

В. П. Пісоцький

кандидат філософських наук,
доцент кафедри психології
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

А. М. Горянська

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

ТОЛЕРАНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ

У статті аналізується зв'язок соціально-психологічної адаптації студентів-магістрантів із комунікативними настановами і толерантністю як стійкою індивідуальною властивістю, адаптаційним чинником і внутрішнім ресурсом суб'єкта діяльності та стосунків. Представлені результати емпіричного дослідження підтверджують гіпотезу про пряму взаємозалежність успішності соціально-психологічної адаптації від рівня розвитку комунікативної толерантності.

Ключові слова: соціально-психологічна адаптація, комунікативна толерантність, толерантність до невизначеності, конструктивна толерантність, фрустраційна толерантність.

Постановка проблеми. Нестабільність соціальних, економічних, політичних процесів у нашому суспільстві висуває підвищені вимоги до особистості, яка стоїть на порозі дорослого життя, початку професійної кар'єри, що відбуватиметься переважно у сфері стосунків. З одного боку, їй необхідно досягати відповідності рольовим очікуванням і професійним стандартам (тобто активно змінюватися), а з іншого, зберігати емоційну стійкість, стабільність власних внутрішніх настанов і переконань (его-ідентичність), відстоювати свою індивідуальність. Чинником, який здатний суттєво пом'якшити цю суперечність, є толерантність особистості. Наукова проблема полягає в тому, що міра й особливості її впливу на процес соціально-психологічної адаптації студентів в умовах навчання в магістратурі вивчені ще недостатньо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. З погляду психології, адаптація – це послідовність психологічних реакцій суб'єкта на об'єктивну ситуацію (зовнішню або внутрішню), що відображають його пристосувальну поведінку, необхідну для вирішення специфічного завдання. Сучасний стан розроблення психологічних проблем адаптації характеризується неоднозначністю і суперечливістю, взаємопроникненням закордонних і вітчизняних підходів. Це пов'язано як з об'єктивною складністю самого явища адаптації, так і з трансформацією соціально-економічних і соціально-психологічних відносин, що наповнює новим змістом розуміння професійної та соціально-психологічної адаптації: з'являються нові чинники й умови, що впливають на успішність цього процесу, змінюються вимоги до необхідного рівня,

з'являються нові сфери застосування психологічних концепцій адаптації.

Теорія психологічної адаптації розвивається в руслі різних підходів і галузей: психоаналізу, гуманістичної, когнітивної психології, біхевіоризму та необіхевіоризму, психофізіології, психології праці, менеджменту, спорту. Основоположником вивчення адаптаційної проблематики в умовах стресу (адаптаційного синдрому, що може по-різному впливати на стан організму) прийнято вважати Г. Сельє. Вагомий внесок у розуміння психофізіологічних механізмів адаптації внесли П. Анохін, Р. Баєвський, Ф. Меєрсон, В. Казначеев, С. Казначеев та ін. Концепція активної, творчої адаптації як особливої форми відповіді особистості на проблемні ситуації, що забезпечує досягнення мети (цільова функція) і реалізується через механізм передбачення майбутнього, представлена в роботах В. Медведєва, А. Налчаджян, В. Петровського, М. Яницького та ін. У руслі розуміння адаптації як процесу формування суб'єктом когнітивних стратегій, спрямованих на подолання стресогенної ситуації, було визначено континуум стратегій адаптації між успішною адаптацією і дезадаптацією (Ф. Василюк, В. Ганзен, Л. Дика, Т. Крюкова, С. Розенцвейг, М. Семаго). В організаційній психології та теорії менеджменту розробляється концепція професійної адаптації (А. Карпов, В. Тернопіль, Ю. Поваренко). Підхід до адаптації, пов'язаний із толерантністю як індивідуальною властивістю, що сприяє успішній адаптації, представляють Г. Бардієр, В. Бойко, І. Гриншпун, Н. Капустіна, Д. Леонтьєв, П. Лушин, Л. Мітіна, Г. Олпорт, А. Реан, Г. Солдатова та ін.

Мета статті. Головною метою роботи є дослідження залежності соціально-психологічної адаптації студентів-магістрантів від чинника комунікативної толерантності.

Виклад основного матеріалу. Толерантність як стійка індивідуальна властивість сприяє успішному пристосуванню людини до різноманітних ситуацій, їх зміни, а також емоційно виваженому прийняттю індивідуальних і соціокультурних відмінностей людей, які її оточують. Вона виявляється на психофізіологічному та соціально-психологічному рівнях. Показником психофізіологічної толерантності індивіда є знижений поріг чутливості, що убезпечує його від сильних і тривалих страждань, спричинених дією фрустраторів. С. Розенцвейг визначає фрустрацію як більш або менш стійкий психічний стан людини, особливістю якого є нездатність пристосуватися до ситуації стресу, і протиставляє їй толерантність як «здатність подолати фруструючу ситуацію без втрати психобіологічної адаптації» [4, с. 4]. Роль фрустраційної толерантності найбільша на етапі гострих психічних реакцій входження в діяльність, коли адаптант опиняється під тиском малознайомих чинників предметного і соціального середовища (наприклад, вперше зіткнувшись із необхідністю прийняття рішення в нових умовах). Міра цієї толерантності полягає в збереженні цілісності й неушкодженості організму і залежить від комплексного співвідношення психофізіологічних, темпераментних, статевих, вікових особливостей індивіда. За таких умов порушення адаптивних можливостей людини не відбувається, організм функціонує завдяки підвищенню порогів чутливості, а не на шкоду власному здоров'ю. Психофізіологічна толерантність є чинником, який стабілізує систему як із середини, так і зовні. Якщо ставлення людини до фруструючих обставин є адекватним, а способи подолання фрустрації відзначаються гнучкістю (наприклад, адекватне заміщення способу задоволення потреби, переоцінка ситуації тощо), це характеризує її як зрілу особистість, компетентного професіонала.

Адаптивна толерантність на індивідуальному і соціально-психологічному рівнях стосунків об'єднує три складника: реалізм у сприйнятті оточення (перцептивний складник), бажання людини адаптуватися до оточення (мотиваційний складник) і здатність адаптуватися – приймати оточення таким, яким воно є (регулятивний складник). За Л. Мітіною [6], здатність до адаптації залежить від емоційної стійкості індивіда. З одного боку, її забезпечує здатність адекватно оцінити реальну ситуацію, а з іншого – можливість передбачити конструктивний вихід із ситуації. На соціально-психологічному рівні толерантність стає внутрішнім ресурсом особистості, що може реалізуватися в різних системах: «Я», «Я – Інший», перебувати в

актуальному або потенційному стані, ґрунтуючись водночас на єдиній готовності та здатності позитивно і продуктивно вирішувати складні завдання взаємодії (Н. Капустіна [2, с. 67]).

В. Бойко зазначає, що успішність адаптації конкретної людини до індивідуально своєрідних особливостей інших людей залежить від комунікативної толерантності, яка визначає міру терпіння індивідом неприємних або неприйнятних, на його думку, психічних станів, рис і вчинків осіб, з якими доводиться взаємодіяти в різних ситуаціях. «Вона поєднує певні тенденції, що обумовлені комунікативними настановами особистості, її життєвим досвідом, рисами характеру, моральними принципами, станом психічного здоров'я. За всім цим стоїть система ставлень особистості до інших людей, їхньої поведінки, до себе, до впливів інших людей на себе, до життя взагалі» [1, с. 70]. Комунікативна толерантність має різні рівні прояву: ситуативний (ставлення суб'єкта до конкретної людини з її оточення), типологічний (ставлення суб'єкта до представників конкретної національності, соціального прошарку, професії) та професійний (проявляється стосовно тих соціально-психологічних типів людей, з якими доводиться мати справу за родом діяльності). Водночас, як зауважує В. Бойко, рівень комунікативної толерантності особистості обов'язково позначається на її енергетичному обміні з її соціальним оточенням.

У соціальному плані стосунків адаптивна толерантність може проявлятися в орієнтації на цінності традицій і безпеки й обумовлюватися прагненням уникати конфліктів, слідувати нормам людського співжиття, зберігати позитивні стосунки з оточенням. Основою емоційного фону соціально адаптованого індивіда, який перебуває під впливом певних чинників на шляху між негативним ставленням і негативними спонуканнями щодо об'єкта толерантності, є нейтральне ставлення, яке свідчить про «<...> відсутність апріорних упереджень; воно є цілком сприятливим фоном для початку спілкування і здійснення спільної діяльності, в яких і формуються стосунки, засновані на власному реальному досвіді взаємодії» (Д. Леонт'єв [3, с. 7]).

Адаптивні можливості особистості суттєво підвищує відкритість досвіду в контактах із новими людьми, ситуаціями й проблемами, завдяки чому суб'єкт може адекватно й неупереджено усвідомлювати нові реалії, не намагаючись втиснути їх у старі когнітивні схеми, тобто виявляє нормальне ставлення до суперечностей, щирий інтерес до відмінностей і готовність змінюватися. Ця здатність лежить в основі толерантності до інформаційної невизначеності. Г.Олпорт зазначає, що толерантність до невизначеності проявляється в сприйнятливості й гнучкості мислення, у здатності структурувати інформацію й уявляти можливі завершення

ситуації та успішно реалізовувати стратегії подолання стресових ситуацій [7]. Протилежною цій властивості є ригідність, тобто схильність до раніше засвоєних пізнавальних і поведінкових стереотипів і неготовність їх оперативно змінювати в разі, якщо реальність їм уже не відповідає. Як соціально-психологічна настанова, толерантність цього типу відображає рівень усвідомленості й переживання невизначеності зовнішнього середовища та виявляє тенденцію реагувати на невизначеність у той або інший спосіб залежно від рівня когнітивної складності (за Дж. Келлі, це здатність бачити ситуацію і світ загалом у багатьох вимірах). Когнітивно складні особи створюють багатовимірну модель реальності, розрізняючи в ній велику кількість взаємопов'язаних сторін, здатні позитивно сприймати новизну, нестабільність власного розвитку, відзначаються вищою комунікативною компетентністю й оцінюються як більш привабливі (цікаві) в соціальному плані стосунків. Натомість когнітивно прості особи менше розрізняють відмінності між об'єктами, будують образ людини в одній модальності: позитивній або негативній, ідентифікують себе із приємними їм людьми, оцінюються іншими як більш привабливі (безхитрісні) у ділових стосунках. П. Лушин розглядає толерантність до невизначеності як конструктивний, перехідний феномен, який задає особистості програму її подальшого розвитку [5, с. 193].

Для активної реалізації завдань професійної (зокрема й навчально-професійної) та соціально-психологічної адаптації, спрямованих на досягнення ефективної взаємодії особистості й виробничого середовища, зниження психічного напруження в роботі і взаєминах із персоналом організації, необхідною умовою є конструктивна або позитивно-конфліктна толерантна поведінка суб'єктів відносин. Вона ґрунтується на свідомому прийнятті статусних та індивідуально-психологічних відмінностей, взаємній повазі прав і свобод, орієнтована на пошуки консенсусу, передбачає добровільність взаємного визнання суб'єктів як партнерів виробничих і соціально-психологічних відносин, що виявляють готовність до розуміння і співпраці на основі згоди, балансування між інтересами сторін (водночас чинник взаємної корисності є визначальним). У соціально-психологічному плані стосунків конструктивна толерантність характеризується реалістичними поглядами на природу людини, прийняттям відповідальності, самоконтролем, легітимністю рішень і вчинків, розумним прагматизмом, тактовністю, увагою і довірою до партнера, готовністю до компромісних рішень, передбачає володіння комунікативними вміннями конструктивного розв'язання конфліктних і важких (ексцитивних) ситуацій, навичками активного й рефлексивного слухання, асертивними психотехнологіями та ін.

Проведене нами емпіричне дослідження мало на меті вияв взаємозв'язку рівня комунікативної толерантності з індивідуальними показниками соціально-психологічної адаптації майбутніх менеджерів. Ми висунули гіпотезу про наявність прямого зв'язку комунікативної толерантності із соціально-психологічною адаптацією: чим толерантнішою є людина, тим краще розвинені її адаптаційні показники, і навпаки, високий рівень адаптаційних можливостей сприяє підвищенню її загальної комунікативної толерантності.

Вибірку дослідження склали 103 магістранти Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя віком від 21 до 23 років, серед яких 36 майбутніх менеджерів.

Емпіричними методиками дослідження стали: опитувальник соціально-психологічної адаптації особистості (К. Роджерс, Р. Даймонд), методики діагностики комунікативної настанови та загальної комунікативної толерантності (В. Бойко).

Діагностика інтегральних показників соціально-психологічної адаптації магістрантів виявила, що 81% досліджуваних мають середній рівень *адаптивності* (тобто в них простежується тенденція до збігу цілей і ціннісних орієнтацій із результатами, які досягаються в їхній діяльності); 18% – високий (вчинки відповідають намірам, більшість задумів реалізується, а спонукання до діяльності відповідають її результатам) і лише 1% – низький.

Високий рівень *самоприйняття* – позитивна самооцінка своїх особистісних якостей, задоволеність собою, упевненість у власній особистісній привабливості для інших – характерний для 58,2% досліджуваних; середній рівень – 41,8% (приймають себе лише частково, час від часу сумніваються у своїх можливостях, переживають помірне невдоволення собою і прагнення змінити себе, витрачають частину своєї енергії на боротьбу із самими собою); студентів із низьким рівнем за цим показником не виявлено.

Середній рівень *прийняття інших* діагностовано у 79,6% студентів (помірна терпимість до інших людей, критичність до оточуючих, схильність давати як позитивні, так і негативні оцінки їхній особистості й особливостям поведінки, прагнення до збереження деякої дистанції в спілкуванні з ними); високий рівень позитивної терпимості у прийнятті відмінностей і недоліків інших показали 16,1%; низький (нетерпимість) – 4,3%.

Локус контролю, тобто покладання відповідальності особистості за те, що відбувається з нею, у 79,6% перебуває між інтернальним і естернальним значеннями; 19,3% застосовують інтернальний локус контролю, тобто переважає внутрішня мотивація (вимогливість до себе поєднується з умінням керувати собою і власними вчинками, прагненням покладатися на власні сили і не розраховувати на сторонню допомогу);

1,1% студентів виявляють екстернальну або зовнішню мотивацію (відповідальність покладається на обставини, випадок, інших людей тощо).

Високе прагнення домінувати, мотивацію успіху, боротьби, завоювання виявили 10,8% осіб; у 86% діагностовано середній тестовий показник (залежно від обставин, помірне прагнення впливати на інших, переконувати їх у своїй думці, відстоювати свої позиції може поєднуватися з певною поступливістю, схильністю піддаватися зовнішнім впливам); 3,2% – низький рівень домінування (надмірна залежність, незрілість, несамостійність, пошуки сильних осіб, керівництва, допомоги).

У 97,8% досліджуваних показник *ескапізму* – намагання втекти від реальних проблем у світ фантазії – перебуває на низькому рівні, що позитивно характеризує їхні почуття емоційного комфорту; 2,2% мають середній рівень (деяка емоційна невірноваженість, напруженість, занепокоєність, помірна невдоволеність реальністю, песимістичність); осіб із високим рівнем ескапізму не виявлено.

Варто зазначити, що критерії адаптованості майбутніх менеджерів і вчителів частково збігаються із критеріями активної міжособистісної толерантності: адаптивність позитивно корелює ($p \leq 0,001$) із самоприйняттям або ауто толерантністю (0,727), прийняттям інших або позитивною терпимістю (0,355), інтернальним локусом контролю або відповідальністю (0,575), домінуванням або прагненням до лідерства (0,384), емоційним комфортом (0,626). Загалом хороші показники за даною методикою пояснюються тим, що переважна більшість досліджуваних осіб уже другий рік навчаються в магістратурі і за роки навчання встигли накопичити чималий досвід успішної адаптації до умов освітнього середовища.

Діагностика комунікативної настанови за методикою В. Бойка показала, що більшість досліджуваних не виявляють готовності толерантно сприймати, переживати, усвідомлювати терпимо, стримано реагувати на прояви певних індивідуально-типологічних, культурних, вікових відмінностей між людьми, визнавати їх неминучість і приймати

як даність. У структурі негативних комунікативних настанов домінує завуальована жорстокість. Лише в 14,6% осіб вона відповідає толерантному рівню, у 37,5% – середньому і в 47,9% – інтолерантному. Завуальована жорстокість по своїй суті є квазітерпимістю: індивід демонструє стриманість у контактах, емоційних, поведінкових реакціях і оцінках, які зовні сприймаються як прояви терпимості, вихованості, а насправді лише маскують внутрішню недоброзичливість, недовірливість до людей. Настанови таких осіб заряджені негативною енергією, а вони самі неусвідомлено вдаються до психологічного захисту: ігнорують або згладжують у власній самооцінці те, що протиставляється їхньому бажаному «Я».

Показник *відкритої жорстокості* дещо нижчий: переважає середній рівень – 50%, лише 3% досліджуваних відповідають толерантному рівню, тоді як 47% – інтолерантному. Переживаючи фрустрацію, такі особи навіть не вважають за потрібне якимось приховати або пом'якшити свої негативні оцінки й емоції. Їхні судження про певні типи людей різкі й безапеляційні, що свідчить не лише про їхню упередженість, а й про брак тактовності.

Обґрунтований негативізм на толерантному рівні виявлено в 6,5% осіб, на середньому – у 46,2%, на інтолерантному – у 47,3%. Більшість магістрантів не схильні ідеалізувати своє оточення, а справді негативні явища дійсності вони сприймають як об'єктивні прояви життя.

Показник суб'єктивної оцінки *досвіду спілкування* з оточуючими в опитаних студентів, порівняно з попередніми даними, більш позитивний: 34% – толерантний рівень, 25,6% – середній, 40,4% – інтолерантний. Цей показник єдиний, що значимо корелює з почуттям емоційного комфорту (+0,27 за $p \leq 0,01$) за методикою соціально-психологічної адаптації.

Схильність робити необґрунтовані узагальнення негативних фактів у сфері взаємовідносин із партнерами й у спостереженні за соціальною дійсністю найменше притаманна досліджуваним (показник *бурчання*: 17,6% – толерантний рівень, 58,3% – середній рівень, 23,1% – інтолерантний рівень).

Таблиця 1

Результати дослідження комунікативної толерантності магістрантів

Показники комунікативної толерантності	Толерантний рівень (%)	Середній рівень (%)	Інтолерантний рівень (%)
Неприйняття індивідуальності іншого	24,3	61,2	14,6
Орієнтація на себе як на еталон	33,0	53,4	13,6
Категоричність	18,4	68,1	13,5
Схильність підганяти партнерів під себе	21,4	61,2	17,5
Нетерпимість до дискомфорту в партнера	28,2	56,3	15,5
Невміння приховувати неприємні почуття	27,2	57,4	15,4
Схильність перевиховувати	34,0	57,3	8,7
Невміння вибачати іншому його помилки	30,2	57,2	12,6
Адаптивні здібності у взаємодії з людьми	35,9	55,3	8,7
Загальна комунікативна толерантність	18,4	74,8	6,8

Загальний показник комунікативної настанови демонструє негативну тенденцію: 3,1% досліджуваних відповідають толерантному рівню, 58,8% – середньому і 38,1% – інтолерантному рівню.

Результати методики комунікативної толерантності відображено в табл. 1.

Водночас поведінковий рівень вияву комунікативної толерантності магістрантів порівняно з їхніми комунікативними настановами значно вищий і конструктивніший. Кореляційний аналіз виявив низку значущих негативних кореляцій (за $p \leq 0,05$) показників комунікативної толерантності з методикою соціально-психологічної адаптації: *прагнення перевиховувати партнера з адаптивністю* ($-0,22$) та *почуттям емоційного комфорту* ($-0,24$); *почуття емоційного комфорту з невмінням приймати індивідуальність інших* ($-0,22$); *адаптаційні здібності з ескапізмом* ($-0,24$) та *прагненням домінувати* ($-0,23$); *невміння вибачати помилки партнера із прийняттям інших* ($-0,25$ за $p \leq 0,01$).

Висновки і пропозиції. Наше припущення підтверджено статистично: між параметрами соціально-психологічної адаптації та комунікативної толерантності магістрантів існує однозначний зв'язок: зі зростанням рівня толерантності підвищується рівень їхньої соціально-психологічної адаптації, і навпаки. Відносно невисокі значення кореляцій між параметрами методик пояснюються тим, що загальна толерантність особистості не вичерпується лише комунікативним складником, адже, як показано в статті, для успішної соціально-психологічної адаптації багато важить і толерантність

до невизначеності, і фрустраційна толерантність. Вияв їх потенціалу та внеску в процесуальний і результативний складники професійної та соціально-психологічної адаптації майбутніх менеджерів і вчителів потребує подальшого дослідження.

Література:

1. Бойко В. Энергия эмоций в общении : взгляд на себя и других / В. Бойко. – М. : Информационно-издательский дом «Филинь», 1996. – 472 с.
2. Капустина Н. Формирование толерантности в структуре этического мировоззрения / Н. Капустина // Известия УГУ. – 2008. – № 60. – Проблемы образования, науки и культуры. – Вып. 24 «Психология». – С. 61–69.
3. Леонтьев Д. К операционализации понятия «толерантность» / Д. Леонтьев // Вопросы психологии. – 2009. – № 5. – С. 3–16.
4. Лукин С. Тест рисуночной ассоциации С. Розенцвейга : руководство по использованию / С. Лукин, А. Суворов. – СПб., 1993. – 62 с.
5. Лушин П. Толерантность к неопределенности как предмет психотерапии : тезисы и аргументы / П. Лушин // Журнал практикующего психолога. – 2003. – Вып. 9. – С. 193–197.
6. Митина Л. Психология развития конкурентоспособной личности / Л. Митина. – 2-е изд. – М. : Моск. психол.-социальный институт, 2003. – 400 с.
7. Олпорт Г. Природа предубеждения / Г. Олпорт // Век толерантности. – М. : МГУ, 2003. – Вып. 5. – С. 11–25.

Песоцкий В. П., Горянская А. М. Толерантность как фактор социально-психологической адаптации

В статье анализируется связь социально-психологической адаптации студентов-магистрантов с коммуникативными установками и толерантностью как устойчивым индивидуальным свойством, адапционным фактором и внутренним ресурсом субъекта деятельности и отношений. Представленные результаты эмпирического исследования подтверждают гипотезу о прямой взаимозависимости успешности социально-психологической адаптации от уровня развития коммуникативной толерантности.

Ключевые слова: *социально-психологическая адаптация, коммуникативная толерантность, толерантность к неопределенности, конструктивная толерантность, фрустрационная толерантность.*

Pisotsky V. P., Goryanska A. M. Tolerance as the factor of socio-psychological adaptation

The connection of socio-psychological adaptation of Master students (future managers and teachers) with communicative aims and tolerance as a stable individual feature, adaptive factor and inner resource of the doer and the relationship are being studied in the article. The presented results of empiric researches of socio-psychological adaptation communicative tolerance and communicative aim prove the hypothesis about the direct dependence of success of socio-psychological adaptation on the level of the development of communicative tolerance.

Key words: *socio-psychological adaptation, communicative tolerance, tolerance to uncertainty, constructive tolerance, frustration tolerance.*