

2. Мирошник О. Г. Психологічні особливості саморегуляції юнаків з різним рівнем схильності до віктимної поведінки. The XXII International Science Conference «*Interaction of society and science: prospects and problems*», April 20-23, 2021, London, England. P. 519–521.
3. Фурман А. В. Психодіагностика особистісної адаптованості. Тернопіль : Економічна думка, 2000. 197 с.

ФРУСТРАЦІЙНА ТОЛЕРАНТНІСТЬ У СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНО-ЗНАЧУЩИХ ЯКОСТЕЙ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА

Кравченко О. Д.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
steps58@ukr.net*

Актуальність проблеми фрустраційної толерантності особистості, на часі, зумовлена відкритою військовою агресією Росії, що порушила соціальну стабільність українського суспільства, в основі якої лежить надійна соціальна безпека людини та її соціальна захищеність. Кардинальні зміни об'єктивних умов життя українців, з одного боку, порушили систему функціонування усталених механізмів регулювання відносин індивіда і суспільства. З іншого, актуалізували проблему психологічної готовності соціальних працівників до діяльності в «ситуації неможливості» (В. Василюк) – нестабільності, невизначеності, не прогнозованості, пролонгованих фруструючих впливів, які мають не лише ситуативний, а й екзистенційно-ціннісний вимір.

Фрустраційна толерантність розглядається у психолого-педагогічній літературі як стійкість особистості у протистоянні стресорам без втрати психологічної адаптації. Вона аналізується то як психічна властивість (Н. Чижиченко, А. Гусєв, С. Литвин, О. Холодова), психологічний стан (Асейкіна А., Левітов Н., Попик Ю.), то як компетенція (Л. Асейкіна, Н. Божок), професійна здатність (А. Большакова, І. Ламаш, Т. Селюкова, С. Кучеренко, М. Мішина, Г. Перевощіков). Об'єднуючою в цих дослідженнях є думка, що фрустраційна толерантність формується в процесі становлення особистості, по мірі накопичення і інтеграції нею досвіду реагування (насамперед, емоційного, рефлексивного, прогностичного) на різні життєві перепони і труднощі при досягненні значимих цілей, по мірі розвитку позитивних взаємовідношень із собою та світом, загальної психологічної культури особистості.

Для розкриття психологічного змісту фрустраційної толерантності психологи використовують різні інструментальні

поняття: «нервово-психічна рівновага» [6], «допустимий рівень психічної напруги» [4]; «психічна стійкість» [5]; «перехід суб'єкта від мимовільного реакціонування до контрольованих форм діяльності» [1]; тощо. Тим самим акцентується увага на необхідності врахування при її розгляді психофізіологічного рівня функціонування. Соціально-психологічний аспект фрустраційної толерантності, зазвичай, розкривається через співвіднесення з комунікативною компетентністю особистості і визнається професійно значущим компонентом її готовності до здійснення соціономічної діяльності (Г. Асмолов, С. Братченко, Г. Заремба, Л. Рюмшина та ін.).

За своєю сутністю, соціальна робота, навіть у звичних формах, характеризується високим рівнем складності та емоціогенної напруженості. Це пов'язано з різноплановістю професійних функцій і видів здійснюваної соціальним працівником діяльності (педагогічної, психологічної, консультативної, соціально-правової, реабілітаційної, організаційної тощо); інтенсивністю і множинною варіативністю комунікативної взаємодії з громадянами, які опинилися у важкій життєвій ситуації. Тому професійні ситуації завжди постають перед соціальним працівником як необхідність вирішення ним «подвійних задач». По-перше – це компетентне професійне забезпечення соціальної підтримки і допомоги людям, яке б сприяло активізації їх внутрішнього потенціалу, відновленню і використанню ними своїх особистісних, громадських і людських здатностей у самовизначенні і життєздійсненні. А по-друге – відновлення і розвиток власних психологічних ресурсів, які б забезпечували особистісну стійкість до впливів деструктивних чинників і фрустраторів у процесі досягнення професійних цілей. Це дозволяє не лише реалізовувати ефективні стратегії професійної поведінки в конкретній ситуації, а й забезпечує «над ситуативну активність» (В. Петровський) соціального працівника у професійній діяльності.

У професійному спілкуванні соціального працівника толерантність до фрустрації виявляється на когнітивному рівні через плюралізм індивідуальних сприймань і інтерпретацій; на емоційному – через прийняття (а не подавлення) всієї палітри власних переживань і переживань Іншого; на поведінковому реалізується через «Я-висловлювання» і «Я-позиції». Це сприяє не лише узгодженню позицій у спілкуванні, а й кращому усвідомленню об'єктивної ситуації, що склалася, рефлексивному оцінюванню власних особистісних ресурсів і на цій основі – вибору адекватних/оптимальних стратегій професійної дії.

Ігнорування цього аспекту професійної готовності соціального працівника може зумовлювати його «емоційне вигорання», особливо на тлі суперечностей у ціннісній сфері, низького рівня сформованості

індивідуальної системи саморегуляції, високої емоційної лабільності, низької зорієнтованості на професійні досягнення, тощо. Очевидно, що розрив між задекларованими й реально діючими нормами й установками соціального працівника може провокувати конфліктність змістів його професійної свідомості і самосвідомості (у сферах цілепокладання, самовизначення, етичної рефлексії тощо). Неузгодженість розвитку само регулятивних процесів (зокрема, гнучкості, самостійності, суб'єктивних критеріїв оцінювання успішності) знижує професійну відповідальність за результативність і ефективність своєї діяльності. На тлі недостатньо сформованого мотиваційно-ціннісного ставлення до своєї професії, це може провокувати невдоволеність діяльністю і пошук шляхів «економії емоцій» для збереження енергетичних ресурсів.

Ми вважаємо, що у процесі професійної підготовки фахівця з соціальної роботи необхідно цілеспрямовано залучати спеціальні формуючі засоби (комунікативні, рефлексивні, саморегулятивні тренінги, тренінги особистісного зростання, індивідуально-консультативну допомогу, моделювання професійних ситуацій, використання метафоричних асоціативних карт, тощо) для розвитку фрустраційної толерантності як професійно значущої його якості. Інтенсифікація практично-психологічної складової у процесі професійного навчання майбутнього соціального працівника сприятиме набуттю вмінь конструювання нової картини буття, оптимального використання фізіологічних та психологічних ресурсів, розвитку механізмів внутрішнього відновлення і оволодіння ефективними стратегіями опановуючої поведінки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Божок Н. О. Важливість формування компетенції фрустраційної толерантності у юнацтві. *Міжнародні Челпанівські психолого-педагогічні читання*. Розділ 2. Психологія XXI ст.: Здобутки та перспективи, 2015. С. 84–90.
2. Брюховецька О. Особливості впливу толерантності до невизначеності на професійно важливі якості керівників освітніх організацій. *Вчені записки університету «КРОК»*, 2(62). 2021. С. 176–184.
3. Іванцев Л., Іванцев Н. Фрустраційна толерантність як показник особистісної стійкості студентів у процесі подолання кризи адаптації до навчання. *Вісник Львівського університету*. Серія психологічні науки. 2020. Вип. 6. С. 79–85.
4. Психологічний словник. Автор уклад. Синявський В. В., Сергєєнкова О. П. За ред. Побірченко Н. А. Київ, 2017. 274 с.
5. Холодова О. О. Загальні й особливі прояви фрустрації. *Психологія*. Зб. наук. праць. К. : НПУ імені М. П. Драгоманова. Вип. 20. 2003. С. 88–94.
6. Чиженко Н. М. Фрустраційна толерантність особистості як афективний компонент оптимізму. *Психологія і особистість*. 2006. № 2(10). Ч. 2. С. 146–155.