

Божок Наталія Олексіївна

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ПОНЯТТЯ «ФРУСТРАЦІЙНА ТОЛЕРАНТНІСТЬ»

Постановка проблеми. Аналіз наукової літератури свідчить, що словосполучення «фрустраційна толерантність» має неоднозначне семантичне наповнення. Тому виникає необхідність дослідження етіології понять *толерантності* та *фрустраційної толерантності*, аналізу їх розуміння у сфері філософського, соціально-політичного, соціально-психологічного та психолого-педагогічного знання.

Великий внесок у смислове поле зазначеного феномену був зроблений філософами Аристотелем, Платоном, В.А. Лекторським, М.П. Мчедловим, В.Соловйовим, М.Б. Хом'яковим, М.Уолцером та ін. Соціально-психологічні аспекти толерантності ілюструються у наукових працях О.Г. Асмолова, Г.Бардієр, І.Гріншпуна, О. Ю. Клепцової, Л.Г. Солдатової, Л.А. Шайгеровою та інших. Особливого значення у дослідженні поняття «фрустраційної толерантності» (витривалості, стійкості до фрустратора) набули роботи Л.С.Асейкіної, Л.М.Мітіної, Ю.В.Попика. З іншої сторони, фрустраційну толерантність ототожнюють з емоційною стійкістю (Л.М.Аболін, О.П.Мільруд), стресостійкістю (А.А.Баранов, А.А.Реан) та «коупінгом» (Р.Лазарус).

Мета дослідження: проаналізувати етіологію терміну «толерантність» та обґрунтувати психологічний зміст поняття «фрустраційна толерантність».

Розуміння толерантності неоднозначне в різних культурах, воно залежить від історичного досвіду народів. В англійській мові, відповідно до Оксфордського словника, толерантність - "готовність і здатність без протесту сприймати особистість або річ", у французькій - "повага свободи іншого, його думки, поведінки, політичних і релігійних поглядів".

У китайській мові бути толерантним означає "дозволяти, допускати, проявляти великодушність відносно інших". В арабській толерантність – це "прощення, поблажливість, м'якість, співчуття, прихильність, терпіння, прихильність до інших", у перській – "терпіння, витривалість, готовність до примирення". У перекладі на українську мову цей термін означає терпимість до чогось своєрідного, істотно інакшого – чиєїсь думки, позиції, переконань [16;19].

Доволі часто в усних та письмових виступах термін «толерантність» ототожнюють з «терпимістю» і це вносить своєрідне непорозуміння у використанні зазначеного поняття. Так, у російській мові в якості синоніму «толерантність» використовується «терпимість». Проте в літературі існує думка, що буквальний переклад терміну з латинської (*tolerantia* – терпіння) не точно передає зміст толерантності, тому що терпимість традиційно означає готовність поблажливо відноситись до чужої думки, виражає деяку ступінь переваги над іншими терплячим відношенням або поступливістю, тоді як толерантність означає не поблажливість, а доброзичливість, готовність до шанобливого діалогу та співробітництва [22, с.12].

Існує ще одна думка відносно диференціації зазначених термінів. На думку Г.У.Солдатової та Л.А.Шайгерової, термін "толерантність" зазвичай використовується в медицині та в гуманітарних науках і означає "відсутність або ослаблення реагування на який-небудь несприятливий чинник у результаті зниження чутливості до його дії". А більш знайоме і звичне слово "терпимість", що вживається в буденній мові, означає "здатність, уміння терпіти, миритися з чужою думкою, бути поблажливим до вчинків інших людей" [19].

В залежності від контексту зміст поняття «толерантність» варіює. Словник з англійської мови дає наступні його визначення: 1) стійкість, витривалість; 2) терпимість; 3) допуск, припустиме відхилення.

О.Г.Асмолов розкриває семантичну природу толерантності й виокремлює її основні значення: набута стійкість, стійкість до невизначеності,

етнічна стійкість, поріг стійкості (витривалості), стійкість до стресу, до конфлікту, поведінкових відхилень. В основу такого аналізу покладено розуміння дослідником толерантності як стійкості до конфліктів на відміну від звуженого трактування толерантності як терпимості [14, с.6].

Дослідник О.Ю. Клепцоваї акцентує особливу увагу на механізмах, які беруть участь у формуванні толерантності та терпимості [6, с 40-41].

Терпимість О.Ю. Клепцова визначає як властивість особистості, в якій виражається відношення людини до світу в цілому, до речей, предметів, інших людей, їх поглядів, самого себе, що актуалізується в ситуаціях неспівпадання поглядів, цінностей, думок, поведінки людей і тому подібне, і що виявляється в підвищенні сенситивності до об'єкту. Під толерантністю авторка розуміє властивість особи, що актуалізується в ситуаціях неспівпадання поглядів, думок, оцінок, вірувань, поведінки людей, і що виявляється в зниженні сенситивності до об'єкту. На думку вченої, провідним механізмом толерантності є терпіння (витримка, самовладання, самоконтроль), що дає можливість знизити поріг чутливості до несприятливих чинників. Прийняття як інший механізм толерантності відступає на другий план і у деяких випадках може взагалі не актуалізуватись[так само].

Провідним же механізмом терпимості, навпаки, стає прийняття чогонебудь як даності (розуміння, емпатія, асертивність), але терпіння, відступаючи на другий план, не втрачає при цьому свого потенціалу і активно використовується особою. На нашу думку, така дефініція термінів є слушною спробою роз'яснення суперечливості щодо розуміння толерантності та терпимості, хоча, можливо, не дає всебічного, беззаперечного підґрунтя для розмежувань поданих феноменів.

Численні науковці, досліджуючи термін «толерантність» виділяють важливим компонентом толерантної культури «Декларацію принципів толерантності (ЮНЕСКО, 1995)» і визначають її як ціннісну та соціальну норму громадського суспільства, яке виявляється у праві бути інакшим та забезпечує стабільну гармонію та конструктивну взаємодію серед різних

соціальних класів, поваги до різноманітності різних світових культур, цивілізацій і народів, готовність до розуміння та навички міжкультурної взаємодії. Тобто, мова йде про сприйняття та розуміння різноманітних культур нашого світу, форм самовираження та прийняття людської індивідуальності, а це можливо на засадах розвитку знань, відвертості, свободи думки, совісті та пререконань, що дозволяють бачити не тільки відмінності в плюралістичному світі, але й єдність у різноманітності [3;4;22]. Толерантність є ознакою впевненості людини в надійності своїх позицій, відсутністю страху в порівнянні та конкуренції з іншими переконаннями, страху втратити свої власні відмінності [22].

Інтерпретація поняття «толерантність» у філософській і релігійній парадигмах здебільшого насичена позитивним змістом і ототожнюється з особливим душевним складом (Аристотель), невибагливістю та поміркованістю (Фалес, Салон, Демокріт та Сократ), соціальною спорідненістю (Платон), віротерпінням (Дж.Локк), доброчесністю (І.Кант), законом любові (принцип ахінси в Індії, біблейські заповіді у християнській вірі) [16;23].

Дзен-буддійські традиції в Китаї і Японії привели дослідника Лобанову Т. М. до ідеї стадіальності толерантності, оскільки в дзен-буддиській філософії і практиці досягнення просвітленої свідомості припускає деяку етапність в прагненні до кращого: «маленькі люди» > «менш каламутна людина» > «більш просвітлені люди, які через любов і співчуття ототожнюють свої «я» зі всім своїм плем'ям або країною» > «людина повністю просвітлена» («найвеличніші люди» на Землі) [10, с.11] .

Англійський вчений-філософ Уолцер розуміє під толерантністю установку, яка передбачає наступні пункти: 1. Відчужено – покірливе ставлення до відмінностей в ім'я збереження світу. Так, упродовж століть люди вбивають один одного, а потім настає рятівна стадія знемоги: її-то ми і називаємо терпимістю.

2. Позиція пасивності, милостивої байдужості, розслаблення до відмінностей: «Хай розцвітають всі квіти», – говорять прихильники цієї установки.

3. Визнання того, що й «інші» володіють правами, навіть якщо їх спосіб користування цими правами викликає неприязнь.

4. Відвертість відносно інших, цікавість, навіть пошана і бажання прислухатися і вчитися.

5. Захоплене схвалення відмінностей, схвалення естетичне, при якому відмінності розглядаються (наприклад, ліберальними прихильниками мультикультуризму) як невід'ємна умова розквіту людства, що надає будь-якому чоловікові і будь-якій жінці всю повноту свободи вибору. На думку науковця, останній пункт є досить суперечливим, оскільки, неможливо говорити про терплячість, коли ти схвалюєш те чи інше явище. Дослідник вважає, що якщо людина хоче, щоб інші люди знаходились у її товаристві, це означає, що вона підтримує сам факт існування відмінностей у суспільстві. Але з іншого боку, філософ підкреслює, що знайдеться багато людей, які схвалюючи певні відмінності, лише їх терплять. В незалежності від того, що відчуває людина у таких випадках: відчуженність, байдужість, прийняття, цікавість або захопленість – все це, за Уолцером, має назву «доброчесна» толерантність [24].

На відміну від Уолцера російський філософ В.Соловйов, розуміючи толерантність на засадах самобутності та егалітаризмі всіх людей, пов'язує зазначений феномен з активними вчинками і вважає, що не слід плутати терпимість із пасивним утриманням, в той час, як толерантність може вимагати часто набагато серйозніших зусиль, ніж це потрібно для відкритих дій [23].

Деякі філософи підкреслюють також інші аспекти специфіки толерантності: антагонізм в міжособистісній взаємодії (Валітова 1996),

неприйняття, негативні емоції (Yovel, 1993), оцінювання як необхідна ознака толерантності (Лекторський, 1997) [7;9].

Отже, враховуючи неоднозначність поглядів на феномен толерантності, можна зробити висновок про те, що толерантність є вищою цінністю, моральною нормою суспільства, що розкривається у людських стосунках та передбачає розуміння, сприйняття інакшості та конструктивного вирішення конфліктних ситуацій на умовах діалогу та співробітництва із збереженням власної точки зору та внутрішньою свободою мислення. Незважаючи на думку деяких філософів, які наголошують на конфліктній природі толерантності і в якості доказів орієнтуються на такі її якості як антагонізм, оцінювання, неприйняття, ми погоджуємось із дослідником Г.С.Кожухарь, що подані негативні емоції трансформуються у повагу, прийняття та розуміння. На думку автора, форми прояву толерантності не є самою толерантністю, а виявом суперечності в її змісті, моментом трансформації «негативу» в «позитив» і представляють психологічну специфіку толерантності [7].

Г.Бардієр, аналізуючи використання терміну «толерантність» у соціальній площині, наводить його розуміння як соціального відношення або соціальної установки, властивості та навичок поведінки [3;4] .

Н. Жадан та І.Шовкопляс, досліджуючи систему політичних ставлень і соціально-психологічні механізми політичної активності, до складу яких входить толерантність, характеризують останню як вимір політичної культури особистості та виділяють шість факторів толерантності: перший фактор – «повага до прав і свободи вибору інших»; другий – «рівень активності, самоконтролю», насамперед у сфері емоцій; третій – «адаптивний тип поведінки»; четвертий – «конструктивність стратегій комунікативної взаємодії», що включає діалог, компроміс, співробітництво; п'ятий фактор – «життєвий оптимізм», компонентами якого є розуміння необхідності існування іншого, відкритість, оптимізм, часова компетентність; шостий фактор включає критичність, осмислений скептицизм, прагнення зрозуміти

мотиви вчинків і очікування інших та має назву «поміркованість і критичність у сприйнятті суспільного життя»[5].

Г.У. Солдатова, Л.Г. Почебут, Н.С. Хрустальова розглядають проблеми толерантності на рівні кроскультурної та етнічної психології. На нашу думку, у поданому ракурсі піднімаються проблеми питання толерантності як інструмента налагодження міжетнічних відносин, ворога ксенофобії, тероризму, та джерела мультикультурної адаптації, показника національної ідентичності. Таке наше пояснення підтверджується емпіричними висновками Дж.Беррі и М.Плізента, які свідчать, що позитивна етнічна ідентичність веде до толерантності, а загроза цій ідентичності веде до нетерпимості, етноцентризму. Механізм адаптації до нової культури описується за допомогою протікання культурного шоку, який включає 3 етапи: ентузіазм, добрий гумор (позиція піднесення); фрустрація, депресія та почуття зняковілості (позиція спаду); почуття впевненості та задоволення (знову позиція піднесення). Слід відзначити, що таке розуміння процесів адаптації зазнає критики сучасних дослідників, які підкреслюють суттєві відмінності у процесах адаптації [4].

За О.Г.Асмоловим, в етичному плані толерантність виходить із гуманістичних течій, в яких підкреслюється цінність визнання людської гідності та позитивних якостей, які відрізняють одну людину від іншої і підтримують багатство індивідуальних різноманітностей єдиного людського роду.

Аналіз вживання поняття «толерантність» у поданих вище формах свідчить, що в основі кожного прояву толерантності лежать психологічні механізми, які за певних психолого-соціальних умов актуалізуються та призводять до функціонування зазначеного терміну. В психологічній науці дослідники розрізняють декілька підходів до розкриття терміну толерантність: психофізіологічний, інтеракційний, особистісний, гуманістичний, соціально-психологічний та ситуаційний. Фрустраційна толерантність досліджується у ситуаційному підході.

Таким чином, у психологічних дослідженнях, в загальному вигляді, толерантність до фрустрацій (розчарувань, невдач) розуміють як психологічну стійкість до фрустраторів, в основі якої лежить здатність до адекватної оцінки ситуації та передбачення виходу з неї [2;16], [21, с.5]. Толерантність, як і фрустрація, є змінною величиною. Різні люди можуть витримувати один і той самий рівень напруги по-різному, така витривалість багато в чому залежить від попереднього досвіду, а також від здатності передбачати найближче майбутнє. Згідно концептуальних положень Н.Д. Левітова, Д. Майерса та інших авторів, існує певна порогова величина рівня напруги, перевищення якої веде до якісно нових впливів на поведінку. Цю величину називають толерантністю до фрустрації [8].

Російський дослідник Л.С.Асейкіна пов'язує згаданий феномен із компетенцією суб'єкта. С.Розенцвейг та Н.В.Тарабріна інтерпретують фрустраційну толерантність як здатність людини долати життєві труднощі без втрати психологічної адаптації. Ми поділяємо думку Н.Д.Левітова та Л.С. Асейкіної, що найбільш конструктивним бажано вважати психологічний стан, який характеризується, не дивлячись на фрустратори, розсудливістю, спокоєм, готовністю використати неприємну ситуацію як необхідний життєвий урок, корисний досвід.

Така варіативність, гнучкість мислення та творчий підхід до складної ситуації можуть перетворити проблему у можливість відкриття для себе чогось нового. Дослідники розрізняють наступні форми толерантності:

1. Толерантність може бути виражена в певному напруженні, у стримуванні небажаних імпульсивних реакцій;
2. Толерантність може бути типу «бравування», за яким маскується злість та відчай;
3. Толерантність може інтерпретуватись, як свого роду благочинність, яка приносить задоволення [8;13;16].

Разом з тим, на думку В.Г.Сахарової напруження, злість та відчай не характеризують поданий феномен, як би вони не були замасковані. Адже,

толерантність – спроможність людини подолати складну ситуацію спокійно, адекватно та ефективно. Авторка впевнена, що толерантність – це стійке явище, яке можна розвивати та виховувати [11, с. 17-18].

К.Обуховський пропонує це робити шляхом вправ та спеціальних програм, в основі яких лежить соціалізація способів задоволення потреб на основі їх підпорядкування певним культурним цінностям суспільства [15]. Дослідниця Л.М.Мітіна наводить прийоми та способи розвитку фрустраційної толерантності, як особистісної властивості суб'єкта педагогічної діяльності, серед яких чільне місце займають: 1) запобігання та зниження частоти виникнення емоціогенних ситуацій за допомогою підвищення психолого-педагогічної культури; 2) підвищення фрустраційної толерантності кожним суб'єктом індивідуально [13].

З поданого вище аналізу випливає, що немає єдиного розуміння терміну фрустраційна толерантність. Ситуація ускладнюється тим, що зазначений феномен часто ототожнюється з емоційною стійкістю (Л.М. Аболін, О.П. Мільруд), стресостійкістю (А.А. Баранов, А.А. Реан). На нашу думку, згадані вище феномени входять до синонімічного ряду із поняттям «фрустраційна толерантність», але ототожнювати їх не варто.

Близьким по змісту до вищезгаданого терміну, окрім емоційної стійкості та стресостійкості, виступає поняття «коупінгу». Термін «коупінг» був уведений у використання Р.С. Лазарусом для опису вміння людини долати перепони. Коупінг у перекладі з англійської означає «здатність вирішувати складні ситуації, оволодівати ними». Виділяють два види коупінга: проблемно-центрований, що означає здатність людини вирішувати складні ситуації і таким чином виходити із фруструючих обставин та емоціоцентрований, який характеризується повним заглибленням людини у свій емоційний світ без ініціації виходу із складних обставин [21].

Емоційну стійкість, як синонім толерантності майже всі дослідники визначають, як інтегративну якість особистості, що сприяє успішній реалізації діяльності в напружених умовах. В якості основного її критерію науковці

включають характеристики діяльності: успішність, результативність, збереження, стабільність. Крім вищезгаданих, розглядаються різноманітні психологічні, фізіологічні та поведінкові компоненти. Дослідженнями Л.М.Аболіна доведено, що психологічний склад емоційної стійкості індивідуальний і її єдиним критерієм є результат успішного чи неуспішного досягнення поставленої мети [1, с 33]. Зовнішні умови, які визначаються, як «стресори», «фрустратори» та «конфліктні» ситуації самі по собі не можуть бути детермінантами емоціогених станів і виступають як потенційно напружені умови. Отже, будь-які умови можуть стати напруженими внаслідок неспівпадання психічних, фізіологічних особливостей людини з вимогами, які висуває середовище та діяльність [1, с 46-52].

А.А. Баранов та А.А. Реан пропонують розглядати стресостійкість (соціально-психологічну толерантність), як важливий чинник соціальної адаптації. Цей чинник ефективно спрацьовує в умовах неузгодженості позицій особистості та середовища, а також попереджає розвиток когнітивного дисонансу та дезадаптації особистості. Нетерпимість на думку вчених, головним чином, залежить від негативних установок та особистісних стереотипів; на її прояви можуть впливати риси характеру [18].

Г.У. Солдатова та Л.А. Шайгерова пропонують розглядати толерантність з чотирьох основних ракурсів: як психологічну стійкість, як систему позитивних установок, як сукупність індивідуальних якостей, як систему особистісних та групових цінностей. На думку дослідників, толерантність як інтегральна характеристика включає всі ці компоненти і визначається як здатність особистості в проблемних та кризових ситуаціях активно взаємодіяти із зовнішнім середовищем з метою відновлення його нервово-психічної рівноваги, успішної адаптації та недопуску конфронтацій та розвитку позитивних взаємовідношень із собою та світом [17, с.6].

Отже, одним із центральних ракурсів толерантності є стійкість, яка може розглядатись як інтегральна характеристика особистості, що забезпечує

її стабільність в умовах фрустраційних та стресогенних впливів важких ситуацій.

Американський вчений С. Кобейс в якості базової психологічної основи стійкості розглядав: а) оптимістичну орієнтацію; б) здатність вірити в себе та у свою справу; в) віру в те, що можна вплинути на хід подій (контролювати події); г) бажання спробувати свої сили. Стійкість означає успішність поведінки (оптимальний та ефективний репертуар реакцій), безпосередній стиль атрибуції [цит. за Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова, 2008].

Дослідник В.Д.Менделевич вважає, що на розвиток психічних розладів впливає не тільки соціальне середовище, але і сама особистість та її ставлення до навколишнього середовища, її дії в критичних (фруструючих ситуаціях) та виділяє таку рису «стійких особистостей» як сенситивність, тобто збільшену чуттєвість до непомітних особливостей ситуацій, до віддалених асоціацій, що допомагають долати труднощі. Невдачі не розчаровують інтерналів, не знижують їх самооцінку, а використовуються в якості корисної інформації, що свідчить про необхідність зміни напряму пошуків рішення. Стресостійкість дозволяє їм зберігати здоров'я навіть у дуже складних ситуаціях. Такі особистості сприймають стресові події як менш стресові та навпаки, потрапивши у вирій позитивних подій, категорія «стійких» сприймає їх як суто особистісне досягнення, яке виникає внаслідок внутрішніх, глобальних особистісних факторів. Абсолютно іншими виглядають особистості, які уникають практичної трансформації складної ситуації [12].

Вчений Кобейс вважає, що такі особистості характеризуються недостатньо розвинутою самосвідомістю, слабкою структурою уявлень про себе, які не реагують на виклик долі. Люди з недостатньо розвинутими процесами когнітивного оцінювання неспроможні контролювати навколишній світ. Одна з головних характеристик, що заважає їм успішно реалізувати себе в навколишньому світі, – це низька мотивація досягнення [цит. за Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова, 2008].

В.Д.Менделевич проводить зв'язок між поняттями «каузальна атрибуція», «когнітивне оцінювання», «фрустраційна толерантність», «стресостійкість». Х. Хекхаузен під каузальною атрибуцією розуміє базову здатність особистості розуміти та прогнозувати причинно-наслідкові зв'язки. Приписування причин не є самоціллю, в той же час кожна мотивована дія каузально атрибується. У ситуаціях, коли справа стосується самооцінки, логіко-раціональні правила використання інформації можуть поступитися місцем суб'єктивним інтересам, особливо в ситуаціях неуспіху та невдачі. Таким чином, добре розвинені процеси когнітивного оцінювання на основі каузальної атрибуції дозволяють гнучко обирати різні стратегії в умовах обставин, які змінюються. Основне, чого повинен навчитись індивід у складних ситуаціях, - антиципація та подолання складної ситуації [12].

Висновки. Отже, на основі аналізу викладених вище підходів, можна визначити головні компоненти фрустраційної толерантності: інтегративна якість, стійкість, витривалість у ставленні до фрустраторів, активна життєва позиція на засадах оптимізму, когнітивне оцінювання на основі рефлексії та процесах критичного мислення, що передбачають здатність прогнозування успішного подолання перешкод та знаходження оптимального виходу. Таким чином, ми визначаємо фрустраційну толерантність як стійкість, витривалість до фрустраторів, в основі якої лежить активна життєва позиція й оптимізм особистості та здатність до адекватної оцінки фрустраційної толерантності з метою знаходження оптимального виходу з неї.

Література:

1. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. – Издательство Казанского университета, 1987. – 262с.
2. Асейкина Л.С. Формирование фрустрационной толерантности у иностранных студентов на начальном этапе обучения с позиции компетентного подхода / Л.С. Асейкина // Толерантное сознание и формирование толерантных отношений (теория и практика): сб. научно -

методич.ст. / РАН Моск. психол. социальный ин-т. – М: Воронеж: Мод ЭК, 2005 – С 50-73.

3. Бардиер Г.Л. Социальная природа толерантности: Автореф. дис..докт.психол.наук. – Санкт-Петербург – 2007. – 45с.

4. Бардиер Г.Л. Смысловые подходы к определению термина толерантность: [electronic sources] : [http : // www.antiracism.ru/doc/publ_089.doc](http://www.antiracism.ru/doc/publ_089.doc).

5. Жадан І., Шовкопляс Н. Толерантність в системі ставлень суб'єкта політичної активності // Соціально-психологічний вимір демократичних перетворень в Україні / За ред. Максименка С.Д., Циби Ю.Ж. та ін. – К.: Український центр політичного менеджменту, 2003. – 512 с.

6. Клепцова Е.Ю. Психология и педагогика толерантности. – М.: Академический проект, 2004. – 176 с.

7. Кожухарь Г.С. Акмеологический и аксиологический подходы к проблеме толерантности в межличностном общении: [electronic sources] : [http : //www.akme31.narod.ru /21.html](http://www.akme31.narod.ru/21.html).8.

8. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний / Н.Д.Левитов // Вопросы психологии, 1967. - № 6. С. 38-58.

9. Лекторский В.А. О толерантности, плюрализме и критицизме // Вопросы философии. – 1997. – № 11. – с 46-54.

10. Лобанова Т.Н. Формирование базовых элементов толерантности у студентов-лингвистов Дальнего востока России в процессе профессиональной подготовки в вузе: Автореф..Дис..канд.пед.наук. – Владивосток – 2006. – 22 с.

11. Методика Саула Розенцвейга «PF-study» и её применение в курсе психодиагностики. Метод. указния для студентов специальности // Сост. Сахарова В.Г. – Владивосток – 2006. – 56 с.

12. Менделевич В.Д. Когнитивное оценивание, фрустрационная толерантность и стрессоустойчивость // Менделевич В.Д., Соловьёва С.Л. «Неврология и психосоматическая медицина»: [electronic sources] : [http : //www.psychook.ru/lib/mendelevich/pnr/pnr_08.html](http://www.psychook.ru/lib/mendelevich/pnr/pnr_08.html).

13. Митина Л.М. Учитель как личность и профессионал. – М.: «Дело», 1994. – 214с.
14. На пути к толерантному сознанию / Отв.ред. А.Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2000. – 255с.
15. Обуховский К. Психология влечений человека. – М.: «Прогресс», 1972. – 243с.
16. Попик Ю.В. Формування фрустраційної толерантності у менеджерів освіти в умовах спільної діяльності: Дис..канд.психол.наук – Київ, 2008. – 253 с.
17. Психодиагностика толерантности личности. Под ред. Солдатовой Г.У., Шайгеровой Л.А. – М.: Смысл. – 172с.
18. Реан А.А., Баранов А.А. Факторы стрессоустойчивости учителей // Вопросы психологии – 1997. – № 16. – С 45-50.
19. Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А., Шарова О.Д. Жить в мире с собой и другими: Тренинг толерантности для подростков. – М.: Генезис, 2000. –125с.
20. Тарабрина Н. В. Экспериментально – психологические и биохимические исследования фрустрации и эмоционального стресса при неврозах : Дис....канд психол. наук – Ленинград. 1973. – 121 с.
21. Толерантность и психическое здоровье. Метод. разработки для студентов всех факультетов и преподавателей. – Новосибирск : Новосибирский госуд.техн.ун-т, 2003. – 30 с.
22. Толерантность / Общ. ред. М. П. Мchedлова. -М.: Республика, 2004. – 416 с.
23. Швачко О.В. Толерантність як психолого-соціальний феномен // Соціологія : теорія, методи, маркетинг – 2001. – № 2. С. 154-170.
24. Уолцер Майк. О терпимости / Пер. с англ. И. Мюрнберг. М.: Идея-Пресс; Дом интеллектуальной книги, 2000. – 160 с.