

УДК 159.99

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ КОММУНИКАТИВНОЙ ТОЛЕРАНТНОСТИ И СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ**

**Андриевская Светлана Владимировна**  
Доцент Полоцкого государственного университета

**Каминский Андрей Александрович**  
Студент Полоцкого государственного университета

*В статье проведен анализ коммуникативной толерантности и стрессоустойчивости у студентов, выявлена прямая положительная корреляционная взаимосвязь между данными по шкалам теста коммуникативной толерантности и стрессоустойчивости у студентов. Это свидетельствует о том, что толерантные установки обеспечивают стрессоустойчивость личности.*

**Ключевые слова:** толерантность, стрессоустойчивость, коммуникация, личность, студент, общение, установка, взаимосвязь.

Коммуникативная толерантность является одним из важных качеств человека, на котором строится наше взаимодействие с социумом. Не смотря на множество трактовок коммуникативной толерантности, все они сходятся в одном, что коммуникативная толерантность есть стремление к взаимопониманию и принятию окружающей действительности. Коммуникация очень важна в студенческий период, важно учиться общаться и находить взаимопонимание с партнёрами по общению, несмотря на стрессы.

Стрессоустойчивость — совокупность качеств, позволяющих организму спокойно переносить действие стрессоров без вредных всплесков эмоций, влияющих на деятельность и на окружающих, а также способных вызывать психические расстройства [1].

Гипотеза исследования: коммуникативная толерантность у студентов взаимосвязана со стрессоустойчивостью.

В исследовании на добровольной основе приняли участие 40 студентов Полоцкого государственного университета в возрасте от 17 до 22 лет.

Для измерения уровня коммуникативной толерантности была использована методика диагностики общей коммуникативной толерантности В.В. Бойко [2]. Эта методика позволяет диагностировать толерантные и интолерантные установки личности, которые проявляются в процессе общения. В.В. Бойко подразделяет коммуникативную толерантность на ситуативную, типологическую, профессиональную и общую. Уровень ситуативной

толерантности определяется отношение индивида к партнеру по общению (другу, знакомому, случайному человеку), типологический – отношение к представителям какой-либо национальности, социального слоя [2]. Профессиональная коммуникативная толерантность, проявляется в процессе работы и в рабочей обстановке, во время взаимодействий с людьми, с которыми приходится иметь дело в своей профессиональной деятельности [3]. Общая коммуникативная толерантность обуславливается жизненным опытом, характером индивида, нравственными принципами и значительным образом определяет другие формы коммуникативной толерантности [4; 5].

Испытуемых просят оценить, насколько приведенные суждения верны по отношению к ним. Методика В.В. Бойко состоит из 45 вопросов. Содержит 9 шкал: шкала 1 «Неприятие или непонимание индивидуальности другого человека»; шкала 2 «Использование себя в качестве эталона при оценке поведения и образа мыслей других людей»; шкала 3 «Категоричность или консерватизм в оценках других людей»; шкала 4 «Неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства при столкновении с некоммуникабельными качествами партнеров»; шкала 5 «Стремление переделать, перевоспитать партнеров»; шкала 6 «Стремление подогнать партнера под себя, сделать его удобным»; шкала 7 «Неумение прощать другим ошибки, неловкость, непреднамеренно причиненные вам неприятности»; шкала 8 «Нетерпимость к физическому или психическому дискомфорту, создаваемому другими людьми»; шкала 9

«Неумение приспосабливаться к характеру, привычкам и желаниям других».

После сбора данных результаты интерпретируются, по каждой шкале подсчитывается общая сумма баллов. Максимальное число баллов по каждой шкале -15, общее по всем шкалам - 135. Чем выше число набранных баллов по каждой шкале, тем выше его нетерпимость к окружающим.

Для выявления уровня стрессоустойчивости использовался «Тест на самооценку стрессоустойчивости личности» (Н.В. Киршева, Н.В. Рябчикова) [6]. Этот тест состоит из 18 вопросов. Испытуемых просят ответить на вопросы, отметить подходящий для них вариант по каждому утверждению. Обработка результатов реализуется подсчетом баллов, которые набрал испытуемый по данному тесту. После подсчета данных, ссылаясь на интервал баллов, определяется уровень стрессоустойчивости.

Исследование было начато с определения уровня стрессоустойчивости студентов. В ходе

обработки эмпирических данных были получены следующие данные, отраженные на рисунке 1 (см. рис. 1).

На рисунке 1 видно, что у 35% (14 человек) опрошенных студентов уровень стрессоустойчивости выше среднего. Такие люди переживают потрясения как урок и легко восстанавливаются психологически. У 20% (8 человек) уровень стрессоустойчивости чуть выше среднего. У таких людей как правило высокое самосознание и у них переходный самоконтроль. Высокий уровень стрессоустойчивости имеют 17% (7 человек) испытуемых, у таких людей как правило высокий уровень самосознания и просветленности.

Только 10% (4 человека) опрошенных очень высокий уровень стрессоустойчивости, эти люди в любой ситуации находятся в гармонии. Еще 10% (4 человек) опрошенных имеют средний уровень стрессоустойчивости. 8% (3 человека) испытуемых имеют уровень стрессоустойчивости чуть ниже среднего.



Рисунок 1 – Диаграмма уровня стрессоустойчивости у испытуемых

Далее были проинтерпретированы данные по методике диагностики общей коммуникативной толерантности (В.В. Бойко).

На рисунке 2 представлены шкалы выраженности отдельных коммуникативных установок испытуемых. Чем выше балл по каждой шкале, тем более интолерантен испытуемый в данном отношении. (максимальный балл по шкале - 15) и наоборот.

Высокий уровень толерантности испытуемые демонстрируют по шкале 8 (3,6) – «Нетерпимость к физическому или психическому дискомфорту, создаваемому другими людьми».

Более низкий уровень толерантности испытуемые демонстрируют по шкале 1 –

«Неприятие или непонимание индивидуальности другого человека» (5,525) и шкале 3 – «Категоричность или консерватизм в оценках других людей» (5,525).

Шкала «Неприятие или непонимание индивидуальности другого человека» (5,525) характеризует способность принимать индивидуальность встречающихся нам людей. Шкала – «Категоричность или консерватизм в оценках других людей» (5,525) характеризует, то в какой мере категоричны или неизменны ваши оценки в адрес окружающих. Шкала 5 – «Стремление переделать, перевоспитать партнеров» (4,675) характеризуется склонностью переделывать и перевоспитывать партнера.



Рисунок 2 – Диаграмма выраженности отдельных коммуникативных установок у испытуемых



Рисунок 3 – Диаграмма уровня коммуникативной толерантности испытуемых

На рисунке 3 представлены результаты интерпретации общей коммуникативной толерантности. Чем выше балл, тем ниже уровень коммуникативной толерантности. Чем ниже балл, тем выше уровень коммуникативной толерантности. Максимальное количество баллов по шкале -135. Среднее значение уровня коммуникативной толерантности испытуемых - 44,77.

Для расчета значимости взаимосвязи коммуникативной толерантности и

стрессоустойчивости у студентов, использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена, он непараметрический и не требует проверки на нормальность распределения.

Результаты статистической обработки эмпирических данных представлены в таблице 1.

Согласно полученным данным, между переменными «баллы стрессоустойчивости» и «уровень коммуникативной толерантности» существует умеренная ( $r=0.31-0.7$ ), значимая корреляционная связь ( $p < 0,05$ ), см. таблицу 1.

Таблица 1 – Взаимосвязь стрессоустойчивости и уровня коммуникативной толерантности (коэффициент ранговой корреляции Спирмена)

Переменные	r	p
Баллы стрессоустойчивости & Уровень коммуникативной толерантности	0,56	0,0001
Баллы стрессоустойчивости & Шкала 1.	0,35	0,02
Баллы стрессоустойчивости & Шкала 2.	0,36	0,02
Баллы стрессоустойчивости & Шкала 3.	0,30	0,057
Баллы стрессоустойчивости & Шкала 4.	0,36	0,02
Баллы стрессоустойчивости & Шкала 6.	0,50	0,00
Баллы стрессоустойчивости & Шкала 5.	0,54	0,00

Баллы стрессоустойчивости & Шкала 7.	0,49	0,00
Баллы стрессоустойчивости & Шкала 8.	0,31	0,04
Баллы стрессоустойчивости & Шкала 9.	0,50	0,00

Из таблицы 1 видно, что *уровень стрессоустойчивости* имеет следующие статистические корреляционные связи с показателями шкал теста коммуникативной толерантности:

- шкала 1 «Неприятие или непонимание индивидуальности другого человека» ( $p=0,02$ ). Испытуемые, которые неспособны принять индивидуальные особенности другого, менее стрессоустойчивые.

- шкала 2 «Использование себя в качестве эталона при оценке поведения и образа мыслей других людей» ( $p=0,02$ ).

- шкала 4 «Неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства при столкновении с некоммуникабельными качествами партнеров» ( $p=0,02$ ).

- шкала 5 «Стремление переделать, перевоспитать партнеров» ( $p=0,00$ ).

- шкала 6 «Стремление подогнать партнера под себя, сделать его удобным» ( $p=0,00$ ).

- шкала 7 «Неумение прощать другим ошибки, неловкость, непреднамеренно причиненные вам неприятности» ( $p=0,00$ ).

- шкала 8 «Нетерпимость к физическому или психическому дискомфорту, создаваемому другими людьми» ( $p=0,04$ ).

- шкала 9 «Неумение приспосабливаться к характеру, привычкам и желаниям других» ( $p=0,00$ ).

У всех вышеперечисленных шкал умеренная корреляционная связь.

Значимая корреляционная связь отсутствует между переменной *уровень стрессоустойчивости* и шкала 3 «Категоричность или консерватизм в оценках других людей» ( $p=0,057$ ).

Гипотеза подтвердилась частично. Результаты исследования показали, что чем выше уровень коммуникативной толерантности, тем выше уровень стрессоустойчивости испытуемых. Таким образом, толерантные установки обеспечивают высокую стрессоустойчивость личности. Повышая уровень коммуникативной толерантности личности, можно повысить уровень стрессоустойчивости.

#### Список использованных источников

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2006. – С. 301 – 302.
2. Бойко В.В. Психознеоэнергетика / В. В. Бойко, 2008. – 118 с.
3. Леонова, А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы – 2011 – №11 – С. 110 – 121.
4. Рачитская Н.В. Коммуникативная толерантность как элемент коммуникативной компетентности // Современная психология: Материалы II Международной научной конференции (г. Пермь, июль 2014 г.). – Пермь: Меркурий, 2014. – С. 55 – 56.
5. Русакова С.В. Психологическое сопровождение развития коммуникативной толерантности у подростков в общеобразовательных учреждениях: диссерт.канд. психол. наук. – Шадринск, 2014. – 187 с.
6. Психология личности. Тесты, опросники, методики / Сост. И. В. Киршева, Н. В. Рябчикова. — М.: Геликон, 1995. – 220 с.

#### RELATIONSHIP OF COMMUNICATIVE TOLERANCE AND STRESS RESISTANCE IN STUDENTS

The article analyzes the communicative tolerance and stress resistance among students, reveals a direct positive correlation relationship between the data on the scales of the communicative tolerance and stress resistance test among students. This indicates that tolerant attitudes provide a person's resistance to stress.

**Key words:** tolerance, resistance to stress, communication, personality, student, communication, attitude, relationship.

Андреевская Светлана Владимировна, 2020