

АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ФРУСТРАЦІЙНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ У ПІЗНЬОМУ ЮНАЦТВІ

Актуальність Юнацький вік стає важливою ланкою переходу молодої людини у дорослість. Він є періодом усвідомлення свого місця у житті, знаходження свого покликання у професії, встановлення романтичних стосунків, розвитку значущих цінностей та формування нових шляхів для самореалізацію та самоактуалізації.

Запорукою подолання стресів та фрустрацій є формування психологічної стійкості молодих людей, що базується на впевненості у власних силах, здатності прийняти життєвий виклик та винести з нього корисний урок для себе, виявляючи гнучкість у підходах до вирішення проблем й подоланні складних ситуацій. Іншими словами ми говоримо про розвиток фрустраційної толерантності студентів.

Мета: проаналізувати та визначити психологічні особливості розвитку «фрустраційної толерантності» у юнацькому віці.

Результати: Особливого значення у дослідженні поняття «фрустраційної толерантності» (витривалості, стійкості до фрустратора) набули роботи українських та російських дослідників М.В., Вовк, Ю.В. Попика, Л.С.Асейкіної та Л.М.Мітіної. Дослідження психологічних аспектів феномену «фрустраційної толерантності» знайшло своє відображення у гуманістичній психології (К. Роджерс) та раціонально-емотивній біхевіористичній терапії (А. Елліс, М. Броді, В. Кнаус, В. Драйден).

Науковець Ю.В. Попик розглядають толерантність до фрустрацій (розчарувань, невдач) як психологічну *стійкість* до фрустраторів, в основі якої лежить здатність до адекватної оцінки ситуації та передбачення виходу з неї [3].

В той же час російські дослідники Н.В.Тарабріна, К.Розенцвейг акцентують увагу на адаптивній функції фрустраційної толерантності, розуміючи під нею здатність індивіда переживати фрустрацію, не втрачаючи

психобіологічної адаптації [2]. Особливої актуальності у ракурсі висвітлення зазначеного феномену набуває сучасна західна концепція раціонально-емотивної біхевіористичної терапії, яка представлена такими вченими, як А. Елліс, Дж. Броді, В. Кнаус, В. Драйден [4].

Ми визначаємо «фрустраційну толерантність» як психологічну стійкість в основі якої лежить раціональне мислення, безумовне сприйняття себе, світу та інших, сила волі, саморегуляція й самоконтроль, що зумовлює здатність особистості до адекватної оцінки ситуації та передбачення виходу з неї.

Проаналізувавши феномен «фрустраційної толерантності», зупинимось докладніше на психологічних особливостях юнацького віку та особливостях розвитку «фрустраційної толерантності» у зазначеному періоді.

Виходячи з вікової періодизації Е. Еріксона, студентство припадає на п'яту (пізня юність) та шосту (рання молодість) стадії життєвого циклу особистості та, як правило, має свої вікові обмеження від 17 до 21-22 років й співпадає з періодом кризи юнацтва Шоста психосоціальна стадія визначає формальний початок дорослого життя (від 20 до 25 років). В цілому, це період романтичних стосунків та ранніх шлюбів. Впродовж цього періоду молоді люди визначаються з професійним вибором. Визначення ідентичності та початок продуктивної праці – те, що характеризує ранню зрілість і дає поштовх до успішної адаптації до дорослого життя та розвитку міжособистісних стосунків [1].

Ми вважаємо, що головними новоутвореннями юнацького віку є завершення фізичного дозрівання, особистісне та професійне самовизначення, побудова життєвого плану й прийняття нових соціальних ролей, відкриття «Я» образу, самосвідомості та розвиток рефлексії й інтелекту. Зазначені новоутворення неодмінно спонукають молоду людину бути автором свого власного життєвого шляху, виявляти свою унікальність й неповторність, самостійно приймати рішення, робити вибір згідно власного світогляду, думок та переконань, що позначаються у процесах

індивідуалізації й сепарації. Водночас, з більш глибоким усвідомленням себе, інших та світу, відкриттям нового духовного життя, юнаки переживають суперечливості внутрішнього світу та внутрішні конфлікти. Ідентичність є інтегральною частиною самооцінки. Зарубіжний дослідник А. Еліс, В.Кнаус наголошують на взаємозв'язку фрустраційної толерантності з самооцінкою.

Висновок В системі освіти розвиток у студентів фрустраційної толерантності з урахуванням особливостей й проблематики юнацького віку є тим засобом, що дозволяє зберегти та поліпшити позитивну Я-концепцію, визначитись з оптимальною ідентичністю та поліпшити адаптаційну спроможність. Ми вважаємо, що процес розвитку фрустраційної толерантності у юнаків відбудеться найбільш ефективно та конструктивно, коли будуть враховані всі чинники та умови, що на нього впливають.

Список використаних джерел:

- 1.Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Пер. с англ. М.: Прогресс,1996.-344 с.
- 2.Тарабрина Н. В. Экспериментально – психологические и биохимические исследования фрустрации и эмоционального стресса при неврозах/ Тарабрина Н.В.// Дис....канд психол. наук – Ленинград. 1973. – 121 с.
- 3.Попик Ю.В. Формування фрустраційної толерантності у менеджерів освіти в умовах спільної діяльності: Дис..канд.психол.наук . – Київ, 2008. – с. 253.
4. Ellis A., Bernard M. Emotive behavioral approaches to childhood disorders: Theory, Practice and Research. The U.S.A: Springer Science + Business Media Inc., 2006. – p 474.

Відомості про автора

Божок Наталія Олексіївна, аспірант кафедри педагогічної психології, Київський національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова, м Київ, Україна

Телефон0969209955, Електронна адреса: natysya8855@mail.ru

