

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ О.О.БОГОМОЛЬЦЯ
Кафедра загальної і медичної психології

Курсова робота

ФРУСТРАЦІЯ ЯК ЧИННИК МОТИВАЦІЙНИХ ЗМІН
У НАВЧАННІ СТУДЕНТІВ

Виконала:
студентка 3 курсу 2 групи
медико-психологічного факультету
Чесницька Сніжана Дмитрівна

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук, доцент
Тертична Надія Анатоліївна



Завідувач кафедри професор Матяш М.М.



Київ-2021

Зміст

Вступ.....	2
Розділ I. Теоретичні аспекти характеристики мотиваційної сфери студентів.....	5
1.1 Теоретична сутність поняття мотивація в сучасних психологічних підходах.....	5
1.2 Специфіка навчальної мотивації сучасного студента.....	9
1.3 Визначення «фрустрація», її причини та наслідки для успішності навчально-професійної діяльності студента.....	13
Розділ II. Дослідження проявів фрустрації у студентів.....	18
2.1. Процедура, методи та методики дослідження.....	18
2.2.Результати досліджень та їх аналіз.....	21
Висновки.....	29
Список використаної літератури.....	31
Додатки.....	33

Вступ.

Мотивація є однією з фундаментальних проблем як вітчизняної, так і зарубіжної психології. Її значущість для розробки сучасної психології пов'язана з аналізом джерел активності людини, спонукальних сил його діяльності, поведінки. В.Г.Алексєєв зазначає, що мотиваційна система людини має, набагато більш складну будову, ніж простий ряд заданих мотиваційних констант. Вона описується виключно широкою сферою, що включає в себе і автоматично здійснювані установки, і поточні актуальні прагнення, і область ідеального, яка в даний момент не є актуально діючою, але виконує важливу для людини функцію, даючи йому ту смислову перспективу подальшого розвитку його спонукання, без якої поточні турботи повсякденності втрачають своє значення.[1]

Юнацький вік характеризується усвідомленням власної індивідуальності, унікальності та несхожості з оточуючими. У той же час кожна молода людина прагне здобути професію, знайти своє місце в житті. Молоді люди експериментують та засвоюють різні соціальні ролі, які на певний час визначають їх спосіб існування. Вхідження в нові ролі вимагає певної адаптації, механізм якої полягає у тому, щоб реальна поведінка відповідала очікуваній. Враховуючи значне інформаційно - інтелектуальне навантаження у ВНЗ і непрості відносини з оточуючими, та те що соціальні переходи у юнаків супроводжуються значним напруженням і розбіжностями між бажаннями та досягненнями, тому не дивно, що за таких умов, виникає стан фрустрації. На мікрорівні слово «фрустрація» означає невдачу, розбиті плани та нездійснені надії та вказує на певну психотравмуючу ситуацію. На макрорівні Н.Д. Левітов розглядає фрустрацію у контексті більш широкої проблеми стійкості по відношенню до життєвих труднощів та реакції на них і визначає її як стан, що виражається в характерних особливостях переживань та поведінки, які виникають унаслідок дії об'єктивно нездоланих (або суб'єктивно тих, що здаються нездоланими) труднощів на

шляху до досягнення мети або вирішення задачі. Як відмічає Н.Д. Левітов, фрустрація представляє собою складний емоційно-мотиваційний стан, що виражається у дезорганізації свідомості, діяльності та спілкування, що виникає у результаті тривалого блокування цілеспрямованої поведінки об'єктивно нездоланими чи суб'єктивними труднощами. Ф.Є.Василюк відносить фрустрацію до екстремальних життєвих ситуацій, конфліктів й криз та вважає, що якщо виникає фрустрація й неможливість її задоволення, то це означає, що все життя під загрозою і це є рівноцінним життєвій кризі.[4] В якості негативних проявів фрустрації називають агресію, реакцію уникнення, депресію та регресію (Н.Д. Левітов), напруження та неспокій (А.В. Махнач), почуття байдужості, тривожності, апатії (В.М. Астапов), заздрощі та ворожості (Т.Г. Румянцев), заздрощів та ревнощів (А.І.Плотічер), психосоматичні реакції (А.Бандура). Зарубіжний вчений В. Кнаус визначає фрустрацію як емоційний стан, що виникає, коли ми зустрічаємо перепону на шляху до досягнення цілей. Щоб визначити фрустрацію, ґрунтовно зазначений дослідник пропонує розширити зміст цього поняття через визначення фрустрації як процесу. Науковці Д. Креча, Р. Кратчфілда та Н. Лівсона, вважають, що фрустрація виникає як конфлікт унаслідок протиріч між особистими бажаннями та встановленими суспільством нормами та законами, вбачають у напрузі, яка викликана зазначеним феноменом, спонукання до досягнення мети, що фокусує увагу індивіда на конкретний мотив.(5) Несуттєві та відволікаючі моменти у світосприйнятті суб'єкта відходять на другий план. У результаті такої концентрації посилюється привабливість ще не досягнутої мети.

Мета дослідження: полягає у виявленні характерних особливостей та мотиваційних змін у навчанні студентів під впливом фрустрації.

Об'єктом дослідження: мотиваційна сфера особистості.

Предметом дослідження: розвиток мотивації особистості до навчальної діяльності як основи їх майбутньої професійної діяльності.

Гіпотезою дослідження є припущення про те, що мотивація до навчальної діяльності залежить від курсу навчання студентів та фрустрованості навчально-пізнавальних потреб.

Мета курсової роботи зумовила необхідність вирішення таких **завдань:**

1. Проаналізувати основні підходи до вивчення мотивації.
2. Окреслити основні мотиви навчальної діяльності студентів різних курсів.
3. Визначити характеристики прояву фрустрації у студентів у навчанні.
4. Підготувати методичні рекомендації щодо розвитку мотивації у студентів.

Методи дослідження: організаційні, емпіричні в умовах проведення бесіди, опитувальник, кількісні та якісні методи обробки даних під час оцінювання дослідження, графічне відображення показників тощо.

Структура роботи: курсова робота містить титульний аркуш , зміст, вступ, основна частина(2 розділи), висновки, список використаної літератури, додатки.

Розділ I. Теоретичні аспекти характеристики мотиваційної сфери студентів.

1.1 Теоретична сутність поняття мотивація в сучасних психологічних підходах.

Термін "мотивація" використовується в сучасній психології в двоякому сенсі: як що позначає систему чинників, що детермінують поведінку (сюди входять, зокрема, потреби, мотиви, цілі, наміри, прагнення і багато іншого) і як характеристика процесу, який стимулює і підтримує поведінкову активність на певному рівні. Найчастіше в психології мотивація розглядається як сукупність причин психологічного характеру, пояснюють поведінку людини, його початок, спрямованість і активність. "Мотивація" у сучасній психології, як зазначає Р. С. Немов, позначає систему чинників, що визначають поведінку, та є характеристикою процесу, який стимулює і підтримує поведінкову активність на певному рівні.

Як синонім поняттю "мотивація" використовують поняття "стимулювання". Мотив і стимул - це дві паралельні ступені одного і того ж процесу мотивації діяльності. Поняття близькі за своїм значенням, але не рівнозначні. По-перше, найчастіше внутрішнє спонукання (мотив) переростає в певну фактично здійснювану діяльність під впливом зовнішнього спонукання (стимулу). По-друге, якщо розглядати стимулювання як активізацію діяльності ззовні, то можна використовувати поняття "стимул" як синонім поняття "зовнішня мотивація" в протиставленні поняттю "внутрішня мотивація".[9]

Зовнішня мотивація - сукупність усіляких стимулів у вигляді придбав, заохочень, нагород, які ми отримуємо від зовнішнього світу (зокрема, від інших людей), якщо заслуговуємо цього своєю поведінкою, або покарань, у разі коли наша поведінка не відповідає вимогам і встановленим нормам.

Внутрішня мотивація - спрямована на досягнення чого-небудь, що не запропоновано кимось із оточуючих нас людей, а потрібно самій людині.

Мотивацію слід вважати внутрішньою, якщо людина отримує задоволення безпосередньо від самої поведінки, від самої діяльності.

Наприклад, прийнято вважати, що пізнавальна мотивація, або прагнення до придбання нових знань, є майже виключно внутрішньої і безкорисливою. Доведено, що студент, руханий внутрішньою, пізнавальною мотивацією, вчиться набагато успішніше того, хто старається заради оцінки та похвали. Психологи традиційно підкреслюють пріоритет внутрішньої мотивації над зовнішньою, застерігають, що орієнтація на зовнішнє винагороду негативно позначиться на результатах практично будь-якої діяльності. Подібні твердження засновані на тому, що прагнення до винагороди послаблює внутрішні природні спонукання. [11]

Американський психолог Стівен Рейс вступає в суперечку з традиційною для психології точкою зору і вказує на неспроможність тієї точки зору, що внутрішня мотивація краще зовнішньої. Він також ставить під сумнів саме її існування.

Стівен Рейс твердить: «Наївно вважати, ніби гроші не можуть виступати ефективним мотиватором або що бажання отримати високу оцінку не допомагає школяреві вчитися».[7] Вся справа в індивідуально-психологічних відмінностях - різні люди по-різному мотивовані. Не всі діти від природи допитливі, і батьки таких дітей повинні зрозуміти, що природу особистості дитини їм змінити не вдасться. Мабуть, зіткнулися з подібними проблемами, батькам потрібно знайти той зовнішній пріоритетний стимул, задіявши який вдасться повернути дитини "обличчям до освіти". Затвердження С. Рейсу, що внутрішня мотивація - штучно створене психологами поняття, навряд чи витримує будь-яку критику, однак його аргументи в захист зовнішньої мотивації (стимулювання) діяльності заслуговують уваги, так як в даний час, на жаль, в педагогіці зовнішньої мотивації не приділяється належної уваги.[7]

Мотиваційну сферу людини з погляду її розвиненості можна оцінити за такими параметрами: широта, гнучкість, ієрархованість. Під широтою мотиваційної сфери розуміють якісну різноманітність мотиваційних факторів-диспозицій (мотивів), потреб, цілей, які наведені на кожному з рівнів. Чим більше у працівника різноманітних мотивів, потреб і цілей, тим більше розвинутою є його мотиваційна сфера.[13]

Гнучкість мотиваційної сфери характеризує процес мотивації так. Гнучкішою вважають таку мотиваційну сферу, в якій для задоволення мотиваційного спонукання загальнішого характеру (вищого рівня) може бути використано більше різноманітних мотиваційних спонукачів нижчого рівня. Наприклад, гнучкішою є мотиваційна сфера працівника, який залежно від обставин задоволення того самого мотиву може використати різноманітніші засоби, ніж інша людина.

Широта — це різноманітність потенційного кола предметів, які здатні для цієї людини слугувати засобом задоволення актуальної потреби, а гнучкість — рухливість зв'язків, що є між різними рівнями ієрархічної організованості мотиваційної сфери: між мотивами і потребами, мотивами і цілями, потребами і цілями.

Нарешті, ієрархованість — це характеристика будови кожного з рівнів організації мотиваційної сфери, який взяли окремо. Потреби, мотиви і цілі не існують як поруч покладені набори мотиваційних диспозицій. Деякі диспозиції (мотиви, цілі) сильніші від інших виникають частіше; інші, слабші реалізуються рідше. Чим більше відмінностей у частоті й силі актуалізації мотиваційних утворень відповідного рівня, тим вище ієрархованість мотиваційної сфери.[15]

А.Г.Асмолов окреслив область психології мотивації як область, що включає в себе три групи факторів, які можна розглядати як три рівні мотивації.

Перша група чинників - це джерела діяльності, її кінцеві причини: лібідо, потреба в самоактуалізації, сенс життя, цінності, інстинкти і ін.. Фактори цього

рівня - завжди узагальнені, стійкі фактори, те, що стабільно характеризує людину і відноситься в рівній мірі як до мотивації, так і до особистості.

Друга група чинників - це фактори, що забезпечують вибір спрямованості діяльності в конкретній ситуації. Мається на увазі не той свідомий вибір, який ми робимо, зважуючи і оцінюючи всі альтернативи. Найчастіше цей вибір робиться без участі свідомості, автоматично приймається один, а не інший напрям діяльності в конкретній ситуації. Тут уже йдеться про фактори власне мотиваційні, а не особистісні у вузькому сенсі слова, тому що визначення спрямованості дії в конкретній ситуації зав'язано на конкретні особливості поточної ситуації, на те, що відбувається тут і тепер і що не можна вивести з глобальної ієрархії потреб і цінностей особистості. Для мене на першому місці в ієрархії цінностей може бути, скажімо, любов, але зараз, тут і тепер, я йду їсти, пити каву і т.п. Не в кожному конкретному випадку перемагає головний мотив в загальній ієрархії. Конкретна ситуація характеризується унікальною динамічною констеляцією причин і детермінант поведінки.

Третя група чинників, третій рівень мотиваційних процесів - це ті чинники, які забезпечують власне регуляцію, спрямованість діяльності на реалізацію мотиву. Коли напрямок діяльності визначився, ми повинні ще проаналізувати, що допомагає діяльності не відхилитися від свого шляху. Сам мотив - це половина справи, це стартова точка; мотив породжує свої вторинні регулятори, які допомагають діяльності не відхилитися від курсу і дозволяють довести діяльність до кінця. Сюди відносяться цілі, установки, емоційні процеси, тобто те, що супроводжує протягом діяльності, все те, що входить у поняття регуляції.[8]

Таким чином, під мотивацією ми розуміємо внутрішнє спонукання особистості до того чи іншого виду діяльності, пов'язане з задоволенням окремої потреби. Мотивами можуть виступати: ідеали, інтереси, соціальні установки, цінності. Дана проблема є фундаментальною та значущою як у вітчизняній, так і

в зарубіжній психології, так як джерелом активності людини та спонукальних сил її поведінки виступає мотивація.[1]

1.2 Специфіка навчальної мотивації сучасного студента.

Останніми роками в психолого-педагогічній науці і практиці питанням мотивації навчальної діяльності приділяється особлива увага, оскільки це впливає на якість навчальної діяльності. Переважання у середовищі сучасної молоді зовнішніх, утилітарних мотивів веде до того, що учіння набуває формального характеру, відсутній творчий підхід, самотійна постановка навчальних цілей. Відомо, що саме негативне або байдуже відношення до учіння може бути причиною низької успішності або неуспішності студента.[12]

Мотивація - це циклічний процес безперервного взаємного впливу та перетворень, у якому суб'єкт дії та ситуація взаємно впливають одне на одного, і результатом якого є реально простежена поведінка. Вона пояснює цілеспрямованість дії, організованість та стійкість цілісної діяльності, спрямованої на досягнення окремої цілі. Як підкреслює, В. Гордієнко, мотивація учіння складається з ряду постійно змінних і взаємозалежних спонук. Тому становлення мотивації є не простим зростанням позитивного або посилювання негативного ставлення до учіння, а ускладнення структури мотиваційної сфери. Продовжуючи цю лінію дослідження, згідно А. Леонтьєву, навчальна мотивація студентів залежить від груп факторів, що й визначають її специфіку: а) об'єкт або мета навчальної взаємодії; б) інтереси комунікатора (студента); в) інтереси іншої людини або суспільства в цілому.[14]

Навчальна мотивація визначається як приватний вид мотивації, включений в певну діяльність, у даному випадку - навчальна діяльність. Визначено такі специфічні ознаки навчальної мотивації залежно від указаного виду діяльності: 1) визначається самою освітньою системою, освітньою

установою; 2) організацією освітнього процесу; 3) суб'єктними особливостями студента; 4) суб'єктивними особливостями педагога і, перш за все, системи його відносин до студента і предмета викладання; 5) специфікою навчального предмета.

Необхідна умова для створення у студентів навчальної мотивації - можливість проявляти у навчанні розумову самостійність і ініціативність. Чим активніші використовувані методи навчання, тим легше зацікавити предметом студентів. Основний засіб формування стійкого інтересу до навчання - використання таких питань і завдань, вирішення яких вимагає від студентів активної пошукової діяльності.

Навчальний матеріал і прийоми навчальної роботи повинні бути достатньо (але не надмірно) різноманітні. Різнманітність забезпечується не лише зіткненням студентів з невідомими раніше об'єктами в ході навчання, але і тим, що в одному і тому ж об'єкті можна відкривати нові сторони. Один з прийомів спонуки навчальної мотивації студентів - «відчуження», тобто демонстрування того, що можна вивчити нового, несподіваного, важливого в звичному і буденному.[10] Новизна матеріалу - найважливіша передумова виникнення пізнавального інтересу. Проте, пізнання нового повинно спиратися на знання, що вже систематизовані і стали частиною наукового світогляду студента. Використання раніше засвоєних знань - одна з основних умов появи інтересу. Істотний чинник формування навчальної мотивації - емоційне забарвлення змісту навчання, живе слово педагога. Ці положення, сформульовані Є. Бондарчуком, можуть служити певною програмою організації навчального процесу у ВНЗ. Адже сучасні соціальні фактори змінили психологію молодої людини. Вона звикла до образної й емоційної інформації по телебаченню, тому академічний стиль у ряді випадків сприймається як анахронізм. Слухачі студенти, як правило, дуже легко поєднують розумове з емоційним. [14] Серед чинників, які впливають на внутрішньоструктурну динаміку навчальної

мотивації студентів, варто визначити пріоритетними наступні: зняття оцінки і тимчасових обмежень, демократичний стиль спілкування, ситуацію вибору, особова значущість, вид роботи (продуктивний, творчий). Творчий характер проблемної ситуації стимулює тенденцію до диференціювання і впорядкування компонентів структури, тобто тенденцію до стійкості.

У розвитку і поглибленні пізнавальних інтересів студентів неабияке місце займають методи і прийоми самостійної роботи. До них відносяться методи роботи з підручником, довідковою літературою, виконання завдань за алгоритмом, проведення дослідів, аналізу студентами незнайомих для них ситуацій, генерування суб'єктивно нової інформації, написання курсових і дипломних робіт. У процесі самостійної діяльності, як зазначають , студент повинен опанувати загальними прийомами її раціональної організації; навчитися виділяти пізнавальні завдання і вибирати способи їх вирішення; здійснювати вміль і оперативний самоконтроль за правильністю розв'язання поставленої задачі; вносити корективи в самостійну роботу; самоудосконалювати навички реалізації теоретичних знань; аналізувати загальний підсумок роботи, порівнювати ці результати з попередніми і намічати шляхи усунення помилок в подальшій роботі.[2]

Дослідники Б.І. Дадонova, Е.І. Савонько, Н.М. Симонова встановили позитивний зв'язок мотиваційних орієнтацій із успішністю студентів. Найщільніше пов'язаними з успішністю виявилися орієнтації на процес і на результат, менше – орієнтація на оцінку викладача. Зв'язок орієнтації на уникнення неприємностей слабкий. У той же час результати дослідження (М.М. Ліпкин, Н.В. Яковлева) продемонстрували, що успішність навчання студентів у ВНЗ залежить від багатьох аспектів психофізичної активності. Одним із цих чинників успішності, на їх думку, є мотиваційна складова діяльності. Аналогічний результат був отриманий у дослідженні В.А. Якуніна, Н.І. Мешкова , виявилось, що «сильні» і «слабкі» студенти відрізняються один від одного не

рівнем інтелекту, а мотивацією навчальної діяльності. Ю.М. Орлов зробив висновок про те, що найбільший вплив на академічні успіхи надає підсвідома потреба у поєднанні з високою потребою в досягненнях.[6] Умовою успішного навчання все ж є мотивація, котра спонукає студента до певної діяльності з метою розширення й поглиблення своїх знань, підвищення впевненості та незалежності від зовнішніх факторів. Розглядаючи концепції мотивації навчальної діяльності стосовно аналізу мотивів навчання студентів, виявляється, що навчальна мотивація студентів істотно відрізняється від мотивації школярів не тільки через їх вікові особливості. Діяльність студентів у ВНЗ з упевненістю можна назвати навчально-професійною. Після того, як старшокласники закінчують школу і вступають до ВНЗ для них характерними є зміни мотивів у зв'язку з професійним самоствердженням. А це означає, що професійні мотиви не просто включаються в структуру мотивації навчання, а стають її невід'ємною складовою, що взаємодіє з мотивами вчення і формує навчально-професійну мотивацію. Отже, організація навчальної роботи і вибір методів навчання, що особливо важливим є для вивчення природничих дисциплін, дають взагалі більший ефект в тому випадку, якщо викладач відмінно знає свою дисципліну, а також педагогічні та психологічні закономірності процесу навчання.[11]

1.3 Визначення «фрустрація», її причини та наслідки для успішності навчально-професійної діяльності студента.

Психологи визначають термін “фрустрація” як негативний психологічний стан, що виникає у ситуації нездійснення якоїсь значущої для людини цілі або неможливості задоволення важливої потреби. Фрустрація виникає у результаті конфліктів особистості з іншими, особливо в колективі, в якому людина не дістає підтримки, співчутливого ставлення. Негативна соціальна оцінка людини, яка зачіпає її особистісно — її значущі стосунки, загрожує престижу, людській

гідності, — спричиняє стан фрустрації. Проявляється цей стан насамперед у почутті розчарування і супроводжується напруженістю, тривожністю, інколи навіть відчаєм, почуттям безвиході, депресією. Сила фрустрації залежить від того, наскільки важливою для людини була дана ціль чи потреба, як багато вклала вона у свої плани. Молода людина, яка вбачала мету життя у вступі до вишу і доклала до цього максимум зусиль, у випадку фіаско може відчувати дуже сильну фрустрацію. У стані фрустрації людина переживає повний комплекс негативних емоцій: гнів, відчай, тривогу, роздратування, розчарування.[12] Як відмічає Н.Д. Левітов, фрустрація представляє собою складний емоційно-мотиваційний стан, що виражається у дезорганізації свідомості, діяльності та спілкування, що виникає у результаті тривалого блокування цілеспрямованої поведінки об'єктивно нездоланими чи суб'єктивними труднощами. Ф.Є. Василюк відносить фрустрацію до екстремальних життєвих ситуацій, конфліктів й криз та вважає, що якщо виникає фрустрація й неможливість її задоволення, то це означає, що все життя під загрозою і це є рівноцінним життєвій кризі. В якості негативних проявів фрустрації називають агресію, реакцію уникнення, депресію та регресію (Н.Д. Левітов), напруження та неспокій (А.В. Махнач), почуття байдужості, тривожності, апатії (В.М. Астапов), заздрощі та ворожості (Т.Г. Румянцев), заздрощів та ревнощів (А.І.Плотічер), психосоматичні реакції (А.Бандура). Зарубіжний вчений В. Кнаус визначає фрустрацію як емоційний стан, що виникає, коли ми зустрічаємо перепону на шляху до досягнення цілей. Щоб визначити фрустрацію, ґрунтовно зазначений дослідник пропонує розширити зміст цього поняття через визначення фрустрації як процесу.

Наступні пункти описують фрустраційний процес:

1. Фрустрація виникає, коли наші потреби та бажання блокуються. Тобто, коли наш рівень сподівань перевищує наш рівень можливостей, ми вірогідно відчуватимемо фрустрацію.

2. Фрустрації можуть вар'ювати від незначних до сильних по мірі їх сприймання та переживання.

3. Фрустрація починається з відчуття дискомфорту.

4. Ми викликаємо наші власні фрустрації через те, як ми їх сприймаємо і що ми думаємо відносно перепон, які ми зустрічаємо на своєму шляху.

5. Результати сильних фрустрацій є комбіновані емоційні стани, які мають дезорганізуючий вплив на пам'ять та поведінку.

6. В залежності від того як ми інтерпретуємо фрустрацію, вона може стимулювати як позитивні зміни так і агресію, регресію та деструктивну поведінку.

За визначенням зарубіжних дослідників, фрустрація містить три складові:

1) Психологічна або емоційна складова, що передбачає виникнення емоції на фруструючу ситуацію;

2) Фізіологічна складова, що відноситься до реакцій тіла людини на фрустрацію: підняття тиску й посилення серцебиття, стиснення мускулатури та збільшення викиду гормону адреналіну;

3) Когнітивна складова, що відноситься до мисленнєвого аналізу особистості фруструючої ситуації. Мисленнєва складова визначає те, як особистість відноситься до фруструючої ситуації і її спроможність знайти вихід з неї.(3)

Важливу роль в реакції на фрустрацію, грає характер, темперамент та індивідуальні особливості людини. Наприклад, як зауважив В.С. Мерлін, холерик переміщує відповідальність за свої невдачі на когось іншого. Меланхолік звинувачує себе у фрустраціях, що спіткали його, а сангвінік в таких ситуаціях знецінює задачу діяльності. У свою чергу Кузьміна Е.І., серед детермінант, які визначають свободу або несвободу від фрустрації, виділяє стійкі індивідуальні властивості людини та її особистісні якості, що сприяють успішному подоланню перепон або, навпаки. Перешкоджають виходу із скрутного становища.

Конкретизуючи вищезазначене, серед детермінант, які впливають на звільнення від фрустрації, можна відмітити такі індивідуальні особливості людини, як :

1) індивідуальні властивості мислення: флексибільність та високий абстрактний рівень мислення, висока самооцінка такого чинника як свобода, тенденція до імунітивних реакцій;

2) високі показники особистісних факторів : конформізм – нонконформізм, емоційна стійкість та емоційна нестійкість, відвертість – дипломатичність, підкореність – авторитарність ;

3) акцентуації характеру, в першу чергу циклотимність, гіпертимність (які характеризуються позитивним емоційним забарвленням та достатньо високою мотивованістю на досягнення діяльності) та в комбінації з ними емотивність, екзальтованість, збудженість. [3]

Таким чином, автор вважає, що більш вільні від фрустрації люди з високим рівнем інтелекту, які вміють відділяти головне від другорядного та переключатись на більш цінні в ситуації рішення, спроможні глибоко осягнути причини фрустрації та мотиви діяльності, передбачити можливі шляхи поведінки, вибрати оптимальний варіант, а також незалежні, впевнені в собі, з високим життєвим тонусом, позитивним ставленням до себе. Що стосується детермінант, які заважають звільненню від фрустрації – це такі індивідуальні властивості людини як ригідність, затримка, тривожність, низький рівень відповідальності, конформізм, емоційно – вольова нестійкість, тенденція до агресивної поведінки, низька самооцінка.

Науковці Е.Д. Соколова, Ф.Б. Березін, Т. В. Барлас вважають, що першочерговим ланцюгом психічного стресу виступають фрустрації, які викликані блокадою у задоволенні життєво необхідних потреб та виявляються у почутті незадоволення та психічному напруженні під впливом неможливості реалізувати ті чи інші цілі. Клінічна оцінка таких психічних станів не рідко

пов'язана зі значними труднощами, які виникають в силу певних обставин. Перш за все, діапазон потреб, блокада яких викликана фрустрацією, надто широкий і ніколи не досягається у повній широті. Це може бути пов'язано із недостатньою самоінтроспекцією особистості та неготовністю визнавати потреби, які протидіють її уявленню про себе. По-друге, блокада потреб часто визначається не зовнішніми видимими перепонами, а конкуруючими, різноспрямованими потребами людини. Такі стани можна охарактеризувати інтрапсихічним конфліктами, які часто не усвідомлюються.[2]

Феномен «фрустрація» має свої деструктивні та конструктивні особливості. Усвідомлення специфічних особливостей й причин виникнення фрустрації детермінує шляхи її подолання й стимулюють когнітивний потенціал особистості, загартовують волю, підвищують емоційну стійкість і тим самим продуктивно впливають на емоційно-вольову сферу.

При вивченні різних теорій мотивації, при визначенні механізму і структури мотиваційної сфери професійної діяльності, ми прийшли до висновку, що дійсно мотивація людини є складною системою, що має у своїй основі як біологічні, так і соціальні елементи, тому і до вивчення мотивації професійної діяльності людини необхідно підходити, з огляду на дану обставину. Мотивація людини, з одного боку, має багато спільного з мотивацією тварин, в частині задоволення своїх біологічних потреб. Але, з іншого боку, є ряд специфічних особливостей, властивих тільки людині, що так само необхідно враховувати при вивченні саме людської мотиваційної сфери. Не можна благати впливу ні тієї, ні іншої частини мотиваційної сфери людини, на систему мотиваційної спрямованості особистості в цілому, так як це може призвести до спотворення цілісного розуміння даного питання.[10]

Структура мотиваційної сфери людини в процесі життєдіяльності проходить етапи формування і становлення. Це формування являє собою

складний процес, що відбувається як під впливом своєї внутрішньої роботи, так і під впливом зовнішніх факторів навколишнього його середовища.

Розділ II. Дослідження проявів фрустрації у студентів.

2.1 Процедура, методи та методики дослідження.

Метою нашого дослідження було вивчення фрустраційних чинників, які впливають на мотиваційну сферу студентів.

У ході дослідження були визначенні такі завдання:

1. Підібрати діагностичні методики.
2. Провести діагностику.
3. Обробити отримані результати.
4. Дослідити чинники фрустрації у ранньому юнацькому віці.

В ході дослідження було створено вибірку із 15 студентів, віком від 18 до 23 років включно. Для дослідження було обрано студентів 1 і 6 курсів Національного медичного університету імені О.О.Богомольця.

Процедура дослідження проходила у три етапи: підготовчий, проведення дослідження, обробка даних.

Для реалізації цих етапів було використано такі методи, як: організаційний, що включав в себе підбір методик, підготовку матеріалів та інструкцій щодо їх використання, а також місце проведення. Емпіричний, у якому було безпосереднє спілкування з учасниками дослідження, пояснення правил роботи та інструкцій, виконання методик і тестів, а також проводилось спостереження за роботою учасників та збір даних. Заключним етапом був метод обробки даних, який дозволив кількісно та якісно представити результати. Також варто виділити інтерпретаційний метод, що дозволив виділити структурні елементи.

У процесі дослідження для реалізації всіх завдань були використані такі методики: «Методику малюнкової фрустрації», розроблену С.Розенцвейгом та Тест Г. Айзенка для визначення типу темпераменту.

Для визначення місця типу темпераменту в моделі Г. Айзенка використовується адаптований варіант його опитувальника. Опитувальник має назву «Особистий опитувальник Г. Айзенка». Опитувальник Г. Айзенка дозволяє виявити вроджені властивості людини, що впливають на все її подальше життя. Кожному цікаво, що рухає його вчинками, почуттями та емоціями. Г. Айзенк створив тест, здатний визначити, до якого типу темпераменту відноситься людина. Тест на визначення темпераменту заснований на припущенні, що нервовій системі людини притаманні деякі вроджені якості, які суттєво впливають на формування особистості.

Інструкція: Вам буде запропоновано кілька питань про особливості вашої поведінки в різних умовах і ситуаціях. Це не випробування розуму чи здібностей, тому немає відповідей хороших чи поганих. Ми зацікавлені в правдивих відповідях. Зміст окремих питань не аналізується, важливий тільки підсумковий результат. На питання треба відповідати по черзі, чи не повертаючись до попередніх відповідей. Працюйте швидко, не витрачайте занадто багато часу на обдумування відповіді - найцікавіша ваша перша реакція. На питання можна відповісти "так" або "ні". Обраний вами відповідь на кожне питання слід зазначити в бланку для відповідей. Чи не пропускайте будь-якого питання.

Основними характеристиками двофакторної моделі Г. Айзенка є екстравертність і нейротизм. Екстравертованість – це характеристика індивідуально-психологічних відмінностей людини, крайні полюси якої відповідають спрямованості особистості або на світ зовнішніх об'єктів (екстраверсія), або на явища його власного суб'єктивного світу (інтроверсія). Нейротизм – це психічний стан, що характеризується емоційною нестійкістю, тривогою, хвилюванням, поганим самопочуттям, вегетативними розладами. Даний фактор також біполярний. Один із полюсів його має позитивне значення, характеризується емоційною стійкістю, інший полюс – емоційною нестійкістю.

В основі кожного з чотирьох типів лежать особливі поєднання властивостей нервової системи:

- у холерика сильна нервова система, він легко переключається з одного на інше, але неврівноваженість його нервової системи зменшує сумісність (товариськість) з іншими людьми. Холерик схильний до різких змін в настрої, запальний, нетерплячий, схильний до емоційних зривів;
- у сангвініка також сильна нервова система, а значить, і хороша працездатність, він легко переходить до іншої діяльності, до спілкування з іншими людьми. Сангвінік прагне до частої зміни вражень, легко і швидко відгукується на події, що відбуваються, порівняно легко переживає невдачі;
- у флегматика сильна, працездатна нервова система, але він насилу входить у іншу роботу і пристосовується до нової обстановки. У флегматика переважає спокійне, рівний настрій. Почуття зазвичай відрізняються сталістю;
- у свою чергу меланхолік характеризується низьким рівнем психічної активності, повільністю рухів, стриманістю міміки й мови, швидкою стомлюваністю. Його відрізняють висока емоційна чутливість до всього, що відбувається навколо нього. Чуйність до інших робить меланхоліків універсально злагідний (сумісними) з іншими людьми, але сам меланхолік схильний переживати проблеми всередині себе і, отже, схильний до саморуйнування.

Методика С. Розенцвейга виявляє тип реагування, до певної міри, розкриває цінності особистості. Тип реагування відповідає на питання, в якій сфері криється найбільш вразливе місце досліджуваного, з чим, перш за все, будуть пов'язані його емоції: чи буде він сконцентований на перешкоді, вивчаючи його властивості, і, намагаючись його подолати, чи буде він захищати себе, будучи слабкою вразливою особистістю, або він зосередиться на шляхах отримання бажаного. С.Розенцвейг використовує такі поняття щодо направлення реакції (агресії):

1. Екстрапунітивні реакції
2. Інтропунітивні реакції
3. Імпунітивні реакції

За типом реакції діляться на:

1. Реакції «з фіксацією на перешкоді». Перешкоди, що викликають фрустрацію, всіляко акцентуються, незалежно від того, розцінюються вони як сприятливі, несприятливі або незначні.
2. Реакції «з фіксацією на самозахисті». Активність в формі осуду кого-небудь, заперечення або визнання власної провини, ухилення від докору, спрямовані на захист свого «Я», відповідальність за фрустрацію нікому не може бути приписана.
3. Реакції «з фіксацією на задоволення потреби». Постійна потреба знайти конструктивне рішення конфліктної ситуації у формі або вимоги допомоги від інших осіб, або прийняття на себе обов'язки вирішити ситуацію, або впевненості в тому, що час і хід подій приведуть до її вирішення.

Інструкція: перед досліджуваними на малюнках були зображені люди, які щось говорять одне одному. Їм потрібно було подивись уважно на малюнок, де було зображено дві людини. Один з них, той, що знаходиться зліва, щось говорить іншому, а той йому відповідає. Але, що саме він відповідає ми не бачимо, потрібно дати відповідь на запитання людини, яка знаходиться зліва, а потім сказати, що відповідь йому та людина, яка знаходиться справа. Інтерпретація отриманих результатів по тесту «малюнкової фрустрації», у відповідності з теорією С. Розенцвейга, здійснюється у двох ракурсах: за напрямком та типом реакцій на фрустраційні ситуації.

2.2. Результати досліджень проявів фрустрації студентів з різними темпераментальними властивостями.

В ході нашого дослідження, для аналізу проявів фрустрації студентів нами був використаний проєктивний тест «Методика малюнкової фрустрації» С.Розенцвейга (Додаток 2)

У дослідження брали участь студенти 18 -23 років. Вибірка складалась з 15 осіб. Досліджуваним роздали 24 малюнки, які містять поле для відповіді. На виконання давали 20 хвилин. Дослідження проводилось у спокійній ситуації.

Аналізуючи відносну частоту факторів, що зустрічаються серед відповідей досліджуваних на певну ситуацію тесту, можна зробити наступні висновки, які можна ми згрупували у таблицю (табл.2.1.)

Таблиця 2.1

Напрямок реакції (загальні показники у %)	Тип реакції		
	OD (з фіксацією на перешкоді)	ED (з фіксацією на самозахисті)	NP (з фіксацією на задоволення потреби)
Е (екстрапунітивний) (50%)	15%	20%	15%
І (Інтропунітивний) (30%)	15%	10%	15%
М (імпунітивний) (20%)	5%	5%	10%

За результатами дослідження за екстрапунітивні реакції продемонструвала половина досліджуваних (50%), тобто реакції спрямовані на живе або неживе оточення у формі підкреслення ступеня фрустрованої ситуації, у формі засудження зовнішньої причини фрустрації, або ставиться в обов'язок іншій особі вирішити дану ситуацію. Крім того, досліджувані з фіксацією на

перешкоді (15%), схильні всіляко акцентуватися, на перешкодах, незалежно від того, розцінюються вони як сприятливі, несприятливі або незначні. Досліджувані з фіксацією на самозахисті (20%), проявляють активність в формі осуду кого-небудь, заперечення або визнання власної провини, ухилення від докору, спрямовані на захист. Досліджувані з фіксацією на задоволення потреби (15%) , схильні постійно знаходити конструктивне рішення конфліктної ситуації у формі або вимоги допомоги від інших осіб, або прийнятті на себе обов'язків вирішити ситуацію, або впевненості в тому, що час і хід подій приведуть до її вирішення.

2. По напрямку реакції I (30%) з яких: I' (5%), I (10%), i (15%) - реакції спрямовані на самого себе, з прийняттям провини або ж відповідальності за виправлення ситуації, що виникла, фруструюча ситуація не підлягає засудженню. Досліджувані з фіксацією на перешкоді (15%) оцінює ситуацію як не значну, досліджувані з фіксацією на самозахисті (10%) приймає фруструючу ситуацію як осудження для себе, і досліджувані з фіксацією на задоволення потреби, беруться вирішити проблеми самостійно.

3. По напрямку реакції M (20%) з яких: M' (5%), M (5%), m (10%) – фруструючі ситуації розглядається як щось незначне . Досліджуванні з фіксацією на перешкоді (5%) заперечують труднощі і приймає як сприятливі умови, досліджувані з фіксацією на самозахисті (5%) відповідальність категорично заперечується в даній ситуації, досліджуваний з фіксацією на задоволення потреби (10%) виражають надію, що з часом ситуація виправиться.

Для порівняння результатів дослідження, ми спів ставили всі типи реакцій відповідно до напрямку реакції. (Рис. 2.1.)

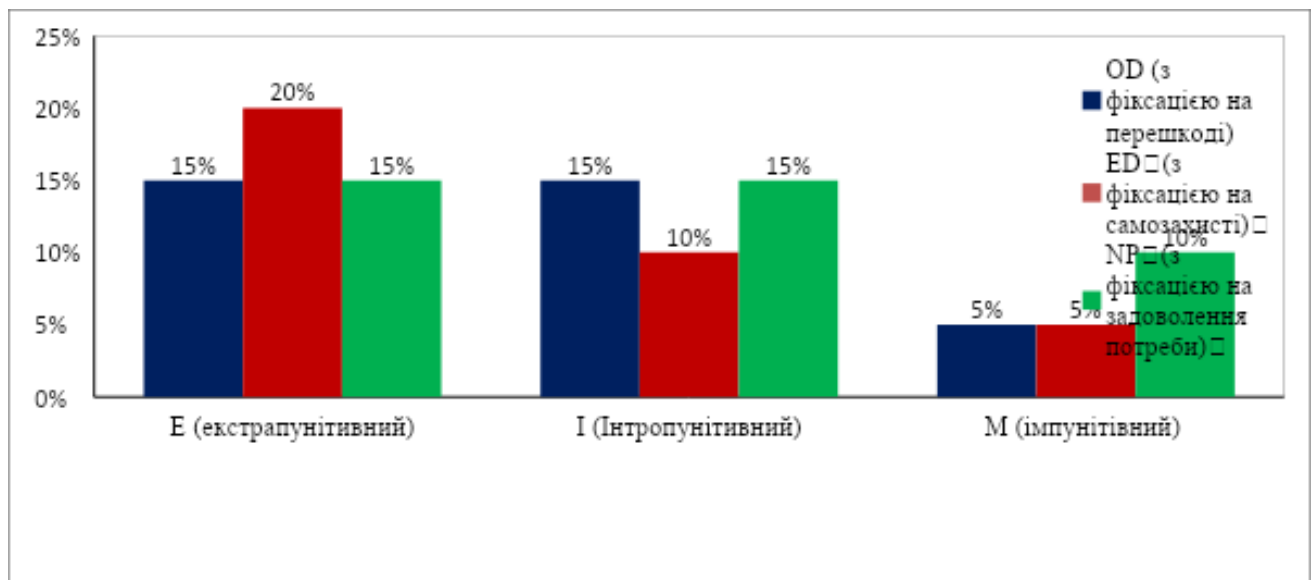


Рис. 2.1. Загальні результати за проективним тестом «Методика малюнкової фрустрації» С.Розенцвейга.

Методика Розенцвейга дозволяє вивчити домінуючу реакцію людини на невдачу і способи, за допомогою яких він шукає вихід із стану фрустрації.

Вплив переживання стану фрустрації на розвиток особистості є особливо небезпечним в перехідні, кризові періоди розвитку і особливо в період раннього юнацького віку. В зв'язку з цим особливого значення набуває потреба вивчення чинників, що впливають та зумовлюють стан фрустрації.

Аналіз співвідношення показників екстраверсії (Е) та нейротизму (Н) за методикою Г. Айзенка дав змогу визначити один із типів темпераменту, якому притаманний той чи інший психологічний профіль. На першому етапі кількісного та якісного дослідження всі отримані результати були проаналізовані за шкалою «Щирість». Ґрунтуючись на отриманих результатах можна зробити наступні висновки (Рис.2.2).

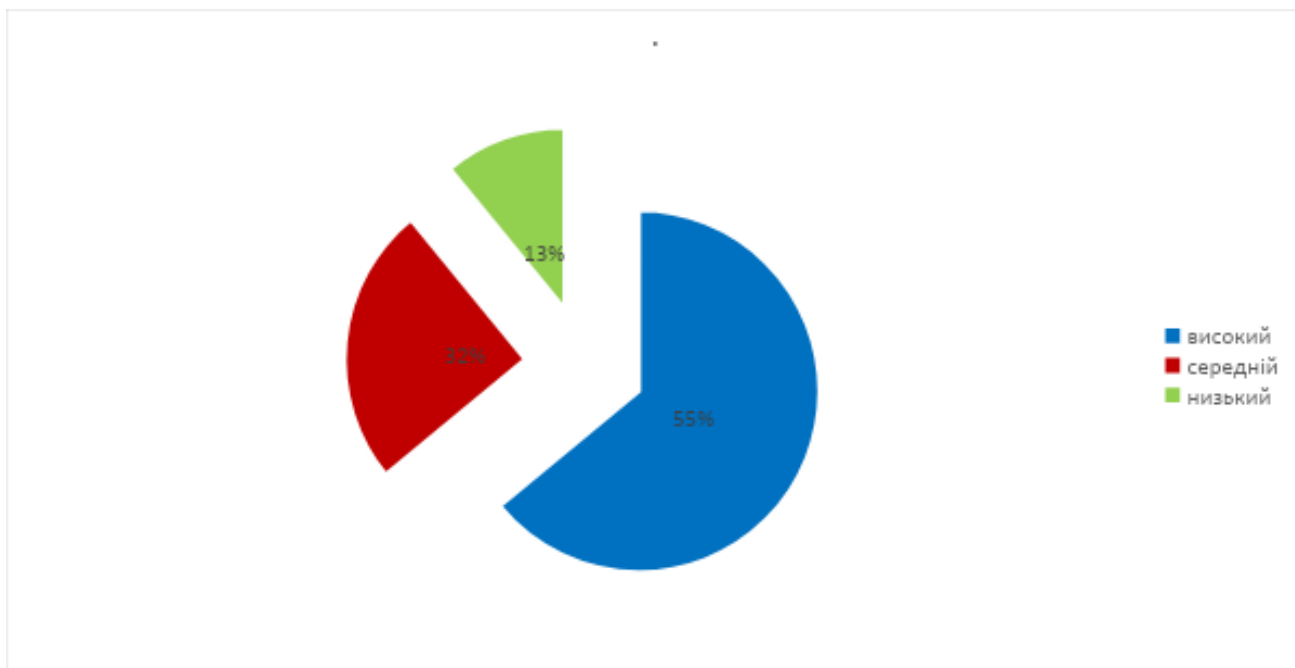


Рис. 2.2. Результати за методикою Г. Айзенка (шкала «Щирість»).

За отриманими даними 55 % опитувальних можна з упевненістю довіряти, так як вони не схильні давати соціально бажані відповіді, а відповідали на питання тесту щиро. Для 32 % опитувальних характерна ситуативна щирість, тобто в різних життєвих ситуаціях вони ведуть себе щиро або брехливо залежно від обставин. Тоді як 13 % досліджуваних не схильні відкрито відповідати на запропоновані питання. Отже 13 опитувальних мають середню щирість та 2 – низьку. Вони набрали більше 4 балів і результати тестування вважаються недостовірними, респонденти не були достатньо чесним.

На другому етапі дослідження нами було проаналізовано інтерпретацію результатів за шкалою «Нейротизм» (Рис.2.3).

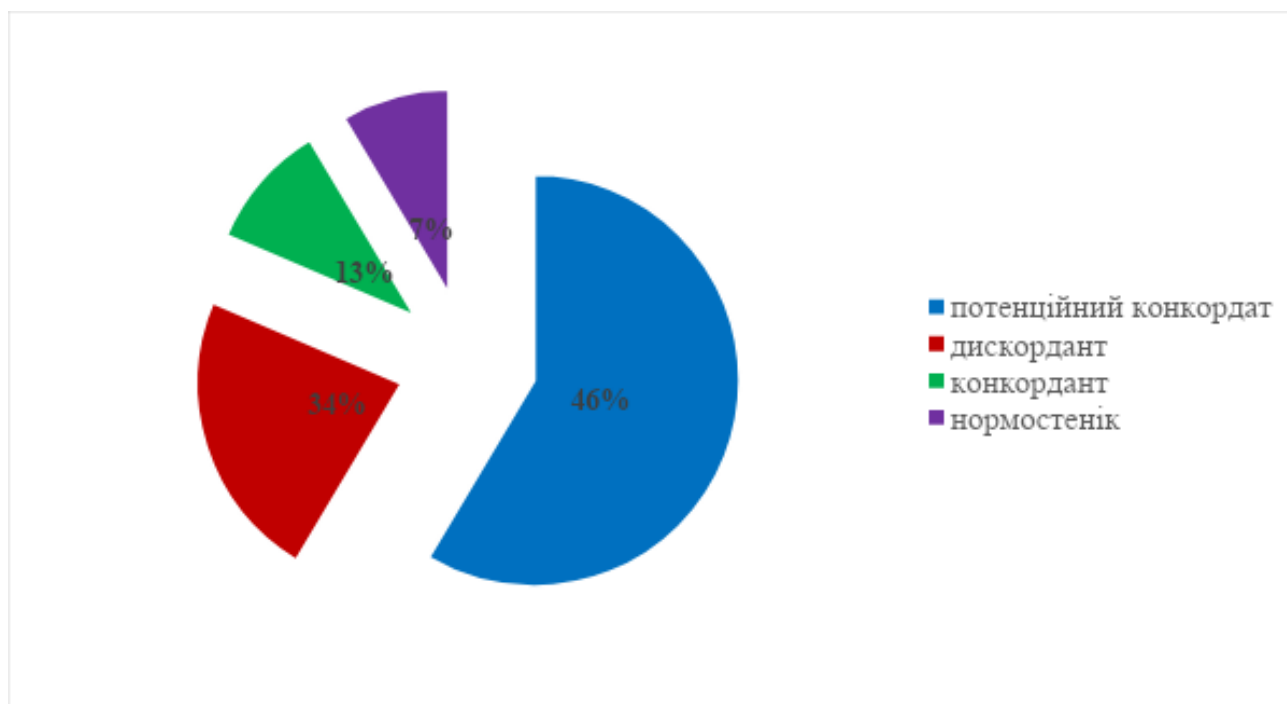


Рис. 2.3. Результати за методикою Г. Айзенка (шкала «Екстраверсія-інтроверсія»).

Отже отримані результати свідчать, що 46 % опитувальних відносяться до потенційних конкордатів, 34 % до нормостеніків, 13 % до дискордантів та 7% до конкордатів. Відповідно до кола Г.Айзенка переважна більшість респондентів належать до емоційно стабільних типів характеру людини, які не схильні до занепокоєності, стійкі щодо зовнішніх впливів, рівні у настроях, характеризуються гарною адаптованістю. Особи які належать до нормостенік та набрали 11-14 балів перебувають в межах емоційно стабільних та нестабільних людей. І останні особи є типово емоційно неврівноваженими людьми, які чутливі, тривожні, схильні хворобливо переживати невдачі та критику на свою адресу, засмучуються через дрібниці. Для них характерні часті зміни настрою та погана адаптованість.

На третьому етапі дослідження ми визначили, яку кількість балів набрав кожний респондент за шкалою «Екстраверсія-інтроверсія».

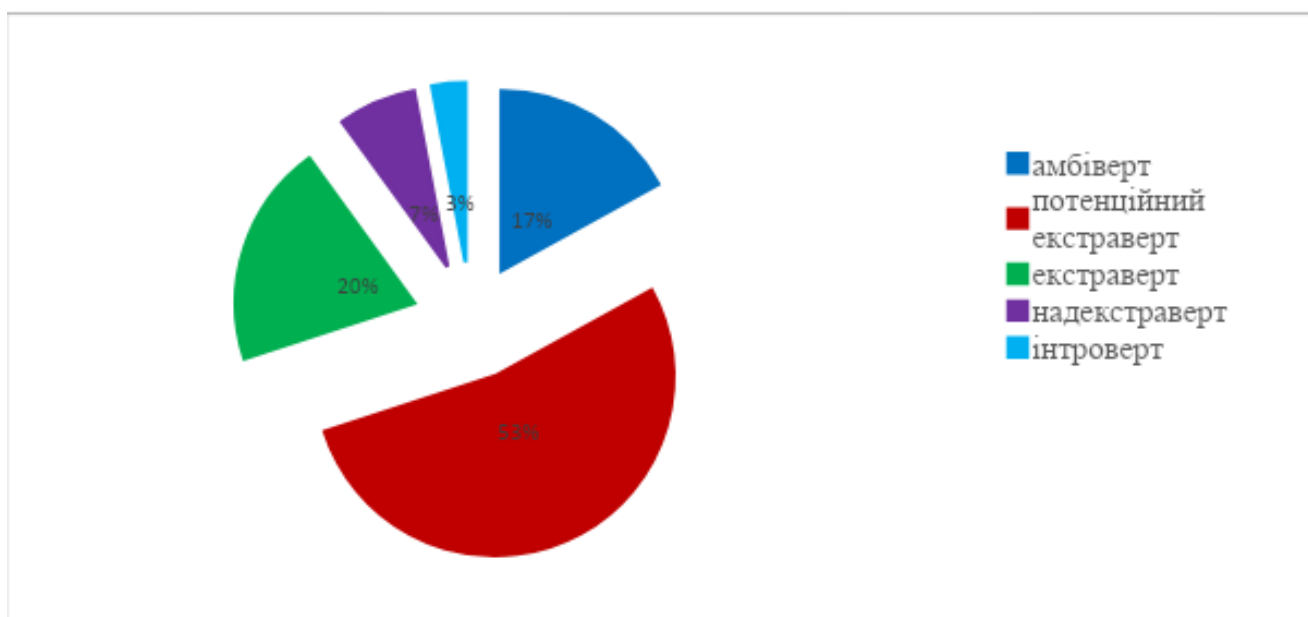


Рис. 2.4. Результати за методикою Г. Айзенка (шкала «Екстраверсія-інтроверсія»)

Спираючись на отримані дані можна сказати, що в групі опитаних до екстравертів можна віднести 20 %, до потенційних екстравертів – 53 % та до над екстравертів – 7 %. Таким людям властиві товариськість, імпульсивність, гнучкість поведінки, велика ініціативність, висока соціальна адаптованість. Екстраверти зазвичай веселі, жваві та відкриті для людей. Вони не люблять самотності, одноманітності, прямолінійні в судженнях, орієнтуються переважно на зовнішню оцінку. Лише 3 % опитувальних являються інтровертами. Цим люди притаманні нетовариськість, замкненість, соціальна пасивність, схильність до самоаналізу, утруднення щодо соціальної адаптації. Інтроверти краще виконують монотонну роботу, планують свої дії ретельно і заздалегідь, вони обережні, охайні, педантичні. Певна кількість - 17 % опитувальних є амбівертами. Люди схильні до амбівертності увібрали в себе риси інтровертів і екстравертів. У різних життєвих ситуаціях вони схильні проявляти себе по-різному, іншими словами, вони непередбачувані.

На останньому етапі дослідження на основі проаналізованого матеріалу підрахуємо суму балів за шкалами щирості, екстраверсії-інтраверсії та

нейротизму, що дозволить віднести людину до одного з чотирьох типів темпераментів. Т

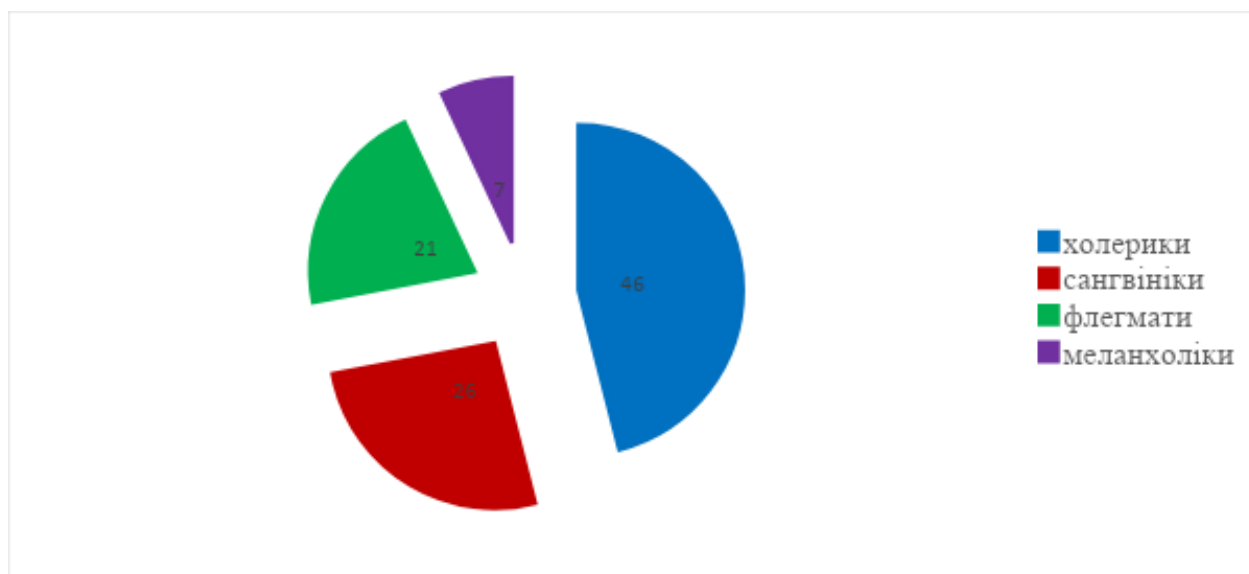


Рис. 2.5 Результати темпераментальних властивостей за методикою Г. Айзенка.

Як свідчать дані, холеричному типу людини відповідає 46 % опитуваних. Холерик характеризується високою психічною активністю, енергійністю дій, різкістю, стрімкістю, силою рухів. До сангвініків можна віднести 26 % опитуваних. Сангвінік прагне до частоті зміни вражень, легко і швидко відгукується на події, що відбуваються, порівняно легко переживає невдачі. Вони характеризуються високою психічною активністю, швидкістю і жвавістю рухів, енергійністю, працездатністю, різноманітністю і багатством міміки. Флегматичному типу відповідають 21 % опитуваних. У флегматиків сильна, працездатна нервова система, але він насилу входить у іншу роботу і пристосовується до нової обстановки. У них переважає спокійне, рівне настрій. Почуття зазвичай відрізняються сталістю. До меланхолічного типу відносяться 7 % опитуваних. Таким людям властивий низький рівень психічної активності, сповільненість рухів, стриманість моторики й мови, швидка стомлюваність.

Отже, за проведеними дослідженнями більшість опитувальних відносяться до типу холерик, що відповідає високому рівню екстраверсії, але не стійкому типу нервової системи. Але 26 % відноситься до типу сангвінік, що характеризує їх як людей з вираженою екстраверсією та стійкою нервовою системою. Холерики і сангвініки рухливі й імпульсивні і тому більш ефективні в прояві ініціативи, в швидкості налагодження міжособистісних контактів.

Висновки

У курсовій роботі наведено теоретичне узагальнення та дослідження щодо фрустраційних чинників мотиваційних змін у навчанні студентів. Отримані результати свідчать про досягнення мети, підтверджують висунуті припущення, що дає змогу сформулювати наступні висновки. Проведено аналіз, щодо пояснення чинників фрустрації який показав зміщення дослідницького інтересу, щодо зазначеної проблеми та пояснення фрустрації як психічного стану гострого переживання незадоволеної потреби в якому провідну роль відіграє складне поєднання когнітивно-інформаційних, емоційно-вольових та мотиваційно-поведінкових процесів.

На основі проведеного емпіричного дослідження можемо зробити наступні висновки:

- проаналізували основні підходи до вивчення мотивації. У основі цих методів лежить перший критерій (пряма оцінка представлень людини про причини або особливості поведінки, інтереси і т. д.) По цих методах можна судити швидше про мотиви, що видаються, причинні стереотипи, ціннісні орієнтації, чим про мотиви діяльності, що реально діють.

- основними мотивами навчальної діяльності : соціальні (почуття обов'язку і відповідальність, усвідомлення соціальної значущості навчання, прагнення зайняти певну позицію в стосунках з оточуючими, отримати їхнє схвалення); пізнавальні (орієнтація на оволодіння новими знаннями, закономірностями, орієнтація на засвоєння засобів.

- Найпомітнішими проявами поведінки людини в стані фрустрації також є апатія, агресія, регресія (поведінка, яка наближена до заохочення мінімальних

людських потреб) та стереотипів (порушення власної працездатності і наслідування чийхось дій).

Список використаної літератури

1. Большакова А. М. Екзистенційна фрустрація та суб'єктивна картина життєвого шляху особистості / А. М. Большакова // Вісник Харківського нац. пед. ун-ту ім. Г. С. Сковороди. Серія: Психологія : зб. наук. пр. / Харківський нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. – Харків, 2008.
2. Вовк А.О. Психологічні чинники екзистенціальної фрустрації особистості : дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / Львівський національний ун-т ім. Івана Франка. — Л., 2006. — 252арк. : рис., табл. — Бібліогр.
3. Дементий Л.И. Фрустрация: Понятие и диагностика: Учеб.-метод. пособие: Для студентов специальности 020400 «Психология» / Сост. Л.И. Дементий. – Омск: Изд-во ОмГУ.
4. Дубовицкая Т.Д. Проблема фрустрации у студентов на начальном этапе обучения в вузе / Т.Д.Дубовицкая, А.Р.Эрбегеева // Высшее образование сегодня. – 2008.
5. Ильин Е. П. Эмоции и чувства./ Е.П.Ильин - СПб: Питер, 2001. – с.752 : ил. - (Серия «Мастера психологии»).
6. 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
7. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості: Навч.посібник-Київ
8. Кэррол Э. Изард. Психология Эмоций / И.Кэррол - (Мастера Психологии) : СПб: Питер, 2012
9. Креч Д. Фрустрация, конфликт, защита / Д.Креч, Р.Кратчфилд, Н.Ливсон // Вопросы психологии. – 1991.
10. Кузнєцова Л.М. Особливості психічного стану фрустрації у підлітків з акцентуаціями характеру. Проблеми сучасної психології. 2010.8.

- 11.Пасніченко А. Е. Психолоаналіз : навч. посіб. Ч. 1 -Чернів. нац. ун-т ім. Ю.Федьковича. - Чернівці : Рута, 2007.
- 12.Прохоров А.О. Психические состояния и их проявления в учебном процессе. Казань: КГУ, 1991.
- 13.Семиченко В.А. Психические состояния [Текст] : модульный курс (лекции, практические занятия, задания для самостоятельной работы) для преподавателей и студентов / В. А. Семиченко. - К. : Магістр-S.
- 14.Чернобровкин, В.М. Диагностика фрустрационных реакций педагогов. – К., 2000
- 15.<https://core.ac.uk/download/pdf/32309617.pdf>

Тест-опитувальник Г. Айзенка «Темперамент»

1. Ви часто відчуваєте прагнення до отримання нових вражень?
2. Чи часто ви відчуваєте потребу в друзях, які вас розуміють, можуть підбадьорити, втішити?
3. Ви безтурботна людина?
4. Чи вірно, що вам дуже важко комусь відмовити, сказати «ні»?
5. Чи замислюєтесь ви перед тим, як щось зробити?
6. Чи завжди ви дотримуєтесь своїх обіцянок?
7. Чи часто у вас бувають спади та підйоми настрою?
8. Ви зазвичай говорите і дієте швидко, не розмірковуючи?
9. Чи часто ви відчуваєте себе нещасним без достатньої на те причини?
10. Чи змогли б ви зробити все що завгодно на спір?
11. Чи виникає у вас почуття сором'язливості, коли ви хочете заговорити з симпатичною молодого людиною протилежної статі?
12. Чи буває, що ви виходите з себе, гніваєтесь?
13. Ви часто дієте під впливом хвилинного настрою?
14. Чи часто ви хвилюєтесь через те, що зробили або сказали що-небудь таке, чого не слід було робити чи казати?
15. Чи віддаєте ви зазвичай перевагу книгам, ніж зустрічам з людьми?
16. Чи легко вас образити?
17. Чи любите ви часто бувати в компаніях?
18. Чи бувають у вас думки, які вам хотілося б приховати від інших?
19. Чи вірно, що іноді ви наповнені енергією, так що все горить у вас в руках, а іноді зовсім в'ялі, безсилі?
20. Чи погоджуєтесь ви з тим, щоб мати друзів поменше, але особливо близьких вам?
21. Ви часто мрієте?
22. Коли на вас кричать, ви відповідаєте тим же?
23. Вас часто турбує почуття провини?
24. Чи всі ваші звички гарні та бажані?
25. Чи здатні ви дати волю почуттям і на повну повеселитись в компанії?
26. Ви вважаєте себе чутливою людиною?
27. Чи вважають вас людиною жвавою та веселою?

28. Чи часто ви, виконавши якусь важливу справу, переживаєте за те, що могли б зробити її краще?
29. Ви більше мовчите, коли знаходитесь в оточенні інших людей?
30. Ви іноді пліткуєте?
31. Чи буває, що вам іноді не спиться через те, що різні думки лізуть вам в голову?
32. Якщо ви хочете дізнатись про що-небудь, то ви віддаєте перевагу текстовому джерелу, ніж запитати у інших?
33. Чи бувають у вас приступи серцебиття?
34. Вам подобається робота, яка вимагає від вас постійної уваги?
35. Чи буває, що вас «кидає у піт»?
36. Ви завжди б платили за перевезення багажу в транспорті, якби ви не боялись контролера?
37. Вам неприємно знаходитись в компанії, де жартують один з одного?
38. Ви дратівливі?
39. Вам подобається робота, яка вимагає від вас швидкості рухів?
40. Чи хвилюєтесь ви через якісь неприємні події, які б могли відбутись?
41. Ви ходите повільно і не поспішаючи?
42. Ви коли-небудь запізнювались на навчання, роботу, побачення?
43. Вам часто сняться жахи?
44. Чи вірно, що ви так любите порозмовляти, що не втратите можливості поспілкуватись з незнайомою людиною?
45. Вас турбують якісь болі?
46. Чи відчували б ви себе дуже нещасною людиною, якби тривалий час були позбавлені широкого спілкування з людьми?
47. Чи можете ви назвати себе нервовою людиною?
48. Чи є серед ваших знайомих люди, які вам вочевидь не подобаються?
49. Чи можете ви сказати, що ви досить впевнена в собі людина?
50. Чи легко ви ображаєтесь, коли люди вказують на ваші недоліки в роботі або на ваші особисті проколи?
51. Ви вважаєте, що важко отримати справжнє задоволення від вечірки?
52. Чи турбує вас почуття, що ви чимось гірші за інших?
53. Чи легко вам внести пожвавлення в досить нудну компанію?
54. Чи буває, що ви говорите про речі, в яких не розбираєтесь?
55. Чи піклуєтесь ви про своє здоров'я?
56. Чи любите ви жартувати над іншими?
57. Чи страждаєте ви від безсоння?

Бланк відповідей

Прізвище, ім'я _____ Дата _____

п/н	Так/ні	п/н	Так/н і	п/н	Так/н і	п/н	Так/н і	п/н	Так/н і
1		13		25		37		49	
2		14		26		38		50	
3		15		27		39		51	
4		16		28		40		52	
5		17		29		41		53	
6		18		30		42		54	
7		19		31		43		55	
8		20		32		44		56	
9		21		33		45		57	
10		22		34		46		Щирість	
11		23		35		47			
12		24		36		48			

Результати за шкалою «Щирість»

Респонденти	Бал	Інтерпретація
1	1	висока
2	2	висока
3	4	середня
4	0	висока
5	2	висока
6	4	середня
7	2	висока
8	4	середня
9	3	висока
10	1	висока
11	2	висока
12	2	висока
13	2	висока
14	1	висока
15	4	середня
16	4	середня
17	3	висока
18	6	середня
19	5	середня
20	3	висока
21	2	висока
22	2	висока
23	2	висока
24	5	середня
25	9	низька
26	2	висока

27	7	низька
28	2	висока
29	3	висока
30	2	висока

Результати за шкалою «Нейротизм»

Респонденти	Бал	Інтерпретація
1	9	потенц.конкордат
2	17	потенц.дикордант
3	19	дискордант
4	9	потенц.конкордат
5	16	потенц.дикордант
6	3	конкордат
7	11	нормостенік
8	6	конкордат
9	15	потенц.дикордант
10	20	дискордант
11	16	потенц.дикордант
12	13	нормостенік
13	14	нормостенік
14	10	потенц.конкордат
15	9	потенц.конкордат
16	16	потенц.дикордант
17	13	нормостенік
18	10	потенц.конкордат
19	16	потенц.дикордант
20	10	потенц.конкордат
21	9	потенц.конкордат
22	16	потенц.дикордант
23	13	нормостенік
24	11	нормостенік

25	9	потенц.конкордат
26	9	потенц.конкордат
27	13	нормостенік
28	21	дискордант
29	21	дискордант
30	9	потенц.конкордат

Показники за шкалою «Екстраверсія-інтроверсія»

Респонденти	Бал	Інтерпретація
1	12	амбіверт
2	14	амбіверт
3	16	потенц.екстраверт
4	15	потенц.екстраверт
5	18	потенц.екстраверт
6	21	екстраверт
7	14	амбіверт
8	11	амбіверт
9	19	екстраверт
10	17	потенц.екстраверт
11	17	потенц.екстраверт
12	23	надекстраверт
13	15	потенц.екстраверт
14	17	потенц.екстраверт
15	9	потенц.інтроверт
16	9	потенц.інтроверт
17	17	потенц.екстраверт
18	6	інтроверт
19	17	потенц.екстраверт
20	22	екстраверт
21	23	надекстраверт
22	21	екстраверт

23	19	екстраверт
24	17	потенц.екстраверт
25	10	потенц.інтроверт
26	20	екстраверт
27	15	потенц.екстраверт
28	13	амбіверт
29	18	потенц.екстраверт
30	15	потенц.екстраверт

Респондент	Вік/ років	Професія/ спеціальність	Щ и рі ст ь	Н е й р от из м	Екстр аверс ія- інтро версі я	Тип темпераменту
2	3	4	5	6	7	8
1	22	Медична психологія	1	9	12	Холеричний
2	18	Медична психологія	2	17	14	Меланхолічний
3	18	Медична психологія	4	19	16	Холеричний
4	18	Медична психологія	0	9	15	Сангвінічний
5	19	Медична психологія	2	16	18	Холеричний
6	20	Медична психологія	4	3	21	Сангвінічний
7	18	Медична психологія	2	11	14	Сангвінічний
8	23	Медична психологія	4	6	11	Флегматичний
9	19	Медична психологія	3	15	19	Флегматичний
10	20	Медична психологія	1	20	17	Холеричний
11	19	Медична психологія	2	16	17	Холеричний
12	20	Медична психологія	2	13	23	Холеричний
13	23	Медична психологія	2	14	15	Холеричний
14	21	Медична психологія	1	10	17	Сангвінічний
15	24	Медична психологія	4	9	9	Флегматичний

Профілі фрустраційних реакцій
(з урахуванням типів та напрямків реакцій)

Напрямок реакції	Типи реакцій		
	OD	ED	NP
E	E'	E(E)	e
I	I'	I(I)	i
M	M'	M	m

Відповідно, E – екстрапунітивні реакції, I – інтропунітивні реакції, а M – імпунітивні реакції. Ці три напрямки реакцій можуть по різному співвідноситися із типом реакцій і тоді ж вони утворюють певні профілі фрустраційних реакцій. Для домінантного типу (OD) використовуються заглавні літри з апострофом – E', I', M'. Реакції екстра-, інтро- і імпунітивного напрямку самозахисного типу (ED) позначаються просто прописними літрами без будь яких позначок – E, I, M. Для позначення типу потребово-наполегливих реакцій (NP) використовуються маленькі літри – e, i, m.

Оцінка кожної відповіді записується із урахуванням розташування факторів по трьом вище представленим колонкам: OD, ED, NP, тобто на першу позицію заносяться фактори, які відносяться до типу «з фіксацією на перепоні», на другу – фактори, що відносяться до типу «з фіксацією на самозахисті», а на третю – фактори, які відповідають типу «з фіксацією на задоволенні потреби».

