ГАЛЬЧЕНКО Вікторія
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри педагогіки і психології
дошкільної освіти та дитячої творчості
факультету педагогіки і психології
Національного педагогічного університету
імені М.П. Драгоманова

ФРУСТРАЦІЙНА ТОЛЕРАНТНІСТЬ ЯК ОСНОВА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ

Психічне здоров'я особистості – дуже важливий фактор її успішної самореалізації. Та як зберегти гармонію у відносинах з самим собою і навколишнім світом, не впасти в депресію або, навпаки, не проявити руйнівну силу на своєму життєвому шляху – агресію? Це питання залишається актуальним для кожного з нас, а ще більш значущим є знаходження відповіді на це питання для людей, які вирішили присвятити своє життя роботі з дітьми, а саме – майбутнім педагогам.

Розвиток фрустраційної толерантності допомагає особистості стати менш вразливою і більш стійкою до сьогоднішніх стресогенних ситуацій в суспільстві, сім'ї, геополітичному просторі, а майбутнім педагогам – передати такий досвід підростаючому поколінню.

Соціально-психологічні аспекти толерантності ілюструються в наукових працях А. Г. Асмолова, Г. Бардієр, І. Гріншпуна, А. Ю. Клепцова, Л.Г. Солдатової, Л.А. Шайгерової та інших.

Фрустраційний фактор у професійному становленні фахівця розкривається в дослідженнях Н.Д. Зав'ялова, В.А.

Пономаренко, Ю.Є. Сосновікова. Фрустрація як соціально-психологічне явище трактується в концепціях Дж. Долларда, Д. Майєрса, Е. Фромма, В.Т. Циби. Аналіз фрустраційної проявів у педагогічній діяльності має місце в дослідженнях А.Б. Заремби, Є.І. Киршбаум, Л.М. Мітіної, С.М. Сулейманова та інших.

Мета нашого дослідження полягає в розкритті значення фрустраційної толерантності майбутніх педагогів для їхнього психічного здоров'я і подальшої педагогічної діяльності.

У більшості психологічних дослідженнях толерантність до фрустрації (розчарувань, невдач) розглядають як психологічну стійкість до фрустраторів, в основі якої лежить здатність до адекватної оцінки ситуації та передбачення виходу з неї.

Стійкість означає успішність поведінки (оптимальний та ефективний репертуар реакцій), безпосередній стиль атрибуції. Г.У. Солдатова і Л.А. Шайгерова пропонують розглядати толерантність за чотирма основними ракурсам:

- як психологічну стійкість;
- як систему позитивних установок;
- як сукупність індивідуальних якостей;
- як систему особистісних і групових цінностей [3].

Біхевіористи розглядають деякі аспекти прояву фрустраційної толерантності, звертаючи увагу на наступне: задоволення людиною базових потреб, її реагування на побоювання, об'єктивне прийняття оточення і самого себе, формування основ агресивної поведінки як однієї з форм прояву фрустрації (Дж. Вольпе, Д. Річардсон, В. Ромек, Б. Скіннер). У психоаналітичної традиції фрустраційна толерантність – це одна із форм психологічного захисту і копінг-стратегії

поведінки, єдності самості особистості та внутрішнього конфлікту із зовнішнім середовищем (Р. Лазарус, З. Фрейд, К. Хорні, Е. Еріксон та ін.). У когнітивній психологічій школі фрустраційна толерантність особистості розглядається поряд з такими категоріями, як: когнітивний дисонанс, соціальні установки, соціальні стереотипи і атрибуції, соціальні уявлення (С. Московічі, Дж.Тернер, Л.Фестингер, Ф. Хайдер і ін.). Зате гуманістична психологія акцентує увагу, перш за все, на особистісному (ціннісно-смисловому) аспекті проблеми фрустраційної толерантності (К. Роджерс). Ця проблема є досить важливою для кросскультурної психології, в якій розглядається спільно з поняттями «ідентичність» і «міжкультурна адаптація» (А.С. Михалюк, Т. Накаяма, Г. Солдатова, Г. Теджфел, Н. Хрустальов та ін.).

За визначенням словника іноземних слів, толерантність – це терпимість до чужих думок і вірувань [4].

З точки зору Л.Ф. Лозинської, толерантність більш широка категорія, ніж терпимість. Дослідниця вважає, що фактором формування толерантності є оптимістичне світосприйняття, а головною умовою – наявність доброзичливого інтересу до несхожого на «Мене». Це ставлення до іншого, яке характеризується відсутністю ворожості, передбачає зацікавленість за наявності позитивного світосприйняття. Терпимість, у свою чергу, характеризується припиненням опору і підкоренням обставинам [2].

У статті 1 Декларації принципів терпимості, ухваленої 16 листопада 1995 р., зазначено, що толерантність передбачає повагу, сприйняття та розуміння різноманіття культур світу, індивідуальності людини. «Терпимість – це гармонія в різноманітті. Це не тільки моральний обов'язок, а й політична

та правова потреба. Терпимість – це чеснота, яка робить можливим досягнення миру і сприяє заміні культури війни культурою світу» [1].

Оскільки фрустрація виявляється у відчутті напруги, розпачу, тривожності, в появі агресивності, зниженні рівня регуляції поведінки і діяльності, то такі стани можуть призвести до негативних характерологічних змін і навіть неврозів. Особливо яскраво це виявляється на кризових етапах життя людини. До таких періодів і належить юнацький вік, коли особистість вибудовує стратегії свого подальшого буття.

Таким чином, ми прийшли до висновку, що майбутні педагоги повинні виробити фрустраційну толерантність ще у студентські роки, щоб у подальшій педагогічній діяльності та особистому житті легше і стійкіше реагувати на життєві труднощі, проблеми та міжособистісні конфлікти; не виявляти за таких обставин агресії або ж, навпаки, не опинитися у стані депресії, апатії, розчарування. Тому завданням викладачів є прищеплення майбутнім фахівцям навичок самодопомоги в моменти відчаю, неможливості подолання перешкод, під час виникнення непорозумінь з адміністрацією, батьками вихованців або іншими суб'єктами освітнього процесу, а також у процесі вирішення проблем в інших сферах життя.

Список використаних джерел:

1. Декларация принципов терпимости. Утверждена резолюцией 5.61 Генеральной конференцией ЮНЕСКО от 16 ноября 1995 г. [Электронный ресур] // Век толерантности : научно-публицистический вестник. – М. : МГУ, 2001. – Режим доступа :

http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/declarations/toleranc.shtml.

2. Лозинська Л.Ф. Виховання толерантності у студентів вищих медичних навчальних закладів / Л.Ф. Лозинська // Автореферат дис…канд. пед. наук : 13.00.07 – теорія і методика виховання. – Луганськ, 2014. – 20 с.

3. Психодиагностика толерантности личности / [Под ред. Солдатовой Г.У., Шайгеровой Л.А.]. – М. : Смысл, 2008 – 172 с.

4. Словник іншомовних слів. [Электронный ресур]. – Режим доступу : http://slovopedia.org.ua/42/53410/291178.html.