

копинг стратегий человеку необходимо учитывать свои субъективные ощущения, осознавать цели своего поведения, принимать во внимание все особенности ситуации, если же всё выше перечисленное носит затруднительный характер, то для совладающего поведения человек с ОВЗ будет использовать соответствующие копинг стратегии. Таким образом, результаты теоретического и экспериментального исследования подтверждают перспективность продолжения в данном направлении работы в сфере психологической помощи преодоления тревожности с ограниченными возможностями здоровья.

Список использованной литературы:

1. Богомаз, С.Л. Самоанализ: подходы, тенденции, возможности и ограничения / С.Л. Богомаз // Веснік ВДУ імя П.М. Машерова. – 2005. – № 2(36). – С. 197–202.
2. Набиуллина, Р.Р. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция) Р.Р. Набиуллина, И.В. Тухтарова. – Казань: Казанская государственная медицинская академия, 2003. – 99 с.
3. Lasarus, R. Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping / R. Lasarus // Journal of Personality. – 2006. – Vol. 74. – № 1. – P. 9–43.
4. Lasarus, R. Stress, appraisal and coping / R. Lasarus, S. Folkman – New York: Springer, 1984. – 460 с.
5. Албегова, И.Ф. Особенности социальной адаптации инвалидов / И.Ф. Албегова // Вестник социальной работы. – 2003. – № 2 (7).
6. Вилюнас, В.К. Психология эмоций. Тексты / В.К. Вилюнас, Ю.Б. Гиппенрейтер; под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд во Моск. Ун-та, 1984. – 288 с.
7. Лурия, А.Р. Лекции по общей психологии / А.Р. Лурия. – СПб.: Питер, 2004. – 320 с.

Виноградова С.А.

*ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск
Старший преподаватель
lovekafedra@mail.ru*

УДК [159.942.5+159.952.13]-057.87:316.647.5

ФОРМИРОВАНИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ У БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Статья посвящена проблеме толерантности к неопределенности как профессионально важной характеристики специалистов-психологов, которая находится во взаимосвязи с показателями эмоционального интеллекта. Проведенное эмпирическое исследование позволило осуществить анализ показателей толерантности к неопределенности и эмоционального интеллекта студентов-психологов 1-4 курсов, выявить положительную корреляцию эмоционального интеллекта и толерантности к неопределенности у будущих специалистов-психологов, а именно: чем выше толерантность к неопределенности, тем выше уровень эмоционального интеллекта. В результате была разработана и реализована формирующая программа, направленная на повышение уровня толерантности к неопределенности.

Ключевые слова: толерантность к неопределенности, интолерантность к неопределенности, ситуация неопределенности, профессионально значимые характеристики, эмоциональный интеллект, специалисты-психологи, формирующая программа.

THE FORMATION OF TOLERANCE FOR UNCERTAINTY IN FUTURE PSYCHOLOGISTS

The article is devoted to the problem of tolerance to uncertainty as a professionally important characteristic of psychologists, which is interconnected with indicators of emotional intelligence. The empirical study made it possible to analyze the indicators of tolerance to uncertainty and emotional

intelligence of psychology students 1-4 years, to identify a positive correlation of emotional intelligence and tolerance to uncertainty among future psychologists, namely: the higher the tolerance to uncertainty, the higher the level of emotional intelligence. As a result, a formative program was developed and implemented aimed at increasing the level of tolerance to uncertainty.

Key words: tolerance to uncertainty, intolerance to uncertainty, situation of uncertainty, professionally significant characteristics, emotional intelligence, psychologists, formative program.

Введение. Нынешний этап развития общества дает предпосылки для роста требований к системе образования, качеству подготовки специалистов и уровню развитости их профессионально значимых характеристик, которые в большей степени актуализируются на этапе вузовской профессиональной подготовки. Проблема профессионального становления личности будущих психологов не является новой, но ее актуальность постоянно возрастает в связи с востребованностью психологической помощи.

Работы, посвященные изучению личностных качеств специалистов-психологов, публиковались такими учеными как Е.А. Климов, А.А. Борисова, Н.В. Бачманова, Н.А. Стафури, Р.В. Овчарова, Г.С. Абрамова и другими. В большом перечне профессионально важных характеристик психологов чаще всего выделяется эмоциональный интеллект как один из главных «инструментариев» специалиста-психолога. Существуют разнообразные взгляды на феноменологию эмоционального интеллекта, однако нам созвучен подход российского психолога Д.В. Люсина и его определение эмоционального интеллекта, как способности к осмыслению собственных и чужих эмоций и управлению ими [1]. Вопрос о том, поддается ли коррекции уровень эмоционального интеллекта, по-прежнему остается открытым. Мнения ученых разделяются: некоторые считают, что эмоциональный интеллект не поддается изменению; другие полагают, что его возможно корректировать опосредованно, т.е. развивая личностные свойства, которые тесно взаимосвязаны с эмоциональным интеллектом.

В качестве основных компонентов эмоционального интеллекта Э.Л. Носенко и Н.В. Коврига определили: пять факторов «Большой Пятёрки»;

- степень тревожности: ситуативной и индивидуальной;
- степень самооценки;
- толерантность к неопределённости;
- степень академической успеваемости;
- стратегии ориентирующего поведения [2].

В нашей работе будет сделан акцент на актуальном в современных реалиях факторе «толерантность к неопределенности». Этот психологический феномен определяется как сочетание когнитивных способностей к снятию неопределенности и эмоциональной тенденцией к восприятию неопределенных ситуаций [3]. Исходя из данного определения, толерантность к неопределенности является своеобразной формой познавательной деятельности, направленной на снятие неопределенности в эмоциональной сфере, задает адекватность оценки и прогнозирования жизненных ситуаций и адекватность восприятия себя и окружающего мира. Таким образом, толерантность к неопределенности может быть положительно взаимосвязана с уровнем развития эмоционального интеллекта человека.

Научными исследованиями феномена толерантности к неопределенности занимались Э. Френкель-Брансвик, Т.В. Корнилова, М.А. Чумакова, С. Баднер, Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова и другие. Их исследования раскрывают типы восприятия неопределенности разными людьми, а также влияние этого восприятия на адаптацию человека к повседневной жизни.

Актуальность проблемы определила постановку цели эмпирического исследования – изучить уровень взаимосвязи эмоционального интеллекта и толерант-

ности к неопределенности у будущих специалистов-психологов с последующей разработкой и реализацией формирующей программы.

Материал и методы. Для реализации поставленной цели были использованы следующие методы исследования: теоретические (анализ научной литературы), психодиагностический метод (опрос по методикам НТН «Новый опросник толерантности к неопределенности» Т.В. Корниловой и ЭИИ «Эмоциональный интеллект» Д.В. Люсина), методы обработки данных (метод корреляции Пирсона, непараметрический критерий t-Стьюдента, качественный анализ).

В исследовании приняли участие студенты с 1 по 4 курса специальности «Психология». Всего приняло участие 82 человека:

- 21 студент 1-го курса,
- 20 студентов 2-го курса,
- 18 студентов 3-го курса,
- 23 студента выпускного курса.

Результаты и их обсуждение. По итогам исследования уровня эмоционального интеллекта и толерантности к неопределенности мы получили самое большое количество испытуемых с высокими данными показателями у студентов 4-го курса. Это объясняется возможной аккумуляцией знаний, умений и навыков в сфере эмоциональности, полученных в период обучения и уже начавшейся у многих профессиональной деятельностью. Полученные результаты наглядно представлены на диаграммах (рисунок 1, 2):



Рисунок 1 – Процентное соотношение уровней общего эмоционального интеллекта у студентов 4-го курса

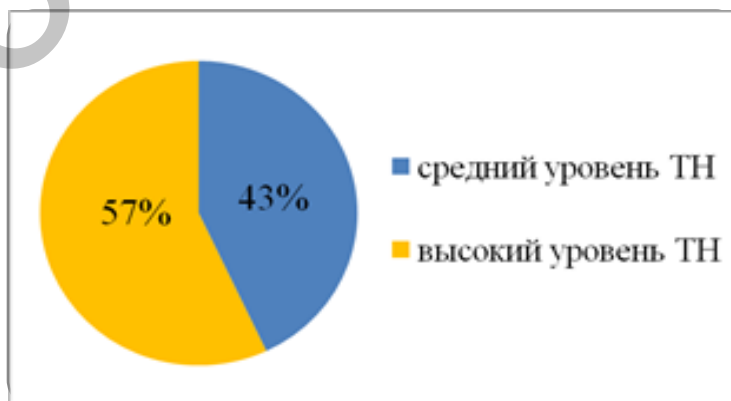


Рисунок 2 – Процентное соотношение уровней толерантности к неопределенности у студентов 4-го курса

Анализ результатов эмоционального интеллекта показал, что у большинства студентов 1-го курса наблюдается низкий уровень эмоционального интеллекта (52%). Это может означать то, что на данном этапе изучения психологии первокурсники не владеют знаниями и умениями, которые могут им помочь в идентификации своих и чужих эмоций. Средний уровень у 38% респондентов, и это указывает на то, что они имеют достаточный уровень эмоционального интеллекта для того, чтобы комфортно чувствовать себя в коллективе, способны на среднем уровне понимать свои и чужие эмоции. Высокий уровень общего эмоционального интеллекта показали только 10% испытуемых. Их можно охарактеризовать как очень эмпатийных людей, которые могут с легкостью управлять своими эмоциями и распознавать их как у себя, так и у других людей (рисунок 3).



Рисунок 3 – Соотношение уровней общего эмоционального интеллекта у студентов 1-го курса

Полученные значения толерантности к неопределенности показывают, что 57 % студентов обладает средним уровнем толерантности к неопределенности, а 43% респондентов – высоким уровнем, низких уровней толерантности к неопределенности у студентов 1-го курса не прослеживается, что говорит о том, что юноши стремятся к изменениям и новизне, самостоятельности, готовы идти непроторенными путями (рисунок 4).

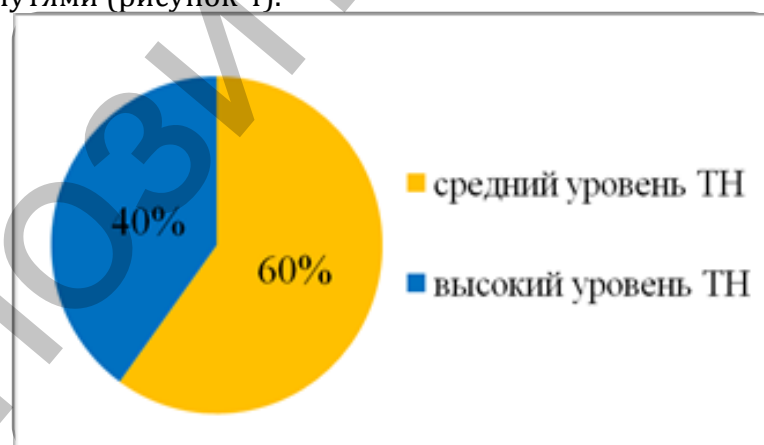


Рисунок 4 – Соотношение уровней толерантности к неопределенности у студентов 1-го курса

Для проверки наличия взаимосвязи толерантности к неопределенности и уровня эмоционального интеллекта, нами был выбран параметрический критерий – корреляция Пирсона. При сопоставлении данных общего эмоционального интеллекта и толерантности к неопределенности по всей выборке коэффициент корреляции равен 0.519. Корреляция значима на уровне $p=0,01$, что свидетельствует о взаимосвязи общего эмоционального интеллекта и толерантности к неоп-

ределенности с точностью в 99%. Это доказывает предположение о том, что уровень толерантности к неопределенности очень тесно связан с уровнем эмоционального интеллекта.

После подсчетов и соотнесений данных по каждой шкале методики "НТН" (общая толерантность к неопределенности (ТН), интолерантность к неопределенности (ИТН) и межличностная интолерантность к неопределенности (МИТН)) с показателями эмоционального интеллекта (4 шкалы и 5 субшкал) получились следующие результаты.

Высокий коэффициент корреляции (99%) обнаруживается со шкалами ВЭИ (внутриличностный ЭИ) и УЭ (управление эмоциями). Можно предположить, что высокий уровень толерантности к неопределенности позволяет человеку лучше понимать и управлять своими и чужими эмоциями. Однако не исключается вариант того, что эти факторы взаимодействуют в обратную сторону: в свою очередь способность управлять своими и чужими эмоциями порождает высокий уровень развитости толерантности к неопределенности. Шкалы ИТН и МИТН показали значимую обратную корреляцию со шкалами МП (понимание чужих эмоций) и ВУ (управление своими эмоциями). Это может означать тот факт, что принятие неопределенности, хаотичности жизни, спонтанности в общении с людьми позволяет человеку взять контроль над проявлением нежелательных эмоций, а также представляет возможность развить в себе высокий уровень эмпатии, сопереживания.

Таким образом, была статистически подтверждена взаимосвязь толерантности к неопределенности и эмоционального интеллекта. Поскольку как отдельный психический феномен, эмоциональный интеллект трудно поддается спонтанному воздействию и изменению, в отличие от толерантности к неопределенности, возможно целенаправленное воздействие на показатели толерантности к неопределенности с целью формирования профессионально важных качеств специалиста.

В результате выявленной взаимосвязи была разработана формирующая программа, целью которой явилась выработка у участников с помощью осознания элементов интолерантности образа мышления и действий, которые будут содействовать решительному действию и соответственному эмоциональному реагированию в условиях неопределенности.

Качественный анализ результатов ретестовой диагностики показал, что уровень толерантности к неопределенности и уровень эмоционального интеллекта у студентов стал несколько выше тех результатов, которые были получены до проведения коррекционно-развивающих занятий. Исходя из полученных данных, значимость t -критерия при сравнении результатов ОЭИ и ТН до и после проведения тренинговых занятий оказалась на уровне $p < 0,5$, что указывает на наличие эффективности разработанной коррекционно-развивающей программы.

Заключение. Таким образом, в данном исследовании была установлена взаимосвязь толерантности к неопределенности и эмоционального интеллекта будущих специалистов-психологов. Проведенное исследование позволило разработать программу занятий, направленную на формирование толерантности к неопределенности, которая может быть использована психологами учреждений для реализации программ, ориентированных на развитие личностных качеств специалистов помогающих профессий.

Список использованной литературы:

1. Люсин, Д.В. Социальный интеллект: Теория, измерения, исследование / Д.В. Люсин. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. – 176 с.
2. Носенко, Е.Л. Эмоциональный интеллект: концептуализация феномена, основные функции: монография / Е.Л. Носенко. – Киев: Высшая школа, 2003. – 126 с.
3. Корнилова, Т.В. Неопределенность, выбор и интеллектуально-личностный потенциал человека / Т.В. Корнилова // Методология и история психологии. – 2009. – № 4. – С. 47–59.