

Авторы:

Шевченко Наталья Андреевна

магистрант

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный университет»

педагог-психолог

МБОУ лицей №4

г. Воронеж, Воронежская область

Колбасина Ольга Игоревна

магистрант

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный университет»

г. Воронеж, Воронежская область

К ВОПРОСУ О ФРУСТРАЦИИ И АГРЕССИВНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

***Аннотация:** в данной статье авторы раскрывают такие понятия как «фрустрация» и «агрессивность». Выделяются и описываются разные уровни фрустрации и агрессивности. Авторами предложены практические рекомендации для работы с детьми, имеющими разные уровни агрессивности и фрустрации.*

***Ключевые слова:** фрустрация, агрессивность, психическое состояние, личностные особенности, модель поведения.*

Фрустрация и агрессивность играют важную роль в жизни человека и его взаимодействии с окружающими людьми. Данные понятия рассматривались такими известными психологами как Д. Доллард, Л. Берковец, И. Лангмейер и З. Матейчек. В нашей работе мы обращаем внимание на фрустрацию и агрессивность детей подросткового возраста. Для начала нам необходимо рассмотреть данные понятия [1].

Фрустрация – психическое состояние, возникающее в ситуации реальной или предполагаемой невозможности удовлетворения тех или иных потребностей, или ситуация несоответствия желаний имеющимся возможностям.

Фрустрация проявляется в переживаниях человека, его опасениях, беспокойствах относительно неудовлетворенных потребностей [2].

Агрессивность – устойчивая характеристика субъекта, отражающая его предрасположенность к поведению, целью которого является причинение вреда окружающим. Агрессивность может быть направлена как против других, так и против себя и мотивированна враждебностью, гневом или соперничеством. Агрессивность присуща всем людям, однако выражается по-разному в большей или меньшей степени и обусловлена культурными традициями, воззрениями и ограничениями. Проявление агрессивности не всегда носит негативный оттенок, она позволяет людям отстаивать собственное мнение, границы, защищать себя как от физического, так и психологического насилия [2].

Для исследования фрустрации и агрессивности у обучающихся нами была использована методика Г. Айзенка «Самооценка психических состояний». В исследовании приняли участие 87 детей в возрасте 13–15 лет.

Исследование проводилось с целью оценки психических состояний и личностных особенностей учащихся. Данная методика направлена на выявление уровней выраженности таких психических состояний как фрустрация и тревожность и личностных особенностей – агрессивности и ригидности.

Дети с низким уровнем фрустрации 43% (37 чел.) справляется с трудностями, испытывают удовлетворение от жизни, не подвергаются значительным лишениям в повседневной жизни, их основные потребности удовлетворены. Для данной группы детей помощь от родителей и педагогов может возникать в вопросах самовыражения.

Дети со средним уровнем фрустрации 47% (41 чел.) испытывают неудовлетворение потребностей или несоответствие своих возможностей собственным желаниям. Это нормальное состояние, которое может встречаться у каждого человека, которое может приводить к появлению негативных эмоций. При возникновении трудностей с детьми из этой группы необходимо провести индивидуальную беседу, помочь выяснить причину неудачи и выяснить возможные пути

решения. Стоит отметить, что краткосрочная фрустрация может служить стимулом для дальнейшего достижения цели.

Обучающиеся с высоким уровнем фрустрации 10% (9 чел.) испытывают длительное неудовлетворение потребностей, возможно и базовых, в питании, сне, безопасности. С детьми из данной группы необходима глубокая индивидуальная работа, возможно с привлечением социального педагога.

Подростки с низким уровнем агрессивности 32% (28 чел.) изредка проявляют агрессивность, она как правило, спонтанна. У данной группы обучающихся могут возникать проблемы с адаптацией и выражением своего Я, поскольку одной из важных функций агрессивности является приспособление к окружающей действительности и проявление активности. Для того чтобы проявить себя иногда требуется определенная степень настойчивости и умения отстаивать собственное мнение.

В качестве рекомендаций можно предложить: проводить внеклассные мероприятия, направленные на творческое самовыражение личности, развитие коммуникативных навыков; устраивать на уроках дебаты, дискуссии, суды присяжных, чтобы ученики учились отстаивать собственное мнение.

Для детей со средним уровнем агрессивности 45% (39 чел.) зачастую настойчивы, активны, способны преодолевать трудности, отстаивать свою точку зрения. Это оптимальный уровень агрессивности, однако, может наблюдаться негативизм, враждебность, вербальная агрессия, но чаще всего они носят ситуативный характер.

У обучающихся с высоким уровнем агрессивности 23% (20 чел.) могут проявляться трудности во взаимодействии и работе с окружающими. Они не сдержанны, конфликтны, зачастую такое поведение носит постоянный характер. В подростковом возрасте высокая агрессивность может носить временный характер, поскольку ребенок находится в кризисном состоянии. Повышенная агрессивность у подростка может быть следствием подражания поведению членов семьи или реакцией на насилие и длительное состояние фрустрации.

При взаимодействии с данной группой учащихся можно порекомендовать: проводить внеклассные мероприятия, направленные на снятие напряжения, выражение эмоций; обучать детей способам конструктивного выражения агрессии, развивать навыки решения конфликтных ситуаций; акцентировать внимание на поступках и поведении человека, а не на личности; обсуждать ситуацию здесь и сейчас; контролировать собственные негативные эмоции; демонстрировать модель доброжелательного поведения.

Стоит отметить, что высокий уровень фрустрации, а также ситуация длительной фрустрации могут стать причиной агрессивного поведения подростков. При изучении агрессивного поведения необходимо уделять внимание исследованию фрустрации для того, чтобы заранее выявлять детей, чьи потребности систематически не получают удовлетворения. Учитывая особенности данного возрастного периода, выявить причины фрустрации бывает затруднительно. Именно для этого можно использовать исследования, а также индивидуальные беседы с ребенком. Необходимо помнить, что агрессивное поведение может быть следствием фрустрации, а значит, проявление агрессии является поводом для того, чтобы не только работать с ее проявлениями, но и выявлять и устранять ее первопричины, а именно ситуацию фрустрации. Подростки сталкиваются с большим количеством ограничений в связи с возрастом. Некоторые сферы социальной активности остаются для них закрытыми или они не могут в них реализоваться в полной мере. Данные обстоятельства могут являться причиной накопления большого количества энергии, которая находит свое выражение в агрессивном поведении.

Список литературы

1. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль /Л. Берковиц. – М.: Олма-Пресс, 2002. – С. 126.
2. Гозмаи Л.Я. Психология эмоциональных отношений / Л.Я. Гозман. – М.: Академия, 2004. – С. 175.