

Повышение толерантности путем преобразования и дополнения когнитивной структуры личности посредством тренинга

Мударисов Марат Марсович

Аспирант

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань, Россия

E-mail: HannibalAndGraham@gmail.com

Толерантность - та черта личности, без которой в сегодняшнем мире трудно обойтись. Включите ли вы телевизор, или выйдете на улицу и решите пообщаться с друзьями - в любом случае, ваша деятельность и активность в социуме включает толерантность. Особенно, если учесть тот факт, что мировые политические конфликты подаются обществу иногда в некорректном свете, толерантность позволяет личности сохранять ясность и адекватность ума, активную позицию, воспринимая ситуацию и понимая, что может быть и есть другая точка зрения [3]. Рассматривая с разных подходов толерантность в нашем исследовании, мы пришли к выводу, что наиболее подходящий подход для нашего исследования является когнитивный подход. Базируясь на когнитивной структуре личности - это своего рода «кристаллизованные» матрицы получения всех знаний о мире» [2], мы решили повысить толерантность путем метода тренинга, с 3 включенными задачами на развитие толерантности в когнитивной структуре человека. Целью тренинга являлось изучение, дополнение и преобразование когнитивной структуры, а именно убеждений конкретного индивида на отдельно взятые проблемные ситуации, для повышения уровня толерантности. Основные методы используемые в тренинге - метод групповой дискуссии, ролевая игра, лекция. В тренинге были созданы проблемные ситуации, который позволяли работать с когнитивной структурой личности и развивая на ее уровне толерантность. Ситуации были сконструированы на основе данных методик, которые служили критерием оценивания развития (всего было взято 4 методики). Переходя к тезисам, хочется заметить, что работа с когнитивной структурой личности означает ориентированность на данный подход, при учете всех других. Базируясь на теории, мы старались повлиять на когнитивную структуру личности, а именно, через теорию схем исходя из когнитивной терапии А.Бека, которая гласит — распознать характер и источник таких негативных схем, чтобы заменить их более позитивными схемами контроля, собственного достоинства и уверенности в себе[4]. Базируясь на данном положении, мы изменяли в когнитивной структуре нашу зависимую переменную - толерантность. Основная работа делалась на анализ сравнения показателей до и после тренинга посредством методов статистической обработки и количественного метода. В проводимом исследовании мы создавали такие таблицы по каждой из методик:

Таблица №1 из анализа методики «Индекс толерантности» (Г.У.Солдатова)

Также был проведен корреляционный анализ и метод статистической обработки и статистическое сравнение показателей по t-критерию Стьюдента до и после тренинга соответственно. Выборка составляла 18 человек, что не делает каких-то особых результатов исследования, но позволяет нам показать, что метод тренинга является работоспособным к изменению и дополнению когнитивной структуры личности в толерантности, а именно с работой убеждениями и схемами в целом. Разработанные нами ситуации в целом, позволили проявить инновационный подход к повышению толерантности. Таким образом, нами было проведен теоретический обзор на тему толерантности и когнитивной структуры личности и дальнейшее развитие оной, для повышения уровня толерантности.

Источники и литература

- 1) Александров А.А. Современная психотерапия. Курс лекций. — СПб.: Академический проект, 1997
- 2) Петренко В. Ф. Введение в экспериментальную психосемантику: исследование форм репрезентации в обыденном сознании. М., 1983
- 3) Холмогорова А. Б., Гараян Н. Г. Когнитивно-бихевиоральная психотерапия // Основные направления современной психотерапии / Под. ред. А. М. Боковой. — М.: Когито-центр, 2000
- 4) Погодина, А. А. Толерантность [Электронный ресурс] : термин, позиция, смысл, программа / А. А. Погодина. - Режим доступа: <http://his.1september.ru/2002/11/2.htm>. - (дата обращения 27.02.2015)

Слова благодарности

Спасибо руководителю за стремление к научному вкусу. Благодарю за возможность выступить на конференции.

Иллюстрации

Участник	Результат до тренинга	Результат после тренинга	Прирост	Прирост %
1	72 (средний уровень)	72 (средний уровень)	0	0.00
2	77 (средний уровень)	80 (средний уровень)	3	3.90
3	84 (средний уровень)	102 (высокий уровень)	18	21.43
4	94 (средний уровень)	119 (высокий уровень)	25	26.60

Рис. 1. Таблица №1