


---



# Фрустрация и тревога как эмоциональное состояние.

**Работу выполнили:  
Артюхова Т.,  
Базанова С.,  
Зверева Л.**

---



---

**К ЭМОЦИОНАЛЬНЫМ  
СОСТОЯНИЯМ ОТНОСЯТ**

**настроения**

**фрустрации**

**стрессы**



# Настроение

- ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ самочувствие человека, влияющее на все его поведение, помыслы и переживания в течение более или менее длительного времени.






# Стресс



Каждая работа сопровождается напряжением.

Такое напряжение Г. Селье назвал стрессом.

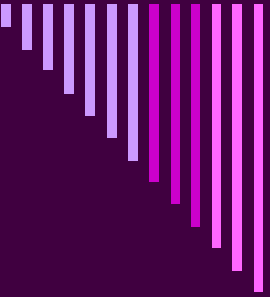
- Если стресс длительное время  нервное или соматическое заболевание.
-



# Тревога

## *Источники тревоги:*

- рассогласование самой системы потребностей,
- опасения, связанные с вероятной неспособностью реализовать значимые устремления в будущем,
- новые требования среды могут обнаружить несостоятельность.

- 
- 
- Тревога - результат возникновения или ожидания фрустрации и наиболее интимный (и облигатный) механизм психического стресса.



- Угроза - центральный элемент тревоги, обуславливает ее биологическое значение как сигнала неблагополучия и опасности.
-



---

С возникновением тревоги связывают:

- ✓ усиление поведенческой активности,
- ✓ изменение характера поведения или включение механизмов интрапсихической адаптации

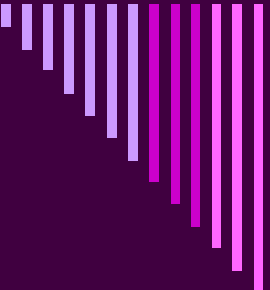
**!** В отличие от боли, тревога — сигнал опасности, которая еще не реализована.

---

- тревога лежит в основе любых (адаптивных и неадаптивных) изменений психического состояния и поведения, обусловленных психическим стрессом.








# Психологическое и психопатологическое значение тревоги

Тревога выступает

- 1) как основное слагаемое различных психопатологических синдромов,
  - 2) как базис, на котором формируются психопатологические или психосоматические проявления.
-



# Разграничение тревоги и страха (К. Ясперс)



**тревога ощущается вне  
связи  
стимулом  
(«свободно  
плавающая тревога»),**

**страх соотносится  
с определенным  
стимулом  
и объектом**



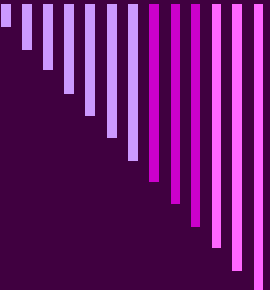
---

# Тревожный ряд

- включает несколько аффективных феноменов, закономерно сменяющих друг друга по мере возникновения и нарастания тревоги.

1. Ощущение внутренней напряженности - отражает наименьшую интенсивность тревоги, служит сигналом, имеет наиболее адаптивное значение .

---



---

## 2. Гиперестезические реакции.

- сменяют ощущение внутренней напряженности или присоединяются к нему.

Нейтральные стимулы приобретают значимость, привлекают внимание, при большой их выраженности придают таким стимулам отрицательную эмоциональную окраску.

---

---



## 3. Собственно тревога.

- центральный элемент ряда, который проявляется ощущением неопределенной угрозы, чувством неясной опасности (немотивированная, свободно плавающая тревога).

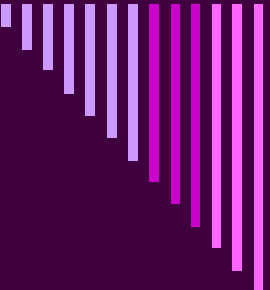




## 4. Страх

- Неосознаваемость причин тревоги, отсутствие связи ее с определенным объектом, невозможность конкретизировать ощущаемую угрозу делают невозможным и какую-либо деятельность, направленную на предотвращение или устранение угрозы.

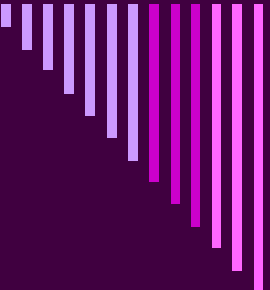




---

## 5. Ощущение неотвратимости надвигающейся катастрофы.

- Нарастание интенсивности тревожных расстройств приводит субъекта к представлению о невозможности избежать угрозы, даже если она связывается с конкретным объектом, с определенной ситуацией
-



---

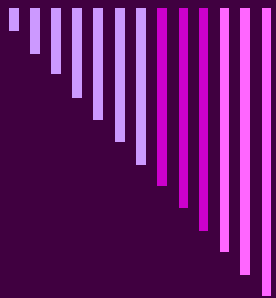
## 6. Тревожно-боязливое возбуждение.

- представляет собой наиболее выраженное из расстройств тревожного ряда.

При тревожно-боязливом возбуждении вызываемая тревогой дезорганизация поведения достигает максимума, и возможность целенаправленной деятельности исчезает.

---





Тревожный ряд в порядке нарастающей тяжести :

ощущение внутренней напряженности →

гиперестезические реакции →

собственно тревога → страх →

ощущение неотвратимости надвигающейся

катастрофы → тревожно-боязливое

возбуждение.



## ***Итог:***

- 1) все феноменологические проявления тревоги могут отмечаться при участии одних и тех же гипоталамических структур,
  - 2) возникать в этом случае независимо от личностных особенностей,
  - 3) сменять друг друга при изменении тяжести тревожных расстройств.
- Все это свидетельствует в пользу представлений о единой природе тревоги.
-

---

# Состояние фрустрации!!!



- Состояние фрустрации тяжело переживают и человек, и весь коллектив, в котором он находится.
  - Основная причина фрустраций - плохая выносливость в борьбе с жизненными трудностями.
-

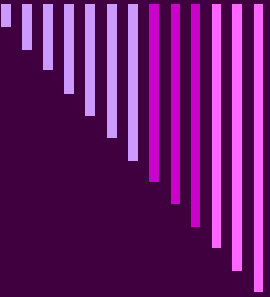


---

# Понимании самого термина „фрустрация“.

1) *frustration* - расстройство (планов), уничтожение (замыслов), т. е. указывает на какую-то в известном смысле слова травмирующую ситуацию, при которой терпится неудача.

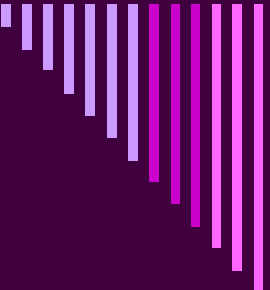
---



---

2) *Фрустрация* „имеет место в тех случаях, когда организм встречает более или менее непреодолимые препятствия или обструкции на пути к удовлетворению каких-либо жизненной потребности» С. Розенцвейгом

---

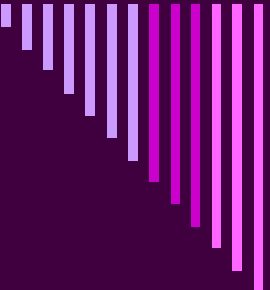


---

3) *фрустрация* — результат таких условий, при которых ожидаемая реакция или предупреждается, или затормаживается. (Браун и Фарбер )

4) *фрустрация* — конфликт между двумя тенденциями: той, которая относится к типу связи «цель — реакция», и той, которая возникла под влиянием интерферирующих условий (Лоусон)

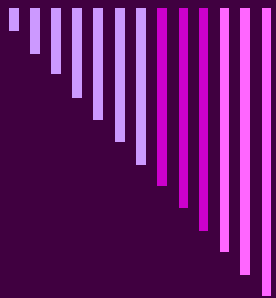
---

- 
- Таким образом, ***фрустрация*** — состояние человека, выражающееся в характерных особенностях переживаний и поведения и вызываемое объективно непреодолимыми (или субъективно так понимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели или к решению задачи.

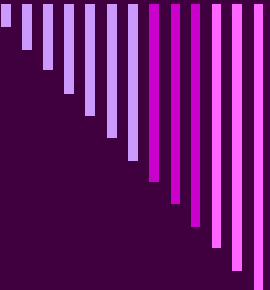


- В применении к животным: *фрустрация* — состояние животного, выражающееся в характерных реакциях и вызываемое трудностями, которые возникают на пути к удовлетворению биологических потребностей.






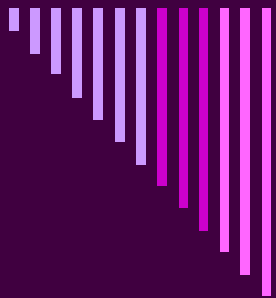
- Так, Майер считает, что поведение животного или человека зависит от двух потенциалов:
  - 1) «репертуар поведения», определяемый наследственностью, условиями развития и жизненным опытом.
  - 2) избирательные или отборочные процессы и механизмы.



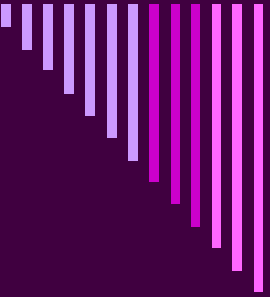
# МОЖНО ЛИ СЧИТАТЬ ФРУСТРАЦИЮ НИЧЕМ НЕ МОТИВИРОВАННОЙ??????

Если под ней понимать, как этого хотят, Чайльд и Уотерхауз, внешнюю причину (барьер или обструкцию), то возможно одно из двух:

- ❖ или этот барьер преодолевается, и  поведение будет не просто мотивированным, но и мотивированным разумно,
- ❖ или барьер вызывает нецелесообразное, а иногда и, действительно, деструктивное поведение.



- Психическое состояние, вызываемое фрустратором несомненно стоит в зависимости от типа этого фрустратора.
- С. Розенцвейг выделил три типа таких ситуаций.



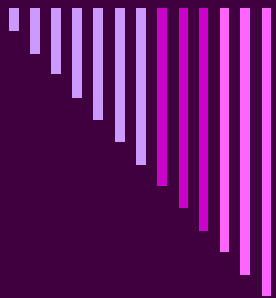
---

1) отсутствие необходимых средств для достижения цели или удовлетворения потребности. В качестве иллюстрации «внешнего лишения»

2) потери

3) конфликт

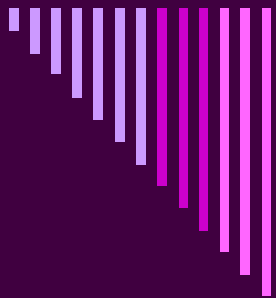
---



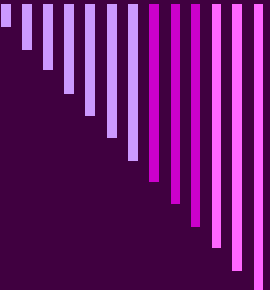
- Существуют случаи, когда фрустраторы не вызывают фрустрацию.
- Толерантность, т.е. терпеливость, выносливость, отсутствие тяжелых переживаний и резких реакций, несмотря на наличие фрустраторов.

## Существуют разные формы толерантности.

- Наиболее «здоровым» и желательным следует считать психическое состояние, характеризующееся, спокойствием, рассудительностью, готовностью использовать случившееся как жизненный урок. Т
- Толерантность может быть выражена в известном напряжении, усилении, сдерживании нежелательных импульсивных реакций.
- толерантность типа бравирования с подчеркнутым равнодушием, которым в ряде случаев маскируется тщательно скрываемое озлобление или уныние.



- Есть попытка всякую агрессию истолковать как фрустрацию. На этой позиции, например, стоят Миллер, Мауэр, Дуб, Доллард  
Их теория фрустрации обычно так и называется теорией фрустрации — агрессии.

- 
- Говоря о фрустрации, термину агрессия придают более широкое значение. Речь идет о таком состоянии, которое может включать в себя не только прямое нападение, но и угрозу, желание напасть, враждебность.

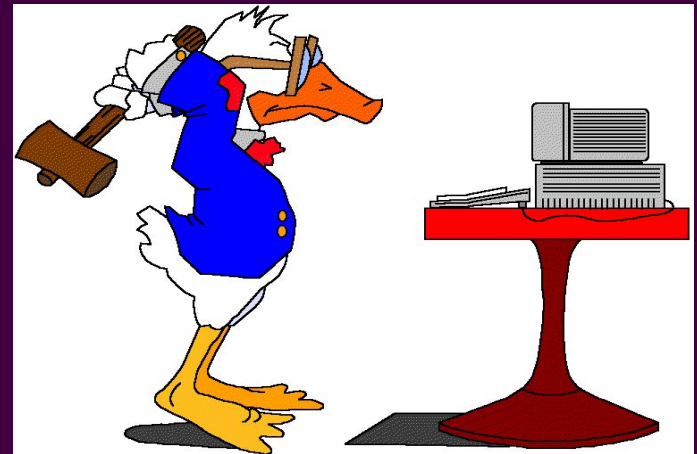


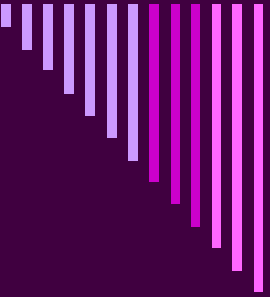


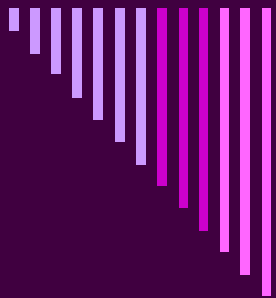


Агрессия одно из ярко выраженных стенических или активных проявлений фрустрации.

Майер типичным выражением фрустрации считают фиксацию - стереотипность, повторность действий.



- 
- К типичным для фрустрации реакциям некоторые психологи как, например, Баркер, относят также регрессию, понимая ее не обязательно во фрейдистском духе.
  - Регрессия — это возвращение к более примитивным, а нередко и к инфантильным формам поведения, а также понижение под влиянием фрустратора уровня деятельности, как той, которая блокируется, так и другой.



- Фрустрации, как и всякие психические состояния, могут быть
  - а) типичными для характера человека,
  - б) нетипичными, но выражающими начало возникновения новых черт характера и
  - в) эпизодическими, преходящими.

---



Спасибо за внимание!!!

---