

TƏLİM FƏALİYYƏTİNDƏ TƏLƏBƏLƏRİN FRUSTRASIYA VƏZİYYƏTİNƏ SƏBƏB OLAN PSIXOLOJİ AMİLLƏRİN TƏDQIQI

UOT 378.

Nigar Məmmədəli qızı Məmmədova
Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universitetinin
Pedaqoji psixologiya kafedrasının baş müəllimi
E-mail: nigar.memmedova.1962@gmail.com

Rəyçilər: *psixol.f.d., dos. Q.V. Rəhimova,*
psixol.ü.f.d., dos. N.T. Rzayeva

Açar sözlər: *təlim fəaliyyəti, frustrasiya, emosional davranış, konstruktiv davranış, dağıdıcı davranış*

Ключевые слова: *учебная деятельность, фрустрация, эмоциональное поведение, конструктивное поведение, деструктивное поведение*

Key words: *learning activity, frustration, emotional behavior, constructive behavior, destructive behavior*

Frustrasiyanın psixoloji mahiyyəti, frustratorların xüsusiyyətləri, emosional davranış reaksiyaları, mübarizə strategiyaları frustrasiya vəziyyətində bir insanın konstruktiv və dağıdıcı davranışı üçün meyarlar hazırlamağa imkan verdi.

Bu baxımdan frustrasiya vəziyyətində konstruktiv davranış aşağıdakılarla xarakterizə olunur:

1) məyusediciyə müsbət davranış reaksiyaları (maneəni dəf etmək və ondan yan keçmək; kompensasiya hərəkətləri; zəruri və əsaslı olduqda nəzərdə tutulan məqsəddən imtina etmək);

2) sağlam mənfi emosiyalar (narahatlıq, kədər, təəssüf, qəzəb, qıcıqlanma), enerjili şəkildə davranışı təmin edir;

3) adaptiv (dəstək axtarmaq, özünə hörməti artırmaq, problem təhlili), aktiv (iddialı hərəkətlər), prososial (sosial əlaqəyə girmək, sosial dəstək axtarmaq), dolayı (manipulyasiya hərəkətləri) mübarizə strategiyaları.

Frustrasiya vəziyyətində dağıdıcı davranış aşağıdakılarla xarakterizə olunur:

1) frustratora mənfi aqressiv reaksiyalar (ekstrapunitiv və ya intrapunitiv) və ya mənfi qeyri-aqressiv reaksiyalar (uçuş; fiksasiya; reqressiya);

2) qeyri-sağlam neqativ emosiyalar (narahatlıq; depressiya; günah; utanc/utancaqlıq; qəzəb);

3) uyğunlaşmayan (özünü ittiham etmək, günahkarı axtarmaq), passiv (ehtiyatlı hərəkətlər, qaçmaq), asosial (asosial hərəkətlər, aqressiv hərəkətlər) mübarizə strategiyaları.

Bu meyarlar frustrasiya vəziyyətində öz davranışının əksini təmin etmək, habelə psixoloji yardım göstərilməsi zamanı digər insanların davranışlarını təhlil etmək və ya gələcək müəllim və psixoloqların hazırlanması zamanı təhsil məqsədləri üçün istifadə edilə bilər. Təhlilin nəticələrinə əsasən müəyyən edilə bilər ki, bir insanın psixoinkişafedici və psixokorreksiya işinə böyük ehtiyacı var. Dağıdıcı xarakterli frustrasiya vəziyyətində olan subyektlər üçün psixoloji dəstək problem yaradır. Psixoloji dəstək fenomeni ilə bağlı təhlilimiz göstərdi ki, onun ən ümumi formasında yardım, dəstək olmaq istəyi, nəyinsə qırılmasına imkan verməmək kimi başa düşülür.

Tədris prosesinin subyektlərinə münasibətdə belə şərh edilir: təlim və tərbiyə ilə yanaşı, mexanizmləri anlama, tanınma, etibar, empatiya və s. olan təhsilin üçüncü tərəfi kimi (IV Dubrovina, K. Rogers); müsbət diqqətə ehtiyac kimi (K.Rogers); inkişafa yardım (A.G. Asmolov).

Təlimdə çətinlik çəkən və təhsil prosesində daha yüksək səviyyədə frustrasiya ilə xarakterizə olunan tələbələr üçün:

1) informasiya təminatı tədris fənləri üzrə zəruri tədris, metodiki məlumatların verilməsində ifadə olunur; frustrasiya fenomeni, frustrator mübarizə strategiyaları haqqında psixoloji məlumatlar. 2) tanınma, rəğbət, etibar, empatiyanın təmin edilməsini əhatə edir. 3) Fərdi inkişafa dəstək.

Kognitiv sferada məqsəd qoyma, proqnozlaşdırma, əks etdirmə bacarıqlarını inkişaf etdirməyə yönəldilmişdir; irrasional inancların diaqnostikası və korreksiyası daxildir.

Affektiv sferada psixoemosional özünü tənzimləmənin inkişafı, o cümlədən dağıdıcı emosional vəziyyətlərin (narahatlıq, qorxu, qəzəb / aqressiya, depressiya və s.) aradan qaldırılması gözlənilir; stress müqavimətinin inkişafı, şəxsiyyətlərarası empatiya və s.

Motivasiya və semantik sferada: uğur əldə etmək üçün motivasiyanın inkişafı, fərdin peşəkar oriyentasiyası.

Davranış sferasında: özünü və başqalarını qəbul etmənin inkişafı, dözümlülük, iddialılıq, davranış çevikliyi, ünsiyyət və təşkilatçılıq bacarıqları, adaptiv, prososial mübarizə strategiyaları.

4) Tədris və texnoloji dəstək zehni əmək, təhsil və idrak fəaliyyəti mədəniyyətinin inkişafına yönəldilmişdir; tədrisdə aktiv metodlardan və informasiya texnologiyalarından istifadə.

Frustrasiya şəraitində konstruktiv davranışın şəxsi komponentlərinin məqsədyönlü inkişafı tərəfimizdən "Təhsil prosesində frustrasiyanın aradan qaldırılması" korreksiya-inkişaf proqramının icrası zamanı həyata keçirilmişdir. Bunun üçün qış sessiyasının nəticələrinə əsasən 27 nəfərdən (10 qız və 17 oğlan) ibarət eksperimental qrup seçilmişdir - qrupda akademik göstəricilərə görə orta bal 2,7 nəzarət qrupu isə 23 nəfər olmuşdur. (9 qız və 14 oğlan) - qrupdakı performansla görə orta bal - 3,3.

Qruplar bütövlükdə şəxsiyyət xüsusiyyətlərinin orta göstəricilərinə uyğun olaraq sıralanmışdır. Kursu 36 saat vaxt ayrılmışdır. Dərslər həftədə bir dəfə iki akademik saat olmaqla fevral-may aylarını əhatə edirdi. Tələbələr də ev tapşırıqlarını yerinə yetirdilər. Xüsusi kursun proqramında tələbələrin "Psixologiya" kursu üzrə biliklərinin genişləndirilməsi, eləcə də diaqnostik və şəxsiyyəti inkişaf etdirən tapşırıqlar kompleksinin həyata keçirilməsi nəzərdə tutulmuşdur.

Formativ eksperimentin nəticələrinə əsasən məlum olmuşdur ki, hazırladığımız proqram eksperimental qrupların tələbələri arasında frustrasiya səviyyəsini əhəmiyyətli dərəcədə azaltmağa (8,1-dən 6,4-ə qədər; yay sessiyasında onların göstəricilərini artırmağa) imkan vermişdir. Müqayisə etdikdə yay sessiyasında nəzarət qrupunun tələbələrinin performans və frustrasiya səviyyəsi dəyişməz qalmışdır. Frustrasiya şəraitində konstruktiv davranışın inkişaf etdirilməsindən ibarət olan fərdin psixoloji dəstəyi şəxsi potensialın aktivləşdirilməsini və təhsil nailiyyətlərinin daha yüksək səviyyəsini təmin edir.

Tədris fəaliyyətində frustrasiya anlayışını öyrənmə məqsədlərinə çatmağı çətinləşdirən keçilməz maneələrlə (frustratorlarla) toqquşma nəticəsində tələbənin davranış və fəaliyyətlərinin qeyri-mütəşəkkilliyində özünü göstərən mürəkkəb, emosional və motivasiyalı vəziyyət kimi müəyyən etmək olar. Frustrasiyanın ortaya çıxmasında mühüm rol frustratorlara aiddir. Buraya amillər, şərait və motivlər aiddir. Bir sıra müəlliflər (F.Tilman, A. Maslow, T. Dembo,

N.D. Levitov və başqaları) xarici və daxili frustratorları fərqləndirirlər.

Tədris fəaliyyətində çətinlik çəkən tələbələrdə frustrasiya yaradan *daxili psixoloji səbəblərə* aiddir: formalaşmamış şəxsi keyfiyyətlər, məsələn, müstəqillik, məsuliyyət, özünü tənzimləmə qabiliyyəti, ünsiyyətcillik və s. *Xarici psixoloji səbəblərə* aiddir: sosial qeyri-sabitlik, öyrənilən materialı başa düşməkdə çətinlik; əhəmiyyətli insanlarla (valideynlər, müəllimlər, sinif yoldaşları) mənfi münasibətlər.

Tədqiqatın nəticələrinin təhlili bizə belə nəticəyə gəlməyə imkan verdi ki, təlim fəaliyyətində frustrasiya vəziyyətini yaşayan tələbələr akademik fəaliyyətə və çətinlikləri aradan qaldırmaq üçün strategiya seçiminə mənfi təsir göstərən müəyyən şəxsiyyət xüsusiyyətlərinə malikdirlər. Frustrasiya səviyyəsini azaltmaq və ya onun aradan qaldırılmasının konstruktiv formalarının formalaşdırılması üçün frustrasiya vəziyyətində olan tələbələrə psixoloji dəstək proqramı həyata keçirilmişdir.

Formativ eksperiment aparmaq üçün əsasən yoxsul tələbələr (orta akademik performans balı 2,7) və nəzarət qrupu (23 nəfər - qrupda orta performans balı 3,3) olan iki eksperimental qrup (27 və 19 tələbə) yaradılmışdır. Frustrasiya vəziyyəti ilə orta qiymət göstəriciləri, şəxsiyyət xüsusiyyətləri və tələbələrin çətinliklərini aradan qaldırmaq strategiyaları arasında əlaqələr qurulmuşdur. Frustrasiya sərtlik, aqressivlik, narahatlıq, gərginlik, mübarizə strategiyaları ilə yüksək müsbət əlaqəyə malikdir – “dəstək axtarmaq”, “günahkarı axtarmaq”, “özünü günahlandırmaq”; orta qiymət, ünsiyyətcillik, özünə hörmətin adekvatlığı, emosional sabitlik, yüksək özünüidarəetmə, yüksək normativ davranış, daxili subyektiv nəzarət səviyyəsi.

Tədqiqatda təlim prosesində tələbələrin frustrasiya vəziyyətinə səbəb olan psixoloji amillər və müvəffəqiyyətli öyrənmə üçün maneələr tədqiq edilmişdir. Bununla əlaqədar olaraq tərəfimizdən tələbələrin frustrasiya vəziyyətinə səbəb olan xarici və daxili frustrasiya amillərini əks etdirən 20 mühakimə işlənilib hazırlanmışdır. Tələbələr aşağıdakı siyahıda təqdim olunan situasiyaların onlar üçün nə qədər çətin olduğunu qiymətləndirmək üçün üç ballıq sistemdən (0,1,2) istifadə etməli idilər, bunlardan ilk onluq xarici, sonuncu onluq isə daxildir.

Xarici frustrasiya amillərinə aiddir: 1) sinif yoldaşları ilə münasibətlər; 2) idarə ilə münasibətlər; 3) müəllimlərin mənfi münasibəti; 4) zəif təhsil şəraiti (narahat cədvəl, zəif maddi-texniki təminat); 5) pis yaşayış şəraiti (uzun səyahət vaxtı, iqtisadi problemlər); 6) valideynlərlə münasibət (mənəvi/maddi dəstəyin olmaması); 7) dostlar və digər əhəmiyyətli insanlarla münasibətlər; 8) məktəbə hazırlığın zəif olması; 9) zəruri tədris, metodiki ədəbiyyatı əldə etmək imkanının olmaması; 10) müəllimlərin tələblərinin müxtəlifliyi.

Daxili frustrasiya amillərinə aiddir: 1) tənbəllik, nizamsızlıq; 2) cavab verərkən həddindən artıq emosionallıq, həyəcan; 3) öyrənilən materialı / mövzuları başa düşməkdə çətinliklər; 4) zəruri bacarıqların olmaması; 5) uğursuzluq qorxusu, öz uğuruna inamsızlıq; 6) pis sağlamlıq, sürətli yorğunluq; 7) öyrənmək və öyrənmək istəməməsi; 8) özünə şübhə; 9) valideynlərdən, qohumlardan ayrılıq yaşamaq; 10) maraqların müxtəlifliyi və onları təhsillə birləşdirməyin çətinliyi.

Tədqiqatın nəticələri göstərdi ki, hər iki tələbə qrupunda daxili amillərin şiddət səviyyəsi xaricilərdən daha yüksəkdir. Ümumilikdə, müvəffəqiyyət qazanan tələbələrlə müqayisədə zəif tələbələr arasında frustrasiya səviyyəsi daha yüksək olmuşdur. Frustrasiya amillərinin təsiri müvəffəqiyyət qazana bilməyənlər üçün əhəmiyyətli dərəcədə yüksək olmuşdur: tənbəllik və nizamsızlıq; həddindən artıq emosionallıq, cavab verərkən həyəcan; zəruri bacarıqların olmaması; öyrənilən materialı başa düşməkdə çətinliklər; öyrənmək istəməməsi. Yəni onların arasında üstünlük təşkil edən bütün frustratorlar daxili xarakter daşıyırdı ki, bu da belə tələbələrlə işləməkdə psixoloji dəstəyin vacibliyini bir daha göstərmişdir. Bu baxımdan uğurlu və uğur-

suz tələbələrin mübarizə strategiyalarının fərqləri ilə maraqlandıq. Məlum oldu ki, bu strategiyalar adaptiv/konstruktiv və uyğunlaşmayan/dağıdıcı ola bilər. Bunun üçün 1) S.S. Qonçarovanın anketindən; 2) S. Hobfall sınağından istifadə edilmişdir.

Tədqiqat göstərdi ki, uğursuz tələbələr arasında uyğunlaşmayan strategiyalar üstünlük təşkil edir. Müvəffəqiyyət qazanan tələbələrlə müqayisədə uğur qazana bilməyən tələbələr arasında qaçmaq, qeyri-sosial hərəkətlər, aqressiv hərəkətlər, günahkarları axtarmaq daha qabarıq, problemin təhlili isə daha aşağı olmuşdur. Bu cür mübarizə strategiyaları ilə öyrənmə fəaliyyətlərində uğur əldə etmək çətin idi.

Məlumdur ki, frustrasiya və ondan qaçmaq tamamilə mümkün deyil və o qədər də zəruri deyil. İnsan müxtəlif situasiyalarda özünü daha yaxşı tanımaq və inkişaf istiqamətini görmək üçün məyusedicilərlə qarşılaşma və onu yaşamaq təcrübəsinə malik olmalıdır.

Problemin aktuallığı. Ali məktəbi bitirmiş gənc tələbələr gələcək fəaliyyətləri üçün zəruri olan peşəkar bilik və bacarıqlara malik olmaqla yanaşı həm də həyatın çətinliklərinə tab gətirməyi, müxtəlif maneələri uğurla dəf etməyi və qarşıya qoyulan məqsədlərə çatmağı bacarmalıdır. Bu baxımdan təlim prosesində frustrasiyaya səbəb olan daxili və xarici amillərin araşdırılmasına olan tələbat gündən artmaqdadır.

Problemin elmi yeniliyi. Məqalədə frustrasiya vəziyyətində dağıdıcı və konstruktiv davranış xüsusiyyətləri, təlimdə çətinlik çəkən və təhsil prosesində daha yüksək səviyyədə frustrasiya ilə xarakterizə olunan tələbələrin koqnitiv və affektiv sferalarda davranış xüsusiyyətləri araşdırılmışdır.

Problemin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi. Məqalədən ali və orta ixtisas məktəblərinin müəllimləri, tələbələr, magistrantlar və doktorantlar istifadə edə bilərlər.

Ədəbiyyat

1. Cavadov R.Ə., Tağıyeva G.B. Ekstremal şəraitlərdə psixoloji xidmət: Ali məktəblər üçün dərslik. Bakı. 2006.
2. Hacıyeva A.Ş. Psixo-emosional halların tələbə şəxsiyyətinin formalaşmasına təsiri. Psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru ... dissertasiyanın avtoreferatı. Bakı, 2016, 28 s.
3. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: учеб. пособие для специалистов и дилетантов. М.: СПб.Речь, 2007.
4. Бэрон Р. Фрустрации личности / Р. Бэрон. – Москва, 2014. - 411 с.
5. Брель, Е.Ю. К вопросу о взаимосвязи типов и направлений реакции на фрустрацию с видами агрессивного поведения у подростков / Е.Ю. Брель, М.В. Тихонова. – М.: Психотерапия, 2007. – 259 с.

Н.М. Мамедова

Изучение психологических факторов, вызывающих фрустрация студентов в учебной деятельности

Резюме

В научной статье изучены деструктивные и конструктивные факторы состояния фрустрации. Изучены психологические факторы, вызывающие фрустрацию в тренировочной деятельности. В статье исследованы особенности деструктивного и конструктивного поведения в состоянии фрустрации, особенности поведения в когнитивной и аффективной сферах студентов, испытывающих трудности в обучении и характеризующихся более высоким уровнем фрустрации в учебном процессе.

N.M. Mammadova

Study of psychological factors causing students' frustration in educational activities

Summary

In the scientific article, the destructive and constructive factors in the state of frustration were studied. Psychological factors that cause frustration in training activities have been studied. In the article, the characteristics of destructive and constructive behavior in the state of frustration, the characteristics of behavior in the cognitive and affective spheres of students who have difficulties in training and are characterized by a higher level of frustration in the educational process have been investigated.

Redaksiyaya daxil olub: 03.10.2023