

Интернет-журнал «Наукovedение» ISSN 2223-5167 <http://naukovedenie.ru/>

Том 7, №5 (2015) <http://naukovedenie.ru/index.php?p=vol7-5>

URL статьи: <http://naukovedenie.ru/PDF/139PVN515.pdf>

DOI: 10.15862/139PVN515 (<http://dx.doi.org/10.15862/139PVN515>)

УДК 159.9

Семеновских Татьяна Викторовна

ФГБОУ ВО «Тюменский государственный университет»

Россия, Тюмень¹

Доцент кафедры «Возрастной и педагогической психологии»

Кандидат психологических наук

E-mail: stvpsiheya@gmail.com

РИНЦ: http://elibrary.ru/author_profile.asp?id=432832

Взаимосвязь толерантности и стрессоустойчивости в старшем подростковом возрасте

¹ 625007, Проезд 9 Мая, 5

Аннотация. В статье раскрывается проблема увеличения стрессогенных факторов, определяющих экстремальность образа жизни и предъявляющих требования к психологической устойчивости индивида. Через понятие «психологическая устойчивость» автор выходит на толерантность и стрессоустойчивость. Толерантность рассматривается как позитивная личностная характеристика; составляющая социальной зрелости, нацеленная на диалогичность восприятия окружающего мира. Уровень толерантности определяется через систему установок, ценностей и ориентаций личности, отражающих степень позитивного отношения к многообразию мира, к социальным, культурным, этническим и мировоззренческим различиям.

Автор поэтапно описывает эмпирическую часть исследования. На первом и втором этапах идет обоснование выбора диагностических методик, их проведение и описание полученных результатов. В констатирующем эксперименте выявляются показатели толерантности и стрессоустойчивости в старшем подростковом возрасте. На третьем этапе идет количественная и качественная интерпретация результатов диагностического обследования, доказывающаяся корреляционная зависимость между уровнями стрессоустойчивости и толерантности старшеклассников.

В заключении автор делает вывод: если личность стрессоустойчива, то для нее характерен высокий уровень толерантности и наоборот, если личность не стрессоустойчива, то она характеризуется низким уровнем толерантности, однако толерантный старшеклассник не априори стрессоустойчив.

Ключевые слова: толерантность; интолерантность; стресс; стрессоустойчивость; этнотолерантность; социальная толерантность; индекс толерантности; корреляция; констатирующий эксперимент; психологическая устойчивость.

Ссылка для цитирования этой статьи:

Семеновских Т.В. Взаимосвязь толерантности и стрессоустойчивости в старшем подростковом возрасте // Интернет-журнал «НАУКОВЕДЕНИЕ» Том 7, №5 (2015) <http://naukovedenie.ru/PDF/139PVN515.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ. DOI: 10.15862/139PVN515

Актуальность исследования. Современный этап развития человечества характеризуют разнонаправленные и противоречивые тенденции, которые обуславливают многополярное, мозаичное построение мира. Вследствие этого увеличивается спектр стрессогенных факторов, определяющих экстремальность образа жизни и предъявляющих требования к психологической устойчивости индивида. Психологическая устойчивость — важная характеристика, обеспечивающая равновесие между, с одной стороны, выживанием и адаптацией человека, с другой — утверждением его индивидуальности.

В современной психологии есть исследования (Л.Г. Почебут [6], Г.В. Солдатова [11] и др.), рассматривающие **психологическую устойчивость как важную составляющую толерантности**. Диапазон такой устойчивости очень широк: от нервно-психической до социально-психологической. В центре отрезка может находиться устойчивость к стрессу — **стрессоустойчивость**, к психотравмирующим факторам, устойчивость к неопределенности, к конфликтам, к поведенческим отклонениям, к агрессивному поведению [7, С. 5-7].

Теоретико-методологическая база:

1. Концепции толерантности (А.Г. Асмолов [5], Г.Л. Бардиер [1] и др.).
2. Общая концепция стресса как приспособительной реакции организма на воздействие экстремальных факторов Г. Селье [8].
3. Диверсификационный подход к содержанию толерантности С.Л. Братченко [9].

Изыскание осуществлялось поэтапно. В **теоретической части** центральными звеньями **исследования** являются феномены: «толерантность» и «стрессоустойчивость».

В педагогической науке термин «толерантность» чаще всего ассоциируют с воспитательной идеей: он рассматривается через призму воспитанности, требующей самоограничений и позволяющей относиться к окружающим с позиции «на равных» [4, С. 106].

В психологии, например, в исследованиях Г. Оллпорта, «толерантность» — категория, раскрывающая личностную характеристику человека, объединяющая знание себя, ответственность, чувство комического, автономность, эмпатийность [2, С. 12-13].

А.Г. Асмолов выделяет основные пересекающиеся значения понятия «толерантность»: устойчивость, терпимость, допустимость [5, С. 6]. Этим же взглядам придерживается В.А. Петровский, обозначающий толерантность как: «...терпимость субъекта по отношению к другому субъекту, несмотря на возможность первоначальной негативной оценки вкусов, стиля поведения, образа жизни, поступков, иной культуры; внутренне осознаваемая терпимость, основанная на нравственно-понимающем сопереживании» [2, С. 10-11].

Ю.В. Трифонов рассматривает «толерантность как способность человека противостоять различным воздействиям, выводящим его из состояния нервно-психической стабильности и самостоятельно возвращаться в состояние психического равновесия» [7, С. 6].

Рассмотрев различные трактовки, мы пришли к выводу, что необходимо дифференцировать «толерантность» и «терпимость», при этом самым приемлемым может стать определение, интересующего нас понятия, через призму расширения собственного жизненного опыта.

Итак, толерантность — это многоаспектный феномен, проявляющийся в многообразии форм и видов, пронизывающий сферы общественной и духовной жизни индивида.

Второй этап — **эмпирический. Цель исследования** — выявление взаимосвязи между показателями толерантности и уровнями стрессоустойчивости старшеклассников.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические и эмпирические исследования в данной области с целью обоснования теоретико-методологической базы.
2. Подобрать комплекс психодиагностических методик для выявления уровней, видов толерантности и стрессоустойчивости старшеклассников.
3. Выполнить соотношение уровней стрессоустойчивости старшеклассников с уровнями и видами толерантности.
4. Осуществить сравнительный анализ данных и сформулировать выводы.

Фактологическая база исследования: МАОУ СОШ №91, 21 г. Тюмень. Квалификационную выборку составили 106 человек старшего подросткового возраста от 16-17 лет (9-10 классы).

Обоснование выбора диагностических методик. Подбирая диагностические методики на определение толерантности, мы ориентировались на наличие, заложенных в ключе, шкал, позволяющих распределить испытуемых согласно уровневой динамике. Выбор остановился на вопроснике для измерения толерантности (В.С. Магун, М.С. Жамкочьян, М.М. Магура). Кроме того, нас интересовала шкала этнотолерантности, поскольку, мы рассматриваем толерантность через призму устойчивости к культурным, этническим различиям, жизненным ситуациям, в этом ключе валиден экспресс-опросник «Индекс толерантности» (Г.У. Солдатова, О.А. Кравцова, О.Е. Хухлаева, Л.А. Шайгерова).

С целью выявления показателей стрессоустойчивости мы выбрали методики взаимодополняющие друг друга. Опросник определения ЛВМА им. С.М. Кирова дает нам представления об уровне нервно-психической устойчивости, которую мы понимаем как выносливость, сопротивляемость воздействиям социума. Методика «Перцептивная оценка типа стрессоустойчивости» (Н.П. Фетискин) характеризующая социально-психологическую устойчивость, которая трактуется как устойчивость к многообразию мира: к этническим, социальным, культурным различиям (Ю.В. Трифонов).

Констатирующий эксперимент проходил в три этапа:

I этап — предполагал выявление уровневой динамики толерантности у старшеклассников. Количественный и качественный анализ результатов обследования, показал, что: у испытуемых преобладает средний уровень, составивший 86,7%. Подростки, вошедшие в данную группу, отличаются следующим сочетанием толерантных (окружающая реальность отражается через призму критического мышления) и интолерантных (переоценка или недооценка собственных сил и способностей) паттернов. Старшеклассники признают возможность многомерного подхода к оценке окружающей жизни и способны принять решение с учетом мнения большинства — конформизм, однако ситуация неопределенности требует у них усилий для совершения поступка, некоего выбора. Испытуемые, проявившие средний уровень толерантности, не всегда могут понять человека с нетождественными религиозными или национальными особенностями.

Высокий уровень толерантности обнаружен у 7,6% школьников, обладающих следующими чертами: адекватная оценка себя и своих способностей, вера в реальность преодоления препятствия, признание самобытности «картины мира» окружающих, а также «права на ошибку». Они используют многомерный подход к оценке окружающей жизни и решению возникающих проблем, основываясь на собственные суждения.

Низкий уровень толерантности обнаружен у 5,7% испытуемых – интолерантность, старшеклассники проявляют выраженные отрицательные установки к «другим» и миру. При

низком уровне толерантности подросток затрудняется оценить собственные силы и способности. Он высоко тревожен, не обладает диалектическим мышлением и не способен принимать самостоятельные решения, учитывающие мнение других людей.

Вычисление индекса толерантности позволило сопоставить полученный результат — 78,7 баллов, с показателем, выявленным в исследованиях Г.У. Солдатовой, О.А. Кравцовой, О.Е. Хухлаевой и Л.А. Шайгеровой у студентов первых курсов МГУ (80,2 балла). Это можно объяснить особенностями старшего подросткового возраста: например, общительностью, самостоятельностью, акцентированностью на будущее, увеличением эмоциональной уравновешенности, старшеклассник становится более терпимым и менее категоричным в своих оценках окружающей действительности, социума.

II этап — предполагал определение показателей стрессоустойчивости в старшем подростковом возрасте. Результаты были следующими: в выборке превалирует средний уровень развития стрессоустойчивости, составивший 58,5%, следовательно, большая половина обследованных, способны противостоять негативным факторам социума, проблемным, частично схожим по содержанию, напряженным ситуациям.

У 35,8% испытуемых выявлен низкий уровень стрессоустойчивости. Это может быть связано с особенностями старшего подросткового возраста, так как он характеризуется повышенной сензитивностью к факторам социальной среды, будь то, повышенная учебная нагрузка, семейно-бытовые проблемы, неблагоприятный морально-психологический климат в классе, отсутствие социальной поддержки или неразрешенные межличностные и внутриличностные конфликты. Старшеклассники, обладающие низким уровнем стрессоустойчивости, максимально ригидны в отношении событий окружающей их среды, у них возможны трудности с ассимиляцией к меняющимся условиям.

Высокий уровень стрессоустойчивости был выявлен только у 5,7% испытуемых. В эту группу вошли подростки, индифферентно принимающие изменения в их жизни и социуме, обладающие способностью к саморегуляции и самоуправлению, посредством чего они противостоят негативным факторам окружающей среды.

В рамках **III этапа** нами был осуществлен корреляционный анализ показателей стрессоустойчивости и толерантности у старшеклассников. Первоначально мы соотнесли уровни стрессоустойчивости и толерантности.

Большинство испытуемых в выборке показали средний уровень толерантности и низкий уровень стрессоустойчивости (30,1%), что свидетельствует о том, что старшеклассники, обладающие максимальной ригидностью и трудностями в адаптации, любое внешнее воздействие вызывает у них стресс, также могут проявлять толерантные черты, но при этом не всегда понимать «другого» человека в вопросах религии, культуры или поведения.

Высокая толерантность в сочетании с высокой стрессоустойчивостью выявлена у 5,7% испытуемых, старшеклассники обладающие данным сочетанием не только способны с помощью саморегуляции и самоуправления противостоять неблагоприятным факторам окружающей среды, но и признают самобытность «картины мира» окружающих, их «право на ошибку».

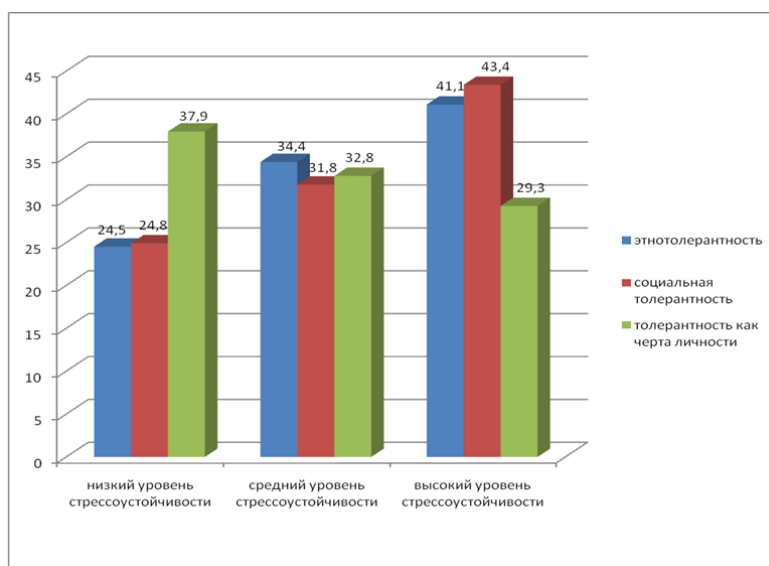
Наконец, сочетание высокого уровня толерантности и среднего уровня стрессоустойчивости (1,9%) присуще наименьшему числу испытуемых, для которых свойственна постепенная потеря самоконтроля и саморегуляции при длительном воздействии стрессогенов, при полном принятии внутреннего мира «другого» человека и адекватной оценке окружающего мира.

Также в рамках третьего этапа нами было осуществлено соотношение уровней стрессоустойчивости с видами толерантности старшеклассников, результаты представлены в диаграмме.

Анализ диаграммы показал, что у старшеклассников с низкой стрессоустойчивостью преобладает толерантность как черта личности (37,9%), при этом показатели этнотолерантности (24,5%) и социальной толерантности (24,8%) сравнительно небольшие, это свидетельствует о том, что старшеклассники, сензитивные к стрессующим ситуациям, менее склонны к принятию сверстников и взрослых с другими национальными и этническими особенностями, принадлежащими к иной социальной группе.

Испытуемые со средним уровнем стрессоустойчивости способны проявлять как этнотолерантность (34,4%), социальную толерантность (31,8%), так и толерантность как черту личности, с примерно равной интенсивностью, в знакомых, часто встречающихся ситуациях, однако в незнакомой ситуации они могут проявить и нетерпимость по отношению к окружающим людям.

У респондентов с высоким уровнем стрессоустойчивости превалируют показатели социальной толерантности (43,4%), незначительно ниже показатели этнотолерантности (41,1%), это свидетельствует о том, что старшеклассники, способные противостоять неблагоприятным факторам окружающей среды без ущерба для здоровья, способны использовать многомерный подход к оценке событий и людей, принадлежащих к иным социальным или этническим группам.



*Диаграмма. Соотношение уровней стрессоустойчивости и видов толерантности, %
(составлено автором)*

Таким образом, чем выше стрессоустойчивость личности старшеклассника, тем более он склонен к проявлению толерантных черт по отношению к окружающему социуму, таких как признание самобытности внутреннего мира «Другого», адекватная оценка себя и окружающего мира, многомерный подход к событиям и решению проблем. Это подтверждает нашу гипотезу.

Для выявления взаимосвязи между уровнями стрессоустойчивости и уровнями, видами толерантности старшеклассников, мы использовали статистический метод математической обработки данных (коэффициент корреляции К. Пирсона, r), результаты представлены в таблице.

Таблица

Корреляционные связи между стрессоустойчивостью и толерантностью, r
(составлено автором)

	толерантность	этнотолерантность	социальная толерантность	толерантность как черта личности
стрессоустойчивость	0,54	0,6	0,67	-0,58

N=106 p < ,05

Результаты корреляционного анализа следующие: у старшеклассников выявлена положительная умеренная связь между уровнями стрессоустойчивости и толерантности, составившая $r \sim 0,54$; между стрессоустойчивостью старшеклассников и этнотолерантностью – $r \sim 0,60$ и социальной толерантностью – $r \sim 0,67$. Между стрессоустойчивостью и толерантностью как чертой личности существует умеренная обратная связь $r \sim -0,58$. Значения коэффициента корреляции в пределах между $\pm 0,30$ и $\pm 0,60$ является общераспространенным в исследовании личности и представляет практическую и теоретическую ценность для научного прогнозирования (Л. Хьел, Д. Зиглер).

Следовательно, стрессоустойчивость обуславливает проявления толерантности: чем выше способность с помощью саморегуляции и самоконтроля противостоять негативным воздействиям окружающей среды у старшеклассника, тем выше у него способность понять человека с иной религиозной и этнической принадлежностью, социальной ролью и социальным статусом, установками, мировоззрением. Данная корреляционная связь не является полной, однозначной, следовательно, несмотря на то, что уровни стрессоустойчивости и толерантности имеют значимую взаимосвязь, даже если стрессоустойчивость является центральным фактором, оказывающим влияние на толерантность, он никогда не будет единственным. Возможно, на толерантность оказывают влияние такие факторы как тип темперамента, наличие критического мышления, адекватность самооценки и др.

Этнотолерантность, как один из видов толерантности, по данным нашего исследования, обуславливается стрессоустойчивостью, это означает, что, чем выше стрессоустойчивость старшеклассника, тем он более склонен к пониманию и принятию человека, обладающего иными этническими особенностями, самобытной культурой, языком, иным менталитетом и системой мировоззрения. Если же он не стрессоустойчив, то будет проявлять нетерпимость по отношению к людям, входящим в другие этнические группы, что может проявляться в пренебрежении, отстранённости, негативных оценках и импульсивных поступках.

Также положительная умеренная связь существует между социальной толерантностью и стрессоустойчивостью, значит, чем выше устойчивость к стрессу, тем старший подросток более способен понять человека, входящего в другую социальную группу, обладающего иными социальными ролями и социальным статусом, в частности подразумевается отношение к людям без определенного места жительства, психически больным, инвалидам, представителям низших профессий, криминального мира, олигархам и т.д.

Между толерантностью как чертой личности и стрессоустойчивостью установлена значимая отрицательная корреляционная связь, т.е. толерантный старшеклассник не стрессоустойчив, возможно это объясняется тем, что по шкале толерантности как черты личности эмоциональный компонент не является доминантным.

Коннотируя вышесказанное, если личность стрессоустойчива, то для нее характерен высокий уровень толерантности и наоборот, если личность не стрессоустойчива, то она

характеризуется низким уровнем толерантности, однако толерантный старшеклассник еще не значит стрессоустойчивый.

В заключении хотелось бы отметить, что практическая значимость работы заключается в возможности использования полученных результатов педагогами, психологами общеобразовательных учреждений во внеучебной деятельности при формировании толерантного сознания и поведения у детей старшего подросткового возраста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бардиер Г.Л. Социальная психология толерантности. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2005. – 120 с.
2. Клепцова Е.Ю. Психология и педагогика толерантности: учеб. пособие для вузов. – М.: Академический проект, 2004. – 176 с.
3. Кухтерина Г.В., Брук Ж.Ю. Взаимосвязь жизнестойкости подростков и стратегий защитно-совладающего поведения. // Письма в Эмиссия. Оффлайн (The Emissia. Offline Letters): электронный научный журнал. – 2015. – №9 (сентябрь).
4. Мириманова М.С. Толерантность как проблема воспитания // Развитие личности. – 2002. – №2. – С. 104-115.
5. На пути к толерантному сознанию. / Отв. ред. А.Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2000. – 255 с.
6. Почебут Л.Г. Взаимопонимание культур: методология и методы этнической и кросскультурной психологии: психология межэтнической толерантности: учеб. пособие. – 2-е изд. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2007. – 281 с.
7. Практикум по психодиагностике и исследованию толерантности личности. / Под ред. Г.У. Солдатовой, Л.А. Шайгеровой. – М.: МГУ им. Ломоносова, 2003. – 112 с.
8. Селье Г. Стресс без дистресса. / Lib.Ru: Библиотека Максима Мошкова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.ru/PSIHO/SELYE/distree.txt> (дата обращения 10.10.2015).
9. Семеновских Т.В. Педагогическая психология: учеб. пособ. – Тюмень: Изд-во Тюменского гос. ун-та, 2013. – 308 с.
10. Семеновских Т.В. Феномен «клипового мышления» в образовательной вузовской среде. // Интернет-журнал «Науковедение», 2014. №5 (24) [Электронный ресурс]. – М.: Науковедение, 2014. – Режим доступа: <http://naukovedenie.ru/PDF/105PVN514.pdf>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
11. Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А., Шарова О.Д. Жить в мире с собой и другими: тренинг толерантности для подростков. – М.: Генезис, 2001. – 112 с.

Рецензент: Голиков Николай Алексеевич, директор «Общеобразовательного лицея ТюмГНГУ», кандидат педагогических наук, доцент, почетный работник общего образования РФ.

Semenovskikh Tatyana Viktorovna
Tyumen State University
Russia, Tyumen
E-mail: stvpsiheya@gmail.com

Interrelation of tolerance and resistance to stress at the advanced teenage age

Abstract. The article reveals the problem of increasing stress factors that determine the extreme lifestyle and set requirements to the psychological stability of the individual. Through the concept of "social sustainability" the author goes on tolerance and stress resistance. Tolerance is seen as a positive personal characteristic; a component of social maturity, focuses on the dialogism perception of the world. The level of tolerance is determined through the system of attitudes, values and orientations of the personality, reflecting the degree of positive attitudes towards diversity of the world, to the social, cultural, ethnic and ideological differences.

The author step by step describes empirical part of research. On the first and second stages is the rationale for the choice of diagnostic methods, introduction and description of the results. In ascertaining experiment identified indicators of tolerance and resistance to stress in late adolescence. The third phase is the quantitative and qualitative interpretation of results of diagnostic tests, proved the correlation between levels of stress and tolerance of high school students.

In conclusion, the author concludes: if the personality is stress-resistant, for her the high level of tolerance and vice versa if the personality isn't stress-resistant is characteristic, it is characterized by the low level of tolerance, however the tolerant senior isn't a priori stress-resistant.

Keywords: tolerance; intolerance; stress; resistance to stress; ethnotolerance; social tolerance; tolerance index; correlation; the stating experiment; psychological stability.

REFERENCES

1. Bardier G.L. Sotsial'naya psikhologiya tolerantnosti. – SPb.: Izd-vo SPbGU, 2005. – 120 s.
2. Kleptsova E.Yu. Psikhologiya i pedagogika tolerantnosti: ucheb. posobie dlya vuzov. – M.: Akademicheskii proekt, 2004. – 176 s.
3. Kukhterina G.V., Bruk Zh.Yu. Vzaimosvyaz' zhiznestoykosti podrostkov i strategiy zashchitno-sovladayushchego povedeniya. // Pis'ma v Emissiya. Offlayn (The Emissia. Offline Letters): elektronnyy nauchnyy zhurnal. – 2015. – №9 (sentyabr').
4. Mirimanova M.S. Tolerantnost' kak problema vospitaniya // Razvitie lichnosti. – 2002. – №2. – S. 104-115.
5. Na puti k tolerantnomu soznaniyu. / Otv. red. A.G. Asmolov. – M.: Smysl, 2000. – 255 s.
6. Pochebut L.G. Vzaimoponimanie kul'tur: metodologiya i metody etnicheskoy i krosskul'turnoy psikhologii: psikhologiya mezhetnicheskoy tolerantnosti: ucheb. posobie. – 2-e izd. – SPb.: Izd-vo SPbGU, 2007. – 281 s.
7. Praktikum po psikhodiagnostike i issledovaniyu tolerantnosti lichnosti. / Pod red. G.U. Soldatovoy, L.A. Shaygerovoy. – M.: MGU im. Lomonosova, 2003. – 112 s.
8. Sel'e G. Stress bez distressa. / Lib.Ru: Biblioteka Maksima Moshkova [Elektronnyy resurs]. – Rezhim dostupa: <http://lib.ru/PSIHO/SELYE/distree.txt> (data obrashcheniya 10.10.2015).
9. Semenovskikh T.V. Pedagogicheskaya psikhologiya: ucheb. posob. – Tyumen': Izd-vo Tyumenskogo gos. un-ta, 2013. – 308 s.
10. Semenovskikh T.V. Fenomen «klipovogo myshleniya» v obrazovatel'noy vuzovskoy srede. // Internet-zhurnal «Naukovedenie», 2014. №5 (24) [Elektronnyy resurs]. – M.: Naukovedenie, 2014. – Rezhim dostupa: <http://naukovedenie.ru/PDF/105PVN514.pdf>, svobodnyy. – Zagl. s ekrana. – Yaz. rus., angl.
11. Soldatova G.U., Shaygerova L.A., Sharova O.D. Zhit' v mire s soboy i drugimi: trening tolerantnosti dlya podrostkov. – M.: Genezis, 2001. – 112 s.