закріплення навичок гнучкого, раціонального та позитивного мислення учасників після виконання вправи було зачитано і прокоментовано висловлені ідеї, що найбільше відповідали цим якостям. Зокрема, ми особливо відзначили роботу Аніти С. щодо ситуації «Я купив дорогий квиток у кіно, а фільм не виправдав мої очікування». Дівчина написала: «І це добре, тому що я була в компанії зі своїми друзями, котрих давно не бачила, і змогла з ними посміятися над невдалими кадрами; тому що змогла розповісти іншим своїм товаришам, аби вони не йшли на той фільм; хай він і не виправдав моїх очікувань, зате був дуже пізнавальним». А в ситуації «Я весь вечір провів на самоті» Надія П. відповіла: «І це добре, тому що я змогла лишитися наодинці зі своїми думками і подумати багато про що; я змогла зробити в тиші й спокої все, що давно хотіла, але не виходило через чийось присутність», але це при

тому, що «І це погано, бо я почуваюсь погано від самотності». Нас приємно здивувало також те, що до зазначеної ситуації Марія І., яка досі була дуже пасивною і байдужою, написала: «І це добре тому що я подумаю про своє життя. Можливо, я щось не так роблю».

В тренінгових групах, де переважають підлітки з сензитивними, психастенічними, шизоїдними, астено-невротичними та лабільними акцентуаціями, більш ефективною буде альтернативна вправа «*Оптимісти та песимісти*» [78], яка вимагає менше часу для проведення і виконується в індивідуальній формі. Учасники мають запропонувати п'ять варіантів закінчення речень: «Почувати себе щасливим добре, тому що...» та «Почувати себе нещасним добре, тому що...», а після обговорення всіх відповідей обмінятися враженнями та узагальнити здобутий досвід.

3) «*Сильні сторони*» [3] (вправа-релаксація, спрямована на актуалізацію особистісних ресурсів, розвиток рефлексивних здібностей, стресостійкості, навчання саморегуляції). Учасники, сидячи у колі з заплющеними очима та взявшись за руки, мали концентруватись на звуках довкола, тактильних відчуттях, своєму диханні, керуючись інструкціями ведучого. Далі кожен мав уявити, що в центрі нього є маленька часточка (центр гармонії), уявити себе нею, відчути її настрій та вкласти в руки «сусідам» відповідні емоції. Цікаво було почути враження підлітків від виконаної вправи, адже, порівняно з першими заняттями, цього разу значно легше було налаштувати їх на серйозне ставлення до роботи. З'ясувалось, що більшість з них одержали задоволення і нові незвичні відчуття, навіть змогли досягнути емоційної рівноваги попри тактильний контакт з однокласниками (на початку тренінгу подібні ситуації мали сильний фруструючий ефект). Ми акцентували увагу учасників на цих позитивних зрушеннях під час заключного шерінгу.

Завершилось заняття традиційним ритуалом прощання.

Заняття №20 підсумкового етапу тренінгу було присвячене темі «**Чого ми навчилися і чому ще маємо навчитись?**». Його мета – узагальнення

здобутого учасниками досвіду та формування в них мотивації до подальшого самовдосконалення.

Для розминки, проведеної після ритуалу привітання, було обрано вправу «Дякую, що ти є» [45], спрямовану на скорочення емоційної дистанції між учасниками. Ми модифікували хід її проведення, посиливши фруструючий ефект: підлітки спершу писали на окремих аркушах свої прізвища, після чого навмання обирали один з аркушів і мали дописати на ньому: «Дякую, що ти є...» з обґрунтуванням причини подяки. Наприкінці кожен одержав аркуш зі своїм прізвищем та відповідно зворотний зв'язок в групі. Приємно було дізнатись, що всі учасники змогли підібрати потрібні слова, хоча не обійшлося без коментарів типу: «бо ти ділишся зі мною бутербродами» чи «бо ти мене дістаєш», більшість віддали перевагу стандартним фразам типу «веселий», «хороший друг»... Однак ми не виявили ознак озлобленості, демонстрованої підлітками на початку тренінгу.

Після стартового шерінгу було проведено цільові вправи:

1) «Програма успіху» [45] (вправа-схема, що навчає програмувати свою успішність). Завдання виконувалось в три етапи: на першому з них необхідно було записати на окремих картках визначення поняття «успіх», як його розуміє кожен учасник. Наступний крок – виділення конкретних етапів досягнення справжнього успіху (зображення моделі шляху до успішності з п'яти сходинок, кожна з яких мала відтворювати, що треба робити, яким бути чи не бути, щоб піднятися на наступну). На останньому етапі учасники мали письмово закінчити фразу: «Я – успішна людина, бо ...». Враховуючи досвід попередніх занять, ми ввели елемент змагання, повідомивши, що шляхом голосування буде обрано найбільш цікаву та універсальну програму успіху.

Пропонуємо приклади найбільш цікавих ідей, відображених у «програмах успіху». Так, Максим Ф. написав, що «успіх – це мета, до якої ти прагнеш, коли тобі в душі приємно через те, що цього досягнув, і розумієш, що це ще не все, що я можу досягнути більшого, якщо впевнено йти до своєї мети». Досить оригінальне визначення запропонувала також Надія П.: «багато хто вважає, що

це високооплачувана робота і мільйони в банках, а особисто для мене – це самовдосконалення, а щоб це підкріпити – знайти улюблену роботу і мати хорошу добропорядну сім'ю». А автором найкращої «програми успіху» колективним голосуванням було визнано Анастасію П. Ось запропоновані нею п'ять сходинок до успіху: «навчитись бути дорослим (це означає правило «двох О» («осознанность + ответственность»); бути позитивним, але не забувати про існуючу реальність; не забувати мріяти, вірити в чудеса і ставити перед собою цілі; вчитись, постійно вчитись, дізнаватись нове і розширяти свій світогляд – бути цікавим для себе і оточуючих; все, що з нами відбувається, робить нас сильнішими – пам'ятати про це. Не можна просто раз-два і стати впевненим – ставати ним поступово, від ситуації до ситуації». При цьому в графі «Я успішна людина, тому що...» дівчина написала: «я тільки трошечки зробила для свого успіху, тому все ще попереду». Цікаво, що лише двоє учасників вважали себе неуспішними (Влад М. та Микита Х, при чому останній написав, що успіх – «це вдосконалення світу»), а решта вказували на докладені зусилля, досягнення у спорті чи навчанні, внутрішні ресурси чи віру в успіх як показники чи запоруку своєї успішності.

В цілому, можемо стверджувати, що результати виконаної справи свідчать про підвищення рівня розвитку рефлексивних здібностей, самоусвідомлення, цілеспрямованості, а також про позитивні зрушення у світоглядних установах більшості представників експериментальної групи. Тобто тренінгові заняття сприяли підвищенню фрустраційної толерантності підлітків у формі здатності наполегливо долати перешкоди на шляху до мети.

2) «*Формула успіху*» [45] (вправа, що закріплює уявлення про успішність та способи досягнення поставлених цілей, навчає співпрацювати з оточуючими). Через розбіжності у поглядах підлітків на найбільш універсальну «програму успіху» ми запропонували учасникам спільно створити схему, яка б втілила всі складові успіху, згадувані в окремих «програмах». В такий спосіб нам вдалось досягнути компромісу і вдовольнити амбіції кожного учасника (для них було дуже важливо, щоб відзначили саме їхню роботу), в умовах

комунікативної взаємодії закріпити в них уявлення про способи досягнення поставлених цілей і долання перешкод.

На заключному етапі заняття було виконано вправу «*Задоволеність роботою групи*» [153], спрямовану на одержання зворотного зв'язку щодо сприйняття кожним учасником роботи в групі, виявлення невинуватених очікувань. Підлітки мали визначитись з мірою задоволення від участі в тренінгу та символічно відобразити це, зайнявши певне місце в кімнаті (простір від дверей до вікна було умовно перетворено на шкалу емоційних станів від «цілком задоволений» до «повністю розчарований»). Приємно відзначити, що більшість учасників зайняли місце «задоволених», хоча і не виключено, що «невдоволені» просто уникнули в цей спосіб пояснення своєї позиції, але, згідно з нашими спостереженнями, таких було небагато.

Під час підсумкового шерінгу наприкінці заняття обговорювались загальні враження від тренінгу та ефективність здобутого досвіду. На цьому етапі тренінгу ми роз'яснили перспективи подальшої самостійної роботи підлітків над собою, виділивши сильні сторони та приховані адаптогенні ресурси кожного учасника, а також їхні недоліки, над якими слід працювати. Завершилось заняття ритуалом прощання.

Підкреслимо, що робота тренінгової групи була не лише основним способом корекційних впливів на підлітків з різними акцентуаціями характеру, а і засобом вивчення особливостей їхніх фрустраційних реакцій, оцінки деструктивності проявів стану фрустрації та прогнозування динаміки цього психічного стану. Зокрема, на перших заняттях ми констатували наступні деструктивні ефекти фрустрації в учасників експериментальної групи:

– скутість, відмови виконувати завдання, прояви негативізму: навмисно неправильне виконання, спроби перетворити все на жарт, «висміяти» зміст вправ та форму їх проведення;

– спалахи роздратування, вербальна агресія (образливі, саркастичні висловлювання), недовіра один до одного, вияви озлобленості в ситуаціях комунікативної взаємодії;

- прояви регресії – інфантильність у ситуаціях незручної («кумедної») діяльності (чим «дивніша» діяльність, тим яскравіші деструктивні ефекти);
- швидке «складання рук» і втрата цілеспрямованості, відволікання, розгальмована поведінка в ситуаціях, що вимагають зосередженості.

Таким чином, вже з перших занять виникла нагальна необхідність в індивідуальній роботі з окремими підлітками. Індивідуальні консультації між тренінговими заняттями надавались всім учасникам експериментальної групи за їхнім особистим зверненням або для вирішення непорозумінь та подолання напружених моментів, що виникли в групі. Особливо інтенсивна індивідуальна робота проводилась з найбільш фрустрованими респондентами, адже під час тренінгових занять створювались фрустраційні ситуації, які могли підсилити фрустрацію учасників, тому необхідно було проконтролювати їхню здатність впоратись з негативними переживаннями та подолати психоемоційне напруження. Під час таких індивідуальних занять обговорювались переживання підлітків через непорозуміння вдома, конфлікти з вчителями, однокласниками та друзями, а також справжні причини деструктивних реакцій під час тренінгу. Інколи підлітки самі звертались за консультацією, бажаючи детальніше ознайомитись з продемонстрованими під час тренінгу прийомами «позитивного мислення», аутогенного тренування, релаксації (найбільш допитливими були Тетяна Д., Анастасія П., Аніта С., Фарида А., Ельвін А., Роман М.).

Особливу увагу під час бесід ми приділяли обговоренню та спростуванню ірраціональних поглядів підлітків [8; 40; 52; 103; 158; 160; 171]. Важливо було допомогти їм усвідомити підстави для невдоволення собою чи іншими, причини хвилювань, засмучень, розчарувань, обставин, які передували появі цих деструктивних переживань; виявити ірраціональні переконання, довести їхню неправомірність на прикладі реальних життєвих ситуацій, навчити самостійно відслідковувати подібні міркування та спростовувати. Також широко використовувалась техніка «Вирішення проблем» – обговорення особистих проблем підлітка, які виникли в минулому чи можуть трапитись в майбутньому, спільний пошук способів їх вирішення [9]. Акцент робився на навчанні

покроково виділяти проблему, позбуватись дисфункціональних переконань (автоматичних думок, пов'язаних з невпевненістю в собі, дратуванням, тривогою, лінощами тощо), шукати альтернативні варіанти поведінки.

Окрім того, індивідуальні заняття дозволили зосередити увагу учасників експериментальної групи на самопізнанні, розкрити приховані адаптогенні ресурси. По-перше, ми мали змогу проконсультувати підлітків щодо їхніх позитивних та небажаних якостей, обумовлених акцентуйованими рисами характеру, способів компенсації негативних проявів цих рис. По-друге, необхідно було зміцнити віру підлітків в свою здатність протистояти життєвим труднощам, спираючись на результати діагностичного обстеження. З цією метою були підібрані методики, орієнтовані не на констатування особистісних проблем, а на виявлення потенційних можливостей, схильностей, внутрішніх ресурсів. Наприклад, такі психодіагностичні методики: «Інтегральна самооцінка особистості «Хто я є в цьому світі»», «Діагностика вольового потенціалу особистості», «Діагностика емоційного інтелекту» Н.Холла, «Самооцінка творчого потенціалу особистості», «Експрес-діагностика особистісної конкурентноздатності», «Перцептивна оцінка типу стресостійкості» тощо [151].

Зауважимо, що в одного з членів експериментальної групи (Ельвіна А.) було встановлено ризик зміни дестабілізуючого рівня фрустрації на критичний, тому виникла необхідність пересвідчитись, чи не спровокує робота в психокорекційній групі декомпенсацію акцентуації характеру (епілептоїдно-істероїдного типу). Однак в ході бесіди хлопець виявив палке бажання взяти участь в тренінгу, зацікавленість у спілкуванні з однолітками, продемонстрував здатність до врівноваженої поведінки попри найвищу міру фрустрованості та схильність до агресії, регресії, депресивних реакцій у стресогенних умовах. Відповідно з Ельвіном, а також з найбільш фрустрованими учасниками експерименту Надією Р., Надією П., Романом М., Владиславом М., Арсеном К., Марією І., Максимом Л. (див. додаток Е, табл.1) необхідно було проводити психокорекцію в змішаній формі, доповнюючи заняття в тренінговій групі

індивідуальними зустрічами. Надалі детальніше зупинимось на змісті індивідуальної психокорекційної роботи з підлітками.

Спершу повернімось до ситуації з Ельвіном А. Під час виконання тренінгової вправи «Долоня» [35], він зазначив, що головною перешкодою на шляху досягнення цілей вважає втручання оточуючих в своє життя, але йому необхідно, щоб «інколи підказували і допомагали». Тому в роботі з цим підлітком необхідно було підсилити змістовий блок психокорекційної програми, орієнтований на особистісну сферу, зробивши акцент на розвитку самопізнання та актуалізації внутрішніх адаптогенних ресурсів.

Ще одному респондентові з епілептоїдно-істероїдним типом акцентуацій та дестабілізуючим рівнем фрустрації Роману М., як і Ельвіну А., необхідно було навчитись об'єктивно оцінювати свої успіхи та невдачі, реальні й потенційні можливості, робити самостійні вибори у фрустраційних ситуаціях. Під час виконання вправи «Долоня» [35] хлопець зазначив, що найбільша перешкода на шляху досягнення життєвих цілей – коли в нього не вірять. Для нього дуже важливо було мати авторитет в товаристві однолітків, однак не вистачало впевненості в собі, а у напружених, фрустраційних обставинах загострювалось відчуття безпорадності. Втім, як це властиво підліткам з істероїдними рисами характеру, Роман описував себе як «сильного та цілеспрямованого... і тільки зрідка трапляються напади лінощів».

Між Романом та Ельвіном склались дружні стосунки, так як вони однокласники і грають в одній футбольній команді. До того ж, обидва хлопці дуже вразливі, але комунікабельні та енергійні, прагнуть бути в центрі уваги, тому готові до виконання різних за змістом завдань, не бояться виглядати смішними, натомість орієнтуються переважно на зовнішню оцінку своєї діяльності та особистості в цілому, тому болісно реагують на критичні зауваження оточуючих чи байдужість до себе. Також їм властиві швидка втрата самовладання як в умовах тривалої розумової праці, так і при виконанні завдань, що вимагають фізичної активності. Роман проявив себе як більш кмітливий та уважний, тому ми розраховували, що, орієнтуючись на нього,

Ельвіну буде легше впоратись з завданнями, підібраними для індивідуальних занять. Відповідно було організовано п'ять зустрічей, спільних для цих хлопців, під час яких вони розробляли «копінг-картки» [9; 126] (особливі «активуючі самоінструкції» для боротьби з лінощами, браком мотивації, відчуттям безпорадності, розгубленості, страхом чи сумнівами), оволодівали техніками самовладання у фрустраційних обставинах (засобами аутотренінгу).

Залучивши до взаємодії Ельвіна та Романа їхнього однокласника Максима Л. (з епілептоїдною акцентуацією), ми провели методику «Список схвальних справ», призначену для активізації самопізнання та підвищення самооцінки [9]. Спершу кожен мав заповнити свій бланк з переліком своїх найбільших досягнень і того, що було складно, але все ж вдалось виконати. Потім хлопці допомагали один одному пригадати інші справи, пов'язані не зі спортом чи навчанням, а з вчинками, гідними хороших друзів та «справжніх чоловіків».

Раніше, описуючи склад експериментальної групи, ми згадували про труднощі у міжособистісних взаємодіях дівчини з епілептоїдно-істероїдним типом акцентуації Фариди А., через які виникла необхідність в індивідуальних заняттях з нею. Цікаво, що під час тренінгових занять Фарида запевняла, що не має жодних проблем у стосунках з іншими учасниками і в групі їй також все влаштовує, однак трималась дівчина завжди осторонь, утримувалась від висловлювання власної думки, відмовлялась говорити про свої переживання, тобто їй було явно некомфортно. Тільки в процесі індивідуальної бесіди з'ясувалось, що Фариді дуже важливо «відчувати потрібність» в колективі однолітків, вона понад усе прагне виконувати важливі доручення, керувати, організовувати інших, але емоційна нестабільність (властива підліткам з епілептоїдними акцентуйованими рисами), поєднана з комунікативними труднощами (мовним бар'єром), ускладнюють міжособистісні взаємодії, посилюючи їхній фруструючий вплив.

Окрім надання емоційної підтримки, під час індивідуальних зустрічей ми навчали Фариду технікам самовладання у напружених ситуаціях: ефективним «копінг-стратегіям», способам аутогенного тренування, релаксації. В

результаті, після трьох індивідуальних занять нам вдалось досягнути також підвищення її ініціативності в тренінговій групі: Фаріда була одним з добровольців під час програвання всіх рольових ігор, при чому демонструвала неабияку здатність до «рольових перевтілень».

Зупинимось також на аналізі індивідуальної психокорекційної роботи з Арсеном К., підлітком з шизоїдно-епілептоїдним типом акцентуації. Його поведінка під час тренінгу була досить суперечливою і непередбачуваною: хлопець брав активну участь у всіх вправах, вимагаючи провідних ролей, однак завжди прагнув спершу пересвідчитись, що зможе гідно з ними впоратись, а зазнавши невдачі, відразу відмовлявся продовжувати роботу і надалі демонстрував байдужість до подій в групі. Цікаво, що, виконуючи вправу «Долоня» [35], Арсен включив до своїх внутрішніх ресурсів «впевненість в собі, віру в свої сили», а до перешкод на шляху досягнення цілей – невпевненість в собі. Очевидно, саме ця суперечність і є причиною фрустрованості хлопця: позиціонуючи себе як лідера групи та понад усе прагнучи утримати авторитет в колі однолітків, він боявся вийти за межі власної «зони комфорту», виказати вразливість і виглядати невдахою. Саме тому виникла необхідність в індивідуальній роботі, спрямованій передусім на корекцію ірраціональних переконань Арсена: недовірливого ставлення до оточуючих та власних можливостей. До речі, під час виконання тренінгової вправи «Програма успіху» [45] хлопець зазначив, що «успіх – це життєрадісність», а сам він успішна людина тому, що «має все для досягнення успіху». Натомість у фрустраційних реакціях Арсена домінували депресивні прояви.

Як з'ясувалось під час індивідуальних занять, хлопець більш за все дратується, відчуваючи тиск та примус з боку дорослих (раніше ми згадували про ситуацію в його родині), на все має власну точку зору. Ми врахували цю обставину, плануючи тактику корекційних впливів, особливу увагу приділяли мотивації до співпраці, виказували зацікавленість неординарними міркуваннями Арсена, його ставленням до різних аспектів суспільного життя. В такий спосіб

організувати партнерську взаємодію було не складно, адже хлопцеві явно бракувало довірливого рівноправного спілкування зі значущими дорослими.

При проведенні індивідуальної роботи з Арсеном акцент було зроблено на розкритті його внутрішнього потенціалу (переважно засобами психодіагностичних методик), відреагуванні накопичених негативних переживань, усвідомленні та вирішенні актуальних проблем. Так, протягом чотирьох занять ми розбирали міжособистісні конфлікти, виявлені в тренінговій групі, які безпосередньо стосувались хлопця. При цьому йому відводилась роль експерта в обговорюваних питаннях, а у формі домашнього завдання він одержав доручення навчити техніці релаксації інших учасників групи, яким під час тренінгових занять ця методика не вдавалась: Ельвіна А., Романа М., Максима Ф. В такий спосіб ми уникали особливо фруструючого для акцентуанта з шизоїдними рисами «втручання у внутрішній світ», водночас навчаючи його використовувати «копінг-стратегії», методики аутогенного тренування та техніку «Вирішення проблем» з застосуванням формул позитивного мислення [9; 45].

На особливу увагу заслуговує індивідуальна робота з Надією П. Ця дівчина з шизоїдно-істероїдним типом акцентуації у спокійній обстановці та звичних умовах діяльності поводитись стримано, дещо відчужено, складала враження особистості, яка не має власної думки або приховує її, орієнтуючись на більш активну та енергійну подругу (Тетяну Д. з епілептоїдно-істероїдною акцентуацією). Однак завдяки індивідуальним завданням тренінгу ми з'ясували, що це дуже кмітлива дівчина, здатна до самоаналізу та висловлювання цікавих ідей філософського змісту, але, як це часто властиво підліткам з шизоїдними акцентуованими рисами характеру, їй бракувало душевної рівноваги та впевненості у власній комунікабельності. Дівчина не довіряла оточуючим, уникала саморозкриття навіть перед подругами, приховувала роздратування та агресивні спонукання, через що мала максимально високий показник фрустрованості і була на дестабілізуючому рівні фрустрації.

Водночас, Надія П. виявила готовність працювати над самовдосконаленням, тому протягом шести індивідуальних зустрічей проводились бесіди, спрямовані на коригування ірраціональних переконань, розвиток самопізнання, долання внутрішніх суперечностей та розкриття прихованих адаптогенних ресурсів. Зокрема, використання «Техніки пирога» (кругових діаграм, у яких сектори відображають обсяг і значущість реальної та бажаної активності, прагнень, причин різних переживань та вчинків) [9] допомогло дівчині більш точно уявити та усвідомити, що саме її не влаштовує у шкільному житті та міжособистісних взаємодіях, а також, як з цим боротись. Досить ефективною у корекційній роботі з нею виявилась також практика виконання домашніх завдань в реальних життєвих ситуаціях з наступним обговоренням результатів під час індивідуальних занять. Так, використовуючи техніку «Поведінкові експерименти» [9], дівчина мала примушувати себе здійснювати вчинки, на які раніше не наважувалась, переборювати лінощі та сором'язливість (виконання цього завдання полегшували «копінг-картки» та техніка «Відволікання і переключення уваги» (перелік способів відволіктись, найбільш дієвих саме для неї) [9]). Окрім того, Надія повинна була тренуватись знімати психоемоційне напруження за допомогою методик аутогенного тренування і релаксації [45; 128].

Ще однією дуже фрустрованою учасницею формувального експерименту на дестабілізуючому рівні фрустрації була Надія Р. з шизоїдно-сензитивною акцентуацією характеру. Як і Надія П., в характері якої також присутні шизоїдні риси, Надія Р. поводитись досить скуто та невпевнено, а сензитивні риси виявлялись у загостреній тривожності, чутливості та страху опинитися в центрі уваги. Проте вона не уникала взаємодії з однолітками, не відмовлялась від виконання довірених їй ролей, але, зазнавши невдачі чи почувши образливі висловлювання однолітків на свою адресу, відразу засмучувалась та відсторонювалась від інших.

Висока фрустрованість дівчини була обумовлена невдоволенням своїм статусом у колективі та відчуттям неспроможності будь-що змінити. У

приватній розмові вона зізналась, що мріє, щоб її сприймали такою, як вона є. При цьому дівчина мала серйозні труднощі з самопізнанням та саморозумінням – їй особливо важко було виконувати завдання на визначення своїх переваг та недоліків, життєвих цілей. Не виключено, що вона просто соромилась саморозкриття в групі. Саме тому важливо було виявити її внутрішній потенціал, допомогти повірити у свою здатність долати труднощі та навчити конструктивно взаємодіяти з однолітками. З цією метою ми організували два спільні заняття Надії Р. з її подругою Марією І., Максимом Л. (мали епілептоїдний тип акцентуацій), В'ячеславом З. (з шизоїдно-сензитивною акцентуацією) та Оленою Д. (з істероїдною акцентуацією) – підлітками, які були на латентному рівні фрустрації. У вузькому колі взаємодії було значно легше стимулювати активність цих п'яти учнів (в тренінговій групі не вдавалось залучити їх до рольових ігор), провести психодіагностичні методики, навчати «копінг-стратегіям» та аутогенному тренуванню.

До речі, підлітки з «чистим» епілептоїдним типом акцентуацій Марія І. та Максим М. досить негативно ставились до індивідуальних зустрічей: чинили опір спробам з'ясувати їхні справжні почуття та думки, вправи виконували формально чи відмовлялись від роботи. Втім, використання серії письмових завдань (тренінгових вправ «Лист протесту», «Долоня», «Перетворюємо проблеми на цілі» [35; 153]) допомогло нам з'ясувати основну причину фрустрованості цих респондентів – нерозуміння себе, своїх бажань та цілей, переваг та недоліків, сумніви у здатності досягнути більшого, заслужити повагу однолітків. Відповідно в роботі з Марією та Максимом необхідно було зробити акцент на долання накопичених негативних переживань та підвищення резистентності до впливу фрустраторів, але через їхню неготовність до відвертого саморозкриття працювати з ними не індивідуально, а провести додаткові заняття в мікрогрупах з тими підлітками, чия присутність знизила б напруженість психокорекційної роботи, а поведінка слугувала б зразком конструктивного реагування (ми вже описували зміст такої роботи).

Посиленої уваги в процесі реалізації психокорекційної програми потребували згадувані раніше «важкі» підлітки Віталій М, Владислав М., Микита Х. та Микола М. При ближчому знайомстві з ними ми переконались, що їхня участь у тренінгу не зашкодить роботі експериментальної групи, але цим хлопцям необхідні додаткові індивідуальні заняття.

Виявилось, що до зазначеної компанії входив також В'ячеслав З., однак, згідно з результатами тренінгової справи «Лист протесту» [153], він хотів би навчитись чинити опір негативним впливам «товаришів», а також «позбутись лінощів і взятись за голову в навчанні». Найбільшою проблемою хлопця, так само, як і Миколи М., була пасивність у діяльності – невміння наполегливо долати перешкоди на шляху до поставлених цілей та робити самостійні вибори через відчуття своєї слабкості у складних ситуаціях. а невміння долати напруження у фрустраційних ситуаціях зумовило стійку тенденцію до фрустрації в обох підлітків (див. додаток Е, табл.1). Втім, вони з легкістю включились у роботу тренінгової групи, а під час індивідуальних занять виявили готовність працювати над самовдосконаленням, навчитись організовувати свій час та розвивати силу волі. Відповідно у психокорекційній роботі з цими підлітками найбільш дієвою виявилась техніка «Моніторинг і планування видів діяльності» [9]. Так, спершу хлопці мали виконати домашнє завдання, склавши звичний для себе тижневий розклад справ («таблицю видів діяльності»), після чого за десятибальною системою оцінити рівень успіху і міру задоволення, одержаного від кожної з них. На другому етапі під час спільного заняття було складено рейтинги найбільш успішних та приємних для них справ, проаналізовано кількість часу, відведеного на улюблену діяльність та спілкування з друзями, а також виявлено заняття, які і успіхом не закінчуються, і задоволення не приносять. Зроблені висновки дозволили спланувати оптимальну активність, яка б не викликала фрустрацію, а натомість зміцнювала впевненість підлітків у своїй здатності долати перешкоди. Після цього було досягнуто домовленості щодо дотримання розроблених розкладів з паралельним моніторингом діяльності і наступним звітуванням про успішність

виконання завдання. Зауважимо, що проводячи цю методику у парній взаємодії хлопців, ми використали додатковий мотивуючий чинник – ефект «третьої сторони», присутність свідка при прийнятті зобов'язань та обговоренні причин можливого неуспіху в разі вияву слабовілля.

Ми з'ясували також, що Микола М. виховується у неповній сім'ї, недостатність контролю за його поведінкою в позаурочний час позначилась на рівні шкільної успішності, а приятелювання з девіантними однолітками стало причиною систематичних порушень дисципліни та появи шкідливих звичок. Однак після бесіди з класним керівником Миколи М., соціальним педагогом та шкільним психологом стало очевидним, що ставлення до нього вчителів досить упереджене, здібності хлопця недооцінюють, що підсилює в нього епілептоїдні акцентуйовані риси характеру (емоційну нестабільність, агресивні та аутоагресивні тенденції) і відповідно ускладнює стан фрустрації. Цю проблему було роз'яснено педагогічному колективу школи під час індивідуальних бесід.

Індивідуальну роботу ще з одним «важким» підлітком Микитою Х. ускладнювала його звичка «віджартовуватись» при спробах поговорити про актуальні для нього життєві труднощі й відповідні переживання. Це було пов'язано з підсиленими шизоїдними акцентуйованими рисами характеру та фрустрованістю хлопця і виявлялось у відмовах від контактної взаємодії, негативному ставленні до «несерйозних» завдань. Втім, нам вдалось досягнути взаєморозуміння, спілкуючись «на рівних» та виявляючи щирий інтерес до суджень і переконань Микити. Так, не вимагаючи глибокого саморозкриття, ми намагались з'ясувати, що криється за його іронічними фразами на адресу учасників тренінгу та що він має проти виконання конкретних вправ. У результаті, «обхідними шляхами» вдалось обговорити непорозуміння хлопця у стосунках з однолітками, подискутувати на тему «формул позитивного мислення», довести дієвість релаксації, методик аутогенного тренування та «копінг-стратегій». Нарешті, провівши діагностику творчого потенціалу [151], ми довели Микиті об'єктивну користь його ідей для роботи групи, а також здатність бути прикладом для інших учасників.

Зупинимось детальніше на роботі з Владиславом М. З'ясувалось, що, попри демонстровану самовпевненість, нахабність, зухвалість та сарказм у ситуаціях конфлікту, при появі серйозних труднощів хлопець відчувається безпорадним, засмучується, реагує досить інфантильно. Так, доручаючи Владиславу провідні ролі в процесі виконання тренінгових вправ, нам вдалось подолати його опір корекційним впливам та виявити непогані організаторські здібності і комунікативний потенціал. Але при ігноруванні його лідерських амбіцій хлопець відразу втрачав інтерес до заняття чи поведився агресивно, демонстративно порушуючи правила поведінки в групі. Хлопець також відмовлявся від індивідуальної роботи (за його прикладом вчинив і Віталій М.), тому було вирішено провести три заняття для мікрогрупи в складі чотирьох підлітків, у якій Владислав мав виконувати роль прикладу («старшого») для Віталія М., Максима Л. та Микити Г. Так, спираючись на кмітливість, лідерські якості та амбіції Владислава, а також на конформність інших трьох хлопців і їхню схильність наслідувати поведінку «авторитетів», засобами методик «Список схвальних справ», «Техніка пирога», «Моніторинг і планування видів діяльності» [9] вдалось змусити підлітків переглянути свій спосіб життя, а також об'єктивізувати їхнє уявлення про себе і свою цілеспрямовану діяльність. Втім, на відміну від Микити Х., Владислав М. та Віталій М. лише під кінець тренінгу змінили своє скептичне ставлення до занять у групі.

Підбиваючи підсумки всіх проведених психокорекційних заходів, можемо відзначити наступні позитивні зрушення у діяльності, міжособистісних взаємодіях та емоційних реакціях підлітків з експериментальної групи:

– виник жвавий інтерес до тренінгових вправ – їх виконання, обговорення ходу проведення та здобутого досвіду (учасники, навіть сором'язливі та пасивні підлітки, більш активно почали брати участь в шерінгах, з'явилося більше «добровольців» при виконанні окремих завдань);

– відчутно скоротились прояви вербальної агресії, учасники почали стримувати афективні спалахи та роздратування;

– менш помітними стали прояви негативізму: якщо на перших заняттях підлітки досить часто відмовлялись виконувати вправи та потребували додаткової мотивації, то наприкінці тренінгу подібні випадки стали поодинокими (всі учасники або старанно виконували завдання, або робили вигляд, що працюють);

– зросла готовність до саморозкриття, учасники з більшим ентузіазмом почали брати участь у рольових іграх, вправах, що передбачали тактильний контакт та відверте виявлення ставлення один до одного;

– зріс рівень конструктивності висловлюваних підлітками ідей: з'явилися ознаки «позитивного мислення» у ставленні до перешкод та формулюванні життєвих цілей;

– відчутно підвищилась здатність до самоконтролю, самоорганізації діяльності і конструктивного міжособистісного спілкування учасників.

Наприкінці експерименту ми передали шкільному психологу та соціальному педагогу результати діагностики й висновки щодо стану фрустрації та специфіки особистісного розвитку всіх учасників експерименту (з експериментальної та контрольної груп), а також рекомендації щодо подальшого психологічного супроводу цих учнів у навчально-виховному процесі з метою профілактики несприятливої динаміки стану фрустрації. Зокрема, шкільному психологу було рекомендовано продовжувати розпочату нами індивідуальну роботу з Надією П., Надією Р., Романом М., Ельвіном А., спрямовану на допомогу в стабілізації їхнього емоційного стану (через схильність кумулювати напруження цим підліткам необхідно регулярно вербалізувати свої негативні переживання, одержувати емоційну підтримку).

Ми звернули увагу соціального педагога на доцільність залучення до діяльності учнівського активу школи Миколи М. та В'ячеслава З., які зарекомендували себе під час тренінгових занять як винахідливі, кмітливі, дотепні хлопці, здатні легко знайти спільну мову з однолітками, незалежно від їхньої статі та характеру. Окрім того, під час виконання вправи «Пошук позитивного» [45], обоє зазначали, що їм подобається перспектива

«познайомитися з новими людьми... розвеселити всіх і порадувати... добре виступити і прославитися на всю школу... виконати таку важливу роль, яку раніше ніколи не доручали». Але важливо попередньо надати цим хлопцям психологічну підтримку, допомігши впоратись з сором'язливістю, страхом «осоромитись перед колективом», не виправдати очікувань оточуючих.

Ми проконсультували класних керівників та вчителів щодо способів профілактики виявів агресії та негативізму Романа М., Ельвіна А., Владислава М., Миколи М. та Микити Х., пояснивши зв'язок такої форми реагування з високою фрустрованістю цих хлопців та деструктивними проявами фрустрації, пояснили, що щирий вияв поваги та довіри, схвалення і виділення позитивних моментів у їхній діяльності – найбільш ефективні стимули конструктивної поведінки та підвищення навчальної успішності.

Класним керівникам Ярослава П., Анастасії С., Анни К. (з контрольної групи) та Ельвіна А., Фариди А., Каріни В., Надії П., Надії Р. (експериментальна група) було рекомендовано звернути особливу увагу на психоемоційний стан цих учнів, їхнє становище у класах (стосунки з однокласниками, рівень авторитету, обсяг повноважень та обов'язків, а головне – задоволення учнів актуальною ситуацією), можливості для розрядки напруження (наявність друзів, з якими можна відверто поговорити, контакт з батьками). Важливо з'ясувати ці обставини у довірливій приватній розмові, регулярно пересвідчуватись, що рівень психоемоційного напруження не досягнув критичної межі, при необхідності звертатись до шкільного психолога.

3.3. Аналіз ефективності впровадженого комплексу заходів зниження деструктивного стану фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру експериментальної та контрольної груп

Аналізуючи в попередньому параграфі результати спостережень за динамікою емоційного стану та змінами в поведінці учасників експериментальної групи в процесі впровадження програми психологічної підтримки підлітків-

акцентуантів з деструктивними ефектами фрустрації, ми відзначили ряд позитивних змін. Втім, для об'єктивної оцінки ефективності впровадженого комплексу заходів зниження деструктивного стану фрустрації підлітків порівняємо одержані якісні та кількісні показники фрустрації учасників експериментальної і контрольної груп до та після формульованого експерименту.

Нагадаємо, що метою зазначеної вище програми було додання деструктивних ефектів фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру: їхніх дестабілізуючих афективних переживань (фрустраційних емоцій) та неадаптивної фрустраційної поведінки у різних життєвих ситуаціях і міжособистісних взаємодіях. Таким чином, маємо оцінити значущість змін у проявах фрустрації (за даними психодіагностичного обстеження засобами «Тесту фрустраційних реакцій» С.Розенцвейга) та мірі фрустрованості досліджуваних підлітків (за результатами «Експрес-діагностики рівня особистісної фрустрації» В.В.Бойка), на підставі чого зробити висновки щодо динаміки в них станів фрустрації.

Спершу проаналізуємо особливості реагування у фрустраційних ситуаціях підлітків експериментальної та контрольної груп: порівняємо профілі фрустраційних реакцій до та після експерименту, визначимо, як змінились у них прояви фрустрації. Як бачимо (див. додаток Е, табл.1), до здійснення психокорекційних впливів у представників експериментальної групи домінували екстрапунітивні реакції з фіксацією на самозахисті (властиві особистостям, схильним відчувати сильне напруження у фрустраційних ситуаціях та розряджати його на оточуючих у формі ворожості, осуду, спалахів гніву, але нездатним визнати провину і взяти на себе відповідальність за вирішення проблеми) та імпунітивні реакції, фіксовані на задоволенні потреби (характеризують особистостей, які не помічають труднощів: занадто легковажно сприймають скрутну ситуацію, або заперечують наявність проблем, щоб уникнути їх подолання) [144].

Після впровадження комплексу заходів зі зниження деструктивного стану фрустрації підлітків експериментальної групи найбільш відчутно змінилась частка профілів з домінуванням імпунітивних необхідно-наполегливих реакцій

– скоротилась з 31,82% до 4,55%. Натомість фрустраційні реакції цього типу набули інтрапунітивної спрямованості (інтрапунітивні необхідно-наполегливі реакції домінують у 50% підлітків – це на 36,36% більше, порівняно з показником до експерименту), що засвідчує розвиток готовності респондентів експериментальної групи самостійно вирішувати проблеми, виправляти помилки (часто чужі), не втягуючи сторонніх у фрустраційну ситуацію [144]. До речі, після завершення експерименту ми не виявили у цих підлітків профілів з домінуванням екстрапунітивних перешкодо-домінантних реакцій (на початку роботи таких профілів було 9,09%), що підтверджує набуття підлітками з експериментальної групи здатності зосереджуватись на доланні перешкод, а не на пов'язаних з ними негативних переживаннях.

В контрольній групі динаміка типів та спрямованості фрустраційних реакцій мало відчутна (див. додаток Е, табл.2). Можемо відзначити лише незначну тенденцію до зміни перешкодно-домінантної спрямованості на самозахисну (до експерименту екстрапунітивні самозахисні реакції домінували у профілях 35% респондентів, а після – у 55%, відповідно частка профілів з домінуванням екстрапунітивних перешкодо-домінантних реакцій скоротилась з 25% до 10%), що засвідчує незначне зростання схильності представників контрольної групи розряджати на оточуючих напруження у фрустраційних ситуаціях [144].

Більш інформативним є порівняльний аналіз проявів фрустрації досліджуваних підлітків. За результатами вивчення їхніх відповідей по тесту С.Розенцвейга (див. додаток Е, табл.3, табл.4) ми визначили кількісні показники окремих форм прояву фрустрації учасників експериментальної та контрольної груп до та після проведення формувального експерименту. Як бачимо (див. табл. 3.1), після впровадження програми психологічної підтримки підлітків-акцентуантів у експериментальній групі скоротилась частота деструктивних проявів фрустрації, натомість відчутною є позитивна динаміка конструктивних фрустраційних реакцій респондентів. Зокрема, при зниженні схильності підлітків до безтурботної легковажної поведінки (з 18,18% до 4,55%) в них істотно зросла готовність вирішувати проблеми (з 59,09% до

90,91%), ігноруючи неістотні труднощі (спостерігаємо більш часті заперечення незручностей – у 72,73% на противагу 63,64% на початку експерименту). На користь таких висновків свідчать також спостереження за поведінкою підлітків експериментальної групи та презентовані раніше зміни у профілях їхніх фрустраційних реакцій.

Таблиця 3.1

Прояви фрустрації підлітків з експериментальної та контрольної груп до та після формувального експерименту

n = 44

Прояви фрустрації		Експериментальна група (n = 22)				Контрольна група (n = 20)			
		до експерименту		після експерименту		до експерименту		після експерименту	
		%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть
Агресія	фізична	13,64	3	0,00	0	5,00	1	0,00	0
	вербальна	31,82	7	13,64	3	40,00	8	45,00	9
	опосередкована	27,27	6	4,55	1	15,00	3	15,00	3
	роздратування	68,18	15	45,45	10	70,00	14	75,00	15
	негативізм	18,18	4	9,09	2	20,00	4	15,00	3
Ворожіть	образа	63,64	14	18,18	4	70,00	14	65,00	13
	підозріливість	4,55	1	0,00	0	25,00	5	20,00	4
Депресія	засмучення	68,18	15	50,00	11	70,00	14	75,00	15
	розпач	13,64	3	0,00	0	20,00	4	15,00	3
	розчарування	22,73	5	18,18	4	45,00	9	40,00	8
	тривожність	18,18	4	13,64	3	15,00	3	25,00	5
	самозвинувачення	27,27	6	9,09	2	30,00	6	30,00	6
Регресія	інфантильність	27,27	6	4,55	1	15,00	3	20,00	4
	нездатність відповісти	18,18	4	9,09	2	25,00	5	20,00	4
	неадекватні реакції	4,55	1	0,00	0	5,00	1	10,00	2
Егресивна поведінка		54,55	12	31,82	7	40,00	8	45,00	9
Фіксація		22,73	5	9,09	2	30,00	6	30,00	6
Емоційність		22,73	5	22,73	5	30,00	6	35,00	7
Толерантність	безтурботність	18,18	4	4,55	1	15,00	3	20,00	4
	заперечення незручностей	63,64	14	72,73	16	30,00	6	35,00	7
	зосередження на вирішенні проблеми	59,09	13	90,91	20	35,00	7	30,00	6

Проаналізуємо найбільш відчутні зміни в особливостях фрустраційних реакцій учасників експериментальної групи. Так, після комплексу проведених заходів вдалося подолати готовність підлітків вирішувати конфлікти з застосуванням фізичної сили, істотно знизилась кількість респондентів, схильних до вербальної та опосередкованої агресії (з 31,82% до 13,64% та з 27,27% до 4,55% відповідно); вдвічі менше досліджуваних (9,09% порівняно з 18,18%) виявляли негативізм як у відповідях по тесту С.Розенцвейга, так і в

ставленні до виконання психокорекційних завдань; 45,46% підлітків змогли впоратися зі своєю схильністю ображатись через дрібниці; 22,73% навчилися не виказувати роздратування у фрустраційних ситуаціях (див. табл. 3.1; рис. 3.2).

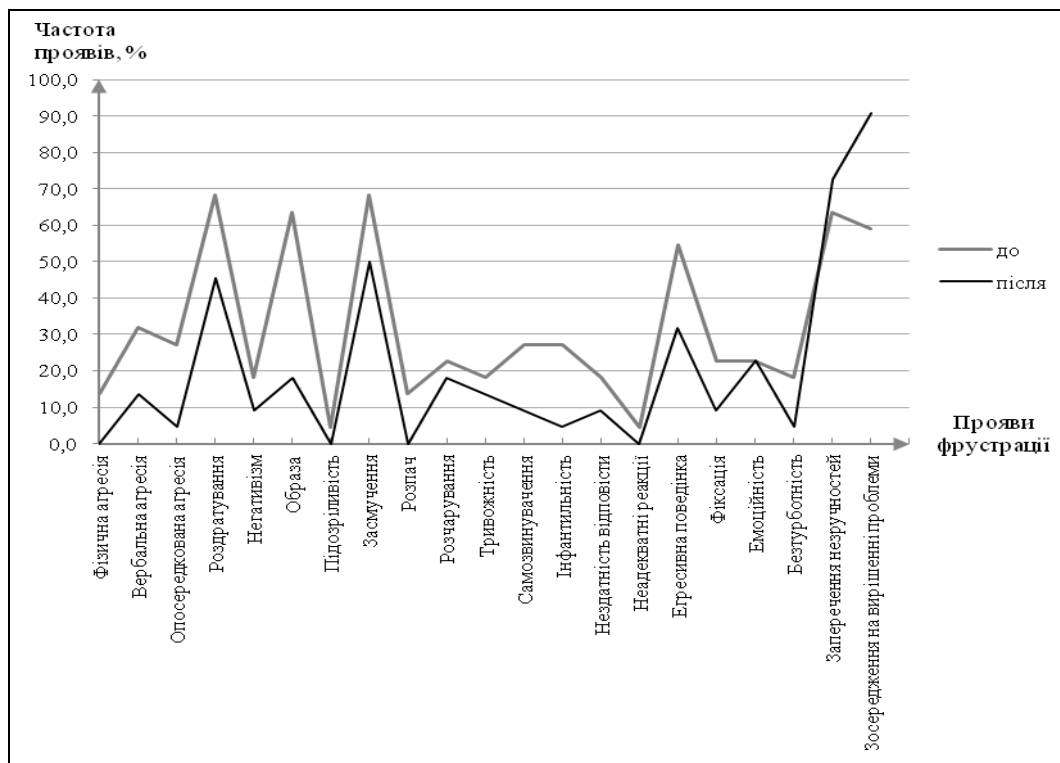


Рис. 3.2. Прояви фрустрації підлітків з експериментальної групи до та після формувального експерименту

Аналіз динаміки показників депресивних проявів фрустрації в експериментальній групі засвідчує зниження кількості респондентів, які на дію фрустраторів реагують різким погіршенням настрою (з 68,18% до 50%), посиленням тривоги (з 18,18% до 13,64%) та відчуттям безпорадності (після експерименту у відповідях підлітків не було виявлено ознак розпачу та неадекватного реагування). Окрім того, вдалося переконати 18,18% підлітків у марності самозвинувачень, а в 22,73% – знизити схильність до егресивної поведінки. Показники інфантильності скоротились з 27,27% до 4,55%, а 13,64% підлітків стали менше фіксуватись на негативних переживаннях (див. табл. 3.1).

В контрольній групі (див. табл. 3.1; рис. 3.3), показники особливостей фрустрації підлітків до та після експерименту практично збігаються, існує лише незначна тенденція до зростання рівня тривожності (з 15% до 25%).

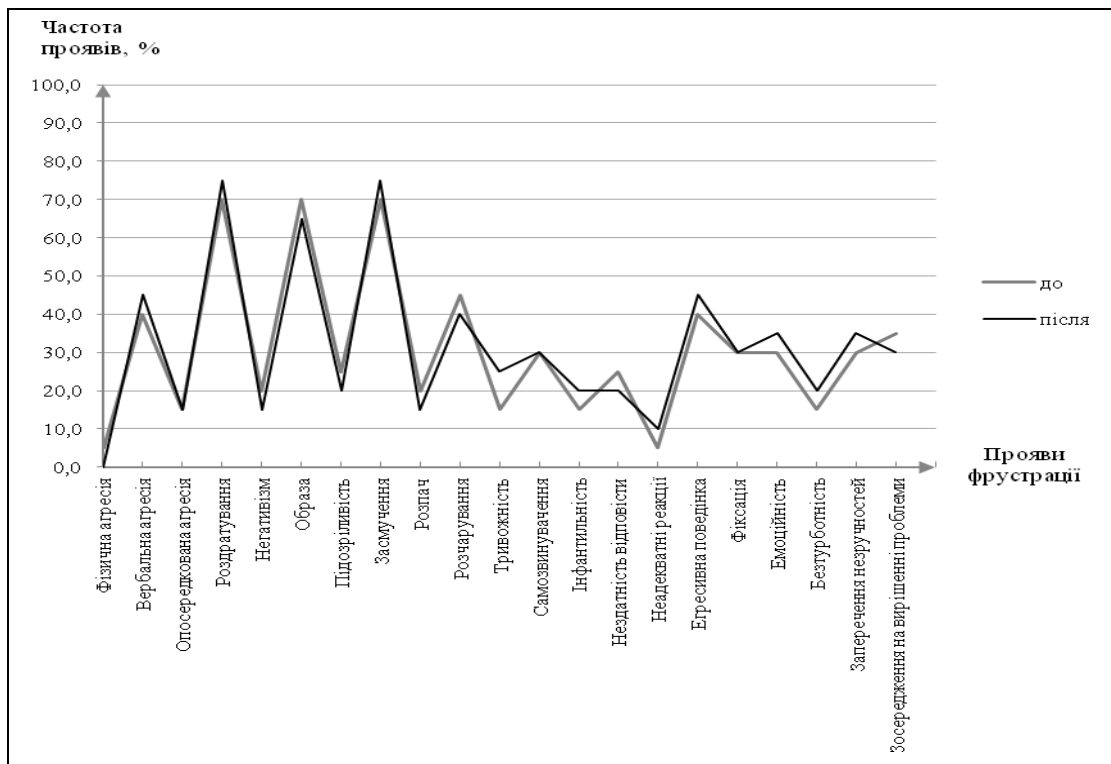


Рис. 3.3. Прояви фрустрації підлітків з контрольної групи до та після формульовального експерименту

Не зафіксовано позитивної динаміки показників фрустраційної толерантності респондентів контрольної групи: при зростанні безтурботності та схильності заперечувати незручності (з 15% до 20% та з 30% до 35% відповідно) скоротилась кількість досліджуваних, здатних зосереджуватись на долатті труднощів (з 35% до 30%).

Звернімо увагу також на показники фрустрованості учасників формульовального експерименту до та після його проведення. Після проведення психокорекційної роботи в експериментальній групі зафіксовано зниження середнього значення фрустрованості з 7,59 до 5,05 балів (за шкалою методики В.В.Бойка). В контрольній групі цей показник практично не змінився (навіть дещо підвищився з 7,65 до 7,75 балів). Окрім того, в експериментальній групі зріс показник соціальної адаптивності (GCR) респондентів (з 32,63% до 43,17%), в той час, як у контрольній – знизився з 36,44% до 35% (див. додаток Е, табл.1, табл.2).

Таким чином, можемо констатувати суттєві позитивні зміни (якісні та кількісні) щодо зниження деструктивного стану фрустрації підлітків

експериментальної групи. Це підтверджують виокремлені в них рівні після проведення формувального експерименту (див. додаток Е, табл.5; табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Динаміка стану фрустрації підлітків з експериментальної та контрольної груп протягом формувального експерименту

n = 44

Рівні фрустрації	ЕГ (n = 22)				КГ (n = 20)			
	до експерименту		після експерименту		до експерименту		після експерименту	
	%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть
Адаптивний	9,09	2	22,73	5	5,00	1	5,00	1
Псевдоадаптивний	4,55	1	9,09	2	5,00	1	5,00	1
Деадаптивний	4,55	1	9,09	2	5,00	1	5,00	1
Латентний	18,18	4	27,27	6	20,00	4	15,00	3
Дестабілізуючий	63,64	14	31,82	7	65,00	13	70,00	14

Як бачимо з табл. 3.2. та гістограми (див. рис. 3.4), в експериментальній групі збільшився кількісний показник адаптивного рівня фрустрації (з 9,09% до 22,73%), що свідчить про емоційну стабілізацію підлітків, підвищення особистісної толерантності, зростання активності в діяльності та конструктивності взаємодій.

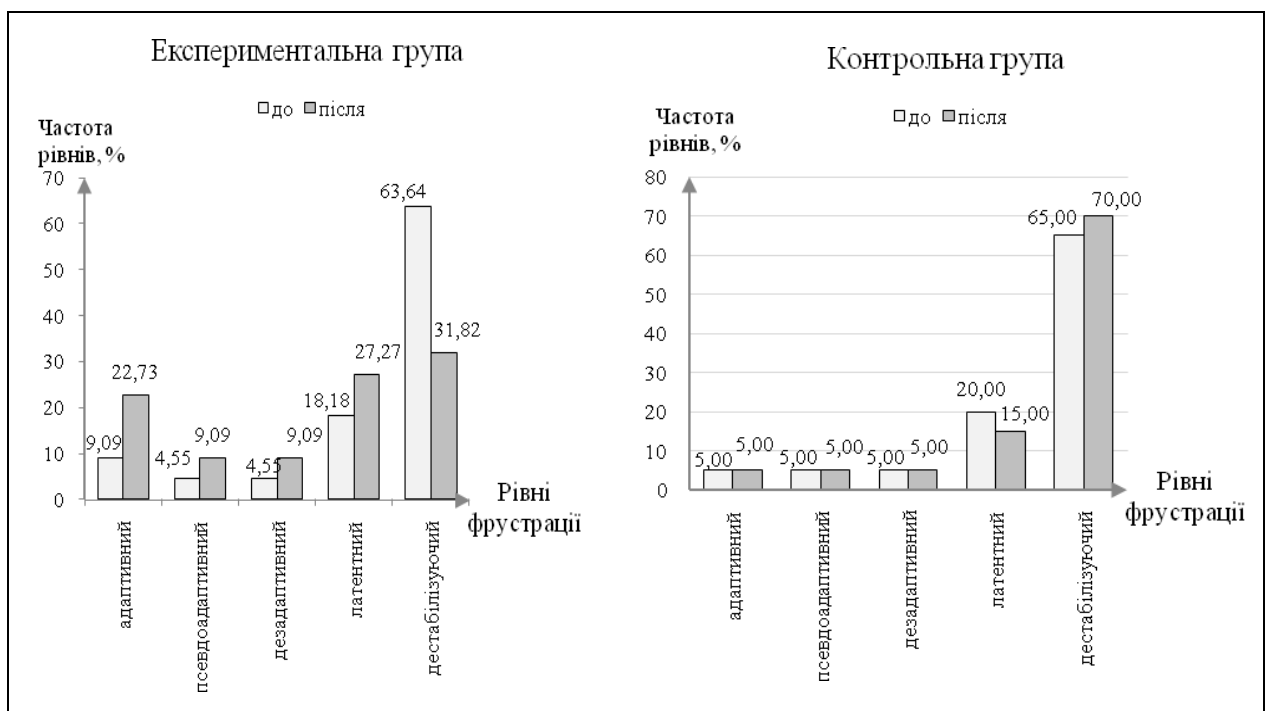


Рис. 3.4. Зміни у рівнях фрустрації підлітків з експериментальної та контрольної груп за час проведення формувального експерименту

При суттєвому скороченні кількості респондентів з дестабілізуючим рівнем фрустрації (з 63,64% до 31,82%) збільшилися показники латентного рівня (від

18,18% до 27,27%), тобто зросла конструктивність взаємодій досліджуваних та їхня резистентність до впливу фрустраторів; водночас збільшилась і кількість підлітків з дезадаптивним рівнем фрустрації (від 4,55% до 9,09%), тобто знизилось психоемоційне напруження респондентів, які до експерименту були на дестабілізуючому рівні. Аналогічно зростання показника псевдоадаптивного рівня фрустрації (з 4,55% до 9,09%) є результатом зниження фрустрованості підлітків, у яких до впровадження програми психологічної підтримки був латентний рівень. Окрім того жодному підлітку експериментальної групи не загрожує досягнення критичного рівня фрустрації, хоча такий прогноз було зроблено для 4,55% респондентів (для Ельвіна А., див. додаток Е, табл. 5). В контрольній групі ситуація лишилась практично без змін, навіть дещо ускладнилась: після завершення експерименту показник дестабілізуючого рівня фрустрації зріс з 65% до 70% (в 15% випадків цей рівень наближений до критичного), у всіх респондентів з латентним рівнем зафіксовано ризик його зміни на дестабілізуючий (див. табл. 3.2; рис. 3.4; додаток Е, табл.6).

Оцінимо значущість описаних змін в особливостях фрустрації підлітків експериментальної та контрольної груп за допомогою методів вторинної математичної статистики. Скористаємось t -критерієм Ст'юдента для визначення значущості відмінностей у показниках фрустрованості та соціальної адаптивності респондентів до та після експерименту; за χ^2 -критерієм оцінимо значущість зміни показників рівнів фрустрації. Отримані дані порівняємо з критичними значеннями цих критеріїв ($t_{кр}$, $\chi^2_{кр}$), взятими з загальноприйнятих статистичних таблиць [46; 134; 141] (див. табл. 3.3.).

В результаті, можемо констатувати, що в експериментальній групі зниження міри фрустрованості підлітків та підвищення їх соціальної адаптивності статистично значущі на другому рівні достовірності ($p \leq 0,01$). Позитивні зміни показників рівнів фрустрації (зростання частоти адаптивного рівня та скорочення дестабілізуючого за рахунок його зміни на менш деструктивні дезадаптивний, псевдоадаптивний та латентний) статистично значущі на третьому рівні достовірності ($p \leq 0,001$).

Результати статистичного аналізу змін в особливостях фрустрації підлітків експериментальної та контрольної груп після формувального експерименту

Оцінювані змінні	Значення статистичних критеріїв	
	для експериментальної групи	для контрольної групи
<i>t</i> -критерій Ст'юдента (<i>t</i>)		
($t_{кр\ 0,05} = 2,018$; $t_{кр\ 0,01} = 2,698$; $t_{кр\ 0,001} = 3,537$)		
Ступінь фрустрованості	3,432*	0,114
Рівень соціальної адаптивності (GCR)	3,228*	0,490
χ^2 -критерій (χ^2)		
($\chi^2_{кр\ 0,05} = 9,488$; $\chi^2_{кр\ 0,01} = 13,278$; $\chi^2_{кр\ 0,001} = 18,470$)		
Частоти рівнів фрустрації	50,010**	1,700

Примітки: 1. * – значущість відмінності на рівні $p = 0,01$;

2. ** – значущість відмінності на рівні $p = 0,001$

Натомість в якісних та кількісних показниках респондентів контрольної групи не виявлено значущої різниці.

Таким чином, є підстави для науково переконливих висновків про ефективність впровадженого комплексу заходів зниження деструктивного стану фрустрації підлітків-акцентуантів. На користь цього твердження свідчать також відгуки шкільних психологів та соціальних педагогів спеціалізованої середньої школи № 194 «Перспектива» м. Києва та Броварської спеціалізованої школи № 7 м. Бровари Київської області про результати впровадження розроблених нами рекомендацій щодо психологічної підтримки підлітків з різними акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації.

Зауважимо, що для поглиблення одержаних результатів необхідно продовжувати роботу, спрямовану на розвиток емоційної стабільності учасників експерименту, їхнього самовладання у стресових ситуаціях. Це пов'язано з тим, що впроваджена програма психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами стану фрустрації передбачає лише «запуск» процесів особистісного розвитку, необхідних для досягнення адаптивного рівня цього психічного стану, тому обов'язковою умовою ефективності психологічного супроводу таких підлітків є подальше

стимулювання їхньої мотивації самовдосконалення, що полягає в розвитку стресостійкості, сили волі, самостійності, творчої ініціативи, формування активної життєвої позиції.

3.4. Комплекс психолого-педагогічних рекомендацій шкільним психологам та соціальним педагогам щодо організації психологічного супроводу підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації

Враховуючи досвід впровадження розробленої нами програми психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації, можемо сформулювати рекомендації щодо ефективного психологічного супроводу таких підлітків. Підкреслимо, що досягнення бажаного результату можливе лише за умови узгодження дій шкільних психологів і соціальних педагогів та їхньої співпраці з батьками підлітків і педагогічним колективом. Так, соціальний педагог має здійснювати соціальну діагностику умов та особливостей особистісного розвитку учнів, забезпечувати оптимізацію соціально-педагогічного простору і умов навчально-виховного процесу: стимулювати соціальну активність підлітків-акцентуантів, координувати участь їхніх батьків, вчителів та класних керівників у соціально-педагогічних процесах школи. Мова йде про створення в школі та в родині підлітків умов для підвищення фрустраційної толерантності, профілактики декомпенсації акцентуацій характеру та деструктивних ефектів стану фрустрації, які виникають на дезадаптивному, псевдоадаптивному, дестабілізуючому і критичному рівнях цього психічного стану.

В свою чергу, шкільний психолог має провести психодіагностичну роботу: виявити акцентуації характеру в підлітків та визначити актуальні та прогнозовані рівні прояву в них стану фрустрації. Окрім того, консультувати всіх згадуваних вище суб'єктів здійснення психологічного супроводу підлітків-акцентуантів з деструктивними ефектами фрустрації, допомагаючи підібрати найбільш ефективні

прийоми його реалізації та вирішувати ситуативні труднощі; проводити психокорекційну роботу з підлітками в індивідуальній та груповій формах.

Спершу зупинимось на рекомендаціях щодо роботи з батьками підлітків. Так, психологу та соціальному педагогу необхідно:

– взяти участь у батьківських зборах кожного класу, провівши з батьками бесіду на тему: «Психологічне здоров'я вашої дитини», в якій розкрити суть феноменів фрустрації та акцентуацій характеру, їхнього взаємовпливу, особливостей проявів і динаміки; обґрунтувати важливість досягнення підлітками адаптивного рівня фрустрації, розкрити необхідні для цього умови мікросоціального оточення та життєдіяльності підлітків з різними акцентуаціями характеру (дотримання балансу фрустрації та задоволення їхніх потреб, підтримка ініціативи та самостійності підлітків при вирішенні життєвих проблем та прийнятті відповідальних рішень, надання допомоги в ситуаціях, до емоціогенного впливу яких особливо вразливі акцентуанти);

– організувати за участю класних керівників окремих класів батьківські семінари на тему «Психологічна підтримка в родині», під час яких батьки могли б обмінятися досвідом налагодження довірливого спілкування з дітьми, а також дізнатись від психолога про надійні та перевірені методики додання труднощів дитячо-батьківської взаємодії як фактора фрустрації;

– брати участь в організації спільного дозвілля батьків та їхніх дітей – проведенні на рівні школи чи класу спортивно-розважальних заходів, пов'язаних із сумісним доданням труднощів для досягнення спільної мети (змагань, туристичних походів, «квестів») – своєрідних тренінгів ефективного дитячо-батьківського спілкування;

– надавати індивідуальні консультації батькам підлітків з акцентуаціями характеру, у яких діагностовано несприятливу динаміку стану фрустрації: роз'яснювати небезпеку актуальної та прогнозованої ситуації, її можливих негативних наслідків для особистісного розвитку підлітка; разом з батьками шукати причини високої фрустрованості їхніх дітей та окремих деструктивних проявів фрустрації; планувати тактику налагодження ситуації в сім'ї (емоційне

зближення з дітьми, відмова від гіперопіки у вихованні, проведення сімейних нарад як способу спільного вирішення сімейних труднощів тощо) [167; 168].

Особливої уваги потребує робота з класними керівниками. Саме вони мають найбільше можливостей контролювати динаміку стану фрустрації учнів свого класу у різних ситуаціях шкільного життя та в міжособистісних взаємодіях, вчасно виявляти появу несприятливих тенденцій та встановлювати їхні причини, контактуючи з батьками і вчителями. Зокрема, шкільному психологу необхідно навчити класних керівників визначати зникнення конструктивних показників адаптивного рівня фрустрації у підлітків, ознаки переходу на дестабілізуючий рівень, а також встановлювати загрозу декомпенсації акцентуацій характеру учнів, яка виникає на критичному рівні фрустрації.

Окрім того, класні керівники мають вагомий психологічний вплив на учнів свого класу (як емоційний, так і особистісний) – їхня підтримка особливо важлива для підлітків. Тому слід активно залучати класних керівників до здійснення психокорекції деструктивних проявів фрустрації учнів, порадивши дотримуватись таких рекомендацій:

– систематично влаштовувати «години психологічного розвантаження» (одна година на тиждень) з проведенням релаксації, створенням можливості для вербалізації накопичених протягом тижня взаємних образ та претензій, з'ясування непорозумінь;

– під час виховних годин проводити окремі вправи «Тренінгу конструктивної поведінки у фрустраційних ситуація для підлітків з акцентуаціями характеру», наприклад: «Три факти», «Лист, якого ти ніколи не отримаєш», «Лист протесту», «Змія», «Скелелаз», «Дві справи», «Зустріч на вузькому місточку», «Перетягування газети», «Є контакт!», «Очі, роти, руки», «Поводир», «Комплімент і підтримка», «Біг з олівцем» [2; 35; 45];

– за рекомендаціями психолога використовувати психодіагностичні методики для виявлення прихованих внутрішніх ресурсів, здібностей, схильностей учнів, а також техніки одержання підлітками зворотного зв'язку –

інформації про себе «очима однокласників» (такі вправи, як «Рекомендації», «Хто я?», «Якби я був тобою», «Якби ти був рослиною» [6; 35; 45]);

– регулярно організовувати проведення спільного дозвілля, яке передбачало б не пасивний відпочинок, а колективне долаання труднощів, боротьбу з фрустраторами в умовах взаємодопомоги та необхідності розраховувати один на одного (наприклад, під час кількадечних поїздок класу на екскурсію в інше місто, туристичних мандрівок, участі у шкільних чи міжшкільних змаганнях тощо). Це сприятиме згуртуванню класного колективу та зниженню в учнів фрустрації, викликані труднощами самовираження, недовірою до однокласників та дефіцитом інтимно-особистісного спілкування.

Рекомендовано проконсультувати також вчителів з питань оптимізації шкільного навчання підлітків з акцентуаціями характеру, високими показниками фрустрованості та несприятливими прогнозами щодо динаміки стану фрустрації. Розпочати роботу варто з лекції на тему «Способи оптимізації шкільного навчання фрустрованих підлітків-акцентуантів», яка б розкривала такі питання: вплив різних акцентуацій на поведінку і учбову діяльність підлітків; ситуації, в яких максимально розкриваються позитивні якості кожного типу акцентуацій, та обставини, що можуть спровокувати декомпенсацію акцентуєваних рис; основні фрустратори навчально-виховного процесу, конструктивні та деструктивні ефекти фрустрації (вплив помірної та сильної фрустрації на мотивацію учнів, уважність, здатність зосередитись на завданні, працездатність у напружених умовах, реакція на невдачі та зауваження); загальні рекомендації щодо підвищення продуктивності навчання підлітків з низькою фрустраційною толерантністю і деструктивними ефектами стану фрустрації:

– надати учням можливість працювати в оптимальному для кожного з них темпі (це особливо актуально для підлітків з астено-невротичними, лабільними, циклоїдними, епілептоїдними та психастенічними акцентуаціями, а також для акцентуантів на дестабілізуючому та критичному рівнях фрустрації);

– пам'ятати, що викликати фрустрацію можуть як занадто складні завдання (у представників астено-невротичного та сензитивно-астено-невротичного типів

акцентуацій, а також у підлітків з нестійкими акцентуйованими рисами характеру), так і занадто прості (найчастіше у акцентуантів з гіпертимними, шизоїдними, шизоїдно-епілептоїдними, шизоїдно-істероїдними, психастенічними рисами);

– багато уваги приділяти інструктажу: роз'яснювати всі вимоги, у разі необхідності повторювати завдання кілька разів (важливо для підлітків з астено-невротичними та епілептоїдними акцентуаціями), давати чіткі поширені інструкції (покрокові, з прикладами, додатковими поясненнями), повідомляти про можливі труднощі в процесі роботи та способи їх уникнення чи вирішення;

– роз'яснювати критерії оцінювання якості виконання завдань, обґрунтовувати зауваження, вказуючи на помилки (необґрунтована критика є сильним фрустратором, здатна поглибити деструктивні ефекти стану фрустрації у підлітків з психастенічними, лабільними, епілептоїдними, сензитивними акцентуаціями), виділяти позитивні аспекти зробленої роботи;

– підкріплювати впевненість підлітків у тому, що успіх залежить від докладених зусиль, а не від випадку;

– включати помірні стресові чинники (проблемні завдання, роботу в групах, нетрадиційні форми уроків) для підвищення фрустраційної толерантності підлітків та навчання їх долати перешкоди на шляху цілеспрямованої діяльності;

– при критичному рівні фрустрації (або при дестабілізуючому, наближеному до критичного) слід обмежувати дію додаткових фрустраторів, таких, як відповіді біля дошки, змагання (передусім для підлітків з психастенічними та сензитивними акцентуаціями), завдання «на швидкість» чи «на уважність» (особливо у випадку епілептоїдного, астено-невротичного, психастенічного типів акцентуацій в учнів).

Соціальний педагог в процесі індивідуальної роботи з вчителями різних навчальних дисциплін має допомогти їм впровадити у навчальний процес перераховані вище рекомендації, а також підібрати методичні прийоми організації учбової діяльності окремих підлітків відповідно до розроблених

психологом рекомендацій щодо профілактики у них деструктивних ефектів фрустрації та декомпенсації акцентуацій характеру.

Ще одне важливе завдання соціального педагога – сприяти зниженню фруструючого впливу на учнів навчально-виховного процесу, створивши в школі позитивну психологічну атмосферу. Досягнути цього можна засобами «Психологічних акцій» («великих психологічних ігор»), таких як «Веселка», «Таємний друг», «Слідопит», «Соціологічне опитування» [118]. До організації цих ігор необхідно залучити підлітків-акцентуантів (переважно з гіпертимними, істероїдними та епілептоїдними рисами у складі «чистих» та «змішаних» типів акцентуацій), у яких висока фрустрованість зумовлена блокуванням потреби у самоствердженні в колективі однолітків.

Шкільний психолог, проводячи з підлітками-акцентуантами психокорекційну роботу, повинен поєднувати індивідуальну та групову її форми в оптимальному співвідношенні, яке залежить від особливостей особистісного розвитку учнів, психологічних труднощів, обумовлених проявами різних типів акцентуацій характеру та деструктивними ефектами фрустрації. Так, визначаючи необхідну кількість індивідуальних занять, слід звертати увагу на причину фрустрованості підлітків. Якщо підліток має сильну потребу у спілкуванні, належності до групи, самоствердженні в колективі однолітків, то пріоритетною має бути групова форма роботи (особливо для підлітків з істероїдними, гіпертимними та лабільними акцентуйованими рисами). Тобто з такими учнями рекомендовано проводити «Тренінг конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру». Але якщо у них потреба в усамітненні переважає над потребою в спілкуванні (як це властиво підліткам з шизоїдними та психастенічними акцентуйованими рисами), то участь у тренінговій групі може підсилити фрустрованість, тому виникне потреба у вербалізації їхніх негативних переживань під час регулярних індивідуальних зустрічей з психологом.

Під час індивідуальних занять необхідно навчати підлітків боротись із «внутрішніми фрустраторами» (невпевненістю в собі, очікуваннями невдачі, лінощами, сумнівами, дратівливістю, образою на оточуючих), допомогти

спланувати спосіб життя, в якому б було досить місця улюбленим справам, успішній діяльності та повноцінному спілкуванню. На таких заняттях підліток має розповісти про свої негативні почуття і підстави для невдоволення собою чи іншими, причини для засмучення, розчарування, досади, гніву. Щоб допомогти йому сконцентруватись на деталях і глибше зануритись в переживання, рекомендовано обговорювати події обмеженого відрізка часу, наприклад, минулого тижня або періоду між зустрічами. В процесі розповіді важливо виділяти деструктивні (ірраціональні) переконання, доводити їх безглуздість у реальному житті з точки зору зрілої, впевненої в собі особистості, навчити підлітка самостійно відстежувати подібні думки і позбуватись від них. Зокрема, мова йде про схильність перебільшувати негативні наслідки неприємностей чи невдач; відчувати себе «зобов'язаним», вимушеним діяти проти своєї волі; почуття образи, ненависті, прагнення помститись кривднику, заздрощі, негативні оціночні судження про однолітків; завищені вимоги до себе чи оточуючих, завідомо нездійсненні прагнення та нереалістичні плани на майбутнє.

Такі індивідуальні зустрічі з підлітками-акцентуантами, а також їхні заняття у мікрогрупах (по два – чотири підлітки) допоможуть підвищити ефективність «Тренінгу конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру» як основного засобу психокорекції. Надалі зупинимось детальніше на рекомендаціях для шкільного психолога щодо проведення тренінгових занять.

По-перше, формувати тренінгову групу варто з підлітків, більшість яких мають однакові акцентуйовані риси у складі «чистих» чи «змішаних» типів акцентуацій. Втім, бажано залучати кількох акцентуантів з контрастними рисами характеру (чи без явних акцентуацій), щоб підвищити продуктивність взаємонавчання, урізноманітнивши демонстровані під час занять стратегії поведінки та способи емоційного реагування у фрустраційних ситуаціях.

По-друге, тактику проведення тренінгу необхідно адаптувати до психологічних особливостей учасників групи: обирати альтернативні варіанти вправ, орієнтуючись на найбільш поширені в групі акцентуації характеру;

варіювати інтенсивність психокорекційних впливів (створюваного емоційного напруження), тривалість виконання та частоту проведення різних типів вправ (релаксацій, візуалізацій, вправ-схем, рольових ігор, психогімнастичних методик) залежно від рівнів прояву фрустрації у підлітків.

Керівникам тренінгових груп рекомендовано:

– на перших заняттях сформувати «актив групи» – виявити найбільш енергійних, ініціативних, розкутих та винахідливих учнів, на яких можна розраховувати як на «добровольців» для виконання показових вправ (інші учасники підключатимуться до роботи як «глядачі» чи «судді», навчатимуться аналізувати, перейматимуть демонстровані моделі конструктивної поведінки). Як правило, «активістами» стають підлітки з гіпертимними та істероїдними акцентуйованими рисами у складі «чистих» чи «змішаних» типів акцентуацій;

– визначити «аналітиків» – учасників, здатних до найбільш вдумливої роботи, продукування оригінальних конструктивних ідей, аналізу поведінки інших членів групи, зв'язного та аргументованого висловлювання своїх думок. Активна участь таких підлітків (переважно представників шизоїдно-епілептоїдного, шизоїдно-істероїдного, шизоїдно-психастенічного типів акцентуацій) важлива під час виконання вправ, які передбачають інтенсивну розумову діяльність;

– приділяти достатню увагу всім учасникам тренінгової групи (аналізувати індивідуальні здобутки, виділяючи позитивні аспекти виконаної кожним підлітком роботи, обґрунтовувати зауваження, пояснюючи недоліки та даючи поради щодо їх усунення);

– якщо підлітки не наважуються висловлювати власну думку та щиро виявляти почуття – надати їм можливість вербалізувати переживання в письмовій формі (це особливо актуально для акцентуантів з шизоїдними рисами, яких фруструє «втручання оточуючих у внутрішній світ»);

– активні вправи, які дають змогу відреагувати агресивні спонукання та розрядити напруження, необхідно скорочувати в часі, щоб не стимулювати

деструктивну активність підлітків (особливо, якщо більшість учасників групи перебувають на дестабілізуючому чи дезадаптивному рівнях фрустрації);

– враховувати, що вправи на релаксацію можуть спровокувати посилення фрустрації і прояв стримуваного напруження, агресивних спонукань, неадекватної поведінки підлітків (особливо, акцентуантів з шизоїдними, психастенічними, епілептоїдними, нестійкими рисами, які часто чинять опір виконанню незвичної, «незручної» діяльності);

– досить обережно та помірковано використовувати методики, які передбачають тактильний контакт. Якщо в групі багато акцентуантів з шизоїдними рисами, то бажано звужувати коло партнерів, тобто пропонувати роботу в парах чи трійках учасників (або формувати мікрогрупи з підлітків, між якими склались приязні стосунки);

– приділяти належну увагу поясненню символів-метафор, використовуваних, наприклад, у вправах «Емблема», «Лежачий камінь», «Спина до спини», «Зоряні перехрестя» [35; 45; 118] (особливо в групах, де багато схильних до роздумів і самоаналізу підлітків з шизоїдними та психастенічними акцентуйованими рисами);

– не нехтувати проведенням шерінгів, під час яких визначати можливості використання здобутого на заняттях досвіду в реальному житті; заохочувати подальшу самостійну роботу підлітків над вдосконаленням сформованих навичок, стимулювати мотивацію особистісного зростання;

– у випадку порушень дисципліни окремими учасниками, демонстрації негативізму, скептичного ставлення до тренінгових вправ – використовувати моралізування у формі апеляцій до почуття дорослості, зрілості і серйозності підлітків (це стимулюватиме самоконтроль, самовираження соціально схвальними способами, мотивацію особистісного зростання);

– пам'ятати, що єдиний спосіб нівелювати опір підлітків психокорекційним впливам – демонструвати готовність до партнерських стосунків та відмовитись від тиску і директивних вказівок. При цьому функції

контролю за дотриманням такими учасниками норм поведінки та виконанням завдань варто делегувати неформальним лідерам («активу» тренінгової групи).

Окремого розгляду потребує специфіка психокорекційної роботи з представниками різних типів акцентуацій характеру. Зокрема, підлітків з *гіпертимними* акцентуаціями (навіть якщо вони на адаптивному рівні фрустрації) слід активно залучати до тренінгових занять. Справа в тому, що їхня асертивність, цілеспрямованість та винахідливість у фрустраційних ситуаціях можуть стати прикладом для більш пасивних та невпевнених у собі підлітків з іншими типами акцентуацій. В свою чергу, можливість самоствердитись в групі, виконуючи провідні ролі, дозволить реалізувати заблоковані потреби акцентуантів з гіпертимними рисами в цікавій, різноманітній діяльності та інтенсивному спілкуванні. Натомість слід бути готовими до агресивної поведінки і негативізму підлітків з гіпертимно-істероїдними та гіпертимно-нестійкими типами акцентуацій, їхніх інфантильних реакцій і труднощів у розумінні завдань, що потребують активної розумової праці та самоаналізу. Таким учасникам необхідні додаткові заняття в мікрогрупах.

У роботі з представниками гіпертимно-циклоїдного типу акцентуації (так само, як і «чистого» *циклоїдного*) слід враховувати їхню схильність до тактики «пасивного споглядання» під час тренінгових занять. Тому для них корисною буде взаємодія у мікрогрупах з такими ж безініціативними підлітками з сензитивними, лабільними, лабільно-астено-невротичними акцентуаціями, адже тоді їм не вдасться уникнути висловлювання власної думки та виконання рольових вказівок (бажано застосовувати техніку «Поведінкові експерименти» [9] та рольові ігри). Індивідуальна психокорекційна робота з представниками зазначених типів акцентуацій має бути спрямована на навчання «тримати себе в тонусі», боротись з лінощами, «збиратись з думками» в напружених ситуаціях (доцільно використовувати техніку «Вирішення проблем», «копінг-картки» з «активуючими самоінструкціями» [9; 126]).

Для підлітків з «чистими» *нестійкими* акцентуаціями характеру робота в групі дуже важлива, адже навчання співпраці з оточуючими в ситуаціях, що

вимагають мобілізації зусиль та прийняття відповідальних рішень – необхідна умова розвитку в них фрустраційної толерантності. Водночас, прояви негативізму цих акцентуантів можуть завадити проведенню психокорекції в індивідуальній формі. Саме тому слід звернутись до практики взаємоконтролю, намагаючись включати представників нестійкого типу акцентуацій до мікрогруп з підлітками, які могли б стати позитивними зразками для наслідування.

У випадку поєднання нестійких акцентуацій з лабільними чи гіпертимними рисами слід очікувати на підвищення сили деструктивних емоційних переживань, вияви ауто- та гетероагресії, депресивні фрустраційні реакції акцентуантів. Тому дуже важливо навчити підлітків із зазначеними акцентуйованими рисами «копінг-стратегіям» (використанню «копінг-карток», техніки «Відволікання і переключення уваги» [9], релаксації), допомогти їм повірити в себе, розкрити приховані адаптивні можливості (наприклад, за допомогою «Техніки пирога», методики «Список схвальних справ» [9]). Окрім того, всім підліткам-акцентуантам з нестійкими рисами необхідно допомогти розвивати силу волі (наприклад, використовуючи техніку «Моніторинг і планування видів діяльності» [9]), але це має бути виключно індивідуальна робота, інакше вкрай складно буде проконтролювати рівень включення таких підлітків в роботу, розуміння ними значення та змісту виконуваних завдань. А підліткам з шизоїдно-нестійким типом акцентуацій взагалі краще не рекомендувати участь у тренінгу, бо в стресових ситуаціях (таких, як тісна взаємодія з однолітками) вони схильні «занурюватись в себе», не докладаючи жодних зусиль для переборювання труднощів та виконання поставлених завдань.

Індивідуальна робота дуже важлива для підлітків з *лабільними* та *астено-невротичними* акцентуаціями характеру, схильних до проявів регресії, агресії, загостреної емоційності та депресивних реакцій у фрустраційних ситуаціях. Важливо у комфортних, спокійних умовах навчати таких підлітків ефективним «копінг-стратегіям», розвивати послідовність у думках та діях, формувати навички позитивного мислення і здатність до самовладання у напружених ситуаціях, концентрації на доланні труднощів (доцільно використовувати «копінг-

картки», техніки «Моніторинг і планування видів діяльності», «Поступове наближення», «Відволікання і переключення уваги» [9], навчати релаксації).

Наголошуємо, що індивідуальна психокорекція з використанням описаних вище стратегій має бути пріоритетним методом психологічного супроводу підлітків зі «змішаними» лабільно-циклоїдним, лабільно-сензитивним, сензитивно-астено-невротичним, а також шизоїдно-сензитивним типами акцентуацій, для яких за результатами констатувального експерименту зроблено одні з найбільш несприятливих прогнозів динаміки стану фрустрації.

Психологічна допомога підліткам з *шизоїдними* акцентуаціями характеру має бути спрямована передусім на зниження фрустрованості. Оскільки для них найсильнішим фактором фрустрації є необхідність тісної комунікативної взаємодії, саморозкриття, «виходу з власної зони комфорту», то включення таких акцентуантів до тренінгової групи вже саме по собі провокуватиме в них стан помірної фрустрації. Тому варто максимально знизити емоційний дискомфорт внаслідок вимушеного спілкування з однолітками: залучати до ділової співпраці, створювати умови для самовираження завдяки своєму неординарному стилю мислення, креативності та іншим здібностям. Окрім того, ефективність тренінгової роботи з представниками шизоїдного типу акцентуацій можна підвищити, чергуючи заняття у групі з індивідуальними зустрічами, орієнтованими на обговорення і спростування неконструктивних комунікативних установок, корекцію недовірливого ставлення до оточуючих, відреагування негативних переживань. Доцільними будуть техніки «Вирішення проблем», «Відволікання і переключення уваги», методики розвитку самопізнання («Техніка пирога», «Список схвальних справ» [9]), навчання релаксації.

Якщо у підлітків поєднуються шизоїдні та істероїдні акцентуовані риси характеру, то при психокорекційній роботі з ними можна буде розраховувати на більшу емоційність, гнучкість у спілкуванні, здатність нестандартно та творчо мислити, ніж у представників «чистого» шизоїдного типу акцентуацій. Тому продуктивною буде групова форма роботи: участь у тренінгу з максимальним залученням до всіх ролевих ігор (можна пропонувати провідні

ролі, але близькі до звичної поведінки підлітка), окремі заняття в мікрогрупах з представниками епілептоїдного, шизоїдного, психастенічного, сензитивного типів акцентуацій, щоб вони могли наслідувати поведінку підлітків з шизоїдно-істероїдними акцентуаціями.

Досить важко досягнути бажаного результату, включаючи до тренінгових груп підлітків з шизоїдно-епілептоїдними акцентуаціями характеру. Згідно з результатами проведеного експериментального дослідження, вони схильні фіксуватись на негативних переживаннях, безапеляційні у своїх вимогах до оточуючих, негнучкі у думках та діях, більш конфліктні, ніж підлітки з іншими поєднаннями шизоїдних рис та «чистим» шизоїдним типом акцентуації. Тому групова психокорекція необхідна для навчання конструктивній міжособистісній взаємодії, але тренінгова група має бути набраною переважно з представників шизоїдно-епілептоїдного типу акцентуацій (можливе залучення підлітків з різними «змішаними» акцентуаціями, до яких входять шизоїдні та епілептоїдні риси характеру). Важливі також індивідуальні заняття, які слід присвятити навчанню «копінг-стратегіям», технікам релаксації та відреагування накопичених деструктивних емоцій.

Організуючи психологічний супровід підлітків з *істероїдними* акцентуаціями, важливо пам'ятати про їхню схильність до прояву фрустрації на дестабілізуючому рівні, іноді наближеному до критичного. Це пов'язано з потребою таких підлітків бути в центрі уваги, але для провідних ролей в групі їм часто бракує ціннісного потенціалу, а схильність до захисного механізму «витіснення» заважає це усвідомити та зрозуміти, як досягнути бажаного. Тому представників істероїдного типу акцентуацій необхідно включати до тренінгової групи разом з підлітками, які мають адаптивний рівень фрустрації (незалежно від типу акцентуації). Наявність схваленого психологом зразка для наслідування та наочно відтвореної моделі конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях значно полегшить психокорекційний процес. Водночас, активні та ініціативні підлітки з істероїдними рисами характеру, якщо максимально залучати їх до рольових ігор, можуть і самі бути прикладом

для менш комунікабельних однолітків (наприклад, з епілептоїдними, психастенічними, нестійкими, сензитивними акцентуаціями).

Працюючи над нівелюванням деструктивних ефектів фрустрації у підлітків з *психастенічним* та шизоїдно-психастенічним типами акцентуацій, варто звернути особливу увагу на їхню неготовність вирішувати проблеми швидко та самостійно, схильність або заперечувати незручності, або конфліктувати з оточуючими у спробах будь що досягнути бажаного. Тому дуже важливо проводити психокорекційну роботу в комбінованій формі. Так, у тренінговій групі з енергійними та креативними представниками гіпертимних, істероїдних, гіпертимно-істероїдних, епілептоїдно-істероїдних, шизоїдно-істероїдних типів акцентуацій характеру підлітки з психастенічними акцентуованими рисами зможуть спостерігати за діями інших учасників, аналізувати їхні реакції та зробити відповідні висновки для себе. На індивідуальних заняттях за допомогою «копінг-карток», технік «Прийняття рішень» та «Вирішення проблем» [9] таких підлітків слід навчати приймати рішення, робити вибори, долати сумніви у фрустраційних ситуаціях, а також допомогти розібратись у своїх прагненнях, активізувати ресурсний потенціал (доцільні техніки «Моніторинг і планування видів діяльності», «Техніка пирога», «Список схвальних справ» [9]). Оскільки акцентуанти з психастенічними рисами досить відповідальні, то можна використовувати домашні завдання, пропонуючи апробувати методику «Поведінкові експерименти» у міжособистісних взаємодіях та різних життєвих ситуаціях, а також тренуватись самостійно використовувати всі зазначені вище техніки.

Згідно з результатами емпіричного дослідження, підлітки з *епілептоїдними* акцентуаціями характеру при дії фрустраторів швидко «складають руки», поводяться досить інфантильно (особливо, якщо епілептоїдні риси поєднуються з істероїдними чи нестійкими), дратуються та фіксуються на негативних переживаннях. Однак, якщо вони на латентному рівні фрустрації, то здатні стримувати роздратування, уникати конфліктів. Тому такі підлітки потребують регулярних «психологічних розвантажень» для

зниження фрустрованості (вияву накопичених фрустраційних емоцій), а також навчання релаксації та «копінг-стратегіям», корекції песимістичного світосприймання і деструктивних установок у міжособистісних взаємодіях.

До речі, всі залучені до експерименту представники «чистого» епілептоїдного типу акцентуацій ставились недовірливо та упереджено до будь-яких спроб психологічного впливу на них, перевірки здібностей чи необхідності виконувати «дивні» завдання. Тому важливо викликати у таких підлітків прихильне ставлення (але не забувати, що тактика «загравання» не матиме успіху). А максимальної ефективності психокорекційної роботи можна досягнути, пропонуючи акцентуантам з епілептоїдними рисами завдання, що вимагають напруженої розумової роботи та фізичної активності, але лише за умови індивідуального оцінювання результатів докладених ними зусиль. Рекомендовано залучати їх до занять «Тренінгу конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру», підбираючи варіанти вправ, які не вимагають комунікативної взаємодії (це бажано і для підлітків з шизоїдними та шизоїдно-епілептоїдними акцентуаціями).

Представникам «змішаного» епілептоїдно-істероїдного типу корисною буде максимальна участь у рольових іграх. Виконання «контрастних» ролей підвищуватиме гнучкість їхньої поведінки, але партнерами для них не мають бути емоційно нестабільні підлітки з лабільними, астено-невротичними акцентуаціями, а також схильні до дезадаптивної поведінки акцентуанти з нестійкими рисами у складі «чистих» та «змішаних» типів акцентуацій.

Підлітки з «чистими» *сензитивними* акцентуаціями характеру, на відміну від представників лабільно-сензитивного, сензитивно-астено-невротичного та шизоїдно-сензитивного типів акцентуацій, схильні сприймати життєві негаразди як належне, не намагаються відстоювати власні інтереси та з легкістю відмовляються від своїх бажань та амбіцій. Тому для них обов'язкова змішана форма психокорекції: індивідуальні заняття необхідні для розкриття ціннісного потенціалу та зміцнення віри в себе (слід застосовувати такі методики, як «Техніка пирога», «Список схвальних справ», «Моніторинг і

планування видів діяльності» [9]), а робота в тренінговій групі дозволить здобути та закріпити навички асертивної поведінки, перейняти моделі конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях.

Проводячи психокорекційну роботу, важливо враховувати не тільки тип акцентуації підлітків, а і рівень прояву в них фрустрації. Так, підліткам-акцентуантам на дезадаптивному та псевдоадаптивному рівнях цього психічного стану в більшості випадків достатньо участі в «Тренінгу конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру». У випадку латентного рівня фрустрації бажано доповнити заняття в тренінговій групі додатковими індивідуальними консультаціями, присвяченими відреагуванню накопичених негативних переживань, навчанню самовладанню в напружених ситуаціях. Підліткам на дестабілізуючому рівні рекомендована комбінована форма психокорекційної роботи: участь у тренінгу одночасно з індивідуальними заняттями та роботою в мікрогрупах. Критичний рівень фрустрації чи суттєвий ризик переходу на нього є протипоказанням до тренінгової роботи. Підліткам на адаптивному рівні фрустрації психокорекційна робота не потрібна, але їх можна залучати до тренінгових занять з метою профілактики ускладнення актуального стану, а також, щоб їхня поведінка у фрустраційних ситуаціях була для інших учасників зразком конструктивних реакцій.

Таким чином, ми презентували комплекс рекомендацій соціальним педагогам та психологам загальноосвітніх навчальних закладів щодо психологічного супроводу підлітків з різними типами акцентуацій характеру та деструктивними ефектами фрустрації. Обсяг їх впровадження має визначатись ситуацією в конкретній школі: кількістю акцентуантів серед учнів, рівнями прояву в них фрустрації та відповідними проблемами з успішністю, дисципліною, міжособистісними взаємодіями, а також – можливостями проведення «Тренінгу конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру». Ефективність психологічного супроводу залежатиме від комплексності, системності, планомірності та тривалості виконання всіх рекомендацій щодо роботи з класними керівниками, вчителями, учнями та їхніми батьками.

Висновки до третього розділу

У третьому розділі дисертації ми розкрили специфіку психологічного супроводу зі зниження деструктивного стану фрустрації підлітків з різними типами акцентуацій характеру.

1. Програма психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами стану фрустрації спрямована на надання їм допомоги в досягненні адаптивного рівня цього психічного стану. Зазначена програма ґрунтується на положеннях когнітивно-біхевіорального підходу, включає дві складові: психокорекційну роботу з підлітками-акцентуантами та консультативно-просвітницьку роботу з їхніми батьками, класними керівниками і вчителями (зниження фруструючого впливу навчально-виховного процесу та родинної обстановки, пов'язаного з ситуаціями, які «пред'являють завищені вимоги до місць найменшого опору» представників різних типів акцентуацій).

Особливості психологічної підтримки фрустрованих підлітків з акцентуаціями характеру висвітлені в ряді авторських публікацій [70; 73].

2. Впровадження програми психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації здійснювалось в п'ять етапів: робота з практичним психологом та соціальним педагогом школи (ознайомлення зі стратегіями і тактиками реалізації програми); робота з батьками підлітків, залучених до експерименту (індивідуальні та колективні бесіди, «батьківський семінар»); робота з класними керівниками (технологічне консультування); робота з вчителями (лекція, індивідуальні консультації); проведення психокорекційної роботи з учнями, включеними до експериментальної групи: спільні заняття («Тренінг конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру») та індивідуальні (з окремими підлітками).

3. Психологічна корекція деструктивних ефектів фрустрації здійснювалась відповідно до розробленої нами моделі: зміст психокорекційної роботи

презентовано в трьох блоках, орієнтованих на особистісну сферу, міжособистісні взаємодії та цілеспрямовану діяльність підлітків-акцентуантів; кожен змістовий блок відображає комплексну роботу з когнітивними процесами і афективними реакціями, корекцію фрустраційної поведінки підлітків, передбачає активізацію їхніх внутрішніх адаптогенних ресурсів, навчання конструктивному реагуванню у фрустраційних ситуаціях, нівелювання деструктивних проявів фрустрації, а також розвиток резистентності до впливу фрустраторів, здатних спровокувати декомпенсацію акцентуйованих рис.

4. Розроблена програма психологічної підтримки виявилась ефективною, оскільки після її впровадження у респондентів експериментальної групи, порівняно з учасниками контрольної, виявлено суттєві позитивні зміни щодо зниження деструктивного стану фрустрації. Зокрема, збільшився показник адаптивного рівня фрустрації (з 9,09% до 22,73%), що свідчить про емоційну стабілізацію підлітків, підвищення особистісної толерантності, зростання активності в діяльності та конструктивності взаємодій. При суттєвому скороченні кількості респондентів з дестабілізуючим рівнем фрустрації (з 63,64% до 31,83%) збільшилися показники латентного рівня (від 18,18% до 27,27%), тобто зросла конструктивність взаємодій досліджуваних та їхня резистентність до впливу фрустраторів; водночас збільшилась і кількість підлітків з дезадаптивним рівнем фрустрації (від 4,55% до 9,09%), отже знизилось психоемоційне напруження респондентів, які до експерименту були на дестабілізуючому рівні.

5. Для поглиблення досягнутого ефекту необхідно продовжувати роботу, спрямовану на розвиток емоційної стабільності учасників експерименту та здатності до самовладання у стресових ситуаціях, стимуляцію мотивації самовдосконалення, формування активної життєвої позиції, що необхідно для досягнення підлітками-акцентуантами адаптивного рівня фрустрації.

6. З метою реалізації ефективного психологічного супроводу зі зниження деструктивного стану фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру шкільні психологи та соціальні педагоги мають дотримуватись розробленого нами комплексу відповідних психолого-педагогічних рекомендацій.

ВИСНОВКИ

В дисертації здійснено теоретичне узагальнення та експериментальне вивчення особливостей фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру, зроблено порівняльний аналіз проявів у них цього психічного стану та міри фрустрованості. Визначено критерії, рівні й показники фрустрації цієї категорії підлітків, розроблено та впроваджено систему їхнього психологічного супроводу зі зниження деструктивного стану фрустрації.

1. Теоретичний аналіз існуючих наукових підходів до розуміння феноменів фрустрації та акцентуацій характеру особистості дозволяє зробити наступні висновки. Фрустрація – це особливий психічний стан, викликаний об'єктивно або суб'єктивно нездоланими перешкодами на шляху досягнення мети (фрустраторами). Цей стан може мобілізувати зусилля особистості, спрямовані на додання труднощів, і проявляться в адаптивних реакціях, але якщо ступінь психоемоційного напруження у фрустраційній ситуації перевищує індивідуальний поріг чутливості людини (рівень фрустраційної толерантності), то вона втрачає здатність ефективно вирішувати проблеми внаслідок деструктивних проявів фрустрації: агресії, регресії, уникання, фіксації, депресії. Схильність до фрустрації обумовлює фрустрованість – системне утворення особистості, якій властиві постійне психоемоційне напруження та відповідні дезорганізуючі переживання і думки, неадаптивні поведінкові реакції.

Акцентуації характеру як крайні варіанти норми – це загострені окремі риси характеру, що зумовлюють вибіркочуву вразливість особистості до певних психогенних впливів. Стан фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру виникає переважно в ситуаціях, «що пред'являють завищені вимоги до їхніх місць найменшого опору», і найчастіше виявляється в підсиленні акцентуйованих рис. Особливості проявів і динаміки цього психічного стану залежать від типу акцентуацій та рівня сформованості механізмів їх компенсації у підлітків, міри фрустрованості та фрустраційної толерантності акцентуантів, а також тривалості та інтенсивності впливу тих фрустраторів, до яких вони найбільш вразливі.

2. Рівні прояву фрустрації в підлітків-акцентуантів визначаються за такими біполярними критеріями: *емоційна стабільність - емоційна нестабільність, конструктивність взаємодій - деструктивність взаємодій, особистісна толерантність - особистісна інтолерантність, активність у діяльності - пасивність у діяльності.*

3. Підліткам з акцентуаціями характеру властиві наступні рівні фрустрації: *адаптивний*, який виявляється в емоційно стабільних, впевнених у собі особистостях; стійких до емоціогенних впливів; готових долати перешкоди та приймати відповідальні рішення; налаштованих на конструктивну взаємодію з оточуючими; *псевдоадаптивний* – у невпевнених у собі підлітків, здатних не кумулювати психоемоційне напруження внаслідок примирення з позбавленнями та втратами; схильних до егресивної поведінки; конформних, з вдавано позитивним ставленням до оточуючих; *дезадаптивний* – у емоційно нестійких акцентуантів, але здатних долати психоемоційне напруження «розрядками афекту»; схильних маскувати засмучення та невпевненість у собі бравадою; пасивних, безвідповідальних, егоцентричних, агресивних; *латентний* – у фрустрованих підлітків, чия внутрішня напруженість замаскована зовнішнім спокоєм чи вдаваним оптимізмом; вимушених докладати зусилля для самостримування у стресогенних ситуаціях; безініціативних через страх неуспіху; з вдавано позитивним ставленням до партнерів у взаємодіях, прихованою ворожістю, заздощами; *дестабілізуючий* – у емоційно нестійких, фрустрованих, вразливих, дратівливих підлітків-акцентуантів; чутливих до емоціогенних впливів, схильних до порушення нервово-психічної рівноваги та підсилення акцентуєваних рис; безпорадних при зіткненні з істотними труднощами; схильних відчувати напруження у взаємодіях, ворожість, агресивні та аутоагресивні спонукання; *критичний* – у підлітків-акцентуантів, чия сила емоційних реакцій не відповідає інтенсивності зовнішніх впливів; інтолерантних до дії стресогенних чинників, дуже фрустрованих, з декомпенсованими акцентуаціями характеру; схильних відчувати розпач, безпорадних у фрустраційних ситуаціях; неадекватних,

непослідовних у взаємодіях, з агресивними спалахами, депресивними тенденціями та проявами регресії, що контрастують з формами реагування, властивими типу акцентуації цих підлітків.

4. Більшість підлітків-акцентуантів мають дестабілізуючий рівень фрустрації, що свідчить про здатність цього психічного стану провокувати підсилення акцентуйованих рис (декомпенсацію акцентуацій). Найбільш несприятливі прогнози особистісного розвитку зроблено для підлітків з астено-невротичними, істероїдними, лабільно-циклоїдними та лабільно-сензитивними акцентуаціями, у яких найбільшою мірою проявляється критичний рівень фрустрації.

5. Психологічний супровід зі зниження деструктивного стану фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру поєднує в собі дві складові: психокорекційну роботу з підлітками та консультативно-просвітницьку роботу з їхнім мікросоціальним оточенням: батьками, класними керівниками та вчителями. Мета психокорекційної роботи полягає в досягненні акцентуантами адаптивного рівня фрустрації, в її основу покладено активізацію внутрішніх адаптогенних ресурсів підлітків з різними акцентуаціями характеру, навчання конструктивному реагуванню у фрустраційних ситуаціях та нівелювання деструктивних проявів фрустрації, а також формування резистентності до впливу фрустраторів, здатних спровокувати підсилення акцентуйованих рис. Модель психологічної корекції включає три змістові блоки, один з яких орієнтований на особистісну сферу, другий – на міжособистісні взаємодії, третій – на цілеспрямовану діяльність підлітків. Спрямованість цих блоків визначає зміст комплексної психокорекції когнітивних процесів, афективних реакцій та фрустраційної поведінки, а також коло фрустраторів, «дозована дія» яких сприяє засвоєнню акцентуантами способів адаптивної поведінки в ситуаціях, що «пред'являють завищені вимоги до їхніх місць найменшого опору». Основний засіб психокорекції – «Тренінг конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для підлітків з акцентуаціями характеру», заняття якого мають доповнюватись індивідуальною роботою з підлітками.

Розроблено комплекс психолого-педагогічних рекомендацій шкільним психологам та соціальним педагогам щодо організації психологічного супроводу підлітків з різними акцентуаціями характеру та деструктивними ефектами фрустрації.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми фрустрації у підлітків-акцентуантів. Необхідна розробка більш зручного у використанні та надійного психодіагностичного інструментарію для визначення рівнів фрустрації, подальше вивчення статичних та динамічних особливостей цього психічного стану в підлітків зі «змішаними» типами акцентуацій характеру; вдосконалення системи засобів психологічної допомоги фрустрованим підліткам-акцентуантам.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности / К.А.Абульханова-Славская. – М.:Наука, 1980. – 335с.
2. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания / Б.Г.Ананьев. – М.: Наука, 1977. – 380с.
3. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф.Анн. – СПб.: Питер, 2004. – 271с.
4. Бандура А. Теория социального научения / А.Бандура: Пер. с англ. – СПб.: Евразия, 2000. – 320с.
5. Баркер Р. Фрустрация, конфликт, защита / Р.Баркер // Вопросы психологии. – 1991. – № 6 – С.69-82
6. Басаргина Д.В. Игры в тренинге. Любимые рецепты успешного тренера / Д.В.Басаргина, Т.В.Семенова. – СПб.: Речь, 2010. – 174с.
7. Бек А. Когнитивная психотерапия расстройств личности / А.Бек, А.Фримен. – СПб.: Питер, 2002. – 304с.
8. Бек А. Техники когнитивной психотерапии / А.Бек // Московский психотерапевтический журнал. – 1996. – № 3. – С.49-68
9. Бек Дж. Когнитивная терапия. Полное руководство / Дж.Бек. – М.: Вильямс, 2006. – 400с.
10. Березин.Ф.Б. Фрустрационная интолерантность и реализованная лабильность / Ф.Б.Березин: [electronic sources]: <http://berezin-fb.su/>
11. Бихевиорально-когнитивная психотерапия детей и подростков / Под общ. ред. Ю.С.Шевченко. – СПб.: Речь, 2003. – 552с.
12. Блейхер В.М. Толковый словарь психиатрических терминов / В.М.Блейхер, И.В.Крук / Под ред. С.Н.Бокова.– Доп. и перераб. – Ростов н/Д.: Феникс, 1996. – Т.2 (Н-Я) – 445с.
13. Боброва И.Н. О психогенных факторах, вызывающих декомпенсации у психопатических личностей / И.Н.Боброва, Н.В.Шубина, Ю.Л.Метелица // Психогении и психопатии: Сб. науч. тр. (респ.) / М.: Моск. НИИ психиатрии, 1983. – С.32-38

14. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В.В.Бойко – М.: Информационно-издательский дом "Филинь", 1996. – 472с.
15. Брель Е.Ю. К вопросу взаимосвязи типов и направлений реакции на фрустрацию с видами агрессивного поведения у подростков / Е.Ю.Брель, М.В.Тихонова // Социальная работа в Сибири / Сб. науч.тр. – Томский государственный университет; Кемеровская государственная медицинская академия, 2004: [electronic sources]: <http://www.spf.kemsu.ru/portal/sr2004/3.6.htm>
16. Булах І.С. До постулату розробки критеріїв та рівнів фрустрації підлітків / Булах І.С., Бушанська Л.П. // Психологія: Збірник наук. праць. – К.: НПУ, 1998, – Вип.1. –С.92-95
17. Булах І.С. Психотехнологія корекції афекту неадекватності та дезадаптованості у підлітків: Навчально-методичний посібник / І.С.Булах, Л.Г.Семенча. – К.: НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2010. – 96с.
18. Бушай І.М. Особливості розвитку «Я-образу» підлітків-акцентуантів / І.М.Бушай // Вісник Харківського університету. – 1999. – №452. – С.10-12
19. Бушай І.М. Психологічні особливості розвитку «Я-образу» акцентуєваних підлітків / І.М.Бушай: Дис...канд. психол. наук: 19.00.07, Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. – К., 2000. – 255л.
20. Бэррон Р. Агрессия / Р.Бэррон, Д.Ричардсон. – СПб: Питер, 2001. — 352с.
21. Василюк Ф.Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций / Ф.Е.Василюк // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2001. – №4: [electronic sources]: <http://www./psyjournal.ru/>
22. Василюк Ф.Е. Психология переживания / Ф.Е.Василюк – М.: Изд-во Московского ун-та, 1984. – 200с.
23. Вассерман Л.И. Психодиагностическая шкала для оценки уровня социальной фрустрированности / Л.И.Вассерман // Обозрение психиатрии и мед. психологии. – 1995. – № 2. – С.73-79
24. Вдовиченко А.А. О типах акцентуации характера у делинквентных подростков / А.А.Вдовиченко – В кн.: Психологические проблемы психогигиены, психопрофилактики и медицинской деонтологии. – Л.: Медицина, 1976. – С.23-24

25. Вдовиченко А.А. Об оценке склонности к делинквентности при разных типах психопатий и акцентуаций характера у подростков / А.А.Вдовиченко, Н.Я.Иванов, С.Д.Озерецковский, Э.Г.Эйдемиллер – В кн.: Патохарактерологические исследования у подростков. – Л.: Медицина, 1981. – С.37-39
26. Виденеев И.А. Типы акцентуаций характера в структуре нормативного и противоправного поведения / И.А.Виденеев: Дис....канд.психол.наук: 19.00.01./ Университет внутренних дел. – Х., 1998. – 187л.
27. Вінс В.А. Науковий аналіз переживань підлітків в умовах психічної депривації / В.А.Вінс // Психологія: Збірник наукових праць. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2002. – Вип. 18. – С.133-137
28. Вовк А.О. Психологічні чинники екзистенціальної фрустрації особистості / А.О.Вовк: Дис.... канд. психол. наук.: 19.00.01. – Львів: Львівський національний університет ім. І.Франка, 2006. – 252л.
29. Волков П.В. Разнообразие человеческих миров / П.В.Волков: Руководство по профилактике душевных расстройств. – М.: Аграф, 2000. – 527с.
30. Ганнушкин П.Б. Клиника психопатий, их статика, динамика, систематика / П.Б.Ганнушкин – Нижний Новгород: НГМА, 2000. – 121с.
31. Гаранян Н.Г. Практические аспекты когнитивной психотерапии / Н.Г.Гаранян // Московский психотерапевтический журнал. – 1996. – № 3. – С.27-48
32. Гиндикин В.Я. Личностная патология / В.Я.Гиндикин, В.А.Гурьева – М.: Триада-Х, 1999. – 265с.
33. Гольдштейн А. Тренінг умінь спілкуватися: як допомогти проблемним підліткам / А.Гольдштейн, В.Хомик / Пер. с англ. В.Хомик. – К.: Либідь, 2003. – 520с.
34. Грановская Р.Н. Защита личности: психологические механизмы / Р.Н.Грановская, И.М.Никольская – СПб.: Знание, 1999. – 352с.
35. Грецов А.Г. Психологические тренинги с подростками / А.Грецов – СПб.: Питер, 2008. – 368с.
36. Гречишкина О.Д. Формування соціально-психологічної адаптації до навчання молоді з акцентуаціями характеру / О.Д.Гречишкина / Академія

- управління та інформаційних технологій «Азовський регіональний ін-т управління». – Вид. 2-е, перероб. та доп. – Бердянськ: АУІТ «АРІУ», 2007. – 210с.
37. Данилова Е.Е. Методика изучения фрустрационных реакций у детей / Е.Е.Данилова // Иностранная психология. – 1996. – № 6. – С.69-81
38. Дворщенко В.П. Тест личностных акцентуаций: Модифицированный вариант методики ПДО / В.П.Дворщенко – СПб.: Речь, 2008. – 96с.
39. Дегтярьов Д. Психологічний аналіз особливостей реагування підлітків у ситуації фрустрації / Д.Дегтярьов // Молодь, освіта, наука, культура і національна самосвідомість. – К.: Вид-во Європейського ун-ту, 2004. – Т.2. – С.50-54
40. Дернер Д. Логика неудачи: Стратегическое мышление в сложных ситуациях / Д.Дернер / Пер. с нем. – М.: Смысл, 1997. – 240с.
41. Джеймс У. Воля к вере / У.Джеймс: Пер. с англ.; сост. Л.В.Блинников, А.П.Поляков. – М.: Республика, 1997. – 432с.
42. Диагностика психопатий и акцентуаций характера в подростковом возрасте: Метод. рекоменд. / Ленингр. психоневрол. ин-т им. В.М.Бехтерева / Сост. Ю.А.Строгонов, С.Д.Озерецковский. – Л., 1980. – 36с.
43. Драганова О.А. Психофизиологический аспект толерантности / О.А.Драганова, Л.В.Томанов // Психологические проблемы подростка в современной школе и пути их решения: Сборник. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И.Герцена, 2003. – С.60-65.
44. Елисеев О.П. Конструктивная типология и психодиагностика личности / О.П.Елисеев – Псков: Псковский обл. институт усовершенств. учителей, 1994. – 280с.
45. Емельянова Е.В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге / Е.В.Емельянова. – СПб.: Речь, 2008. – 336с.
46. Ермолаев О.Ю. Математическая статистика для психологов: Учебник / О.Ю.Ермолаев. – 2-е изд. испр. – М.: Московский психолого-социальный институт Флинта, 2003. – 336с.
47. Ермолаева Л.И. Фрустрация как социально-психологический феномен / Л.И.Ермолаева: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 1993. – 22с.

48. Запухляк О.З. Вплив акцентуацій характеру особистості на агресивність в підлітковому віці / О.З.Запухляк: Дис...канд. психол. наук: 19.00.07 / Прикарпатський нац. ун-т ім. Василя Стефаника. – Івано-Франківськ, 2006. – 391л.
49. Запухляк О.З. Особливості агресії акцентуєваних підлітків / О.З.Запухляк // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. – К., 2004. – т.VI, вип. 1. – С.152-157
50. Захаров А.И. Психотерапия невротиков у детей и подростков / А.И.Захаров – М.: Медицина, 1982. – 216с.
51. Захаров А.И. Своеобразие психического развития детей / А.И.Захаров // Психология детей с нарушениями и отклонениями психического развития : хрестоматия / Сост.: В.М.Астапов, Ю.В.Микадзе. – СПб: Питер, 2001. – С.93-129
52. Зинченко Т. П. Когнитивная и прикладная психология / Т. П.Зинченко – М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2000. – 600с.
53. Иванов Е.С. О некоторых закономерностях патологического формирования личности детей и подростков / Е.С.Иванов // Тезисы Всесоюзн. конф. по орг-ии неврологической и психиатрической помощи детям. – М., 1980. – 118с.
54. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П.Ильин – СПб: Питер, 2001. – 752с.
55. Истратова О.Н. Справочник психолога средней школы / О.Н.Истратова, Т.В.Эксакусто – Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 512с.
56. Каменская Н.Л. Психологические критерии оценки деятельностных характеристик подростков-акцентуантов / Н.Л.Каменская: Дис....канд. психол. наук: 19.00.07 / НИИ психологии УССР. – К., 1989. – 177л.
57. Кербиков О.В. Избранные труды / О.В.Кербиков – М.: Медицина, 1971. – 312с.
58. Кирилов Л.А. Особенности самосознания лиц с акцентуациями характера / Л.А.Кирилов: Автореф. дис...канд. психол. наук.: 19.00.01 / МГУ им. М.В.Ломоносова. – М., 1992. – 22с.
59. Ковалев В.В. К клинической дифференциации психогенно обусловленной патологии поведения у детей и подростков в связи со школьной дезадаптацией / В.В.Ковалев // Психология детей с нарушениями и отклонениями психического развития: хрестоматия / Сост.: В.М.Астапов, Ю.В.Микадзе. – СПб: Питер, 2001. – С.370-375

60. Ковалев В.В. О разном понимании динамики становления психопатий / В.В.Ковалев // Журнал невропатологии и психиатрии. – 1979. – Вып.11. – С.1598-1603
61. Ковалев В.В. Психогенные патологические формирования личности у детей и подростков / В.В.Ковалев / Учебное пособие. – М., 1976. – 22с.
62. Кошлань И.Г. Психологические особенности эмоциональности подростков и стили семейного воспитания / И.Г.Кошлань: Дис...канд. психол. наук: 19.00.07 / Южно-Украинский гос. педагогический ун-т им. К.Д.Ушинского. – Одесса, 2005. – 248л.
63. Креч Д. Фрустрация, конфликт, защита / Д.Креч, Р.Кратчфилд, Н.Ливсон // Вопросы психологии. – 1991 – № 6. – С.76-80
64. Кузнецова Л.М. Аналіз особливостей надання психологічної допомоги підліткам з акцентуаціями характеру / Л.М.Кузнецова // Міжнародний науковий форум: Соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент: Збірник наукових праць. – Вип. 5. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2011. – С.26-34
65. Кузнецова Л.М. Вплив різних типів акцентуованих рис на рівень фрустрації підлітків / Л.М.Кузнецова // Вісник Черкаського університету. Серія Педагогічні науки: Зб. наукових праць. – Вип. 211. – Ч.1. – Черкаси: Черкаський національний університет ім. Б.Хмельницького, 2011. – С. 107-115
66. Кузнецова Л.М. Деструктивні прояви фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру / Л.М.Кузнецова // Актуальні питання теорії та практики підготовки фахівців за соціоекономічним профілем: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції / Ред. колегія: О.А.Каденко, О.В.Кулешова, Л.О.Подкоритова та ін. / М-во освіти і науки України, Хмельницький нац. ун-т, Каф. практи. психол. та педагог. – Хмельницький: ХНУ, 2011. – С.263-265
67. Кузнецова Л.М. Дослідження рівнів фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру / Л.М.Кузнецова // Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2011. – № 34 (58). – С.169-178
68. Кузнецова Л.М. Дослідження фрустраційних реакцій підлітків з акцентуаціями характеру / Л.М.Кузнецова // Актуальні проблеми психології

особистості і міжособистісних взаємин: Матеріали III міжнародної науково-практичної конференції / За ред. С.Д.Максименка, Л.А.Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський: ПП «Медобори», 2011. – С.115-117

69. Кузнєцова Л.М. Засоби формування фрустраційної толерантності у підлітків з акцентуаціями характеру / Л.М.Кузнєцова // Актуальні проблеми практичної психології: Зб. наукових праць. Частина I. – Херсон, ПП Вишемирський В.С., 2009. – С.636-645

70. Кузнєцова Л.М. Особливості корекції деструктивних ефектів фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру / Л.М.Кузнєцова // Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету. Збірник наукових праць звітно-наукової конференції викладачів університету за 2011 р. – Ч.1. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2012. – С.269-271

71. Кузнєцова Л.М. Особливості психічного стану фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру / Л.М.Кузнєцова // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. – Вип.8. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2010. – С.531-546

72. Кузнєцова Л.М. Особливості психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру майбутнім практичним психологом / Л.М.Кузнєцова // Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2009. – № 26 (50). – Част. II. – С.54-60

73. Кузнєцова Л.М. Особливості психологічної підтримки підлітків з акцентуаціями характеру та деструктивними проявами фрустрації / Л.М.Кузнєцова // Міжнародний науковий форум: Соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент: Збірник наукових праць. – Вип. 10. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2012. – С. 246-255

74. Кузнєцова Л.М. Порівняльний аналіз проявів фрустрації у підлітків з різними акцентуаціями характеру / Л.М.Кузнєцова // Проблеми сучасної педагогічної

освіти. Серія: Педагогіка і психологія: Зб. статей: Ялта: РВВ КГУ, 2011. – Вип. 34. – Ч.2. – С.117-125

75. Кузнецова О.В. Индивидуально-типологические факторы адаптивности личности / О.В.Кузнецова: Дис...канд. психол. наук: 19.00.01 / Южноукраинский гос. педагогический ун-т им. К.Д.Ушинского. – О., 2005. – 236л.

76. Кузьмина Е.И. Исследование детерминант свободы-несвободы от фрустрации / Е.И.Кузьмина // Вопросы психологии. – 1997. – № 4 – С.86-94

77. Кузьмина Е.И. Психология свободы: теория и практика: учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / Е.И.Кузьмина – СПб.: Питер, 2007. – 336с.

78. Кунигель Т.В. Тренинг «Активизация внутренних ресурсов подростка» / Т.В.Кунигель – СПб: Речь, 2006. – 101с.

79. Куницына В.Н. Межличностное общение / В.Н.Куницына, Н.В.Казаринова, В.М.Погольша. – СПб. «Питер», 2001. – 544с.

80. Лабунская В.А. Психология затрудненного общения: Теория. Методы. Диагностика. Коррекция: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.А.Лабунская, Ю.А.Менджеричкая, Е.Д.Бреус. – М.: «Академия», 2001. – 288с.

81. Лайнен М.М. Когнитивно-поведенческая терапия пограничного расстройства личности / М.М.Лайнен. – М.: Вильямс, 2008. - 592с.

82. Лакосина Н.Д. Патохарактерологическое развитие личности и «краевая» психопатия как проявления негативной симптоматики психогенных заболеваний / Н.Д.Лакосина, Г.П.Колупаев // Психогении и психопатии: Сб. науч. тр. (респ.) / М.: Моск. НИИ психиатрии, 1983. – С.19-24

83. Лаут Г.В. Коррекция поведения детей и подростков: Практическое руководство. I. Стратегия и методы / Г.В.Лаут, У.Б.Брак, Ф.Линдеркамп – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 224с.

84. Лаут Г.В. Коррекция поведения детей и подростков: Практическое руководство. II. Отклонения и нарушения / Г.В.Лаут, У.Б.Брак, Ф.Линдеркамп – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 352с.

85. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д.Левитов – М.: Просвещение, 1964. – 344с.
86. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний / Н.Д.Левитов // Вопросы психологии. – 1967. – № 6 – С.118-129
87. Леонгард К. Акцентуированные личности / К.Леонгард – Ростов н/Д.: Феникс, 2000. – 539с.
88. Личко А.Е. Акцентуации характера как преморбидный тип / А.Е.Личко // Психология детей с нарушениями и отклонениями психического развития : хрестоматия / Сост.: В.М.Астапов, Ю.В.Микадзе. –СПб: Питер, 2001. –С.302-333
89. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А.Е.Личко – 2-е изд. доп. и перераб. – Л.: Медицина. Ленингр. отд-ние, 1983. – 255с.
90. Ломова Т.О. Психологічні особливості агресивної поведінки старшокласників та її корекція в процесі навчальної діяльності / Т.О.Ломова: Дис....канд. психол. наук: 19.00.07, Донецький національний технічний ун-т. – Донецьк, 2009. – 277л.
91. Лубовский Д.В. О применении теста фрустрации Розенцвейга в школьной психодиагностике / Д.В.Лубовский // Вопросы психологии. – 1990. – № 3. – С.151-154
92. МакМаллин Р. Практикум по когнитивной терапии / Р.МакМаллин / пер. с англ. Т.Саушкиной. – СПб.: Речь, 2001. – 560с.
93. Максимова Н.Ю. Дисфункції сім'ї як визначальні чинники девіантної поведінки / Н.Ю.Максимова // Суспільні процеси: психолого-педагогічні та соціальні аспекти / Наук. зб. – К.: Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет", 2004. – 336с.
94. Максимова Н.Ю. Основы детской патопсихологии / Н.Ю.Максимова, Е.Л.Милютин, В.М.Пискун: Учебное пособие. – К.: НПЦ Перспектива, 1999. – 432с.
95. Максимова Н.Ю. Психологічна профілактика вживання підлітками алкоголю та наркотиків / Н.Ю.Максимова – К.: НПЦ "Перспектива", 1998. – 208с.
96. Максимова Н.Ю. Соціально-психологічні параметри типологізації дисфункційних сімей / Н.Ю.Максимова // Наукові записки Інституту психології

- ім. Г.С. Костюка АПН України: Наук. зб. / Ред. С.Д. Максименко – К.: Главник, 2005. – Вип.26, в 4-х томах, Том 3. – С.83-90
97. Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка: программа практических занятий. Методическое пособие / Б.Р.Матвеев – СПб.: Издательство «Речь», 2005. – 176с.
98. Мілютіна К. Форми психокорекційного впливу / К. Мілютіна. – К.: Главник, 2007. – 144с.
99. Мкртчян М.А. Проблема фрустрации и защитные механизмы личности / М.А.Мкртчян: Автореф. дис...канд. психол. наук. – Ереван, 1975. – 25с.
100. Морозюк С.Н. Саногенная рефлексия, акцентуации характера и эффективность учебной деятельности / С.Н.Морозюк / Московский институт медико-социальной реабилитологии, Волгоградский гос. технический ун-т. – М.: 2000. – 256с.
101. Мясищев В.Н. Личность и неврозы / В.Н.Мясищев – Л.: Изд-во Ленинградского ун-та, 1960. – 423с.
102. Найсер У. Познание и реальность: Смысл и принципы когнитивной психологии / У.Найсер / Пер. с англ. В.В.Лучкова. – Благовещенск, 1999. – 229с.
103. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования / Р.Нельсон-Джоунс – СПб.: издательство «Питер», 2000. – 464с.
104. Обуховский К. Психология влечений человека / К.Обуховский / Пер. с польск. – М.: Прогресс, 1972. – 247с.
105. Остополец І.Ю. Діагностика та психокорекція професійних фрустрацій вчителя / І.Ю.Остополець: Дис....канд. психол. наук: 19.00.07, Східноукраїнський національний ун-т. ім. В.Даля, Слов'янський державний. педагогічний ун-т. – Луганськ, 2003. – 230л.
106. Панасенко Н.М. Досвід корекційної роботи з акцентуованими підлітками із девіантною поведінкою / Н.М.Панасенко // Збірник наукових праць Ін-ту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / За ред. С.Д.Максименка. – ТVII, Вип.4. – К, 2005. – С.217-226

107. Панасенко Н.М. Особливості образу «Я» акцентуєваних підлітків з девіантною поведінкою / Н.М.Панасенко: автореф. дис...канд. психол. наук: 19.00.07 / Інститут психології ім. Г.С.Костюка АПН України. – К., 2007. – 20с.
108. Панасенко Н.М. Рольова гра та тренінг як засоби психологічної корекції образу «Я» акцентуєваних підлітків з девіантними формами поведінки / Н.М.Панасенко // Наукові Записки Ін-ту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / За ред. С.Д.Максименка. – Вип.26, в 4-х томах, Т.3. – К.: Главник, 2005. – С.302-307
109. Патохарактерологический диагностический опросник для подростков и опыт его практического использования / Сборник статей / Под ред. А.Е.Личко, И.Я.Иванова. – М., 1976. – 102с.
110. Первомайский В.Б. Вопросы клиники и возникновения психастенической психопатии, принципы терапии, профилактики / В.Б.Первомайский: Автореф. дис. на соиск. учен. степени канд. мед. наук. 14.00.18. – I-й Моск. мед. ин-т им. И.М. Сеченова. – М., 1983. – 23с.
111. Петровский В.А. К психологии активности личности / В.А.Петровский // Вопросы психологии. – 1975. – № 3. – С.26-38
112. Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности / В.А.Петровский. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 1996. – 512с.
113. Подмазин С.И. Как помочь подростку с «трудным» характером / С.И.Подмазин, Е.И.Сибиль / Научно-практический центр «Перспектива». – К., 1996. – 160с.
114. Подмазин С.И. Роль установки в формировании и проявлении акцентуированных черт характера у подростков / С.И.Подмазин: Дис...канд. психол. наук: 19.00.07 / Ин-т психологии АПН Украины. – К., 1994. – 193л.
115. Подмазин С.И. Тесты для диагностики акцентуаций характера у подростков / С.И.Подмазин – К.: Межведомственный научно-практ.центр: Психодиагностика и дифференцирован. обучение, 1994. – 54с.
116. Попов Ю.В. Этапы и систематика психопатий и психопатоподобных расстройств непсихотического характера у подростков / Ю.В.Попов // Журнал невропатологии и психиатрии им. С.С.Корсакова. – 1985. – №10. – С.1506-1511.

117. Практика психологического тренинга / О.В.Евтихов. – СПб.: Издательство «Речь», 2004. – 256с.
118. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Т.В.Азарова, О.И.Барчук, Т.В.Беглова, М.Р.Битянова, Е.Г.Королева, О.М.Пяткова; под общей ред. М.Р.Битяновой – СПб.: Питер, 2007. – 304с.
119. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учебное пособие / Ред.-сост. Д.Я.Райгородский. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2002. – 672с.
120. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля: Пособие для психологов и врачей / Л.И.Вассерман, О.Ф.Ерышев, Е.Б.Клубова / Науч. ред. Л.И.Вассерман. – СПб.: Санкт-Петербургский науч.-исследовательский психоневрологический ин-т им. В.М.Бехтерева, 2005. – 49с.
121. Психологический тренинг в группе: игры и упражнения: учебное пособие / Авт.-сост. Т.Л.Бука, М.Л.Митрофанова. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2005. – 128с.
122. Психологический тренинг с подростками: Учеб. пособие: Для студ. обуч. по психол. спец. – М.: Изд. дом «Академия», 2003. – 250с.
123. Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы: Сб. науч. тр. / Л.Г.Дикая, А.Л.Журавлев. – М.: Институт психологии РАН, 2007. – 624с.
124. Психопатические расстройства у подростков / Под ред. А.Е.Личко, Ю.В.Попова. – Л., 1987. – 143с.
125. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга / В.Г.Пузиков. – СПб.: Издательство «Речь», 2005. – 224с.
126. Рассказова Е.И. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы / Е.И.Рассказова, Т.О.Гордеева // Психологические исследования: электрон. науч. журн. – 2011. – №3(17): [electronic sources]: <http://psystudy.ru>
127. Реан А.А. Психология адаптации личности: Науч.-учеб. пособие / А.А.Реан, А.Р.Кудашов, А.А.Баранов. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. – 479с.

128. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога / Е.И.Рогов: Учеб. пособие: В 2 кн. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. – 384с.
129. Ромек В.Г. Поведенческая психотерапия / В.Г.Ромек. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 192с.
130. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях / В.Г.Ромек – СПб.: Речь, 2007. – 175с.
131. Русинова В. Психическая напряженность в трудовой деятельности / В.Русинова // Психическая напряженность в трудовой деятельности: Сб. науч. тр./ АН СССР. Ин-т психологии; Отв. ред. Л.Г.Дикая. – М., 1989 – С.5-14
132. Сабанадзе І.О. Соціально-психологічні фактори дезадаптивності та її корекція у підлітків / І.О.Сабанадзе: Дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. – К., 1997. – 260л.
133. Семаго Н. Тест «рисуночной фрустрации» С.Розенцвейга / Н.Семаго, М.Семаго // Школьный психолог. – 1999. – N17. – С.8-9
134. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е.В.Сидоренко. – СПб.: ООО «Речь», 2003. – 350с.
135. Сокол Л.М. Моральный вибір як умова становлення самосвідомості особистості підлітка / Л.М.Сокол: Дис...канд. психол. наук: 19.00.07, Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. – К., 2006. – 260л.
136. Солдатова Г.У. Психодиагностика толерантности личности / Г.У.Солдатова, Л.А.Шайгерова, Т.Ю.Прокофьева, О.А.Кравцова. – М.: Смысл, 2008. – 172с.
137. Сухарева Г.Е. Группировка психопатий / Г.Е.Сухарева // Психология аномального развития ребенка: Хрестоматия в 2 т. Т.2 / Под ред. В.В. Лебединского, М.К. Бардышевской. – М.: ЧеРо: Высшая школа: Издательство МГУ, 2002. – С.254-271
138. Сухарева Г.Е. Значение возрастных особенностей детей и подростков в клинике психических заболеваний / Г.Е.Сухарева // Психология аномального развития ребенка: Хрестоматия в 2 т. Т.1 / Под ред. В.В.Лебединского, М.К.Бардышевской. – М.: ЧеРо: Высшая школа: Издательство МГУ, 2002. – С.83-100

139. Сухарева Г.Е. Преимущественные для детского возраста психогенные реакции / Г.Е.Сухарева // Психология аномального развития ребенка: Хрестоматия в 2 т. Т.2 / Под ред. В.В. Лебединского, М.К. Бардышевой. – М.: ЧеРо: Высшая школа, Издательство МГУ, 2002. – С.593-610
140. Сухарева Г.Е. Спорные вопросы в определении понятия психопатии / Г.Е.Сухарева // Журнал невропатологии и психиатрии. – 1972. – Вып.10. – С.1516-1520
141. Таблицы критических значений статистических критериев // Аналитическая группа «СтатЭксперт»: [electronic sources]: <http://statexpert.org/articles>
142. Тарабрина Н.В. Методика изучения фрустрационных реакций / Н.В.Тарабрина // Иностранная психология. – 1994. – Т. 2. – № 2 (4). – С.68-76
143. Тарабрина Н.В. Экспериментально-психологические и биохимические исследования состояний фрустрации и эмоционального стресса при неврозах / Н.В.Тарабрина: автореф. дис...канд. психол. наук: 19.00.04. – Л., 1973. – 19с.
144. Тест Розенцвейга. Методика рисуночной фрустрации (модификация Н.В.Тарабриной) // Диагностика эмоционально-нравственного развития / Ред.-сост. И.Б.Дерманова. – СПб., 2002. – С.150-172
145. Толерантность и психическое здоровье: Методические разработки для студентов всех факультетов и преподавателей / Сост.: Л.В.Меньшикова, С.А.Гурьева. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2003. – 29с.
146. Уолен С. Рационально-эмотивная психотерапия: когнитивно-бихевиоральный подход / С.Уолен, Р.ДиГусепп, Р.Уэсслер / Пер. с англ. Общ. ред. – М.: Институт Гуманитарных Знаний, 1997. – 257с.
147. Федоров А.П. Когнитивная психотерапия / А.П.Федоров. – СПб.: МАПО. – 1991. – 20с.
148. Федоров А.П. Когнитивно-поведенческая психотерапия / А.П.Федоров. – СПб.: Питер, 2002. – 352с.
149. Фелинская Н.И. О взаимосвязи психогений и психопатий, о спорных вопросах их классификации и перспективах дальнейших исследований /

Н.И.Фелинская // Психогении и психопатии: Сб. науч.т р. (респ.) / Моск. НИИ психиатрии, Всерос. науч. о-во невропатологов и психиатров. – М.: Моск. НИИ психиатрии, 1983. – С.7-15

150. Фелинская Н.И. О роли биологических и социальных факторов в формировании патологии личности несовершеннолетних правонарушителей / Н.И.Фелинская // Вопросы изучения детей с отклонениями поведения / Под ред. И.А.Невского. – М.: Наука, 1968. – С.107-118

151. Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П.Фетискин, В.В.Козлов, Г.М.Мануйлов. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490с.

152. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения / К.Фопель: Практическое пособие. – М.: Генезис, 2006. – 541с.

153. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего / К.Фопель: Практическое пособие / Пер. с нем. – М.: Генезис, 1999. – 256с.

154. Франкл В. Человек в поисках смысла / В.Франкл – М.: Прогресс, 1990. – 366с.

155. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э.Фромм / Пер. с нем. Э.Телятниковой. – М.: АСТ, 2006. – 640с.

156. Фромм Э. Бегство от свободы / Э. Фромм / Пер. с англ. Общ. ред. П.С.Гуревича. – М.: Прогресс, 1995. – 256с.

157. Фрустрация: Понятие и диагностика: Учеб.-метод. пособие / Сост. Л.И.Дементий. – Омск: Изд-во ОмГУ, 2004. – 68с.

158. Харитонов С.В. Руководство по когнитивно-поведенческой психотерапии / С.В.Харитонов – М.: Психотерапия, 2009.– 176с.

159. Холмогорова А.Б. Когнитивно-бихевиоральная психотерапия / А.Б.Холмогорова, Н.Г.Гаранян // Основные направления современной психотерапии. – М.: Когито-центр, 2000. – С.224-265

160. Холмогорова А.Б. Отечественная психология мышления и когнитивная психотерапия / А.Б.Холмогорова // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – № 4. – С.165-181

161. Холодова О.О. Загальні й особливі прояви фрустрації / О.О.Холодова // Психологія: Збірник наукових праць. – К.: НПУ, 2003. – Вип.20. – С.88-94
162. Цуканова А.П. Толерантность в структуре социально-психологической адаптации личности (На примере студентов) / А.П.Цуканова: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – Хабаровск, 2006. – 168с.
163. Чебыкин А.Я. Проблема эмоциональной устойчивости / А.Я.Чебыкин // Психическая напряженность в трудовой деятельности: Сб. науч. тр./ АН СССР. Ин-т психологии; Отв. ред. Л.Г.Дикая. – М., 1989. – С.197-216
164. Чебыкин А.Я. Эмоциональная регуляция учебно-познавательной деятельности / А.Я.Чебыкин – Одесса, 1992. – 168с.
165. Чернобровкін В.М. Фрустрованість в контексті індивідуально-типологічних властивостей особистості вчителя / В.М.Чернобровкін, Л.Г.Хаєт, І.Ю.Остополець // Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. – К., 2000. – Т. 2. – Ч. 6. – С. 238 – 242
166. Шебанова С.Г. Профілактика та корекція агресивної поведінки студентів засобами тренінгу спілкування / С.Г.Шебанова: Дис....канд. психол. наук: 19.00.07, Херсонський державний педагогічний ун-т. – Херсон, 2000. – 212л.
167. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г.Эйдемиллер, В.В.Юстицкий. – 4-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Питер, 2008. – 668с.
168. Эйдемиллер Э.Г. Семейная психотерапия / Э.Г.Эйдемиллер, В.В.Юстицкий – Л.: Медицина, 1990. – 192с.
169. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход / А.Эллис / Пер. с англ. – СПб.: Изд-во Сова; М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 272с.
170. Эллис А. Когнитивный элемент депрессии, которым несправедливо пренебрегают / А. Эллис // Московский психотерапевтический журнал. – М., 1994. – № 1. – С.7-47.

171. Эллис А. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии / А.Эллис, У.Драйден / 2-е изд./ Пер. с англ. Т. Саушкиной. – СПб.: Издательство «Речь», 2002. – 352с.
172. Amsel A. Frustration Theory: an analysis of dispositional learning and memory / A.Amsel – New York: Cambridge Universe Press, 1992. – 278p.
173. Amsel A. The role of frustrative nonreward in noncontinuous reward situations / A.Amsel // Psychological Bulletin. – 1958. – № 55. – P.102-119
174. Bandura A. Psychological mechanisms of aggression / A.Bandura // In R.G.Geen, E.I.Donnerstein (Eds.). Aggression: Theoretical and empirical reviews. – New York: Academic Press, 1983. – P.1-40
175. Bandura A. Self-efficacy / A.Bandura // Harvard Mental Health Letter. – 1997. – № 13(9). – P.4-6
176. Barker R. G. Frustration and aggression: «an experiment with young children» / R. G.Barker, T.Dembo, K.Lewin // Studies in topological and vector psychology. – 1941. – № 11 (1). – P.1-314
177. Barker R. The effect of frustration upon cognitive ability / R. Barker // Character and Personality. – 1938. – № 7. – P.145-150
178. Baron R.A. Reducing organizational conflict: An incompatible response approach / R.A.Baron // Journal of Applied Psychology. – 1984. – № 69. – P.272-279
179. Berkowitz L. Aggressive cues in aggressive behavior and hostility catharsis / L.Berkowitz // Psychological Review. – 1964. – № 71. – P.104-122
180. Berkowitz L. Frustration-aggression hypothesis: examination and reformulation / L.Berkowitz // Psychological Bulletin. – 1989. – № 106(1). – P.59-73
181. Berkowitz L. Frustrations, appraisals, and aversively stimulated aggression / L.Berkowitz // Aggressive Behavior. – 1988. – № 14. – P.3-11
182. Berkowitz L. The expression and reduction of hostility / L.Berkowitz // Psychological Bulletin. – 1958. – № 55. – P.257-283
183. Berkowitz L. Whatever happened to the frustration-aggression hypothesis? / L.Berkowitz // American Behavioral Scientist. – 1978. – № 21. – P.691-707

184. Bernfeld S. Effects of frustration: Symposium at the meeting of the eastern psychological association at Atlantic City / S.Bernfeld // *Psychoanalytic Quarterly*. – 1943. – № 12. – P.604-606
185. Blocks J. Predicting the behavior of children under frustration / J.Blocks, B.C.Martin // *Journal of Abnormal and Social Psychology*. – 1955. – № 51. – P.281-285
186. Britt S.H. Criteria of frustration / S.H.Britt, S.O.Janus // *Psychological Review*. – 1940. – № 47 (6). – P.451-469
187. Brown J.S. Emotions conceptualized as intervening variables with suggestions toward a theory of frustration / J.S.Brown, I.E.Farber // *Psychological Bulletin*. – 1951. – № 48 (6). – P.465-495
188. Burnstein E. Arbitrariness of frustration and its consequences for aggression in a social situation / E.Burnstein, P.Worchel // *Journal of Personality*. – 1962. – № 30. – P.528-541
189. Buss A. Instrumentality of aggression, feedback, and frustration as determinants of physical aggression / A.Buss // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1966. – № 3. – P.153-162
190. Buss A. Physical aggression in relation to different frustrations / A.Buss // *Journal of Abnormal and Social Psychology*. – 1963. – № 67. – P.1-7
191. Cohen A.R. Social norms, arbitrariness of frustration, and status of the agent of frustration in the frustration-aggression hypothesis / A.R.Cohen // *Journal of Abnormal and Social Psychology*. – 1955. – № 5. – P.222-226
192. Dennen J.M.G. Frustration and aggression (F-A) theory / J.M.G.Dennen: [electronic sources]: <http://www.rug.nl/Rechten/>
193. Dollard J. Frustration and aggression / J.Dollard, L.Doob, N.Miller, O.Mowrer, R.Sears – New Haven, CT: Yale University Press, 1939.– 210p.
194. Ekman P. An argument for basic emotions / P.Ekman // *Cognition and Emotion*. – 1992. – № 6. – P.169-200
195. Ekman P. Facial expression of emotion: New findings, new questions / P.Ekman // *Psychological Science*. – 1992. – № 3. – P.34-38

196. Ellis A. Overcoming destructive beliefs, feelings, and behaviors: new directions for Rational Emotive Behavior Therapy / A.Ellis. – New York: Prometheus Books, 2001. – 421p.
197. Ellis A. The practice of rational emotive behavior therapy / A.Ellis, W.Dryden – N.Y.: Springer publishing company. – 1997. – 272p.
198. Farber I.E. Response fixation under anxiety and non-anxiety conditions / I.E.Farber // Journal of Experimental Psychology. – 1948. – № 38 (2). – P.111-131
199. Farber I.E. The role of motivation in verbal learning and performance / I.E.Farber // Psychological Bulletin. – 1955. – № 52 (4). – P.311-327
200. Frankl V. The unheard cry for meaning / V.Frankl. – N.Y.: Simon and Schuster, 1978. – 191p.
201. Freud S. Types of onset and neurosis / S.Freud // In J.Strachey (Ed.) The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud. – London: Hogarth-Press. – 1961. – Vol.12. – P.227-230
202. Geen R.G. Effects of frustration, attack, and prior training in aggressiveness upon aggressive behaviour / R.G.Geen // Journal of Personality and Social Psychology. – 1968. – № 9. – P.316-321
203. Geen R.G. Some conditions facilitating the occurrence of aggression after the observation of violence / R.G.Geen, L.Berkowitz // Journal of Personality. – 1967. – № 35. – P.666-676
204. Harris M.B. Instigators and inhibitors of aggression in a field experiment / M.B.Harris // Journal of Social Psychology. – 1976. – № 98. – P.27-38
205. Harris M.B. Mediators between frustration and aggression in a field experiment / M.B.Harris // Journal of Experimental Social Psychology. – 1974. – № 10. – P.561-571
206. Haiman P.E. How children handle frustration / P.E.Haiman // New Beginnings. – 1994. – № 11(5). – P.132-135
207. Hochschild A.R. Emotion work, feeling rules and social structure / A.R.Hochschild // American Journal of Sociology. – 1979. – № 85. – P.551-575
208. Horney K. Our inner conflicts / K.Horney – New York: Norton, 1945. – 250p.

209. Horney K. The neurotic personality of our time / K.Horney – London: Routledge, 1999. – 299p.
210. Jonassen D.H. Handbook of individual differences, learning, and instruction / D.H.Jonassen, B.L.Hopkins Grabowski – Hillsdale, N.J.: Erlbaum Associates, 1993. – 448p.
211. Kamouri A.L. Training by Exploration: Facilitating the Transfer of Procedural Knowledge Through Analogical Reasoning / A.L.Kamouri, J.Kamouri, K.H.Smith // International Journal of Man-Machine Studies. – 1986. – № 24 (2). – P.171-192
212. Kregarman J.J. Arbitrariness of frustration and aggression // Journal of Abnormal and Social Psychology / J.J.Kregarman, P.Worchel. – 1961. – № 63. – P.183-187
213. Kulik J.A. Frustration, attribution of blame, and aggression / J.A.Kulik, R.Brown // Journal of Experimental Social Psychology. – 1979. – № 15. – P.183-194
214. Lazarus R. Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping / R.Lazarus // Journal of Personality. – 2006. – Vol.74, № 1. – P.9-43
215. Latham G.P. The importance of understanding and changing employ outcome expectancies for gaining commitment to an organizational goal / G.P. Latham // Personnel Psychology. – 2001. – № 54. – P.707-716
216. Lawson R. Frustration: The development of a scientific concept / R.Lawson – New York: Macmillan, 1965. – 192p.
217. Levy D.M. The hostile act / D.M.Levy // Psychological Review. – 1941. – № 48. – P.356-361
218. Lewin K. Dynamic theory of personality / K.Lewin – N.Y.: McGraw-Hill, 1935. – 342p.
219. Locke E.A. Building a practically useful theory of goal setting and task performance / E.A.Locke, G.P.Latham // American Psychologist. – 2002. – № 57 (9). – P.705-717
220. Locke E.A. Motivation through conscious goal setting / E.A.Locke // Applied Preventative Psychology. – 1996. – №.5 – P.117-124

221. Maier N.R.B. Frustration theory: restatement and extention / N.R.B.Maier // Psychological review. – 1956. – № 63 (6). – P.370-388
222. Maier N.R.B. Frustration: the study of behavior without a goal / N.R.B.Maier — N. Y.: McGraw Hill, 1949. – 264p.
223. Maslow A.H. Deprivation, threat, and frustration / A.H.Maslow // Psychological Review. – 1941. – № 48. – P.364-366
224. Maslow A.H. Eupsychian management / A.H.Maslow – Illinois, Homewood: Irwin-Dorsey, 1965. – 277p.
225. Maslow A.H. Motivation and personality / A.H.Maslow — N. Y.: Harper & Brothers, 1954. — 411p.
226. McDaniel M.A. Discovery learning and transfer of problem solving skills / M.A.McDaniel, M.S.Schlager // Cognition and Instruction, 1990. – № 7(2). – P.129-159
227. McDaniel M.A. Predicting transfer performance: A comparison of competing function learning models / M.A.McDaniel, E.Dimperio, J.A.Griego, J.R.Busemeyer // Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition. – 2009. – № 35(1). – P.173-195
228. McMullin R.E. The New Handbook of Cognitive Therapy Technigues / R.E.McMullin. – New York – London: W.W.Norton & Co., 2000. – 488p.
229. Media access. Social and psychological dimensions of new technology use / Edited by E.P.Bugy, J.E.Newhagen. – Mahwah, New Jersey: Elrbaum Associates Publishers, 2004. – 269p.
230. Miller N.E. The frustration-aggression hypothesis. Psychological Review / N.E.Miller. – 1941. – № 48. – P.337-342
231. Miller N.E. Theory and experiment relating psychoanalytic displacement to stimulus-response generalization / N.E.Miller // Journal of Abnormal and Social Psychology. – 1948. – № 43. – P.155-178
232. Mischel W. A cognitive-affective system theory of personality / W.Mischel, Y.Shoda // Psychological Reports, 1995. – №102. –P. 246-258
233. Mischel W. Development of children's knowledge of self-control strategies / W.Mischel, H.N.Mischel // Child Development, 1983. – №54. – P.603-619

234. Neenan M. Cognitive therapy: 100 Key points & techniques / M.Neenan, W.Dryden. – New York – London: Taylor & Francis Group, 2006. – 267p.
235. Nelson J. Children's aggression following competition and exposure to an aggressive model / J.Nelson, D.Gelfand, D.Hartman // *Child Development*. – 1969. – № 40. – P.1085-1097
236. Norman M. The Rosenzweig Picture-Frustration Study / M.Norman, L.J.Ryan // *Journal of Interpersonal Violence*. – 2008. – № 23(4). – P.561-566
237. Pastore N. The role of arbitrariness in the frustration-aggression hypothesis / N.Pastore // *Journal of Abnormal and Social Psychology*. – 1952. – № 47. – P.728-731
238. Pearson's correlation coefficient (r) (Critical Values): [electronic sources]: http://psystat.at.ua/Articles/Table_Pearson.PDF
239. Rosenzweig S. Aggressive behavior and the Rosenzweig picture-frustration study / S.Rosenzweig – New York: Praeger, 1978. – 164p.
240. Rosenzweig S. An outline of frustration theory / S.Rosenzweig // In J.Mc.Hunt (Ed.) *Personality and Behavior Disorders*. – New York: Romals, 1944. – P.20-30
241. Rule B.G. Arbitrariness of frustration: Inhibition or instigation effects on aggression / B.G.Rule, R.Dyck, A.R. Nesdale // *European Journal of Social Psychology*. – 1978. – № 8. – P.237-244
242. Rule B.G. Priming effects of heat on aggressive thoughts / B.G.Rule, B.Taylor, A.R.Dobbs // *Social Cognition*. – 1987. – № 5. – P.131-144
243. Sherif M. Intergroup conflict and cooperation: the robbers cave experiment / M.Sherif, C.W.Sherif, O.J.Harvey, B.Jack White, W.R.Hood // *Classics in the History of Psychology*: [electronic sources]: <http://www.psychclassics.yorku.ca/Sherif/>
244. Shneiderman B. Universal usability: Pushing human-computer interaction research to empower every citizen. *Communication of the ACM*. / B.Shneiderman – 2000. – № 43 (5). – P.84-91
245. Shortkey C.T. Frustration theory: A source of unifying concepts for generalists practice / C.T.Shortkey, S.B.Crocker // *Social work*. – 1981. – № 26 (5). – P.374-379
246. Stallard P. *Anxiety Cognitive Behavioral Therapy with Children and Young People* / P.Stallard – Routledge, 2008. – 208p.

247. Vijai P. Low frustration tolerance breeds anger / P.Vijai, Ph.D.Sharma: [electronic sources]: [http: www.mindpub.com/art129.htm](http://www.mindpub.com/art129.htm)
248. Waterhouse I.K. Frustration and the quality of performance: A critique of the Barker, Dembo and Lewin experiment / I.K.Waterhouse, I.I.Child // *Psychological review*. – № 59. – 1952. –P.351-362
249. Watson D. Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales / D.Watson, L.A.Clark, A.Tellegen // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1988. – № 54. – P.1063-1070
250. Weiner B. Human motivation. / B.Weiner. – New York: Holt, Rinehart & Winston, 1980. – 480p.
251. Worchel S. Intergroup cooperation and intergroup attraction: The effect of previous interaction and outcome of combined effort / S.Worchel, V.A.Andreoli, R.Folger // *Journal of Experimental Social Psychology*. – 1977. – № 13. – P.131-140
252. Worchel S. The effect of three types of arbitrary thwarting on the instigation to aggression / S.Worchel // *Journal of Personality*. – 1974. – № 42. – P.300-318
253. Worchel S. The effects of commercial interruption of violent and nonviolent films on viewers' subsequent aggression / S.Worchel, T.Hardy, R.Hurley // *Journal of Experimental Social Psychology*. – 1976. – № 12. – P.220-232
254. Zillmann D. Effect of timing of information about mitigating circumstances on emotional responses to provocation and retaliatory behaviour / D.Zillmann, J.Cantor // *Journal of Experimental Social Psychology*. – 1976. – № 12. – P.38-55

Додаток А

Акцентуації характеру досліджуваних підлітків

Таблиця 1

Поширеність різних типів акцентуацій характеру
у вибірці досліджуваних підлітків

n=186

«Чисті» акцентуації	Кількість представників		«Змішані» акцентуації	Кількість представників		«Змішані» акцентуації	Кількість представників	
	абсол. к-ть	%		абсол. к-ть	%		абсол. к-ть	%
істероїдний	16	8,60	гіпертимно-істероїдний	20	10,75	лабільно-істероїдний	2	1,08
психастенічний	11	5,91	шизоїдно-епілептоїдний	10	5,38	сензитивно-астено-невротичний	2	1,08
гіпертимний	10	5,38	лабільно-циклоїдний	8	4,30	шизоїдно-сензитивний	2	1,08
епілептоїдний	10	5,38	епілептоїдно-істероїдний	5	2,69	шизоїдно-психастенічний	2	1,08
нестійкий	6	3,23	лабільно-астено-невротичний	4	2,15	лабільно-нестійкий	1	0,54
лабільний	5	2,69	лабільно-сензитивний	4	2,15	шизоїдно-епілептоїдно-істероїдний	1	0,54
шизоїдний	4	2,15	шизоїдно-істероїдний	4	2,15	шизоїдно-нестійкий	1	0,54
циклоїдний	3	1,61	гіпертимно-циклоїдний	3	1,61	епілептоїдно-істероїдно-нестійкий	1	0,54
сензитивний	3	1,61	гіпертимно-істероїдно-нестійкий	3	1,61	епілептоїдно-нестійкий	1	0,54
астено-невротичний	2	1,08	гіпертимно-нестійкий	3	1,61	сензитивно-психастенічний	1	0,54
відсутність акцентуацій	38	20,43						

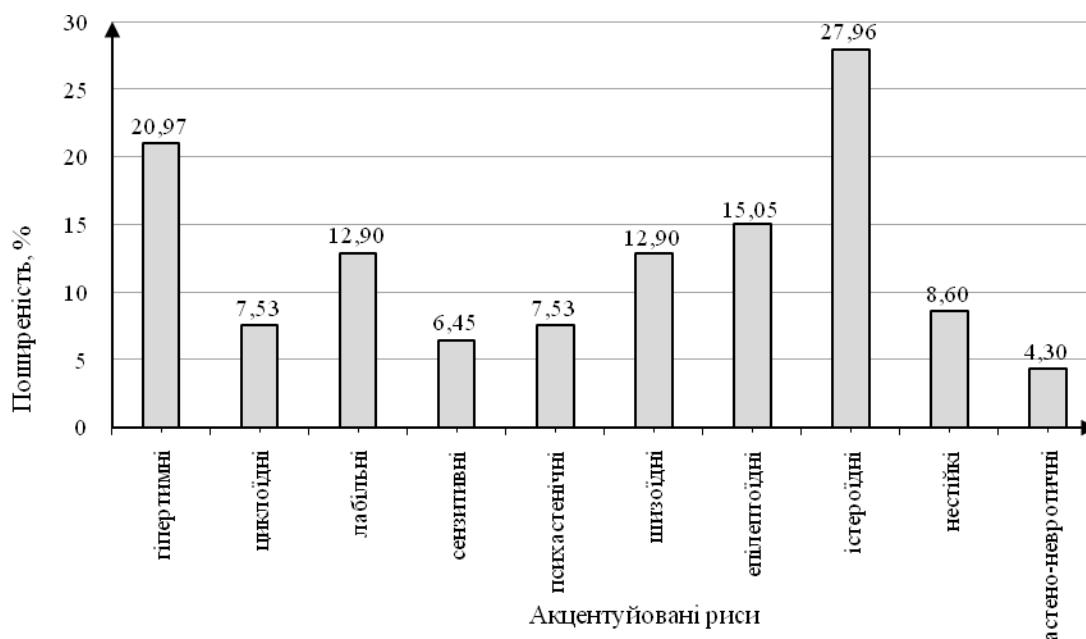


Рис.1 Поширеність акцентуованих рис у складі «чистих» та «змішаних» акцентуацій характеру досліджуваних підлітків

Характеристика різних типів акцентуацій характеру підлітків

Тип акцентуації	Прояви акцентуованих рис	Ситуації, адресовані до «слабких місць»	Реакція на труднощі та невдачі	Прояви декомпенсації
1	2	3	4	5
Гіпертимний	Оптимізм, завжди підвищений настрій, жага діяльності, ініціативність, надмірна самостійність, комунікабельність, прагнення до лідерства; нестійкість, легковажність, імпульсивність; ризиковість.	Необхідність виконувати монотонну діяльність в умовах жорсткого контролю.	Невдачі можуть викликати бурхливу афективну реакцію, але на довго не вибивають з колії.	Спалахи роздратування, гніву, агресії; реакції емансипації та конфлікти з дорослими; схильність до групових форм делінквентної поведінки.
Циклоїдний	Циклічні зміни емоційного фону: активність, жвавість, балакучість (період емоційного підйому) або похмурість, пригніченість, замкнутість, повільність у мисленні та діях (субдепресивна фаза).	Самотність, однамнітна діяльність, кропітка праця в період підйому; різкі зміни обстановки, необхідність активної діяльності, інтенсивних контактів у субдепресивній фазі; критика з боку оточуючих.	Незначні неприємності переживають вкрай важко: на критику відповідають роздратуванням, спалахами гніву з відчаєм і тугою. Серйозні невдачі поглиблюють субдепресивний стан.	Спалахи гніву, люті або розпач та туга, схильність до гострих афективних інтрапунітивних реакцій, суїцидальних тенденцій.
Лабільний	Вкрай мінливий настрій, емоційність, експресивність, схильність до глибоких і тривалих переживань, вразливість, м'якосердність, доброзичливість; розвинене почуття обов'язку, відповідальність, тактовність.	«Відштовхування» значущими людьми, вимушена розлука з ними; осуд, критика з боку оточуючих.	Надзвичайно важко переживають невдачі, схильні до депресивних проявів; осуд з боку оточуючих часто викликає відчуття безпорадності, туги.	Гострі афективні імпульсивних чи інтрапунітивних реакцій, реактивні депресії, важкі невротичні зриви.
Сензитивний	Надмірна вразливість, високі моральні вимоги до себе, тривожність, боязливість; надмірна емоційна прив'язаність до рідних, невміння захищатися та відстоювати власну позицію, покірність, схильність до самоприниження.	Ситуації перевірки здібностей, публічних виступів; інтенсивні контакти з мало знайомими людьми; несправедливі звинувачення з боку оточуючих.	У відповідь на осуд з боку оточуючих – плач, відчай, докори сумління; при невдачах – почуття власної неповноцінності, депресивні прояви.	Реакції гіперкомпенсації; афективні реакції інтрапунітивного типу, суїцидальні тенденції.
Психастенічний	Нерішучість, формалізм, педантизм, схильність до роздумів (часто порожніх), самоаналізу; тривожність та схильність до нав'язливих думок і дій, відповідальність, охайність, дисциплінованість.	Необхідність приймати відповідальні рішення та робити вибір; ситуації перевірки здібностей.	Невдачі посилюють нерішучість і сумніви, викликають «фіксацію» на негативних переживаннях.	Реакції гіперкомпенсації (безапеляційні судження та «невмотивована впертість»); нав'язливі стани (обсесивно-компульсивні розлади).
Шизоїдний	Замкнутість, відчуженість, емоційна холодність, знижена потреба у спілкуванні, уникання контактів; схильність до суперечливих вчинків, дивакуватих захоплень (занурення у світ власних фантазій); погано розвинені інтуїція та емпатія.	Спроби «вторгнення» оточуючих у внутрішній світ; необхідність швидкого встановлення неформальних контактів.	Невдачі у спілкуванні провокують ізоляцію, крайню відчуженість, занурення у світ фантазій.	Реакції емансипації, хобі-реакції (інтелектуально-естетичні), гострі афективні реакції імпульсивного та екстрапунітивного типів.

1	2	3	4	5
Астено-невротичний	Включає ознаки невротатії(в дитинстві) та астеничного невроту (дратівлива слабкість, підвищена втомлюваність, вередливість, плаксивість, іпохондричні ідеї, підвищена тривожність особливо в ситуаціях невизначеності).	Різкі зміни оточення; необхідність тривалий час займатись монотонною розумовою діяльністю, вимушене очікування, ситуації перевірки здібностей, змагання.	Дратівливість, що змінюється плачем та каяттям, спалахи гніву, спрямовані на випадкових людей, а не на джерело роздратування.	Загострення соматичної невротичної симптоматики.
Епілептоїдний	Схильність до дисфорії, запальність, «патологічна влада потягів», імпульсивність; в'язкість та негнучкість мислення (педантизм, дріб'язковість); непоступливість, владність.	Конфлікти з приводу обмеження інтересів, особливо – зазіхання на майно підлітка.	Навіть незначні обмеження інтересів викликають розрядки афекту (спалахи гніву, фізичну агресію), загострення дисфорії.	Реакції емансипації з озлобленістю та мстивістю, суїцидальні тенденції демонстративного типу; розлади потягів; делінквентна поведінка.
Нестійкий	Прагнення до споживачького способу життя: пошук розваг, задоволень, нових вражень. Безвідповідальність, без ініціативності, боягузливість, висока навіюваність, поверховість мислення, легковажність.	Умови бездоглядності; необхідність докладання вольових зусиль.	На будь-які труднощі реагують спробою втечі, не здатні докладати зусилля для їх подолання.	Реакції емансипації, імітації (часто копіювання моделей жорстокої поведінки); делінквентна поведінка, алкоголізація.
Істероїдний	Надмірний егоцентризм, поверховість почуттів, прагнення привернути до себе увагу в будь-який спосіб, експресивність, комунікабельність; схильність до самовихвалянь, обманів.	Ігнорування оточуючими, ураження самолюбства, втрата надії на отримання високого статусу, розвінчана виключність.	Характерне «витіснення» негативних переживань, реакції компенсації; демонстративні афективні спалахи. Намагаються ухилятися від вирішення неочікуваних проблем.	Гострі афективні реакції демонстративного типу: суїцидальні тенденції, втечі з дому; реакції опозиції, імітації, «втечі у хворобу».
Конформний	Життя за правилом: «бути як всі», конформність, навіюваність, некритичність мислення, банальність та шаблонність суджень, ригідність поведінки, консерватизм.	Необхідність прояву ініціативи, приймання відповідальних рішень; різкі зміни оточення; виключення з референтної групи.	Реактивні стани виникають тільки у відповідь на необхідність прояву особистої ініціативи, схильні ухилятися від боротьби з труднощами, приймати невдачі як належне.	Реакції групування, імітації, емансипації (якщо дорослі стають на заваді звичному спілкуванню з однолітками); схильність до алкоголізації та групових правопорушень.

Додаток Б

Дослідження фрустраційних реакцій підлітків-респондентів

Таблиця 1

Характеристика фрустраційних ситуацій «Тесту фрустраційних реакцій» С.Розенцвейга

Тип	№	Зміст ситуації	Фраза опонента	Аналіз фруструючих впливів
1	2	3	4	5
Ситуації «перешкоди»	1	Суб'єкт зазнає матеріальних збитків через необережність водія автомобіля, але той вибачається	«Дуже прикро, що ми забризкали Ваш костюм, хоча й намагались об'їхати калюжу»	Ненавмисне завдання шкоди суб'єкту: псування майна, необхідність змінювати плани через неохайний зовнішній вигляд
	3	Капелюх пані затуляє суб'єктові екран в кінотеатрі, на цьому акцентує увагу опонент, що сидить поруч	«Ви ж не бачите екрану!»	Зіпсоване дозвілля через некультурність іншої людини; втручання сторонньої людини, що підбурює до загострення конфлікту
	4	Автоперевізник висловлює жаль з приводу технічних несправностей автомобіля, через що суб'єкт зазнав збитків	«Так прикро, що машина зламалася, і Ви через це спізнилися на потяг»	Ненавмисне завдання шкоди суб'єкту: неякісно надана послуга, запізнення та марнування часу, необхідність змінювати плани. При цьому жодного натяку на готовність опонента відшкодувати завдані збитки
	6	Бібліотекар вимагає відмовитись від однієї з необхідних суб'єктові книг	«Згідно з правилами бібліотеки, Ви можете взяти одночасно тільки дві книги»	Зіткнення з жорсткими правилами, директивами, необхідність робити вибір, змінювати плани, відмовляючись від необхідної речі
	8	З'ясування стосунків двох знайомих (приятелів)	«Твоя подруга запросила мене сьогодні ввечері на танці. Вона сказала, що ти не прийдеш»	Поширення неприємних чуток, підбурювання до конфлікту; підступний вчинок близької людини
	9	Суб'єкт вимагає у працівника хімістки повернути його плащ	«Розумію, що Вам потрібен Ваш плащ, але маєте зачекати до обіду, доки не прийде завідуючий»	Зіткнення з жорсткими правилами, директивами; невчасно надана послуга; необхідність чекати, змінювати плани або робити вибір між марнуванням часу та одержанням потрібної речі; обмеження доступу до власного майна
	11	Телефонний дзвінок незнайомця пізно вночі розбудив суб'єкта	«Вибачте, будь ласка, очевидно, нас неправильно з'єднали»	Дрібна побутова неприємність: ненавмисне порушення спокою (переривання сну) ввічливою незнайомою людиною
	12	Суб'єкт не знаходить свого капелюха в роздягальні, приятель висловлює припущення щодо можливих причин інциденту	«Якщо це не твій капелюх, то, можливо, Петренко помилково взяв твого, а свого лишив тут»	Небезпека втрати власного майна; повідомлення сторонньою людиною неперевіреної інформації про кривдника; необхідність змінювати плани через помилку іншої особи
	13	Наділена адміністративною владою особа відмовляє суб'єктові в аудієнції	«Не могу я зараз Вас прийняти, хоча вчора ми й домовлялись про це»	Порушення домовленості особою, вищою за соціальним статусом та наділеною адміністративною владою, необхідність змінювати плани, неможливість реалізації мети, в досяжності якої не було сумнівів
	14	Приятелька суб'єкта висловлює обурення з приводу непунктуальності їхньої спільної знайомої	«Вона вже 10 хвилин як мала бути тут»	Необхідність чекати (марнування часу), непунктуальність оточуючих, дратування іншої людини та підбурювання нею до конфлікту
	15	Приятель телефонує суб'єктові, щоб відмінити їхню зустріч, важливу для суб'єкта	«Розумію, що підводжу тебе, але приїхати не зможу»	Необхідність змінювати плани через необов'язковість, безвідповідальність іншої людини; неможливість реалізації мети, в досяжності якої не було сумнівів
	18	Продавець магазину повідомляє суб'єктові про неможливість придбання ним бажаного товару	«Дуже прикро, але ми якраз продали останній екземпляр»	Втрата можливості реалізації цілком досяжної мети, спричинена більшою спритністю сторонньої людини

1	2	3	4	5
Ситуації «перешкоди»	20	Приятелька суб'єкта висловлює обурення з приводу незрозумілої поведінки їхньої спільної знайомої, що сидить з друзями за сусіднім столиком в ресторані	«Хотіла б я знати, чому вона нас не запросила...»	Зверхня поведінка знайомої людини, дратування іншої особи та підбурювання нею до конфлікту
	22	Суб'єкт падає посеред вулиці, перехожі ввічливо цікавляться його самопочуттям	«Ви не забились?»	Потрапляння у незручне становище, свідком якого стають сторонні люди; біль від забиття, що ускладнює продовження попередньої діяльності
	23	Суб'єкт збирається в дорогу, його дружина (подруга / мати) передає повідомлене по телефону прохання родички дочекатись її приїзду	«Це тітка Наталка. Вона просить почекати, доки не приїде, щоб ще раз побажати нам щасливої дороги»	Необхідність чекати та ризик запізнитись через нав'язливу комунікабельність іншої людини, неможливість відмовити їй безпосередньо – необхідність спілкуватися через третю особу
	24	Чоловік повертає суб'єктові його газету, зіпсовану дитиною	«Ось Ваша газета. Мені дуже шкода, що дитина її порвала»	Дрібна побутова неприємність – псування особистого (не коштовного) майна малою дитиною і бездіяльність дорослого, що мав би контролювати її дії
	2	Знайомо суб'єкта в розпачі через їхню незграбність, яка призвела до псування майна	«Це катастрофа – ми розбили улюблену вазу моєї мами»	Причетність до ненавмисного псування майна іншої (не зовсім байдужої) людини; паніка та звинувачення з боку співучасника проступку
Ситуації «звинувачення»	5	Жінка висловлює суб'єкту невдоволення якістю надання послуг в крамниці, де той працює	«Ось уже втретє я приходжу до вас з годинником. Я придбала його тиждень тому, але щойно приношу його додому – він зупиняється»	Пред'явлення претензій щодо якості роботи з боку незнайомої людини
	7	Офіціант ввічливо робить зауваження суб'єкту (клієнту ресторану)	«А чи не забагато галасу Ви створюєте?»	Звинувачення у низькому рівні культури поведінки
	10	Стороння людина звинувачує суб'єкта у нещирості	«Ви брехун! І Ви самі це знаєте!»	Необґрунтовані звинувачення у нещирості, висловлені в різкій безапеляційній формі
	16	З'ясування стосунків між учасниками дорожнього руху (водіями)	«Ви взагалі не мали права мене обганяти!»	Звинувачення у порушенні правил дорожнього руху, не підкріплені доказами та висловлені у безапеляційній формі; звинувачення незнайомої людини у зазіханні на її права
	17	Жінка (подруга / мати) суб'єкта звинувачує його в не уважності	«Ну як навмисне, тепер ти загубив ключі»	Принизливі звинувачення в не уважності, висловлені близькою людиною
	19	Представник правоохоронних органів висуває звинувачення суб'єкту у порушенні ним правил дорожнього руху	«І що ж Ви, власне, думали, проїжджаючи біля школи зі швидкістю 80 кілометрів на годину?»	Звинувачення у порушенні правил дорожнього руху, справедливо пред'явлені уповноваженою особою та підкріплені фактами
	21	Суб'єктові повідомляють про можливі наслідки його вчорашнього конфлікту з іншою людиною	«З людиною, яку Ви образили, вчора сталося нещастя, і тепер вона лежить в лікарні»	Необґрунтовані звинувачення у завданні важкої моральної та фізичної шкоди особистості

Таблиця 2

**Співвідношення різних категорій фрустраційних реакцій
досліджуваних підлітків**

n = 186

№ п/п	Досліджувані підлітки	Вік, років	Тип акцентуації	Категорії фрустраційних реакцій, %																		
				різної спрямованості						різних типів						незалежно від типу і спрямованості						
				Е	І	М	ОД	ED	NP	Е'	Е	Е	І	І	І	І	І	І	І	І	І	І
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
1	Богдан Т.	13	гіпертимний	81,2	10,4	8,3	10,4	79,1	10,4	4,2	66,6	10,4	6,2	4,2	0,0	0,0	8,3	0,0				
2	Колія К.	12		54,1	20,8	25,0	20,8	29,1	50,0	8,3	25,0	20,8	4,2	4,2	12,5	8,3	0,0	16,6				
3	Артем Г.	11		45,8	8,3	41,6	35,4	31,2	29,1	10,4	22,9	12,5	0,0	6,2	2,1	25,0	2,1	14,6				
4	Денис П.	11		22,9	29,1	47,9	6,2	27,0	66,6	0,0	18,7	4,2	0,0	0,0	0,0	29,1	6,2	33,3				
5	Євма А.	15		29,1	41,6	29,1	29,1	31,2	39,6	6,2	12,5	10,4	4,2	16,6	20,8	18,7	2,1	8,3				
6	Ольга Г.	15		72,9	14,6	8,3	29,1	45,8	20,8	12,5	41,6	18,7	8,3	4,2	2,1	8,3	0,0	0,0				
7	Ангеліна В.	12		12,5	37,5	50,0	25,0	31,2	43,7	2,1	4,2	6,2	0,0	18,7	18,7	22,9	8,3	18,7				
8	Денис Н.	13		16,6	33,3	50,0	35,4	31,2	33,3	4,2	8,3	4,2	0,0	0,0	14,6	18,7	31,2	8,3				
9	Юлія О.	13		22,9	37,5	39,6	35,4	29,1	35,4	8,3	8,3	6,2	10,4	16,6	10,4	16,6	4,2	18,7				
10	Нелія Ч.	14		4,2	50,0	45,8	22,9	18,7	58,3	0,0	0,0	4,2	0,0	0,0	18,7	31,2	22,9	0,0				
11	Валера П.	11	35,4	31,2	33,3	20,8	31,2	47,9	10,4	12,5	12,5	4,2	18,7	8,3	6,2	0,0	27,0					
12	Дар'я З.	14	20,8	31,2	27,0	20,8	16,6	41,6	8,3	0,0	12,5	4,2	12,5	14,6	8,3	4,2	14,6					
13	Анастасія Щ.	15	33,3	33,3	29,1	31,2	25,0	39,6	20,8	2,1	10,4	0,0	22,9	10,4	0,0	18,7						
14	Дмитро Д.	12	29,1	29,1	25,0	25,0	35,4	22,9	8,3	18,7	2,1	4,2	12,5	12,5	4,2	8,3						
15	Міляга К.	12	35,4	31,2	33,3	35,4	33,3	31,2	18,7	14,6	2,1	4,2	14,6	12,5	12,5	4,2	16,6					
16	Катерина П.	12	22,9	41,6	35,4	25,0	20,8	54,1	0,0	0,0	22,9	6,2	12,5	22,9	18,7	8,3	8,3					
17	Влад Д.	11	58,3	12,5	29,1	37,5	41,6	20,8	12,5	37,5	8,3	0,0	4,2	8,3	25,0	0,0	4,2					
18	Єлизавета К.	11	39,6	12,5	47,9	47,9	33,3	18,7	22,9	16,6	0,0	0,0	8,3	4,2	25,0	8,3	14,6					
19	Владислав П.	15	62,5	20,8	16,6	35,4	45,8	18,7	16,6	41,6	4,2	8,3	4,2	8,3	10,4	0,0	6,2					
20	Діма О.	14	54,1	10,4	27,0	31,2	50,0	10,4	0,0	45,8	8,3	4,2	4,2	2,1	27,0	0,0	0,0					
21	Ярослав Ш.	13	75,0	8,3	16,6	29,1	68,7	2,1	4,2	68,7	2,1	8,3	0,0	0,0	16,6	0,0	0,0					
22	Павло Н.	13	87,5	4,2	8,3	16,6	77,1	6,2	4,2	77,1	6,2	4,2	4,2	0,0	0,0	8,3	0,0					
23	Владислав Б.	14	54,1	20,8	25,0	22,9	43,7	33,3	8,3	43,7	2,1	4,2	0,0	16,6	10,4	0,0	14,6					
24	Дмитро К.	13	89,6	2,1	0,0	22,9	58,3	10,4	22,9	58,3	8,3	0,0	0,0	0,0	2,1	0,0	0,0					
25	Валерія Б.	12	56,2	12,5	31,2	47,9	33,3	18,7	18,7	29,1	8,3	4,2	4,2	4,2	25,0	0,0	6,2					
26	Олександра П.	11	31,2	18,7	50,0	52,1	18,7	29,1	8,3	18,7	4,2	4,2	4,2	0,0	14,6	39,6	0,0					
27	Дмитро Т.	11	6,2	29,1	52,1	14,6	25,0	47,9	0,0	2,1	4,2	0,0	14,6	14,6	14,6	8,3	29,1					
28	Катерина В.	14	27,0	20,8	52,1	35,4	37,5	27,0	8,3	8,3	10,4	0,0	18,7	2,1	27,0	10,4	14,6					
29	Володимир В.	13	56,2	22,9	20,8	43,7	35,4	20,8	22,9	16,6	16,6	4,2	14,6	4,2	16,6	4,2	0,0					
30	Дмитро В.	13	50,0	4,2	41,6	27,0	45,8	22,9	14,6	33,3	2,1	0,0	4,2	0,0	12,5	8,3	20,8					
31	Лілія Є.	13	10,4	39,6	45,8	25,0	41,6	29,1	2,1	8,3	0,0	0,0	18,7	20,8	22,9	14,6	8,3					
32	Олексій П.	13	27,0	6,2	58,3	43,7	18,7	29,1	10,4	12,5	4,2	0,0	2,1	4,2	33,3	4,2	20,8					
33	Валентин К.	14	60,4	14,6	25,0	52,1	31,2	16,6	27,0	22,9	10,4	0,0	8,3	6,2	25,0	0,0	0,0					

Продовження табл. 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
34	Владислав З.	14	гіпергігантизм-істероїдно-нестійкий	75,0	14,6	10,4	22,9	47,9	29,1	14,6	35,4	25,0	0,0	10,4	4,2	8,3	2,1	0,0
35	Андрій Д.	12		62,5	20,8	16,6	35,4	52,1	12,5	10,4	52,1	0,0	12,5	0,0	8,3	12,5	0,0	4,2
36	Максим П.	14		66,6	4,2	29,1	39,6	47,9	12,5	20,8	43,7	2,1	0,0	4,2	0,0	18,7	0,0	10,4
37	Ірина Ш.	14		29,1	37,5	33,3	47,9	22,9	29,1	14,6	10,4	4,2	8,3	12,5	16,6	25,0	0,0	8,3
38	Ігор Щ.	14	гіпергігантизм-нестійкий	35,4	16,6	47,9	47,9	29,1	22,9	10,4	20,8	4,2	4,2	8,3	4,2	33,3	0,0	14,6
39	Кристина Ж.	11		62,5	18,7	18,7	22,9	58,3	18,7	10,4	52,1	0,0	4,2	4,2	10,4	8,3	2,1	8,3
40	Валерія К.	11		10,4	29,1	56,2	25,0	20,8	50,0	6,2	4,2	0,0	4,2	12,5	12,5	14,6	4,2	37,5
41	Дар'я Б.	15	циклоїдний	50,0	18,7	31,2	39,6	29,1	31,2	12,5	14,6	22,9	4,2	14,6	0,0	22,9	0,0	8,3
42	Руслан Б.	13		16,6	29,1	54,1	29,1	25,0	45,8	0,0	4,2	12,5	0,0	16,6	12,5	29,1	4,2	20,8
43	Міхаїла Г.	12		25,0	35,4	39,6	31,2	37,5	31,2	8,3	12,5	4,2	4,2	16,6	14,6	18,7	8,3	12,5
44	Артем В.	14		33,3	29,1	33,3	33,3	22,9	39,6	14,6	12,5	6,2	4,2	10,4	14,6	14,6	0,0	18,7
45	Юрій Б.	14	лабільний	41,6	8,3	45,8	50,0	37,5	8,3	16,6	20,8	4,2	0,0	4,2	4,2	33,3	12,5	0,0
46	Віктор Б.	13		20,8	12,5	29,1	25,0	8,3	29,1	8,3	4,2	8,3	8,3	4,2	0,0	8,3	0,0	20,8
47	Тетяна Д.	13		35,4	27,0	37,5	22,9	45,8	31,2	8,3	18,7	8,3	0,0	16,6	10,4	14,6	10,4	12,5
48	Роман К.	13		64,5	20,8	14,6	22,9	47,9	29,1	16,6	39,6	8,3	0,0	8,3	12,5	6,2	0,0	8,3
49	Кирило В.	14		68,7	18,7	8,3	25,0	45,8	25,0	20,8	39,6	8,3	4,2	6,2	8,3	0,0	0,0	8,3
50	Юлія К.	14		62,5	12,5	20,8	27,0	64,5	4,2	8,3	54,1	0,0	0,0	8,3	4,2	18,7	2,1	0,0
51	Віктор С.	13	лабільно-циклоїдний	35,4	16,6	35,4	14,6	39,6	33,3	8,3	22,9	4,2	0,0	4,2	12,5	6,2	12,5	16,6
52	Віталій Б.	13		66,6	22,9	10,4	18,7	52,1	29,1	4,2	52,1	10,4	8,3	0,0	14,6	6,2	0,0	4,2
53	Бенюк Р.	11		29,1	37,5	33,3	31,2	29,1	39,6	10,4	12,5	6,2	8,3	12,5	16,6	12,5	4,2	16,6
54	Ірина А.	14		43,7	33,3	22,9	37,5	35,4	27,0	10,4	22,9	10,4	8,3	12,5	12,5	18,7	0,0	4,2
55	Альона К.	14		66,6	20,8	12,5	37,5	33,3	29,1	22,9	27,0	16,6	4,2	6,2	10,4	10,4	0,0	2,1
56	Богдан Я.	12		29,1	22,9	47,9	43,7	16,6	39,6	8,3	12,5	8,3	0,0	4,2	18,7	35,4	0,0	12,5
57	Андрій П.	13	лабільно-астено-неврогічний	68,7	18,7	8,3	27,0	37,5	31,2	14,6	33,3	20,8	8,3	4,2	6,2	4,2	0,0	4,2
58	Ірина Ю.	12		8,3	41,6	50,0	25,0	12,5	62,5	0,0	4,2	4,2	6,2	4,2	31,2	18,7	4,2	27,0
59	Марія М.	13		25,0	37,5	37,5	27,0	27,0	45,8	6,2	14,6	4,2	4,2	10,4	22,9	16,6	2,1	18,7
60	Богдан П.	11		37,5	4,2	45,8	45,8	29,1	12,5	8,3	29,1	0,0	0,0	0,0	4,2	37,5	0,0	8,3
61	Владислав П.	11	лабільно-сензитивний	31,2	25,0	39,6	37,5	25,0	33,3	12,5	14,6	4,2	8,3	8,3	8,3	16,6	2,1	20,8
62	Руслан Г.	13		75,0	8,3	8,3	16,6	62,5	12,5	12,5	54,1	8,3	4,2	4,2	0,0	0,0	4,2	4,2
63	Аліна Н.	12		50,0	18,7	31,2	14,6	37,5	47,9	10,4	27,0	12,5	0,0	0,0	18,7	4,2	10,4	16,6
64	Вікторія П.	11		47,9	39,6	12,5	35,4	33,3	31,2	27,0	20,8	0,0	8,3	4,2	27,0	0,0	8,3	4,2
65	Василь О.	12	лабільно-істероїдний	37,5	37,5	25,0	29,1	29,1	41,6	8,3	16,6	12,5	4,2	12,5	20,8	16,6	0,0	8,3
66	Лілія Ш.	14	лабільно-нестійкий	41,6	18,7	27,0	52,1	25,0	10,4	33,3	8,3	0,0	0,0	12,5	6,2	18,7	4,2	4,2
67	Світлана К.	14	астено-неврогічний	43,7	20,8	31,2	20,8	54,1	20,8	6,2	33,3	4,2	0,0	16,6	4,2	14,6	4,2	12,5
68	Каріна В.	13		58,3	12,5	29,1	68,7	16,6	14,6	43,7	8,3	6,2	0,0	8,3	4,2	25,0	0,0	4,2
69	Ілля А.	12		16,6	20,8	62,5	37,5	18,7	43,7	12,5	4,2	0,0	4,2	8,3	8,3	20,8	6,2	35,4
70	Олександра Д.	11	сензитивний	16,6	25,0	45,8	20,8	16,6	50,0	10,4	0,0	6,2	0,0	4,2	20,8	10,4	12,5	22,9
71	Юлія П.	15		27,0	45,8	27,0	14,6	20,8	64,5	6,2	4,2	16,6	0,0	12,5	33,3	8,3	4,2	14,6
72	Максим Г.	14	сензитивно-астено-неврогічний	35,4	20,8	35,4	39,6	27,0	25,0	18,7	12,5	4,2	4,2	8,3	8,3	16,6	6,2	12,5
73	Олександра І.	12		95,8	0,0	4,2	10,4	68,7	20,8	6,2	68,7	20,8	0,0	0,0	0,0	4,2	0,0	0,0

Продовження табл. 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
74	Мілад М.	12	сензитивно-психастенічний	29,1	18,7	47,9	43,7	16,6	35,4	4,2	12,5	12,5	4,2	4,2	10,4	35,4	0,0	12,5
75	Каріна В.	12		18,7	12,5	68,7	37,5	27,0	35,4	8,3	10,4	0,0	2,1	8,3	2,1	27,0	8,3	33,3
76	Фелір М.	12		70,8	14,6	14,6	12,5	60,4	27,0	6,2	52,1	12,5	0,0	4,2	10,4	6,2	4,2	4,2
77	Володимир У.	12		52,1	20,8	22,9	14,6	52,1	29,1	6,2	31,2	14,6	4,2	12,5	4,2	4,2	8,3	10,4
78	Дмитро П.	11		14,6	27,0	54,1	25,0	27,0	43,7	0,0	14,6	0,0	0,0	8,3	18,7	25,0	4,2	25,0
79	Олена Б.	14		66,6	12,5	20,8	47,9	37,5	14,6	33,3	27,0	6,2	4,2	2,1	6,2	10,4	8,3	2,1
80	Дмитро Ш.	15	психастенічний	50,0	33,3	16,6	12,5	33,3	54,1	4,2	20,8	25,0	4,2	8,3	20,8	4,2	4,2	8,3
81	Максим Л.	14		50,0	29,1	16,6	25,0	37,5	33,3	12,5	22,9	14,6	0,0	10,4	18,7	12,5	4,2	0,0
82	Катерина З.	12		12,5	43,7	43,7	18,7	20,8	60,4	4,2	4,2	4,2	4,2	16,6	22,9	10,4	0,0	33,3
83	Анна Б.	12		50,0	25,0	25,0	50,0	27,0	22,9	27,0	12,5	10,4	4,2	14,6	6,2	18,7	0,0	6,2
84	Максим К.	13		31,2	41,6	27,0	22,9	29,1	47,9	2,1	16,6	12,5	4,2	4,2	33,3	16,6	8,3	2,1
85	Марина К.	13		39,6	20,8	39,6	20,8	37,5	41,6	6,2	20,8	12,5	0,0	12,5	8,3	14,6	4,2	20,8
86	Юлія Ш.	13		20,8	33,3	45,8	18,7	39,6	41,6	6,2	10,4	4,2	0,0	16,6	16,6	12,5	12,5	20,8
87	Любов Д.	15		27,0	25,0	35,4	18,7	22,9	45,8	4,2	10,4	12,5	0,0	4,2	20,8	14,6	8,3	12,5
88	Юлія Т.	13	пшизоїдний	10,4	39,6	50,0	20,8	39,6	39,6	0,0	6,2	4,2	2,1	20,8	16,6	18,7	12,5	18,7
89	Андрій Н.	13		39,6	14,6	33,3	41,6	25,0	20,8	6,2	25,0	8,3	4,2	0,0	10,4	31,2	0,0	2,1
90	Надія Р.	12		14,6	35,4	50,0	31,2	22,9	45,8	14,6	0,0	0,0	4,2	18,7	12,5	12,5	4,2	33,3
91	Валентина М.	12	пшизоїдно-сензитивний	29,1	12,5	50,0	33,3	25,0	33,3	12,5	12,5	4,2	0,0	12,5	0,0	20,8	0,0	29,1
92	Віталій М.	12		35,4	20,8	39,6	10,4	20,8	64,5	2,1	20,8	12,5	0,0	0,0	20,8	8,3	0,0	31,2
93	Дмитро П.	12	пшизоїдно-психастенічний	29,1	16,6	50,0	45,8	14,6	35,4	12,5	14,6	2,1	4,2	0,0	12,5	29,1	0,0	20,8
94	Максим Б.	12		56,2	25,0	18,7	22,9	39,6	37,5	14,6	22,9	18,7	4,2	4,2	16,6	4,2	12,5	2,1
95	Арсен К.	12		39,6	29,1	31,2	43,7	31,2	25,0	25,0	12,5	2,1	0,0	12,5	16,6	18,7	6,2	6,2
96	Микола М.	12		27,0	47,9	25,0	20,8	33,3	45,8	4,2	16,6	6,2	4,2	16,6	27,0	12,5	0,0	12,5
97	Дар'я Т.	12		45,8	18,7	31,2	16,6	37,5	41,6	8,3	16,6	20,8	0,0	4,2	14,6	8,3	16,6	6,2
98	Дмитро Н.	12		39,6	20,8	35,4	31,2	43,7	20,8	16,6	22,9	0,0	0,0	16,6	4,2	14,6	4,2	16,6
99	Дар'я А.	11	пшизоїдно-епілептоїдний	43,7	27,0	25,0	20,8	31,2	43,7	8,3	20,8	14,6	2,1	4,2	20,8	10,4	6,2	8,3
100	Катерина Щ.	15		41,6	22,9	35,4	25,0	37,5	37,5	8,3	16,6	16,6	0,0	8,3	14,6	16,6	12,5	6,2
101	Максим Д.	12		45,8	0,0	4,2	0,0	39,6	10,4	0,0	39,6	6,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,2
102	Андрій К.	13		56,2	12,5	31,2	45,8	43,7	10,4	20,8	35,4	0,0	0,0	6,2	6,2	25,0	2,1	4,2
103	Алла Н.	11		52,1	27,0	20,8	16,6	62,5	20,8	2,1	45,8	4,2	4,2	12,5	10,4	10,4	4,2	6,2
104	Дмитро К.	14	пшизоїдно-епілептоїдно-істероїдний	41,6	22,9	27,0	16,6	50,0	25,0	4,2	25,0	12,5	0,0	16,6	6,2	12,5	8,3	6,2
105	Надія П.	13		31,2	41,6	27,0	12,5	47,9	39,6	0,0	22,9	8,3	4,2	16,6	20,8	8,3	8,3	10,4
106	Аня С.	12		8,3	43,7	47,9	12,5	37,5	50,0	0,0	2,1	6,2	2,1	16,6	25,0	10,4	18,7	18,7
107	Богдан С.	13	пшизоїдно-істероїдний	37,5	31,2	31,2	25,0	37,5	37,5	8,3	25,0	4,2	0,0	12,5	18,7	16,6	0,0	14,6
108	Юлія Ш.	12		31,2	22,9	45,8	37,5	33,3	29,1	14,6	12,5	4,2	0,0	10,4	12,5	22,9	10,4	12,5
109	Анастасія М.	14	пшизоїдно-нестійкий	14,6	12,5	18,7	18,7	14,6	12,5	6,2	4,2	4,2	0,0	8,3	4,2	12,5	2,1	4,2
110	Марія І.	12		2,1	18,7	54,1	20,8	2,1	52,1	0,0	0,0	2,1	4,2	2,1	12,5	16,6	0,0	37,5
111	Максим Л.	12	епілептоїдний	25,0	37,5	37,5	29,1	33,3	37,5	12,5	4,2	8,3	4,2	25,0	8,3	12,5	4,2	20,8

Продовження табл. 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
112	Влад М.	12	епілептоїдний	66,6	18,7	14,6	25,0	50,0	25,0	10,4	45,8	10,4	4,2	0,0	14,6	10,4	4,2	0,0
113	Ярослав П.	12		52,1	22,9	25,0	31,2	27,0	41,6	25,0	18,7	8,3	0,0	8,3	14,6	6,2	0,0	18,7
114	Валентина М.	11		16,6	41,6	41,6	25,0	22,9	52,1	12,5	4,2	0,0	0,0	12,5	29,1	12,5	6,2	22,9
115	Олексій Ш.	15		58,3	22,9	18,7	33,3	45,8	20,8	22,9	27,0	8,3	0,0	10,4	12,5	10,4	8,3	0,0
116	Артем А.	14		66,6	14,6	10,4	27,0	50,0	14,6	8,3	45,8	12,5	8,3	4,2	2,1	10,4	0,0	0,0
117	Юрій О.	13		12,5	8,3	20,8	8,3	12,5	20,8	0,0	4,2	8,3	0,0	0,0	8,3	8,3	8,3	4,2
118	Діма В.	12		14,6	35,4	50,0	14,6	35,4	50,0	6,2	4,2	4,2	4,2	0,0	18,7	16,6	8,3	12,5
119	Євген П.	14		33,3	8,3	58,3	33,3	20,8	45,8	0,0	20,8	12,5	12,5	0,0	0,0	8,3	33,3	0,0
120	Фарид А.	12		58,3	6,2	35,4	37,5	41,6	20,8	20,8	25,0	12,5	12,5	0,0	6,2	0,0	16,6	10,4
121	Тетяна Д.	12		29,1	18,7	52,1	39,6	25,0	35,4	4,2	8,3	16,6	0,0	12,5	6,2	35,4	4,2	12,5
122	Діана Л.	13		31,2	27,0	37,5	16,6	29,1	50,0	4,2	20,8	6,2	0,0	8,3	18,7	12,5	0,0	25,0
123	Анастасія П.	12		33,3	25,0	37,5	20,8	31,2	43,7	8,3	14,6	10,4	0,0	8,3	16,6	12,5	8,3	16,6
124	Іван С.	13		95,8	4,2	0,0	20,8	77,1	2,1	16,6	77,1	2,1	4,2	4,2	0,0	0,0	0,0	0,0
125	Катерина П.	15		33,3	33,3	33,3	16,6	45,8	37,5	8,3	16,6	8,3	0,0	22,9	10,4	8,3	6,2	18,7
126	Агнеса К.	12		45,8	31,2	22,9	27,0	41,6	31,2	12,5	25,0	8,3	0,0	16,6	14,6	14,6	0,0	8,3
127	Олена Д.	12	10,4	35,4	54,1	18,7	16,6	64,5	6,2	0,0	4,2	4,2	0,0	8,3	27,0	12,5	8,3	
128	Кристина В.	12	43,7	43,7	12,5	31,2	35,4	33,3	18,7	18,7	6,2	8,3	16,6	18,7	4,2	0,0	8,3	
129	Анна К.	12	62,5	29,1	8,3	41,6	31,2	27,0	35,4	18,7	8,3	0,0	12,5	16,6	6,2	0,0	2,1	
130	Владислав П.	12	60,4	16,6	22,9	27,0	31,2	41,6	22,9	22,9	14,6	4,2	4,2	8,3	0,0	4,2	18,7	
131	Анастасія С.	12	75,0	14,6	6,2	29,1	47,9	18,7	22,9	39,6	12,5	0,0	8,3	6,2	6,2	0,0	0,0	
132	Анастасія Б.	11	39,6	20,8	39,6	29,1	43,7	27,0	8,3	27,0	4,2	6,2	4,2	10,4	14,6	12,5	12,5	
133	Іван К.	11	66,6	6,2	27,0	29,1	50,0	20,8	6,2	50,0	10,4	4,2	4,2	0,0	2,1	18,7	0,0	
134	Діана Л.	12	25,0	29,1	41,6	25,0	4,2	66,6	12,5	0,0	12,5	0,0	4,2	25,0	12,5	0,0	29,1	
135	Юлія Н.	12	20,8	35,4	43,7	10,4	29,1	60,4	8,3	4,2	8,3	0,0	16,6	18,7	2,1	8,3	33,3	
136	Антон С.	11	20,8	43,7	35,4	35,4	25,0	39,6	8,3	8,3	4,2	4,2	4,2	16,6	22,9	22,9	0,0	
137	Олександра С.	15	77,1	8,3	14,6	31,2	56,2	12,5	20,8	52,1	4,2	4,2	4,2	0,0	4,2	6,2	4,2	
138	Сергій Л.	14	43,7	20,8	35,4	41,6	27,0	31,2	14,6	20,8	8,3	4,2	6,2	10,4	22,9	0,0	12,5	
139	Волод М.	15	62,5	8,3	8,3	10,4	39,6	29,1	2,1	39,6	20,8	0,0	0,0	8,3	8,3	0,0	0,0	
140	Олександра Б.	13	31,2	25,0	14,6	14,6	29,1	27,0	4,2	25,0	2,1	0,0	0,0	25,0	10,4	4,2	0,0	
141	Богдан Т.	13	89,6	0,0	2,1	18,7	58,3	14,6	16,6	58,3	14,6	0,0	0,0	0,0	0,0	2,1	0,0	
142	Анна Б.	14	31,2	31,2	25,0	33,3	33,3	20,8	10,4	20,8	0,0	4,2	12,5	14,6	18,7	0,0	6,2	
143	Катерина Б.	15	41,6	29,1	29,1	22,9	31,2	45,8	12,5	10,4	18,7	0,0	14,6	14,6	10,4	6,2	12,5	
144	Ростислав Б.	13	68,7	8,3	18,7	35,4	52,1	8,3	16,6	43,7	8,3	4,2	4,2	0,0	14,6	4,2	0,0	
145	Валерія Ф.	12	47,9	10,4	37,5	47,9	27,0	20,8	10,4	20,8	16,6	0,0	6,2	4,2	37,5	0,0	0,0	
146	Ярослав Г.	13	70,8	16,6	4,2	16,6	56,2	18,7	8,3	52,1	10,4	4,2	4,2	8,3	4,2	0,0	0,0	
147	Алла Н.	13	20,8	12,5	29,1	25,0	8,3	29,1	0,0	8,3	12,5	12,5	8,3	0,0	4,2	16,6	0,0	
148	Дмитро Б.	14	70,8	12,5	12,5	16,6	45,8	33,3	10,4	41,6	18,7	0,0	4,2	8,3	6,2	0,0	6,2	
149	Міхалга Х.	11	85,4	2,1	8,3	18,7	56,2	20,8	16,6	56,2	12,5	2,1	0,0	0,0	0,0	8,3	16,6	
150	Валерій Ш.	12	8,3	37,5	54,1	41,6	29,1	29,1	8,3	0,0	8,3	0,0	4,2	20,8	12,5	29,1	8,3	

Продовження табл. 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
151	Олександр Ш.	13		16,6	29,1	54,1	33,3	25,0	41,6	4,2	12,5	0,0	0,0	12,5	16,6	29,1	0,0	25,0
152	Мілана К.	12		29,1	25,0	45,8	41,6	16,6	41,6	12,5	8,3	8,3	0,0	8,3	16,6	29,1	0,0	16,6
153	Дмитро Л.	14		39,6	22,9	37,5	20,8	43,7	35,4	10,4	20,8	8,3	0,0	4,2	18,7	10,4	18,7	8,3
154	Ярослав Г.	14		45,8	35,4	18,7	37,5	33,3	29,1	27,0	10,4	8,3	0,0	20,8	14,6	10,4	2,1	6,2
155	Саша С.	15		47,9	20,8	31,2	20,8	29,1	50,0	4,2	14,6	29,1	4,2	8,3	8,3	12,5	6,2	12,5
156	Владислав Л.	15		22,9	18,7	41,6	29,1	16,6	37,5	8,3	8,3	6,2	0,0	8,3	10,4	20,8	0,0	20,8
157	Сергій Ц.	14		29,1	33,3	37,5	16,6	52,1	31,2	0,0	12,5	16,6	4,2	27,0	2,1	12,5	12,5	12,5
158	Ігор Х.	15		37,5	35,4	27,0	22,9	29,1	47,9	10,4	18,7	8,3	4,2	8,3	22,9	8,3	2,1	16,6
159	Павло Ш.	14		56,2	20,8	22,9	12,5	54,1	33,3	0,0	41,6	14,6	0,0	12,5	8,3	12,5	0,0	10,4
160	Нагалія Д.	14		70,8	16,6	12,5	33,3	37,5	29,1	25,0	31,2	14,6	4,2	4,2	8,3	4,2	2,1	6,2
161	Олександр М.	14		33,3	33,3	25,0	8,3	35,4	47,9	0,0	18,7	14,6	0,0	12,5	20,8	8,3	4,2	12,5
162	Юрій Л.	14		56,2	8,3	10,4	18,7	43,7	12,5	8,3	35,4	12,5	0,0	8,3	0,0	10,4	0,0	0,0
163	В'ячеслав Т.	14		62,5	8,3	8,3	12,5	58,3	8,3	0,0	58,3	4,2	4,2	0,0	4,2	8,3	0,0	0,0
164	Богдан С.	15		60,4	6,2	16,6	25,0	45,8	12,5	8,3	43,7	8,3	4,2	2,1	0,0	12,5	0,0	4,2
165	Влад Р.	14		8,3	35,4	39,6	39,6	8,3	35,4	8,3	0,0	0,0	12,5	8,3	14,6	18,7	0,0	20,8
166	Сергій Б.	14		16,6	27,0	39,6	27,0	25,0	31,2	12,5	4,2	0,0	4,2	8,3	14,6	10,4	12,5	16,6
167	Дем'ян О.	14		8,3	25,0	58,3	29,1	25,0	37,5	8,3	0,0	0,0	0,0	12,5	12,5	20,8	12,5	25,0
168	Марія Б.	13		6,2	20,8	72,9	12,5	22,9	64,5	2,1	4,2	0,0	0,0	4,2	16,6	10,4	14,6	47,9
169	Дмитро Ш.	14		31,2	35,4	33,3	31,2	33,3	35,4	10,4	20,8	0,0	0,0	4,2	31,2	20,8	8,3	4,2
170	Захар К.	13		45,8	18,7	35,4	31,2	43,7	25,0	4,2	31,2	10,4	8,3	0,0	10,4	18,7	12,5	4,2
171	Марія Л.	12		43,7	22,9	29,1	41,6	20,8	33,3	20,8	16,6	6,2	4,2	4,2	14,6	16,6	0,0	12,5
172	Юрій Б.	11		31,2	37,5	31,2	16,6	29,1	54,1	12,5	8,3	10,4	0,0	10,4	27,0	4,2	10,4	16,6
173	Влад З.	13		16,6	31,2	52,1	45,8	10,4	43,7	8,3	4,2	4,2	0,0	6,2	25,0	37,5	0,0	14,6
174	Вероніка К.	13		18,7	29,1	47,9	31,2	33,3	31,2	4,2	6,2	8,3	0,0	18,7	10,4	27,0	8,3	12,5
175	Владислав Р.	13		12,5	31,2	52,1	31,2	12,5	52,1	2,1	2,1	8,3	0,0	6,2	25,0	29,1	4,2	18,7
176	Максим С.	13		37,5	37,5	25,0	41,6	45,8	12,5	6,2	29,1	2,1	20,8	8,3	8,3	14,6	8,3	2,1
177	Леніс Ш.	13		43,7	33,3	22,9	25,0	33,3	41,6	16,6	12,5	14,6	2,1	16,6	14,6	6,2	4,2	12,5
178	Діана Ш.	13		27,0	33,3	39,6	20,8	29,1	50,0	0,0	18,7	8,3	4,2	10,4	18,7	16,6	0,0	22,9
179	Віктор Б.	14		45,8	12,5	33,3	29,1	45,8	16,6	4,2	33,3	8,3	0,0	8,3	4,2	25,0	4,2	4,2
180	Леніс Л.	14		50,0	16,6	33,3	20,8	64,5	14,6	4,2	41,6	4,2	4,2	10,4	2,1	12,5	12,5	8,3
181	Євген П.	14		29,1	20,8	29,1	35,4	6,2	37,5	14,6	4,2	10,4	0,0	2,1	18,7	20,8	0,0	8,3
182	Олександр Р.	14		14,6	50,0	35,4	27,0	27,0	45,8	4,2	2,1	8,3	0,0	25,0	25,0	22,9	0,0	12,5
183	Анастасія Ш.	14		75,0	16,6	8,3	58,3	25,0	16,6	50,0	16,6	8,3	0,0	8,3	8,3	8,3	0,0	0,0
184	Володимир Ш.	13		60,4	4,6	25,0	43,7	41,6	14,6	22,9	25,0	12,5	0,0	12,5	2,1	20,8	4,2	0,0
185	Валентин Ш.	14		50,0	20,8	29,1	33,3	25,0	41,6	25,0	12,5	12,5	0,0	4,2	16,6	8,3	8,3	12,5
186	Артем Ш.	14		39,6	25,0	35,4	43,7	29,1	27,0	18,7	16,6	4,2	0,0	8,3	16,6	25,0	4,2	6,2

відсутність акцентуацій

Примітка. Е – фрустраційні реакції екстраунітвної спрямованості, І – інтраунітвної, М – імпульсивної, ОД – фрустраційні реакції перешкодно-домінантного типу, ЕД – самозахисного, НР – необхідно-наполегливого.

Таблиця 3

**Профілі фрустраційних реакцій підлітків з різними акцентуаціями характеру
та без явних акцентуацій**

n = 186

Тип акцентуацій	Профілі фрустраційних реакцій		
	залежно від спрямованості	залежно від типу	незалежно від типу і спрямованості
гіпертимний	E > M > I	NP > ED > OD	E > M' > i
циклоїдний	M > E > I	NP > OD > ED	m > M' > I
лабільний	M > E > I	OD > ED > NP	M' > E > m
астено-невротичний	E > M > I	OD > ED > NP	E' > E > M'
сензитивний	M > I > E	NP > OD > ED	m > i > M'
психастенічний	E > M > I	NP > ED > OD	E > i > M'
шизоїдний	M > I > E	NP > ED > OD	M' > i > m
епілептоїдний	E > M > I	NP > ED > OD	E > m > M'
істероїдний	E > M > I	ED > NP > OD	E > E' > i
нестійкий	E > M > I	ED > OD > NP	E > M' > e
гіпертимно-циклоїдний	I > E > M	NP > ED > OD	m > I > E'
гіпертимно-істероїдний	E > M > I	ED > OD > NP	E > M' > E'
гіпертимно-істероїдно-нестійкий	E > M > I	ED > OD > NP	E > E' > M'
гіпертимно-нестійкий	E > M > I	OD > ED > NP	E > M' > E'
лабільно-циклоїдний	E > I > M	ED > NP > OD	E > E' > i
лабільно-астено-невротичний	M > E > I	NP > OD > ED	i > M' > E
лабільно-сензитивний	E > M > I	ED > OD > NP	E > M' > m
шизоїдно-епілептоїдний	E > M > I	ED > NP > OD	E > i > M'
шизоїдно-істероїдний	M > I > E	NP > ED > OD	i > E > M'
епілептоїдно-істероїдний	E > M > I	ED > NP > OD	E > M' > m
відсутність акцентуацій	E > M > I	NP > ED > OD	E > M' > i

Примітка. Див. табл.2

Таблиця 4

**Середні значення різних категорій фрустраційних реакцій
підлітків з різними акцентуаціями характеру та без явних акцентуацій**

n = 186

Тип акцентуацій	Категорії фрустраційних реакцій, %														
	різної спрямованості			різних типів			незалежно від типу і спрямованості								
	E	I	M	OD	ED	NP	E'	E	e	I'	I	i	M'	M	m
гіпертимний	36,22	28,31	34,56	24,97	35,36	38,72	5,62	20,81	9,78	3,33	10,40	14,56	16,01	4,16	14,35
циклоїдний	25,67	25,63	47,17	31,23	24,97	42,33	6,23	7,67	11,80	2,80	14,57	8,33	22,20	2,80	22,20
лабільний	31,22	22,46	37,06	32,48	30,40	27,88	11,22	13,74	6,24	3,34	10,40	8,76	17,90	6,24	12,90
астено-невротичний	51,00	16,65	30,15	44,75	35,35	17,70	24,95	20,80	5,20	0,00	12,45	4,20	19,80	2,10	8,35
сензитивний	20,07	30,53	45,10	24,30	18,70	52,73	9,70	2,80	7,60	1,40	8,33	20,80	13,17	7,63	24,30
психастенічний	41,46	25,54	31,78	26,13	35,38	37,27	10,02	21,19	10,23	2,48	9,27	13,80	13,62	4,93	13,25
шизоїдний	24,45	28,13	41,13	24,95	31,78	36,95	4,15	13,00	7,30	1,58	10,40	16,10	19,25	8,33	13,53
епілептоїдний	34,77	22,89	33,10	24,76	29,98	36,03	9,78	17,49	7,49	2,09	8,12	12,69	12,89	4,37	15,82
істероїдний	47,51	23,01	24,46	26,65	34,86	33,42	13,65	25,38	8,46	2,48	6,89	13,65	10,53	2,61	11,31
нестійкий	53,43	14,90	21,85	27,40	36,77	26,00	9,70	29,48	14,20	2,78	5,57	6,60	14,92	1,73	5,20
гіпертимно-циклоїдний	29,83	31,90	29,80	24,27	24,27	43,03	13,17	4,87	11,80	2,80	18,03	11,10	8,30	1,40	20,10
гіпертимно-істероїдний	46,64	18,11	32,06	33,52	39,76	23,50	11,55	28,72	6,35	2,82	7,30	8,02	19,15	3,75	9,15
гіпертимно-істероїдно-нестійкий	68,03	13,20	18,70	32,63	49,30	18,03	15,27	43,73	9,03	4,17	4,87	4,17	13,17	0,70	4,87
гіпертимно-нестійкий	42,33	24,27	33,30	39,57	36,77	23,57	11,80	27,77	2,80	5,57	8,33	10,40	22,20	0,70	10,40
лабільно-циклоїдний	54,64	22,89	19,78	26,80	43,46	27,05	12,74	33,84	8,05	4,16	7,28	11,45	9,86	2,35	7,54
лабільно-астено-невротичний	32,78	30,18	35,93	30,68	23,40	44,78	7,28	16,15	9,38	4,68	5,75	19,75	18,73	1,58	15,60
лабільно-сензитивний	48,43	14,05	31,23	28,63	38,53	26,55	10,93	31,20	6,25	3,13	3,13	7,80	14,58	4,18	12,48
шизоїдно-епілептоїдний	44,76	23,09	25,81	24,34	39,98	29,35	10,82	24,97	8,94	1,47	8,53	13,10	12,07	6,45	7,27
шизоїдно-істероїдний	27,05	34,85	37,98	21,88	39,05	39,05	5,73	15,63	5,73	1,58	14,03	19,25	14,55	9,35	14,05
епілептоїдно-істероїдний	49,54	16,22	32,50	27,06	40,80	30,40	10,82	29,16	9,56	0,84	7,06	8,30	15,40	4,58	12,48
відсутність акцентуацій	37,19	24,97	33,14	29,18	32,69	33,41	10,63	18,45	8,10	2,42	9,36	13,19	16,15	4,88	12,10

Примітка. Див. табл.2

Продовження табл. 5

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
69	Ілля А.	12	сензитивний								≠								+			+		+
70	Олександра Д.	11									≠				+				!				+	+
71	Юлія П.	15							≠		!				!				+					!
72	Максим Г.	14	сензитивно-астено- неврогічний								+								!					
73	Олександра І.	12							!		!								≠					
74	Мілад М.	12	сензитивно-психастенічний								≠								!					!
75	Каріна В.	12							+		≠								!			+		!
76	Федір М.	12							!															
77	Володимир У.	12							!															
78	Дмитро П.	11																						
79	Олена Б.	14									+	!							≠					
80	Дмитро Ш.	15	психастенічний						≠											+				
81	Максим Л.	14									+									+				!
82	Катерина З.	12									≠								!					
83	Анна Б.	12									+								+					
84	Максим К.	13							+										+					
85	Марина К.	13																		+				
86	Юлія Ш.	13							≠										≠					!
87	Любов Д.	15									≠								+					
88	Юлія Т.	13	пшизоїдний																!					!
89	Андрій Н.	13									+								+					
90	Надія Р.	12	пшизоїдно-сензитивний								+								!					
91	Валентина М.	12									+								!					
92	Віталій М.	12									+								!					
93	Дмитро П.	12	пшизоїдно-психастенічний								≠								!					
94	Максим Б.	12									+								!					
95	Арсен К.	12									!								!					
96	Микола М.	12																	!					
97	Дар'я Т.	12																	!					
98	Дмитро Н.	12									!								≠					
99	Дар'я А.	11									≠								+					
100	Катерина Ц.	15									≠								+					
101	Максим Д.	12									+								+					
102	Андрій К.	13									+								≠					
103	Алла Н.	11									!								!					
104	Дмитро К.	14	пшизоїдно-епілептоїдно- истероїдний								+								+					
105	Надія П.	13																	!					
106	Аня С.	12																	!					
107	Богдан С.	13	пшизоїдно-истероїдний								+								!					
108	Юлія Ш.	12									!								!					
109	Анастасія М.	14	пшизоїдно-нестійбий																!					

Продовження табл. 5

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25			
151	Олександр Ш.	13													+				!								
152	Мікаїла К.	12									+									=				!	+		
153	Дмитро Л.	14							=		=														+	+	
154	Ярослав Г.	14					+		=		+		+		+					=					+	+	
155	Саша С.	15							=						=										+	+	
156	Владислав Л.	15							=		=				=										+	+	
157	Сергій П.	14							+						=										+	+	
158	Ігор Х.	15					+																		+	+	
159	Павло Ш.	14					+									+	+										
160	Нагалія Д.	14							=		+	+	=														
161	Олександр М.	14							=																		
162	Юрій Л.	14							=																	!	
163	В'ячеслав Т.	14					+		+																		
164	Богдан С.	15					+		+																		
165	Влад Р.	14																								+	
166	Сергій Б.	14																								+	
167	Дем'ян О.	14																								+	
168	Марія Б.	13																								!	
169	Дмитро П.	14																								!	
170	Захар К.	13							+																	!	
171	Марія Л.	12									+																
172	Юрій Б.	11																									
173	Влад З.	13																									
174	Вероніка К.	13																									
175	Владислав Р.	13																									
176	Максим С.	13							+																		
177	Денис Ш.	13							+																		
178	Діана Ш.	13																									
179	Віктор Б.	14																									
180	Денис Л.	14																									
181	Євген П.	14																									
182	Олександр Р.	14																									
183	Анастасія Ш.	14																									
184	Володимир Ш.	13																									
185	Валентин Ш.	14																									
186	Артем Ш.	14																									

Примітка. «±» – поодинокі, епізодичні прояви фрустрації (зафіксовані всього в кількох відповідях досліджуванних, але настільки яскраві, що не можуть бути проігнорованими), явні (виявлені у великій кількості відповідей, можуть свідчити про існування в досліджуваного схильності саме до цього виду пролів), «!» – домінуючі (особливо яскраві та показові, займають провідне місце в системі всіх проявів фрустрації досліджуваного).

Таблиця 6

**Прояви фрустрації підлітків з різними акцентуаціями характеру
та без явних акцентуацій**

n = 186

Тип акцентуацій	Прояви фрустрації																										
	Агресія						Ворожість						Депресія						Регресія						Толерантність		
	фізична	вербальна	опосередкована	розпартування	негативізм	образ	підозріливість	засмучення	розпач	розчарування	тривожність	самозвинувачення	інфантильність	нездатність відповісти	неадекватні реакції	Егресивна поведінка	Фіксація	Емоційність	безробітність	заперечення незручності	зоорегресія на вирішенні проблеми						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22						
гіпертичний	0,00	40,00	10,00	50,00	20,00	60,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	50,00	30,00	20,00	10,00	40,00	20,00	10,00	40,00	70,00	90,00						
%	0	4	1	5	2	6	0	2	0	0	0	5	3	2	1	4	2	1	4	7	9						
абс. к-ть	0,00	0,00	0,00	33,33	0,00	33,33	0,00	33,33	33,33	0,00	66,67	66,67	0,00	33,33	0,00	100,00	0,00	0,00	33,33	66,67	33,33						
циклоїдний	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	2	2	0	1	0	3	0	0	1	2	1						
%	0,00	40,00	0,00	40,00	40,00	40,00	20,00	80,00	0,00	20,00	40,00	20,00	60,00	60,00	40,00	20,00	0,00	0,00	20,00	80,00	40,00						
абс. к-ть	0	2	0	2	2	2	1	4	0	1	2	1	3	3	3	2	1	0	1	4	2						
%	50,00	50,00	50,00	100,00	50,00	100,00	0,00	100,00	100,00	100,00	50,00	0,00	100,00	50,00	0,00	0,00	100,00	50,00	0,00	0,00	0,00						
абс. к-ть	1	1	1	2	1	2	0	2	2	2	1	0	2	1	0	0	2	1	0	0	0						
%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	33,33	0,00	100,00	0,00	33,33	0,00	66,67	0,00	0,00	0,00	100,00	0,00	0,00	33,33	66,67	66,70						
абс. к-ть	0	0	0	0	0	1	0	3	0	1	0	2	0	0	0	3	0	0	1	2	1						
%	0,00	27,27	18,18	63,64	27,27	36,36	9,09	45,45	27,27	9,09	18,18	9,09	18,18	9,09	9,09	36,36	45,45	27,27	18,18	54,55	54,55						
абс. к-ть	0	3	2	7	3	4	1	5	3	1	2	1	2	1	1	4	5	3	2	6	6						
%	0,00	25,00	0,00	50,00	25,00	75,00	25,00	50,00	0,00	0,00	0,00	50,00	0,00	50,00	25,00	100,00	0,00	0,00	0,00	50,00	50,00						
абс. к-ть	0	1	0	2	1	3	1	2	0	0	0	2	0	2	1	4	0	0	0	2	2						
%	0,00	50,00	30,00	60,00	40,00	50,00	20,00	60,00	10,00	30,00	0,00	30,00	50,00	30,00	0,00	60,00	20,00	20,00	20,00	70,00	50,00						
абс. к-ть	0	5	3	6	4	5	2	6	1	3	0	3	5	3	0	6	2	2	2	7	5						
%	12,50	56,25	43,75	68,75	43,75	75,00	18,75	75,00	25,00	37,50	12,50	18,75	68,75	25,00	18,75	37,50	50,00	56,25	12,50	25,00	12,50						
абс. к-ть	2	9	7	11	7	12	3	12	4	6	2	3	11	4	3	6	8	9	2	4	2						
%	16,67	66,67	33,33	83,33	83,33	100,00	16,67	83,33	0,00	50,00	16,67	0,00	66,67	66,67	33,33	16,67	16,67	16,67	0,00	16,67	16,67						
абс. к-ть	1	4	2	5	5	6	1	5	0	3	1	0	4	4	2	1	1	1	0	1	1						
%	0,00	0,00	0,00	33,33	0,00	0,00	0,00	100,00	33,33	66,67	0,00	33,33	0,00	33,33	0,00	66,67	66,67	33,33	0,00	66,67	66,67						
абс. к-ть	0	0	0	1	0	0	0	3	1	2	0	1	0	1	0	2	2	1	0	2	2						
%	25,00	55,00	40,00	75,00	55,00	30,00	30,00	65,00	20,00	30,00	5,00	15,00	55,00	50,00	25,00	40,00	40,00	30,00	50,00	15,00	15,00						
абс. к-ть	5	11	8	15	11	15	6	13	4	6	1	3	11	10	5	8	3	8	6	10	3						

Продовження табл. 6

1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
гіпертимно-істероїдно-нестійкий	%	66,7	100	0	100	100	33,3	33,3	33,3	0	0	0	0	66,7	33,3	33,3	0	0	33,3	33,3	33,3	0
	абс. к-ть	2	3	0	3	3	1	1	1	0	0	0	0	2	1	1	0	0	1	1	1	0
гіпертимно-нестійкий	%	0,00	66,67	33,33	100,00	66,67	100,00	33,33	33,33	0,00	66,67	33,33	0,00	33,33	33,33	0,00	66,67	33,33	33,33	0,00	33,33	0,00
	абс. к-ть	0	2	1	3	2	3	1	1	0	2	1	0	1	1	0	2	1	1	1	0	1
лабільно-циклоїдний	%	12,50	62,50	62,50	87,50	62,50	87,50	37,50	75,00	37,50	25,00	12,50	25,00	75,00	12,50	25,00	12,50	12,50	62,50	25,00	37,50	25,00
	абс. к-ть	1	5	5	7	5	7	3	6	3	2	1	2	6	1	2	1	1	5	2	3	2
лабільно-астено-невротичний	%	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	75,00	25,00	50,00	25,00	0,00	0,00	50,00	25,00	25,00	0,00	50,00	0,00	0,00	50,00	75,00	50,00
	абс. к-ть	1	1	1	1	1	3	1	2	1	0	0	2	1	1	0	2	0	0	2	3	2
лабільно-сезонний	%	0,00	100,00	50,00	75,00	75,00	100,00	25,00	75,00	25,00	50,00	25,00	0,00	100,00	75,00	50,00	50,00	25,00	50,00	25,00	50,00	0,00
	абс. к-ть	0	4	2	3	3	4	1	3	1	2	1	0	4	3	2	2	1	2	1	2	0
шизоїдно-епілептоїдний	%	30,00	40,00	30,00	100,00	30,00	80,00	30,00	60,00	10,00	50,00	30,00	20,00	20,00	20,00	0,00	30,00	40,00	30,00	0,00	20,00	60,00
	абс. к-ть	3	4	3	10	3	8	3	6	1	5	3	2	2	2	0	3	4	3	0	2	6
шизоїдно-істероїдний	%	0,00	25,00	0,00	50,00	0,00	75,00	25,00	50,00	25,00	25,00	0,00	25,00	0,00	0,00	0,00	25,00	50,00	50,00	0,00	50,00	50,00
	абс. к-ть	0	1	0	2	0	3	1	2	1	1	0	1	0	0	0	1	2	2	0	2	2
епілептоїдно-істероїдний	%	40,00	40,00	40,00	80,00	30,00	100,00	0,00	80,00	30,00	20,00	20,00	20,00	20,00	40,00	0,00	60,00	0,00	60,00	0,00	60,00	60,00
	абс. к-ть	2	2	2	4	1	5	0	4	1	1	1	1	1	2	0	3	0	3	3	3	3
відсутність акцентуацій	%	5,26	21,05	13,16	44,74	21,05	50,00	0,00	47,37	10,53	15,79	7,89	42,11	34,21	34,21	2,63	42,11	10,53	5,26	5,26	68,42	52,63
	абс. к-ть	2	8	5	17	8	19	0	18	4	6	3	16	13	13	1	16	4	2	2	26	20

Примітка. % – відсоткова частка представників різних типів акцентуацій характеру (і підтипів без акцентуованих рис) з даними проявами фрустрації, абс.к-ть – абсолютна кількість представників різних типів акцентуацій (і підтипів без акцентуованих рис) з даними проявами фрустрації.

Додаток В

Дослідження фрустрованості та соціальної адаптивності
підлітків-респондентівБланк методики діагностики рівня соціальної фрустрованості
(авт. Л.І.Вассерман, модиф. В.В.Бойком)

№	Чи задоволені Ви:	цілком задоволений (0 балів)	швидше задоволений (1 бал)	складно відповісти (2 бали)	швидше не задоволений (3 бали)	абсолютно не задоволений (4 бали)
1.	Своєю освітою					
2.	Стосунками з колегами по роботі					
3.	Стосунками з адміністрацією на роботі					
4.	Стосунками з суб'єктами своєї професійної діяльності (пацієнти, клієнти, учні тощо)					
5.	Змістом своєї роботи в цілому					
6.	Умовами професійної діяльності (навчання)					
7.	Своїм місцем в суспільстві					
8.	Матеріальним становищем					
9.	Житлово-побутовими умовами					
10.	Стосунками з чоловіком (дружиною)					
11.	Стосунками з дитиною (дітьми)					
12.	Стосунками з батьками					
13.	Загальною ситуацією в країні					
14.	Стосунками з друзями, найближчими знайомими					
15.	Сферою послуг та побутового обслуговування					
16.	Сферою медичного обслуговування					
17.	Дозвіллям					
18.	Можливістю проводити відпустку					
19.	Можливістю вибору місця роботи					
20.	Своїм способом життя в цілому					

модифікований варіант для підлітків

№	Чи задоволені Ви:	цілком задоволений (0 балів)	швидше задоволений (1 бал)	складно відповісти (2 бали)	швидше не задоволений (3 бали)	абсолютно не задоволений (4 бали)
1.	Рівнем своїх знань та вмінь					
2.	Діловими стосунками з однокласниками (у колективі)					
3.	Стосунками з вчителями та адміністрацією школи					
4.	Обсягом своїх повноважень в класі / школі (можливістю керувати, наявністю відповідальних обов'язків, доручень)					
5.	Навчальним процесом в цілому					
6.	Умовами навчання та перебування в школі					
7.	Своїм місцем в суспільстві (участью в суспільному житті, обсягом прав та обов'язків вдома та в школі)					
8.	Матеріальним становищем					
9.	Житлово-побутовими умовами					
10.	Стосунками з особами протилежної статі					
11.	Стосунками з молодшими дітьми (братами / сестрами / знайомими)					
12.	Стосунками з батьками					
13.	Загальною ситуацією в країні					
14.	Стосунками з друзями					
15.	Якістю комунальних послуг, транспортом та зв'язком (телефон, Інтернет)					
16.	Якістю медичного обслуговування					
17.	Організацією свого дозвілля					
18.	Відпочинком під час канікул					
19.	Можливістю обирати діяльність за інтересом (вибір профілю навчання, заняття в гуртках, факультативах)					
20.	Своїм способом життя в цілому					

**Бланк методики «Експрес-діагностика особистісної фрустрації»
(авт. В.В.Бойко)**

№	Чи погоджуєтесь Ви з твердженнями:	Так	Ні
1.	Ви заздрите добробуту деяких своїх знайомих.		
2.	Ви не задоволені стосунками в сім'ї.		
3.	Ви вважаєте, що гідні кращої долі.		
4.	Ви вважаєте, що могли б досягнути значно більшого в навчанні чи особистому житті, якщо б не заважали певні обставини.		
5.	Вас засмучує те, що не здійснюються Ваші плани і не збуваються надії.		
6.	Ви часто зриваєте зло або роздратування на кому-небудь.		
7.	Вас злить, що комусь таланить в житті більше, ніж вам.		
8.	Вас засмучує, що Вам не вдається відпочивати або проводити дозвілля так, як хочеться.		
9.	Ваше матеріальне становище пригнічує Вас.		
10.	Ви вважаєте, що життя наче пролітає повз Вас (минає даремно).		
11.	Хтось або щось постійно принижує Вас.		
12.	Невирішені побутові проблеми виводять Вас з рівноваги.		

Таблиця 1

**Рівні фрустрованості та соціальної адаптивності (коефіцієнти GCR)
досліджуваних підлітків**

n = 186

№ п/п	Досліджувані підлітки	Вік, років	Тип акцентуації	Соціальна фрустрованість (за методикою Л.І.Вассермана)		Особистісна фрустрованість (за методикою В.В.Бойка)		GCR, %
				індекс	рівні	бали	рівні	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Богдан Т.	13	гіпертимний	1,4	ДН	2	Н	35,7
2	Коля К.	12		1,6	ЗН	5	СТ	39,3
3	Артем Г.	11		0,8	ДН	2	Н	35,7
4	Денис П.	11		0,1	ВФ	2	Н	25,0
5	Емма А.	15		1,4	ДН	7	СТ	35,7
6	Ольга Г.	15		0,6	ДН	3	Н	17,9
7	Ангеліна В.	12		0,1	ВФ	4	Н	25,0
8	Денис Н.	13		1,1	ДН	4	Н	28,6
9	Юлія О.	13		1,0	ДН	4	Н	35,7
10	Неля Ч.	14		0,3	ВФ	0	Н	35,7
11	Валера П.	11	гіпертимно-циклоїдний	0,1	ВФ	5	СТ	50,0
12	Дар'я З.	14		0,4	ВФ	2	Н	17,9
13	Анастасія Щ.	15		0,8	ДН	4	Н	46,4
14	Дмитро Д.	12	гіпертимно-істероїдний	1,1	ДН	8	СТ	28,6
15	Микита К.	12		0,6	ДН	4	Н	39,3
16	Катерина П.	12		0,6	ДН	4	Н	42,9
17	Влад Д.	11		1,2	ДН	5	СТ	21,4
18	Єлизавета К.	11		0,3	ВФ	1	Н	42,9
19	Владислав П.	15		0,8	ДН	5	СТ	17,9
20	Діма О.	14		0,6	ДН	3	Н	35,7
21	Ярослав Ш.	13		1,1	ДН	7	СТ	28,6
22	Павло Н.	13		1,2	ДН	7	СТ	28,6
23	Владислав Б.	14		0,7	ДН	1	Н	32,1
24	Дмитро К.	13		0,5	ДН	5	СТ	28,6
25	Валерія Б.	12		0,8	ДН	6	СТ	64,3
26	Олександра П.	11		0,6	ДН	7	СТ	25,0
27	Дмитро Т.	11		0,0	ВФ	1	Н	39,3
28	Катерина В.	14		0,4	ВФ	0	Н	39,3
29	Володимир В.	13		0,9	ДН	3	Н	28,6
30	Дмитро В.	13		0,2	ВФ	2	Н	46,4
31	Лідія Є.	13		1,5	ЗН	7	СТ	28,6
32	Олексій П.	13	0,6	ДН	1	Н	42,9	
33	Валентин К.	14	0,5	ДН	3	Н	21,4	
34	Владислав З.	14	гіпертимно-істероїдно-нестійкий	0,4	ВФ	3	Н	50,0
35	Андрій Л.	12		1,0	ДН	1	Н	28,6
36	Максим П.	14		0,5	ДН	4	Н	39,3

Продовження табл.1

1	2	3	4	5	6	7	8	9
37	Інна Ш.	14	гіпертимно-нестійкий	0,5	ДН	3	Н	35,7
38	Ігор Щ.	14		0,7	ДН	6	СТ	35,7
39	Крістіна Ж.	11		1,3	ДН	10	ДВ	42,9
40	Валерія К.	11	циклоїдний	1,4	ДН	7	СТ	32,1
41	Дар'я Б.	15		1,0	ДН	4	Н	25,0
42	Руслан Б.	13		0,8	ДН	6	СТ	28,6
43	Микита Г.	12	лабільний	1,0	ДН	8	СТ	46,4
44	Артем В.	14		1,7	ЗН	7	СТ	42,9
45	Юрій Б.	14		0,5	ДН	4	Н	42,9
46	Віктор Б.	13		1,0	ДН	8	СТ	14,3
47	Тетяна Д.	13		0,8	ДН	3	Н	21,4
48	Роман К.	13		1,5	ЗН	7	СТ	35,7
49	Кирило В.	14	лабільно-циклоїдний	1,0	ДН	6	СТ	17,9
50	Юлія К.	14		1,4	ДН	10	ДВ	46,4
51	Віктор С.	13		1,1	ДН	7	СТ	39,3
52	Віталій Б.	13		0,9	ДН	8	СТ	21,4
53	Бенозір Р.	11		2,0	НВ	10	ДВ	32,1
54	Ірина А.	14		1,3	ДН	6	СТ	28,6
55	Альона К.	14	лабільно-астено-невротичний	1,7	ЗН	5	СТ	25,0
56	Богдан Я.	12		0,6	ДН	10	ДВ	39,3
57	Андрій П.	13		1,7	ЗН	7	СТ	21,4
58	Ірина Ю.	12		1,3	ДН	8	СТ	32,1
59	Марія М.	13		0,9	ДН	5	СТ	42,9
60	Богдан П.	11		1,4	ДН	9	СТ	17,9
61	Владислав П.	11	лабільно-сензитивний	1,7	ЗН	6	СТ	50,0
62	Руслан Г.	13		0,9	ДН	4	Н	21,4
63	Аліна Н.	12		1,3	ДН	10	ДВ	17,9
64	Вікторія П.	11		0,9	ДН	7	СТ	39,3
65	Василь О.	12	лабільно-істероїдний	0,3	ВФ	2	Н	35,7
66	Лілія Ш.	14		1,2	ДН	7	СТ	32,1
67	Сніжана К.	14	астено-невротичний	2,0	НВ	9	СТ	28,6
68	Каріна В.	13		0,8	ДН	5	СТ	35,7
69	Ілля А.	12	сензитивний	1,2	ДН	11	ДВ	42,9
70	Олександра Д.	11		0,6	ДН	3	Н	28,6
71	Юлія П.	15		0,7	ДН	3	Н	35,7
72	Максим Г.	14	сензитивно-астено-невротичний	2,3	НВ	6	СТ	21,4
73	Олександра І.	12		1,2	ДН	5	СТ	32,1
74	Мілад М.	12	сензитивно-психастенічний	1,4	ДН	8	СТ	42,9
75	Каріна В.	12	психастенічний	1,2	ДН	1	Н	32,1
76	Федір М.	12		1,3	ДН	4	Н	32,1
77	Володимир У.	12		0,4	ВФ	3	Н	28,6
78	Дмитро П.	11		0,7	ДН	3	Н	42,9
79	Олена Б.	14		1,5	ЗН	7	СТ	60,7
80	Дмитро Ш.	15		1,5	ЗН	1	Н	35,7
81	Максим Л.	14		0,6	ДН	2	Н	46,4
82	Катерина З.	12		0,2	ВФ	10	ДВ	42,9
83	Анна Б.	12		0,9	ДН	4	Н	57,1
84	Максим К.	13		1,0	ДН	3	Н	39,3
85	Марина К.	13		0,5	ДН	4	Н	25,0
86	Юлія Ш.	13	шизоїдний	2,0	НВ	8	СТ	25,0
87	Любов Д.	15		0,9	ДН	5	СТ	32,1
88	Юлія Т.	13		0,8	ДН	8	СТ	50,0
89	Андрій Н.	13		1,5	ЗН	8	СТ	35,7
90	Надія Р.	12	шизоїдно-сензитивний	1,0	ДН	12	ДВ	32,1
91	Валентин М.	12		1,1	ДН	11	ДВ	28,6
92	Віталій М.	12	шизоїдно-психастенічний	1,8	ЗН	7	СТ	25,0
93	Дмитро П.	12		1,0	ДН	4	Н	39,3
94	Максим Б.	12	шизоїдно-епілептоїдний	0,5	ДН	7	СТ	42,9
95	Арсен К.	12		1,8	ЗН	10	ДВ	53,6
96	Микола М.	12		1,6	ЗН	6	СТ	42,9
97	Дар'я Т.	12		1,6	ЗН	8	СТ	32,1
98	Дмитро Н.	12		1,8	ЗН	8	СТ	35,7
99	Дар'я А.	11		1,5	ЗН	9	СТ	25,0
100	Катерина Щ.	15		1,7	ЗН	9	СТ	35,7

Продовження табл. 1

1	2	3	4	5	6	7	8	9
101	Максим Д.	12	шизоїдно-епілептоїдний	2,4	НВ	6	СТ	17,9
102	Андрій К.	13		1,9	ЗН	7	СТ	39,3
103	Алла Н.	11		1,5	ЗН	12	ДВ	46,4
104	Дмитро К.	14	шизоїдно-епілептоїдно-істероїдний	0,6	ДН	3	Н	46,4
105	Надія П.	13	шизоїдно-істероїдний	2,5	П	12	ДВ	32,1
106	Аня С.	12		0,8	ДН	6	СТ	35,7
107	Богдан С.	13		0,8	ДН	9	СТ	25,0
108	Юлія Ш.	12		0,8	ДН	6	СТ	50,0
109	Анастасія М.	14	шизоїдно-нестійкий	2,6	П	6	СТ	10,7
110	Марія І.	12	епілептоїдний	1,0	ДН	10	ДВ	17,9
111	Максим Л.	12		1,4	ДН	10	ДВ	35,7
112	Влад М.	12		1,2	ДН	11	ДВ	35,7
113	Ярослав П.	12		1,7	ЗН	6	СТ	25,0
114	Валентина М.	11		1,1	ДН	8	СТ	39,3
115	Олексій Ш.	15		1,8	ЗН	8	СТ	53,6
116	Артем А.	14		1,2	ДН	6	СТ	32,1
117	Юрій О.	13		0,0	ВФ	3	Н	14,3
118	Діма В.	12		1,4	ДН	5	СТ	32,1
119	Євген П.	14		1,4	ДН	2	Н	32,1
120	Фаріда А.	12	епілептоїдно-істероїдний	2,5	П	8	СТ	28,6
121	Тетяна Д.	12		1,4	ДН	4	Н	46,4
122	Даша Л.	13		1,2	ДН	6	СТ	46,4
123	Анастасія П.	12		0,2	ВФ	3	Н	39,3
124	Іван С.	13		0,6	ДН	6	СТ	25,0
125	Катерина П.	15	епілептоїдно-істероїдно-нестійкий	0,6	ДН	7	СТ	42,9
126	Агнеса К.	12	епілептоїдно-нестійкий	0,8	ДН	8	СТ	28,6
127	Олена Д.	12	істероїдний	1,0	ДН	5	СТ	28,6
128	Кристина В.	12		0,7	ДН	11	ДВ	39,3
129	Анна К.	12		0,6	ДН	12	ДВ	50,0
130	Владислав П.	12		0,6	ДН	4	Н	25,0
131	Анастасія С.	12		1,0	ДН	8	СТ	50,0
132	Анастасія Б.	11		0,8	ДН	7	СТ	32,1
133	Іван К.	11		1,4	ДН	6	СТ	32,1
134	Діана Л.	12		0,1	ВФ	2	Н	35,7
135	Юлія Н.	12		0,4	ВФ	1	Н	21,4
136	Антон С.	11		1,3	ДН	9	СТ	39,3
137	Олександра С.	15		1,6	ЗН	7	СТ	28,6
138	Сергій Л.	14		0,9	ДН	5	СТ	17,9
139	Вадим М.	15		1,1	ДН	5	СТ	39,3
140	Олександра Б.	13		1,0	ДН	4	Н	32,1
141	Богдан Т.	13		1,9	ЗН	4	Н	28,6
142	Анна Б.	14		0,6	ДН	4	Н	35,7
143	Катерина Б.	15		0,6	ДН	1	Н	39,3
144	Ростислав Б.	13	нестійкий	2,2	НВ	7	СТ	25,0
145	Валерія Ф.	12		1,0	ДН	8	СТ	35,7
146	Ярослав Г.	13		1,1	ДН	4	Н	32,1
147	Алла Н.	13		1,5	ЗН	5	СТ	17,9
148	Дмитро Б.	14		0,8	ДН	7	СТ	32,1
149	Микита Х.	11	відсутність акцентуацій	1,2	ДН	7	СТ	17,9
150	Валерій Ш.	12		1,0	ДН	2	Н	28,6
151	Олександр Ш.	13		0,3	ВФ	1	Н	32,1
152	Микита К.	12		1,4	ДН	2	Н	35,7
153	Дмитро Л.	14		1,0	ДН	6	СТ	39,3
154	Ярослав Г.	14		0,5	ДН	5	СТ	35,7
155	Саша С.	15		1,2	ДН	2	Н	46,4
156	Владислав Л.	15		2,0	НВ	7	СТ	35,7
157	Сергій Ц.	14		0,5	ДН	5	СТ	46,4
158	Ігор Х.	15		0,8	ДН	7	СТ	21,4
159	Павло Ш.	14		2,4	НВ	4	Н	21,4
160	Наталія Д.	14		1,5	ЗН	8	СТ	42,9
161	Юрій Л.	14		1,3	ДН	2	Н	28,6
162	В'ячеслав Т.	14		0,5	ДН	1	Н	21,4

Продовження табл.1

1	2	3	4	5	6	7	8	9
163	Богдан С.	15	відсутність акцентуацій	1,4	ДН	0	Н	25,0
164	Олександр М.	14		0,4	ВФ	5	СТ	32,1
165	Влад Р.	14		0,4	ВФ	4	Н	39,3
166	Сергій Б.	14		1,1	ДН	2	Н	25,0
167	Дем'ян О.	14		0,6	ДН	3	Н	32,1
168	Марія Б.	13		0,9	ДН	4	Н	32,1
169	Дмитро Ш.	14		0,9	ДН	0	Н	35,7
170	Захар К.	13		1,7	ЗН	9	СТ	32,1
171	Марія Л.	12		0,9	ДН	5	СТ	46,4
172	Юрій Б.	11		1,0	ДН	5	СТ	32,1
173	Влад З.	13		1,7	ЗН	4	Н	28,6
174	Вероніка К.	13		1,1	ДН	7	СТ	28,6
175	Владислав Р.	13		0,3	ВФ	3	Н	28,6
176	Максим С.	13		0,5	ДН	3	Н	35,7
177	Денис Ш.	13		1,3	ДН	1	Н	28,6
178	Діана Ш.	13		1,1	ДН	2	Н	50,0
179	Віктор Б.	14		0,8	ДН	4	Н	39,3
180	Денис Л.	14		1,3	ДН	5	СТ	28,6
181	Євген П.	14		1,7	ЗН	7	СТ	35,7
182	Олександр Р.	14		0,5	ДН	1	Н	32,1
183	Анастасія Ш.	14		0,9	ДН	6	СТ	42,9
184	Володимир Ш.	13	1,0	ДН	4	Н	46,4	
185	Валентин Ш.	14	0,6	ДН	3	Н	32,1	
186	Артем Ш.	14	1,3	ДН	2	Н	39,3	

Примітки: 1. Рівні соціальної фрустрованості (за методикою Л.І.Вассермана): ВФ відсутність (майже повна відсутність фрустрованості); ДН дуже низький; ЗН - знижений; НВ невизначений; П помірний.

2. Рівні особистісної фрустрованості (за методикою В.В.Бойка): ДВ – дуже високий; СТ – стійка тенденція до фрустрації; Н – низький рівень.

Таблиця 2

**Рівні фрустрованості та соціальної адаптивності (GSR)
підлітків з різними акцентуаціями характеру і без явних акцентуацій**

n = 186

Тип акцентуацій	Соціальна фрустрованість (за методикою Л.І.Вассермана)		Особистісна фрустрованість (за методикою В.В.Бойка)		GSR, %
	вибіркові середні значення індексів	рівні	вибіркові середні значення, бали	рівні	
гіпертимний	0,84	ДН	3	Н	31,43
циклоїдний	1,07	ДН	6	СТ	28,57
лабільний	1,00	ДН	6	СТ	33,57
астено-невротичний	1,40	ДН	7	СТ	32,14
сензитивний	0,83	ДН	6	СТ	35,71
психастенічний	0,89	ДН	4	Н	40,26
шизоїдний	1,30	ДН	7	СТ	35,71
епілептоїдний	1,22	ДН	7	СТ	31,79
істероїдний	0,94	ДН	6	СТ	33,48
нестійкий	1,20	ДН	5	СТ	30,36
гіпертимно-циклоїдний	0,43	ВФ	4	Н	38,10
гіпертимно-істероїдний	0,71	ДН	4	Н	34,11
гіпертимно-істероїдно-нестійкий	0,63	ДН	3	Н	39,29
гіпертимно-нестійкий	0,83	ДН	6	СТ	38,10
лабільно-астено-невротичний	1,13	ДН	8	СТ	33,93
лабільно-сензитивний	1,33	ДН	7	СТ	26,79
лабільно-циклоїдний	1,36	ДН	7	СТ	30,80
шизоїдно-епілептоїдний	1,63	ЗН	8	СТ	37,14
шизоїдно-істероїдний	1,23	ДН	8	СТ	35,71
епілептоїдно-істероїдний	1,18	ДН	5	СТ	37,14
відсутність акцентуацій	1,03	ДН	4	Н	33,74

Примітка. Див. табл. 1

Характеристика соціальної адаптивності (GCR) підлітків з акцентуаціями характеру та без явних акцентуацій (респондентів різного віку)

n = 186

Коефіцієнт GCR	Категорії досліджуваних підлітків (окремі вибірки)						
	11 років n = 23	12 років n = 52	13 років n = 46	14 років n = 47	15 років n = 18	з акцентуаціями характеру n = 148	без акцентуацій характеру n = 38
Вибіркове середнє значення (M)	34,32	35,99	31,52	33,89	34,13	34,03	33,74
Дисперсія значень (S ²)	86,22	97,06	73,93	92,74	95,27	99,36	60,22

Таблиця 4

Домінуючі фактори соціальної фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру та без явних акцентуацій

n=186

Типи акцентуацій	Середні вибіркові значення індексів фрустрації підлітків з акцентуаціями характеру та без явних акцентуацій за різними факторами соціальної фрустрації																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
гіпертимний	1,50	0,80	1,20	0,80	1,30	0,80	0,80	0,90	0,30	0,50	0,90	0,40	1,90	0,80	0,80	0,90	0,80	0,20	0,30	0,30
циклоїдний	1,00	1,00	0,67	0,67	2,00	2,33	1,33	0,67	0,67	2,00	0,33	0,33	3,33	0,00	0,67	0,00	1,67	0,67	2,00	0,00
лабільний	2,00	1,40	1,20	2,20	0,60	0,80	1,20	0,20	0,00	0,60	0,80	0,60	3,20	0,60	0,60	1,00	0,80	0,20	0,20	1,00
астено-невротичний	2,50	1,00	3,00	3,50	1,00	2,00	2,00	2,00	1,00	0,00	0,00	1,50	1,00	0,50	0,50	2,00	2,00	0,00	1,00	1,50
сензитивний	2,00	1,00	0,67	1,67	1,33	1,00	1,00	0,33	0,67	1,33	1,00	0,00	2,33	0,33	1,00	0,33	0,67	0,00	0,00	0,00
психастенічний	1,18	1,00	1,00	1,09	0,91	1,27	1,00	0,73	0,36	0,55	0,36	0,27	2,27	0,82	0,91	1,36	0,73	0,36	0,73	0,55
шизоїдний	1,75	2,00	1,25	3,25	0,75	0,75	1,00	1,50	2,00	1,00	0,25	1,00	1,75	1,25	2,25	1,50	1,00	0,25	0,75	0,50
епілептоїдний	2,50	1,50	1,20	1,90	1,80	1,50	1,20	0,90	0,50	1,00	0,90	0,80	1,80	0,30	1,50	1,30	1,30	0,80	0,80	0,30
істероїдний	1,31	1,38	1,00	1,19	1,25	1,19	1,06	0,69	0,56	0,69	0,38	0,38	2,19	0,69	1,00	1,25	1,06	0,19	0,69	0,25
нестійкий	1,17	1,67	2,00	1,33	2,33	2,17	1,00	1,17	0,00	1,50	1,00	0,67	3,00	0,50	0,50	1,17	0,83	0,33	0,67	0,50
гіпертимно-циклоїдний	0,33	1,00	0,33	0,00	0,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,33	0,00	0,00	1,67	1,00	0,00	2,33	0,33	0,00	0,00	0,00
гіпертимно-істероїдний	1,20	0,70	1,40	1,00	1,30	1,15	0,35	0,20	0,35	0,30	0,35	0,50	1,90	0,25	0,55	1,20	0,50	0,05	0,35	0,15
гіпертимно-істероїдно-нестійкий	0,33	0,33	2,00	1,67	0,67	1,33	1,67	0,33	0,00	0,00	1,67	0,33	1,67	0,00	0,33	0,00	0,00	0,33	0,00	0,00
гіпертимно-нестійкий	1,00	1,00	2,00	0,00	0,67	0,67	0,00	0,33	0,33	0,33	1,00	2,00	2,00	0,33	1,67	1,67	0,33	0,00	0,33	0,33
лабільно-циклоїдний	1,50	2,50	1,50	2,00	1,50	1,88	1,50	1,25	0,75	1,50	0,75	0,88	3,00	0,88	0,88	1,38	0,88	0,38	1,00	1,00
лабільно-астено-невротичний	1,50	0,75	1,25	1,25	1,75	1,75	1,00	1,25	0,75	2,00	0,25	1,50	2,75	0,75	1,25	0,50	0,50	0,50	0,00	0,75
лабільно-сензитивний	0,75	2,25	2,00	2,00	1,25	1,25	1,50	1,00	0,25	1,25	0,50	1,00	2,75	1,75	1,25	1,50	1,50	0,75	0,50	1,25
шизоїдно-епілептоїдний	1,50	2,20	2,10	1,80	1,90	2,20	1,60	1,60	1,30	1,40	1,40	1,10	3,00	1,20	1,40	1,90	1,60	1,00	0,90	1,00
шизоїдно-істероїдний	1,75	0,25	1,00	0,25	1,50	0,50	1,00	2,00	1,00	1,00	0,75	1,75	1,75	0,75	2,00	1,75	1,50	1,00	2,00	0,25
епілептоїдно-істероїдний	0,80	1,00	0,60	1,20	1,80	1,80	0,40	1,20	0,40	1,20	1,20	1,40	2,40	0,80	1,60	1,60	1,00	0,40	1,40	0,80
відсутність акцентуацій	1,68	1,26	1,29	1,37	1,34	1,26	0,95	0,66	0,55	0,95	0,45	0,71	2,13	0,53	0,87	1,03	0,84	0,53	0,95	0,71

Примітка. Фактори соціальної фрустрації (за «Методикою діагностики рівня соціальної фрустрації» (авт. Л.І.Вассерман, модиф. В.В.Бойком та Л.М.Кузнецовою): 1) рівень знань та вмінь; 2) ділові стосунки з однокласниками; 3) стосунки з вчителями та адміністрацією школи; 4) обсяг повноважень в класі / школі; 5) навчальний процес в цілому; 6) умови навчання та перебування в школі; 7) участю в суспільному житті, обсягом прав та обов'язків; 8) матеріальне становище; 9) житлово-побутові умови; 10) стосунки з протилежною статтю; 11) стосунки з молодшими дітьми; 12) стосунки з батьками; 13) загальна ситуація в країні; 14) стосунки з друзями; 15) якість комунальних послуг, транспорту та зв'язку; 16) якість медичного обслуговування; 17) організація дозвілля; 18) відпочинок під час канікул; 19) можливість обирати діяльність за інтересом; 20) спосіб життя в цілому.

Додаток Г

Дослідження рівнів фрустрації підлітків-респондентів

Таблиця 1

Рівні фрустрації досліджуваних підлітків

n = 186

№ п/п	Тип акцентуацій	Досліджувані підлітки	Вік, років	Рівень фрустрації	Наявність ознак перехідного рівня
1	2	3	4	5	6
1	гіпертимний	Богдан Т.	13	дезадаптивний	
2		Коля К.	12	дестабілізуючий	
3		Артем Г.	11	дезадаптивний	
4		Денис П.	11	адаптивний	близький до дезадаптивного
5		Емма А.	15	дестабілізуючий	
6		Ольга Г.	15	дезадаптивний	
7		Ангеліна В.	12	адаптивний	близький до дестабілізуючого
8		Денис Н.	13	псевдоадаптивний	
9		Юлія О.	13	адаптивний	
10		Неля Ч.	14	адаптивний	
11	гіпертимно-циклоїдний	Валера П.	11	дестабілізуючий	
12		Дар'я З.	14	псевдоадаптивний	близький до адаптивного
13		Анастасія Щ.	15	дезадаптивний	близький до дестабілізуючого
14	гіпертимно-істероїдний	Дмитро Д.	12	дестабілізуючий	
15		Микита К.	12	дестабілізуючий	
16		Катерина П.	12	адаптивний	
17		Влад Д.	11	дестабілізуючий	
18		Єлизавета К.	11	дезадаптивний	близький до дестабілізуючого
19		Владислав П.	15	дестабілізуючий	
20		Діма О.	14	дезадаптивний	
21		Ярослав Ш.	13	дестабілізуючий	близький до критичного
22		Павло Н.	13	дестабілізуючий	близький до критичного
23		Владислав Б.	14	дезадаптивний	
24		Дмитро К.	13	дестабілізуючий	близький до критичного
25		Валерія Б.	12	дестабілізуючий	
26		Олександра П.	11	дестабілізуючий	близький до критичного
27		Дмитро Т.	11	псевдоадаптивний	
28		Катерина В.	14	псевдоадаптивний	
29		Володимир В.	13	дезадаптивний	
30		Дмитро В.	13	дезадаптивний	близький до дестабілізуючого
31		Лідія Є.	13	латентний	близький до дестабілізуючого
32		Олексій П.	13	псевдоадаптивний	
33		Валентин К.	14	дестабілізуючий	є ризик переходу на критичний
34	гіпертимно-істероїдно-нестійкий	Владислав З.	14	дезадаптивний	
35		Андрій Л.	12	дезадаптивний	
36	Максим П.	14	дестабілізуючий		
37	гіпертимно-нестійкий	Інна Ш.	14	дезадаптивний	
38		Ігор Щ.	14	дестабілізуючий	
39	Крістіна Ж.	11	дестабілізуючий	невеликий ризик переходу на критичний	
40	циклоїдний	Валерія К.	11	дестабілізуючий	
41		Дар'я Б.	15	дезадаптивний	
42		Руслан Б.	13	латентний	
43	лабільний	Микита Г.	12	дестабілізуючий	
44		Артем В.	14	дестабілізуючий	
45		Юрій Б.	14	дестабілізуючий	
46		Віктор Б.	13	дестабілізуючий	
47		Тетяна Д.	13	дезадаптивний	
48	лабільно-циклоїдний	Роман К.	13	дестабілізуючий	наближений до критичного
49		Кирило В.	14	критичний	близький до дестабілізуючого
50		Юлія К.	14	критичний	близький до дестабілізуючого
51		Віктор С.	13	дестабілізуючий	
52		Віталій Б.	13	дестабілізуючий	
53		Бенозір Р.	11	дестабілізуючий	
54		Ірина А.	14	дестабілізуючий	
55		Альона К.	14	дестабілізуючий	

1	2	3	4	5	6
56	лабільно-істероїдний	Вікторія П.	11	дестабілізуючий	
57		Василь О.	12	дезадаптивний	
58	лабільно-сензитивний	Богдан П.	11	дестабілізуючий	наближений до критичного
59		Владислав П.	11	дестабілізуючий	
60		Руслан Г.	13	дестабілізуючий	наближений до критичного
61		Аліна Н.	12	критичний	
62	лабільно-нестійкий	Лілія Ш.	14	дестабілізуючий	
63	лабільно-астено-невротичний	Богдан Я.	12	дестабілізуючий	
64		Андрій П.	13	дестабілізуючий	
65		Ірина Ю.	12	латентний	
66		Марія М.	13	дестабілізуючий	
67	астено-невротичний	Сніжана К.	14	критичний	
68		Каріна В.	13	дестабілізуючий	
69		Ілля А.	12	латентний	
70	сензитивний	Олександра Д.	11	псевдоадаптивний	
71		Юлія П.	15	дезадаптивний	
72	сензитивно-астено-невротичний	Максим Г.	14	дестабілізуючий	
73		Олександра І.	12	критичний	близький до дестабілізуючого
74	сензитивно-психастенічний	Мілад М.	12	латентний	
75	психастенічний	Каріна В.	12	дезадаптивний	
76		Федір М.	12	дезадаптивний	
77		Володимир У.	12	дезадаптивний	
78		Дмитро П.	11	псевдоадаптивний	
79		Олена Б.	14	дестабілізуючий	
80		Дмитро Ш.	15	адаптивний	
81		Максим Л.	14	адаптивний	близький до дезадаптивного
82		Катерина З.	12	латентний	
83		Анна Б.	12	дестабілізуючий	
84		Максим К.	13	дезадаптивний	близький до адаптивного
85	Марина К.	13	дезадаптивний	близький до адаптивного	
86	шизоїдний	Юлія Ш.	13	латентний	близький до дестабілізуючого
87		Любов Д.	15	дестабілізуючий	
88		Юлія Т.	13	латентний	
89		Андрій Н.	13	дестабілізуючий	
90	шизоїдно-сензитивний	Надія Р.	12	дестабілізуючий	
91		Валентин М.	12	дестабілізуючий	
92	шизоїдно-психастенічний	Віталій М.	12	дестабілізуючий	
93		Дмитро П.	12	дестабілізуючий	
94	шизоїдно-епілептоїдний	Максим Б.	12	дестабілізуючий	
95		Арсен К.	12	дестабілізуючий	
96		Микола М.	12	дестабілізуючий	
97		Дар'я Т.	12	латентний	близький до дестабілізуючого
98		Дмитро Н.	12	дестабілізуючий	
99		Дар'я А.	11	дестабілізуючий	
100		Катерина Щ.	15	дестабілізуючий	
101		Максим Д.	12	дестабілізуючий	близький до критичного
102		Андрій К.	13	дестабілізуючий	
103		Алла Н.	11	дестабілізуючий	
104	шизоїдно-епілептоїдно-істероїдний	Дмитро К.	14	дезадаптивний	
105	шизоїдно-істероїдний	Надія П.	13	дестабілізуючий	
106		Аня С.	12	латентний	
107		Богдана С.	1	дестабілізуючий	
108		Юлія Ш.	12	дестабілізуючий	
109	шизоїдно-нестійкий	Анастасія М.	14	латентний	близький до дестабілізуючого
110	епілептоїдний	Марія І.	12	латентний	близький до дестабілізуючого, є ризик переходу на критичний
111		Максим Л.	12	латентний	близький до дестабілізуючого
112		Влад М.	12	дестабілізуючий	
113		Ярослав П.	12	дестабілізуючий	

1	2	3	4	5	6
114	епілептоїдний	Валентина М.	11	латентний	
115		Олексій Ш.	15	критичний	
116		Артем А.	14	дестабілізуючий	є ризик переходу на критичний
117		Юрій О.	13	псевдоадаптивний	є ризик переходу на дезадаптивний
118		Діма В.	12	латентний	
119	епілептоїдно-істероїдний	Євген П.	14	дезадаптивний	
120		Фарида А.	12	дестабілізуючий	
121		Тетяна Д.	12	псевдоадаптивний	близький до адаптивного
122		Даша Л.	13	дестабілізуючий	
123		Анастасія П.	12	дестабілізуючий	
124	Іван С.	13	дестабілізуючий	близький до критичного	
125	епілептоїдно-істероїдно-нестійкий	Катерина П.	15	дестабілізуючий	
126	епілептоїдно-нестійкий	Агнеса К.	12	дестабілізуючий	
127	істероїдний	Олена Д.	12	латентний	близький до псевдоадаптивного
128		Кристина В.	12	дестабілізуючий	
129		Анна К.	12	дестабілізуючий	близький до критичного
130		Владислав П.	12	дестабілізуючий	
131		Анастасія С.	12	дестабілізуючий	
132		Анастасія Б.	11	дестабілізуючий	близький до критичного
133		Іван К.	11	дестабілізуючий	
134		Діана Л.	12	псевдоадаптивний	
135		Юлія Н.	12	дезадаптивний	
136		Антон С.	11	латентний	
137		Олександра С.	15	критичний	
138		Сергій Л.	14	дестабілізуючий	близький до критичного
139		Вадим М.	15	дестабілізуючий	
140		Олександра Б.	13	дестабілізуючий	
141		Богдан Т.	13	дестабілізуючий	
142	Анна Б.	14	дестабілізуючий		
143	нестійкий	Катерина Б.	15	дезадаптивний	близький до дестабілізуючого
144		Ростислав Б.	13	дестабілізуючий	
145		Валерія Ф.	12	дестабілізуючий	
146		Ярослав Г.	13	дезадаптивний	
147		Алла Н.	13	дестабілізуючий	
148	Дмитро Б.	14	дестабілізуючий		
149	відсутність акцентуацій	Микита Х.	11	дестабілізуючий	
150		Валерій Ш.	12	псевдоадаптивний	близький до дезадаптивного
151		Олександр Ш.	13	псевдоадаптивний	
152		Микита К.	12	адаптивний	
153		Дмитро Л.	14	адаптивний	
154		Ярослав Г.	14	дестабілізуючий	
155		Саша С.	15	дезадаптивний	близький до адаптивного
156		Владислав Л.	15	дестабілізуючий	
157		Сергій Ц.	14	дестабілізуючий	
158		Ігор Х.	15	дестабілізуючий	
159		Павло Ш.	14	дезадаптивний	
160		Наталія Д.	14	дестабілізуючий	
161		Олександр М.	14	адаптивний	
162		Юрій Л.	14	дезадаптивний	
163		В'ячеслав Т.	14	дезадаптивний	
164		Богдан С.	15	дезадаптивний	
165		Влад Р.	14	дезадаптивний	близький до адаптивного
166		Сергій Б.	14	адаптивний	близький до дезадаптивного
167		Дем'ян О.	14	адаптивний	
168		Марія Б.	13	адаптивний	
169		Дмитро Щ.	14	адаптивний	
170		Захар К.	13	дестабілізуючий	
171		Марія Л.	12	дестабілізуючий	
172		Юрій Б.	11	адаптивний	
173	Влад З.	13	псевдоадаптивний		
174	Вероніка К.	13	латентний	наближений до дестабілізуючого	

Продовження табл. 1

1	2	3	4	5	6
175	відсутність акцентуацій	Владислав Р.	13	адаптивний	близький до дезадаптивного
176		Максим С.	13	дестабілізуючий	
177		Денис Ш.	13	дезадаптивний	
178		Діана Ш.	13	адаптивний	
179		Віктор Б.	14	дезадаптивний	
180		Денис Л.	14	дестабілізуючий	
181		Євген П.	14	дестабілізуючий	
182		Олександр Р.	14	дезадаптивний	
183		Анастасія Ш.	14	дестабілізуючий	
184		Володимир Ш.	13	дестабілізуючий	
185		Валентин Ш.	14	дезадаптивний	
186		Артем Ш.	14	дезадаптивний	близький до псевдоадаптивного

Додаток Д
«Тренінг конструктивної поведінки у фрустраційних ситуаціях для
підлітків з акцентуаціями характеру»

Таблиця 1

Структура тренінгу

Етапи	Модулі	Змістові блоки	Цілі	Заняття			Час, год	
				№ п/п	Теми	Вправи	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Знайомство	-	-	Створення сприятливих умов для роботи в групі, ознайомлення з принципами тренінгової роботи, первинне засвоєння прийомів саморозкриття, активного стилю спілкування, способів передачі зворотного зв'язку. Ознайомлення з поняттям «фрустрація», причинами та проявами цього стану.	1	«Що на нас чекає і чого чекаємо ми?»	1. Вступна бесіда. 2. Правила поведінки в групі. 3. Цільові вправи: «Вітер дме», «Автопортрет». 4. Заключний шерінг.	1,5	1,5
				Основна спільна взаємодія	орієнтувальний етап	«Я і всі, хто поряд зі мною»	Особистісно-орієнтований	2
Міжособистісно-орієнтований	3	«Ти – Ок»	1. Вступ: «Ми з тобою схожі»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Якби я був тобою», «На крижині», «Рекомендації» / «Якби ти був рослиною». 3. Заключний шерінг.				2	
корекційно-розвивальний етап	«Хто винен та що з цим робити?»	Особистісно-орієнтований	4		«Скелети в шафі»	1. Вступ: «Саморозкриття»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Я – предмет», «Дві мої субособистості» / «Перетворюємо проблеми на цілі». 3. Заключний шерінг.	1,5	7,5
		Міжособистісно-орієнтований	5		«Камінець в черевіку»	1. Вступ: «Шапокляк»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Камінець в черевіку», «Лист, якого ти ніколи не отримаєш» / «Лист протесту», «Скарбничка образ» / «Вибиваю гнів». 3. Заключний шерінг.		
		Міжособистісно-орієнтований	6		«Давайте жити дружно!»	1. Вступ: «Дзеркало»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Лежачий камінь», «Таємні почуття та очікування», «Я-висловлювання». 3. Заключний шерінг.	2	
		Діяльнісно-орієнтований	7		«Не завжди когу Масляна»	1. Вступ: «Альтернатива»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Генеральне прибирання» / «Вирішуємо проблеми», «Вчимося на помилках» / «Через три роки» 3. Заключний шерінг.	2	

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Основна спільна взаємодія корекційно-розвивальний етап	III «Скажемо стресу: «Ні!»	Особистісно-орієнтований	Навчання технікам релаксації, формування навичок емоційного самоконтролю	8	«Відпочивати теж треба вміти»	1. Вступ: «Крига і полум'я»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Кольорові звуки мого тіла», «Золотистий потік» / «Місце особистої сили» / «Чарівне дерево» / «Дім моєї душі». 3. Заключний шерінг.	1,5	6,5
		Міжособистісно-орієнтований	Формування навичок стримування афективних спалахів та соціально прийняттого вираження негативних емоцій	9	«Я – кремій»	1. Вступ: «Падіння у прірву»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Чи вмісте ви тримати удар?», «Куленепробивний ковпак» / «Ворог на долоні», «Заморожені» / «Не сміятись». 3. Заключний шерінг.	1,5	
	III «Скажемо стресу: «Ні!»	Діяльнісно-орієнтований	Корекція світосприймання, долання ірраціональних переконань, стереотипних установок; навчання саморегуляції, технікам самовладання у напружених ситуаціях, самоконтролю в діяльності, розвиток вольових якостей	10	«Море по коліно, гори по плече»	1. Вступ: «Ланцюжок хороших і поганих наслідків»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Пошук позитивного», «Оптимісти та песимісти» / «Три на три», «Сильні сторони». 3. Заключний шерінг.	2	1,5
				11	«Бачу ціль – перешкод не помічаю»	1. Вступ: «Скелелаз»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Заборонені слова», «Галас», «Дві справи». 3. Заключний шерінг.	1,5	
	IV «Немає межі досконалості!»	Особистісно-орієнтований	Формування мотивації особистісного зростання, активної життєвої позиції у ставленні до власного життя, розвиток креативності, гнучкого мислення, кмітливості, винахідливості	12	«Хочу-можу-зможу»	1. Вступ: «Саморозкриття»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Долоня», «Г'єдестал та лобне місце», «Я та інші». 3. Заключний шерінг.	2	10
				Міжособистісно-діяльнісно-орієнтований	Долання відчуженості, формування довірливого ставлення до оточуючих, готовності до співпраці та взаємодопомоги; навчання конструктивній поведінці у конфліктних ситуаціях, колективному прийняттю рішень, відстоюванню власної думки. Розвиток асертивності, гнучкості, спонтанності, розкутості, формування готовності до активної боротьби з труднощами та долання перешкод, розвиток наполегливості, сили волі, творчої ініціативи, креативності, лідерських якостей.	13	«Собі на думці»	
		14	«Зігнуись, та не зламаюсь»			1. Вступ: «Вузлик»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Зустріч на вузькому місточку» / «Перетягування газети», «Є контакт!», «Роздвоєння» / «Очі, роти, руки». 3. Заключний шерінг.	1,5	
		15	«Одна голова добре, а дві – краще»			1. Вступ: «Хто я?»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Проміжна ланка», «Застосування вмінь», «Незвичний звук» / «Листівка». 3. Заключний шерінг.	1,5	

Продовження табл. 1

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Основна спільна взаємодія	корекційно-розвивальний етап	IV «Немає межі досконалості!»	Міжособистісно-діяльнісно-орієнтований		16	«Радий був допомогти»	1. Вступ: «Зустріч поглядами»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Рафтинг», «Поводир», «Комплімент і підтримка». 3. Заключний шерінг.	1,5
					17	«Разом ми – сила»	1. Вступ: «Курінь»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Біг з олівцем», «Володарі персня», «Спина до спини». 3. Заключний шерінг.	2
	закріплюючий етап	V «Все як у житті»	Міжособистісно-орієнтований	Навчання конструктивним способам поведінки у напружених (конфліктних / фрустраційних ситуаціях)	18	«Співпрацюємо чи співіснуємо?»	1. Вступ: «Чарівний ключ»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Острів» / «Безлюдний острів». 3. Заключний шерінг.	2
			Діяльнісно-орієнтований	Корекція інфантильності, імпульсивності, формування готовності приймати відповідальні рішення у напружених (фрустраційних) ситуаціях, розвиток самостійності	19	«А хто казав, що жити легко?»	1. Вступ: «Атоми і молекули»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Зоряні перехрестя». 3. Заключний шерінг.	2
Підсумковий етап			Досягнення саморозуміння, розвиток рефлексивних здібностей, узагальнення здобутого досвіду, формування мотивації подальшого самовдосконалення.	20	«Чого ми навчилися і чому ще маємо навчитись?»	1. Вступ: «Дякую, що ти є»; стартовий шерінг. 2. Цільові вправи: «Програма успіху», «Формула успіху». 3. Заклучна частина: «Задоволеність роботою групи». Підсумковий шерінг.	1,5	1,5

Додаток Е

Особливості фрустрації підлітків контрольної та експериментальної груп до та після формувального експерименту

Таблиця 1

Кількісні показники фрустрації підлітків експериментальної групи до та після формувального експерименту

N = 22

Досліджувані підлітки	Тип акцентуації	час обстеження	Особистісна фрустрованість (за методикою В.В.Бойка)		GCR, %	Профіль фрустраційних реакцій (%)		
			бали	рівні		залежно від спрямованості	залежно від типу	незалежно від типу і спрямованості
Ельвін А.	епілептоїдно-істероїдний	до	12	ДВ	28,6	E > M > I 58,3 > 12,5 > 0,0	ED > OD > NP 39,6 > 27,0 > 4,2	E > E' > M' 35,4 > 18,7 > 8,3
		після	9	СТ	35,7	E > M > I 45,8 > 29,1 > 8,3	ED > OD > NP 50,0 > 25,0 > 8,3	E > M' > M 37,5 > 20,8 > 8,3
Фарида А.	епілептоїдно-істероїдний	до	9	СТ	28,6	E > M > I 58,3 > 35,4 > 6,2	ED > OD > NP 41,6 > 37,5 > 20,8	E > E' > M' 25,0 > 20,8 > 16,6
		після	7	СТ	32,1	M > I > E 45,8 > 33,3 > 16,6	ED > NP > OD 45,8 > 39,6 > 10,4	M > i > m 20,8 > 16,6 > 16,6
Максим Б.	шизоїдно-епілептоїдний	до	7	СТ	42,9	E > I > M 56,2 > 25,0 > 18,7	ED > NP > OD 39,6 > 37,5 > 22,9	E > e > i 22,9 > 18,7 > 16,6
		після	5	СТ	57,1	E > I > M 45,8 > 31,2 > 22,9	ED > NP > OD 39,6 > 37,5 > 22,9	E > i > E' 20,8 > 20,8 > 12,5
Каріна В.	психастенічний	до	3	Н	32,1	M > E > I 68,7 > 18,7 > 12,5	OD > NP > ED 37,5 > 35,4 > 27,0	m > M' > E 33,3 > 27,0 > 10,4
		після	1	Н	46,4	I > E > M 41,6 > 31,2 > 22,9	NP > ED > OD 39,6 > 37,5 > 18,7	i > I > E 18,7 > 14,6 > 12,5
Микита Г.	лабільний	до	4	Н	46,4	M > I > E 39,6 > 35,4 > 25,0	ED > OD > NP 37,5 > 31,2 > 31,2	M' > I > i 18,7 > 16,6 > 14,6
		після	3	Н	42,9	I > E > M 41,6 > 37,5 > 20,8	OD > ED > NP 37,5 > 31,2 > 31,2	E > I' > i 18,7 > 16,6 > 16,6
Тетяна Д.	епілептоїдно-істероїдний	до	4	Н	46,4	M > E > I 52,1 > 29,1 > 18,7	OD > NP > ED 39,6 > 35,4 > 25	M' > e > I 35,4 > 16,6 > 12,5
		після	3	Н	53,6	I > E > M 50,0 > 25,0 > 25,0	NP > ED > OD 56,2 > 27,0 > 16,6	i > e > I 27,0 > 16,6 > 14,6
Олена Д.	істероїдний	до	5	СТ	28,6	M > I > E 54,1 > 35,4 > 10,4	NP > OD > ED 64,5 > 18,7 > 16,6	m > i > M' 33,3 > 27 > 12,5
		після	5	СТ	28,6	I > M > E 66,6 > 25,0 > 8,3	NP > ED > OD 60,4 > 20,8 > 18,7	i > I > m 41,6 > 16,6 > 14,6
В'ячеслав З.	шизоїдно-сензитивний	до	7	СТ	14,3	M > I > E 50,0 > 31,2 > 18,7	NP > OD > ED 56,2 > 25,0 > 18,7	m > i > E' 31,2 > 20,8 > 14,6
		після	4	Н	39,3	I > M > E 47,9 > 37,5 > 10,4	NP > ED > OD 37,5 > 35,4 > 22,9	i > I > M 18,7 > 16,6 > 14,6
Марія І.	епілептоїдний	до	10	ДВ	17,9	M > I > E 54,1 > 18,7 > 2,1	NP > OD > ED 52,1 > 20,8 > 2,1	m > M' > i 37,5 > 16,6 > 12,5
		після	7	СТ	32,1	I > M > E 47,9 > 39,6 > 8,3	NP > ED > OD 50,0 > 35,4 > 10,4	i > M > I 29,1 > 20,8 > 14,6
Арсен К.	шизоїдно-епілептоїдний	до	10	ДВ	53,6	E > M > I 39,6 > 31,2 > 29,1	OD > ED > NP 43,7 > 31,2 > 25,0	E' > M' > i 25,0 > 18,7 > 16,6
		після	7	СТ	75,0	E > I > M 35,4 > 35,4 > 29,1	ED > NP > OD 39,6 > 31,2 > 29,1	i > E > M' 20,8 > 18,7 > 16,6
Дар'я Л.	епілептоїдно-істероїдний	до	6	СТ	46,4	M > E > I 37,5 > 31,2 > 27,0	NP > ED > OD 50,0 > 29,1 > 16,6	m > E > i 25,0 > 20,8 > 18,7
		після	5	СТ	57,1	I > E > M 39,6 > 33,3 > 27,0	NP > ED > OD 52,1 > 27,0 > 20,8	i > E > M' 29,1 > 16,6 > 14,6
Максим Л.	епілептоїдний	до	10	ДВ	35,7	I > M > E 37,5 > 37,5 > 25,0	NP > ED > OD 37,5 > 33,3 > 29,1	I > m > E' 25,0 > 20,8 > 12,5
		після	4	Н	42,9	I > M > E 39,6 > 37,5 > 22,9	NP > ED > OD 54,1 > 25,0 > 20,8	m > I > e 20,8 > 18,7 > 16,6

Продовження табл. 1

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Віталій М.	шизоїдно-психастенічний	до	7	СТ	25,0	M > E > I 39,6 > 35,4 > 20,8	NP > ED > OD 64,5 > 20,8 > 10,4	m > E > i 31,2 > 20,8 > 20,8
		після	5	СТ	46,4	E > I > M 39,6 > 33,3 > 27,0	NP > ED > OD 45,8 > 31,2 > 22,9	e > i > E 20,8 > 16,6 > 14,6
Роман М.	епілептоїдно-істероїдний	до	11	ДВ	21,4	E > I > M 58,3 > 20,8 > 20,8	ED > OD > NP 50,0 > 27,0 > 22,9	E > E' > I 29,1 > 22,9 > 10,4
		після	5	СТ	32,1	E > M > I 41,6 > 31,2 > 27,0	NP > ED > OD 37,5 > 35,4 > 27,0	i > E' > E 20,8 > 18,7 > 14,6
Владислав М.	епілептоїдний	до	11	ДВ	35,7	E > I > M 66,6 > 18,7 > 14,6	ED > OD > NP 50,0 > 25,0 > 25,0	E > i > E' 45,8 > 14,6 > 10,4
		після	6	СТ	35,7	M > E > I 37,5 > 31,2 > 31,2	ED > NP > OD 41,6 > 37,5 > 20,8	E > i > M 18,7 > 16,6 > 16,6
Микола М.	шизоїдно-епілептоїдний	до	6	СТ	42,9	I > E > M 47,9 > 27,0 > 25,0	NP > ED > OD 45,8 > 33,3 > 20,8	i > E > I 27,0 > 16,6 > 16,6
		після	4	Н	46,4	I > M > E 47,9 > 27,0 > 25,0	NP > ED > OD 45,8 > 37,5 > 16,6	i > I > M 27,0 > 16,6 > 12,5
Надія П.	шизоїдно-істероїдний	до	12	ДВ	32,1	I > E > M 41,6 > 31,2 > 27,0	ED > NP > OD 47,9 > 39,6 > 12,5	E > i > I 22,9 > 20,8 > 16,6
		після	7	СТ	46,4	E > I > M 54,1 > 27,0 > 18,7	ED > NP > OD 54,1 > 29,1 > 16,6	E > i > e 35,4 > 16,6 > 12,5
Анастасія П.	епілептоїдно-істероїдний	до	3	Н	39,3	M > E > I 37,5 > 33,3 > 25,0	NP > ED > OD 43,7 > 31,2 > 20,8	i > m > E 16,6 > 16,6 > 14,6
		після	3	Н	46,4	I > E > M 41,6 > 33,3 > 20,8	ED > NP > OD 45,8 > 33,3 > 16,6	I > i > E 18,7 > 18,7 > 16,6
Надія Р.	шизоїдно-сензитивний	до	12	ДВ	32,1	M > I > E 50,0 > 35,4 > 14,6	NP > OD > ED 45,8 > 31,2 > 22,9	m > I > E' 33,3 > 18,7 > 14,6
		після	7	СТ	32,1	I > M > E 45,8 > 37,5 > 16,6	NP > ED > OD 58,3 > 29,1 > 12,5	i > m > I 25,0 > 25,0 > 16,6
Аніта С.	шизоїдно-істероїдний	до	4	Н	35,7	M > I > E 47,9 > 43,7 > 8,3	NP > ED > OD 50,0 > 37,5 > 12,5	i > M > m 25,0 > 18,7 > 18,7
		після	4	Н	46,4	I > M > E 43,7 > 43,7 > 12,5	NP > ED > OD 43,7 > 37,5 > 18,7	I > i > M 20,8 > 20,8 > 16,6
Максим Ф.	гіпертимно-істероїдний	до	7	СТ	14,3	E > I > M 50,0 > 31,2 > 18,7	ED > NP > OD 35,4 > 33,3 > 31,2	E' > i > E 27,0 > 18,7 > 12,5
		після	6	СТ	42,9	E > I > M 41,6 > 37,5 > 20,8	NP > OD > ED 52,1 > 29,1 > 18,7	i > E' > e 29,1 > 20,8 > 16,6
Микита Х.	шизоїдно-епілептоїдний	до	7	СТ	17,9	E > M > I 85,4 > 8,3 > 2,1	ED > NP > OD 56,2 > 20,8 > 18,7	E > E' > e 56,2 > 16,6 > 12,5
		після	4	Н	32,1	E > M > I 50,0 > 29,1 > 20,8	ED > NP > OD 39,6 > 31,2 > 29,1	E > i > E' 25,0 > 16,6 > 14,6

Примітки: 1. E – фрустраційні реакції екстрапунітивної спрямованості, I – інтрапунітивної, M – імпульсивної; OD – фрустраційні реакції перешкодно-домінантного типу, ED – самозахисного, NP – необхідно-наполегливого; GCR – коефіцієнт соціальної адаптивності (за методикою С.Розенцвейга).

2. Рівні особистісної фрустрованості (за методикою В.В.Бойка): ДВ – дуже високий; СТ – стійка тенденція до фрустрації; Н – низький рівень.

**Кількісні показники фрустрації підлітків контрольної групи
до та після формувального експерименту**

N = 20

Досліджувані підлітки	Тип акцентуації	час обстеження	Особистісна фрустрованість (за методикою В.В.Бойка)		GCR, %	Профіль фрустраційних реакцій (%)		
			бали	рівні		залежно від спрямованості	залежно від типу	незалежно від типу і спрямованості
			4	5				
Ілля А.	сензитивний	до	11	ДВ	42,9	M > I > E 62,5 > 20,8 > 16,6	NP > OD > ED 43,7 > 37,5 > 18,7	m > M' > E' 35,4 > 20,8 > 12,5
		після	11	ДВ	42,9	M > E > I 58,3 > 20,8 > 20,8	OD > NP > ED 41,6 > 39,6 > 18,7	m > M' > E' 31,2 > 20,8 > 16,6
Кристина В.	істероїдний	до	11	ДВ	39,3	E > I > M 43,7 > 43,7 > 12,5	ED > NP > OD 35,4 > 33,3 > 31,2	E' > E > i 18,7 > 18,7 > 18,7
		після	11	ДВ	46,4	E > I > M 43,7 > 35,4 > 20,8	OD > ED > NP 39,6 > 31,2 > 29,1	E' > E > i 18,7 > 18,7 > 14,6
Дмитро Д.	гіпертимно-істероїдний	до	8	СТ	28,6	E > I > M 29,1 > 29,1 > 25,0	ED > OD > NP 35,4 > 25,0 > 22,9	E > I > i 18,7 > 12,5 > 12,5
		після	7	СТ	25,0	E > I > M 29,1 > 29,1 > 25,0	ED > NP > OD 35,4 > 25,0 > 22,9	E > I > i 18,7 > 12,5 > 12,5
Микола К.	гіпертимний	до	4	Н	39,3	E > M > I 54,1 > 25,0 > 20,8	NP > ED > OD 50,0 > 29,1 > 20,8	E > e > m 25,0 > 20,8 > 16,6
		після	4	Н	39,3	E > M > I 58,3 > 25,0 > 16,6	NP > ED > OD 47,9 > 31,2 > 20,8	E > e > m 27,0 > 18,7 > 16,6
Анна К.	істероїдний	до	12	ДВ	50,0	E > I > M 62,5 > 29,1 > 8,3	OD > ED > NP 41,6 > 31,2 > 27,0	E' > E > i 35,4 > 18,7 > 16,6
		після	11	ДВ	39,3	E > I > M 70,8 > 22,9 > 6,2	OD > ED > NP 43,7 > 37,5 > 18,7	E' > E > I 39,6 > 25,0 > 12,5
Микита К.	гіпертимно-істероїдний	до	4	Н	39,3	E > M > I 35,4 > 33,3 > 31,2	OD > ED > NP 35,4 > 33,3 > 31,2	E' > m > E 18,7 > 16,6 > 14,6
		після	4	Н	39,3	E > I > M 47,9 > 27,0 > 25,0	ED > OD > NP 41,6 > 33,3 > 25,0	E > E' > i 27,0 > 18,7 > 12,5
Валентин М.	шизоїдно-сензитивний	до	11	ДВ	28,6	M > E > I 50,0 > 29,1 > 12,5	OD > NP > ED 33,3 > 33,3 > 25,0	m > M' > E' 29,1 > 20,8 > 12,5
		після	11	ДВ	21,4	M > E > I 50,0 > 33,3 > 8,3	OD > NP > ED 33,3 > 33,3 > 25,0	m > E' > M' 29,1 > 16,6 > 16,6
Мілад М.	сензитивно-психастенічний	до	8	СТ	42,9	M > E > I 47,9 > 29,1 > 18,7	OD > NP > ED 43,7 > 35,4 > 16,6	M' > E > e 35,4 > 12,5 > 12,5
		після	8	СТ	21,4	M > E > I 50,0 > 22,9 > 14,6	OD > NP > ED 45,8 > 29,1 > 12,5	M' > m > E' 33,3 > 16,6 > 8,3
Дмитро Н.	шизоїдно-епілептоїдний	до	8	СТ	35,7	E > M > I 39,6 > 35,4 > 20,8	ED > OD > NP 43,7 > 31,2 > 20,8	E > E' > I 22,9 > 16,6 > 16,6
		після	8	СТ	32,1	E > M > I 43,7 > 33,3 > 14,6	ED > OD > NP 43,7 > 27,0 > 20,8	E > m > E' 27,0 > 16,6 > 14,6
Владислав П.	істероїдний	до	4	Н	25,0	E > M > I 60,4 > 22,9 > 16,6	NP > ED > OD 41,6 > 31,2 > 27,0	E' > E > m 22,9 > 22,9 > 18,7
		після	5	СТ	25,0	E > M > I 58,3 > 25,0 > 16,6	NP > ED > OD 39,6 > 35,4 > 25,0	E > E' > m 27,0 > 16,6 > 16,6
Катерина П.	гіпертимно-істероїдний	до	4	Н	42,9	I > M > E 41,6 > 35,4 > 22,9	NP > OD > ED 54,1 > 25,0 > 20,8	e > i > M' 22,9 > 22,9 > 18,7
		після	4	Н	42,9	I > M > E 41,6 > 35,4 > 22,9	NP > OD > ED 50,0 > 2,07 > 22,9	e > i > M' 22,9 > 20,8 > 20,8
Ярослав П.	епілептоїдний	до	6	СТ	25,0	E > M > I 52,1 > 25,0 > 22,9	NP > OD > ED 41,6 > 31,2 > 27,0	E' > E > m 25,0 > 18,7 > 18,7
		після	7	СТ	25,0	E > M > I 70,8 > 20,8 > 8,3	ED > NP > OD 37,5 > 37,5 > 25,0	E > E' > m 37,5 > 22,9 > 18,7
Анастасія С.	істероїдний	до	8	СТ	50,0	E > I > M 75,0 > 14,6 > 6,2	ED > OD > NP 47,9 > 29,1 > 18,7	E > E' > e 39,6 > 22,9 > 12,5
		після	8	СТ	42,9	E > I > M 79,1 > 10,4 > 6,2	ED > OD > NP 52,1 > 29,1 > 14,6	E > E' > e 43,7 > 22,9 > 12,5
Богдан С.	шизоїдно-істероїдний	до	9	СТ	25,0	E > I > M 37,5 > 31,2 > 31,2	ED > NP > OD 37,5 > 37,5 > 25,0	E > i > M' 25,0 > 18,7 > 16,6
		після	10	ДВ	32,1	E > M > I 39,6 > 37,5 > 22,9	NP > ED > OD 37,5 > 33,3 > 29,1	E > M' > m 25 > 18,7 > 18,7

Продовження табл.2

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Дар'я Т.	шизоїдно-епілептоїдний	до	8	СТ	32,1	E > M > I 45,8 > 31,2 > 18,7	NP > ED > OD 41,6 > 37,5 > 16,6	e > E > M 20,8 > 16,6 > 16,6
		після	8	СТ	35,7	E > M > I 47,9 > 27,0 > 16,6	ED > NP > OD 37,5 > 37,5 > 16,6	E > e > i 20,8 > 18,7 > 12,5
Юлія Ш.	шизоїдний	до	8	СТ	25,0	M > I > E 45,8 > 33,3 > 20,8	NP > ED > OD 41,6 > 39,6 > 18,7	m > I > i 20,8 > 16,6 > 16,6
		після	8	СТ	25,0	I > M > E 37,5 > 37,5 > 25,0	NP > ED > OD 45,8 > 35,4 > 18,7	i > m > I 20,8 > 20,8 > 16,6
Юлія Шк.	шизоїдно-істероїдний	до	6	СТ	50,0	M > E > I 45,8 > 31,2 > 22,9	OD > ED > NP 37,5 > 33,3 > 29,1	M' > E' > E 22,9 > 14,6 > 12,5
		після	8	СТ	57,1	M > E > I 45,8 > 35,4 > 18,7	OD > ED > NP 35,4 > 35,4 > 29,1	M' > E > E' 22,9 > 14,6 > 12,5
Дар'я А.	шизоїдно-епілептоїдний	до	9	СТ	25,0	E > I > M 43,7 > 27,0 > 25,0	NP > ED > OD 43,7 > 31,2 > 20,8	E > i > e 20,8 > 20,8 > 14,6
		після	9	СТ	25,0	E > M > I 50,0 > 25,0 > 20,8	NP > ED > OD 45,8 > 31,2 > 18,7	E > i > e 25,0 > 20,8 > 16,6
Алла Н.	шизоїдно-епілептоїдний	до	12	ДВ	46,4	E > I > M 52,1 > 27,0 > 20,8	ED > NP > OD 62,5 > 20,8 > 16,6	E > I > i 45,8 > 12,5 > 10,4
		після	11	ДВ	42,9	E > I > M 60,4 > 22,9 > 16,6	ED > OD > NP 58,3 > 20,8 > 20,8	E > I > E' 45,8 > 12,5 > 10,4
Діана Л.	істероїдний	до	2	Н	35,7	M > I > E 41,6 > 29,1 > 25,0	NP > OD > ED 66,6 > 25,0 > 4,2	m > i > E' 29,1 > 25,0 > 12,5
		після	2	Н	39,3	M > I > E 39,6 > 29,1 > 27,0	NP > OD > ED 62,5 > 27,0 > 6,2	m > i > E' 27,0 > 22,9 > 14,6

Примітка. Див. табл. 1

Таблиця 3

Прояви фрустрації підлітків експериментальної групи до та після формувального експерименту

N = 22

№ п/п	Досліджувані підлітки	Тип акцентуацій	Час дослідження	Прояви фрустрації												Толерантність									
				Агресія			Ворожість			Депресія			Регресія			Кресивна поведінка	Фісцилія	Емоційність	Бездіяльність	заврешення невручностей	зосередження на вирішенні проблеми				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	
1	Ельвін А.	епілептоїдно-істероїдний	до після	=	!	=	!	+	+		=					+	+	=			+		=		
2	Фаріда А.	епілептоїдно-істероїдний	до після				+	=	+		!	=	+								+	=	+		=
3	Максим Б.	епілептоїдно-психоїдний	до після				+		+		+	=	=							=				+	+
4	Каріна В.	показаний	до після				+		+		=	=							!			+	!		!
5	Мізіла Г.	люб'язний	до після								=	=								!			+	+	=
6	Тетяна Д.	епілептоїдно-істероїдний	до після						=														=	+	+
7	Олена Д.	істероїдний	до після										=						!				+	+	=
8	В'ячеслав З.	психоїдно-сензитивний	до після								+								!				+	+	=
9	Марія І.	епілептоїдний	до після															!				+	!		+
10	Арсен К.	епілептоїдно-психоїдний	до після				+				!	+	+						!		=			+	=
11	Дар'я Л.	епілептоїдно-істероїдний	до після				+				+								+			+			+

Продовження табл. 3

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
12	Максим Л.	епілеттоїдний	до після				=				+				+				!				+	
13	Віталій М.	шизоїдно- психастенічний	до після			=	+	!	=							+			!					=
14	Роман М.	епілеттоїдно- істероїдний	до після		+	=	!		+		!		=							+	+			+
15	Владислав М.	епілеттоїдний	до після		+		=	+	=		=					=					=		=	=
16	Микола М.	епілеттоїдно- шизоїдний	до після		=	+	+		!					=									=	+
17	Надія П.	шизоїдно- істероїдний	до після				!		!	=										+	+			=
18	Анастасія П.	епілеттоїдно- істероїдний	до після				=		=		=		=	=	=		=		+				+	=
19	Надія Р.	шизоїдно- сензитивний	до після								+			+	!	+			!					=
20	Аніта С.	шизоїдно- істероїдний	до після											=					=				+	+
21	Максим Ф.	гіпертамо- істероїдний	до після		=		+		+		+		+						=					+
22	Міланга Х.	відсутність акцентуацій	до після		=	=	+	!	=		=		=			=								+

Примітка. «±» – поодинокі, епізодичні прояви фрустрації (зафіксовані всього в кількох відповідях досліджуваних, але настільки яскраві, що не можуть бути проігнорованими), явні (виявлені у великій кількості відповідей, можуть свідчити про існування в досліджуваного схильності саме до цього виду проявів), «!» – домінуючі (особливо яскраві та показові, займають провідне місце в системі всіх проявів фрустрації досліджуваного).

Продовження табл. 4

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
12	Ярослав П.	епілептоїдний	до після		+	+	!	≠	!	≠	!		+			≠		≠		≠				≠
13	Анастасія С.	істероїдний	до після		!	+	+	!	!	+	+		+	≠		+		!	+	+	!			
14	Богдан С.	психоідно- істероїдний	до після		≠				+		+									+	+		+	
15	Дар'я Т.	психоідно- епілептоїдний	до після				+							≠										+
16	Юлія Ш.	психоідний	до після				≠												≠					!
17	Юлія Шк.	психоідно- істероїдний	до після				≠		+		!	!	+						≠					!
18	Дар'я А.	психоідно- епілептоїдний	до після				≠		+	≠				+	+									+
19	Алла Н.	психоідно- епілептоїдний	до після		!		!	+	!	+			≠	+	≠					+	!			
20	Діана Л.	істероїдний	до після						≠		≠				+				!				!	+

Примітка. Та ж (див. табл. 3)

Рівні фрустрації підлітків експериментальної групи до та після формувального експерименту

n = 22

№ п/п	Досліджувані підлітки	Тип акцентуацій	Час обстеження	Рівень фрустрації	Наявність ознак перехідного рівня
1	Ельвін А.	епілептоїдно-істероїдний	до	дестабілізуючий	є ризик переходу на критичний
			після	дестабілізуючий	
2	Фарида Ф.	епілептоїдно-істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	латентний	
3	Максим Б.	шизоїдно-епілептоїдний	до	дестабілізуючий	близький до дестабілізуючого
			після	латентний	
4	Каріна В.	психастенічний	до	дезадаптивний	близький до дезадаптивного
			після	адаптивний	
5	Микита Г.	лабільний	до	псевдоадаптивний	
			після	адаптивний	
6	Тетяна Д.	епілептоїдно-істероїдний	до	адаптивний	
			після	адаптивний	
7	Олена Д.	істероїдний	до	латентний	близький до псевдоадаптивного
			після	латентний	близький до адаптивного
8	В'ячеслав З.	шизоїдно-сензитивний	до	латентний	близький до дестабілізуючого
			після	псевдоадаптивний	близький до адаптивного
9	Марія І.	епілептоїдний	до	латентний	близький до дестабілізуючого
			після	латентний	
10	Арсен К.	шизоїдно-епілептоїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
11	Дар'я Л.	епілептоїдно-істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
12	Максим Л.	епілептоїдний	до	латентний	близький до дестабілізуючого
			після	псевдоадаптивний	
13	Віталій М.	шизоїдно-психастенічний	до	дестабілізуючий	близький до латентного
			після	дестабілізуючий	
14	Роман М.	епілептоїдно-істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
15	Владислав М.	епілептоїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
16	Микола М.	шизоїдно-епілептоїдний	до	дестабілізуючий	близький до адаптивного
			після	дезадаптивний	
17	Надія П.	шизоїдно-істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
18	Анастасія П.	епілептоїдно-істероїдний	до	дестабілізуючий	близький до дезадаптивного
			після	адаптивний	
19	Надія Р.	шизоїдно-сензитивний	до	дестабілізуючий	
			після	латентний	
20	Аніта С.	шизоїдно-істероїдний	до	адаптивний	
			після	адаптивний	
21	Максим Ф.	гіпертимно-істероїдний	до	дестабілізуючий	близький до дестабілізуючого
			після	латентний	
22	Микита Х.	шизоїдно-епілептоїдний	до	дестабілізуючий	близький до адаптивного
			після	дезадаптивний	

**Рівні фрустрації підлітків контрольної групи до та після
формуваального експерименту**

n = 20

№ п/п	Досліджувані підлітки	Тип акцентуацій	час обстеження	Рівень фрустрації	Наявність ознак перехідного рівня
1	Ілля А.	сензитивний	до	латентний	близький до дестабілізуючого
			після	латентний	
2	Кристина В.	істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
3	Дмитро Д.	гіпертимно-істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
4	Микола К.	гіпертимний	до	дезадаптивний	
			після	дезадаптивний	
5	Анна К.	істероїдний	до	дестабілізуючий	близький до критичного
			після	дестабілізуючий	близький до критичного
6	Микита К.	гіпертимно-істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
7	Валентин М.	шизоїдно-сензитивний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
8	Мілад М.	психастенічно-сензитивний	до	латентний	близький до дестабілізуючого
			після	латентний	
9	Дмитро Н.	шизоїдно-епілептоїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
10	Владислав П.	істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
11	Катерина П.	гіпертимно-істероїдний	до	адаптивний	
			після	адаптивний	
12	Ярослав П.	епілептоїдний	до	дестабілізуючий	близький до критичного
			після	дестабілізуючий	
13	Анастасія С.	істероїдний	до	дестабілізуючий	близький до критичного
			після	дестабілізуючий	
14	Богдан С.	шизоїдно-істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
15	Дар'я Т.	шизоїдно-епілептоїдний	до	латентний	близький до дестабілізуючого
			після	дестабілізуючий	
16	Юлія Ш.	шизоїдний	до	латентний	близький до дестабілізуючого
			після	латентний	близький до дестабілізуючого
17	Юлія Шк.	шизоїдно-істероїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
18	Дар'я А.	шизоїдно-епілептоїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
19	Алла Н.	шизоїдно-епілептоїдний	до	дестабілізуючий	
			після	дестабілізуючий	
20	Діана Л.	істероїдний	до	псевдоадаптивний	
			після	псевдоадаптивний	