

Фрустрация

Выполнила:

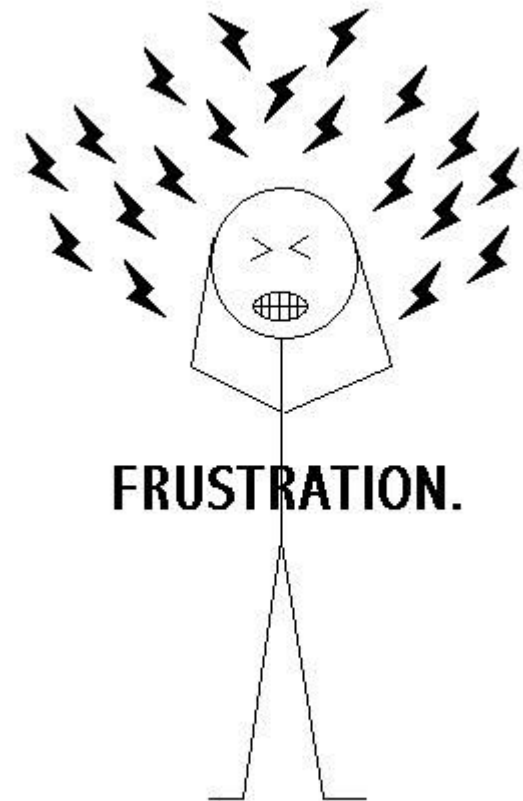
Глебова Екатерина

группа СП-343101

Екатеринбург 2016

- ▶ Необходимыми признаками фрустрирующей ситуации согласно большинству определений является наличие сильной мотивированности достичь цель (удовлетворить потребность) и преграды, препятствующей этому достижению.

Василюк «Психология переживания» М.: Издательство Московского университета,



Фрустрация

```
graph TD; A[Фрустрация] --> B[по характеру фрустрируемых МОТИВОВ]; A --> C[по характеру "барьеров"];
```

по характеру фрустрируемых
МОТИВОВ

"врожденные" психологические потребности
(в безопасности, уважении и любви), и
"приобретенные потребности" (А. Маслоу)

по характеру **"барьеров"**

физические (стены тюрьмы), **биологические**
(болезнь, старение), **психологические** (страх,
интеллектуальная недостаточность) и
социокультурные (нормы, правила, запреты)
По Дембо: деление барьеров на **внешние** и
внутренние

Как переходит ситуация затрудненности деятельности в ситуацию фрустрации?



характеристика состояния фрустрированности

Фрустрация

Человек, будучи фрустрирован, испытывает беспокойство и напряжение, чувства безразличия, апатии и утраты интереса, вину и тревогу, ярость и враждебность, зависть и ревность и т.д.



Виды фрустрационного поведения:

- а) *двигательное возбуждение* - бесцельные и неупорядоченные реакции;
- б) *апатия* (в известном исследовании Р. Баркера, Т. Дембо и К. Левина один из детей в фрустрирующей ситуации лег на пол и смотрел в потолок);
- в) *агрессия и деструкция* (разрушение);
- г) *стереотипия* - тенденция к слепому повторению фиксированного поведения;
- д) *регрессия*, которая понимается либо "как обращение к поведенческим моделям, доминировавшим в более ранние периоды жизни индивида"

Каковы же наиболее существенные, центральные характеристики?

Монография Н. Майера "Фрустрация: поведение без цели".

Базовое утверждение его теории состоит не в том, что "фрустрированный человек не имеет цели", а "что поведение фрустрированного человека не имеет цели, т.е. что оно утрачивает целевую ориентацию". Майер иллюстрирует свой тезис примером, в котором двое людей, спешащих купить билет на поезд, затевают в очереди ссору, затем драку и оба в итоге опаздывают. Это поведение не содержит в себе цели добывания билета, поэтому, по определению Майера, оно является не адаптивным (=удовлетворяющим потребность), а "фрустрационно спровоцированным поведением".

Фрустрация

Э. Фромм: фрустрационное поведение (в частности, агрессия) - "представляет собой попытку, хотя часто и бесполезную, достичь фрустрированной цели" .

К. Гольдштейн: поведение этого рода не подчинено не только фрустрированной цели, но вообще никакой цели, оно дезорганизовано и беспорядочно - "катастрофическое поведение"



Н. Майер: необходимым признаком фрустрационного поведения является **утрата ориентации на исходную, фрустрированную цель**, этот же признак является и достаточным - фрустрационное поведение не обязательно лишено всякой целенаправленности, внутри себя оно может содержать некоторую цель (скажем, побольнее уязвить соперника в фрустрационно спровоцированной ссоре). Важно то, что достижение этой цели лишено смысла относительно исходной цели или мотива данной ситуации.

2 важнейших параметра, по которым должно характеризоваться поведение во фрустрирующей ситуации:

- "мотивосообразность"
- организованность поведения какой бы то ни было целью

Иногда говорят о положительном воздействии фрустрации, таком как мобилизация всех сил человека, повышение ее мотивации, но даже в этом случае поведение носит импульсивный и иррациональный характер.

Наиболее полезным и правильным выходом из фрустрирующей ситуации является сознательный отказ от фрустрирующих целей, выдвижение новых, более приемлемых и достижимых.

Источники:

- ▶ Ф.Е.Василюк «Психология переживания» М.: Издательство Московского университета, 1984
- ▶ <http://www.b17.ru/article/frustratsia/>