

Взаимосвязь уровня стресса и коммуникативных особенностей личности студента

Научный руководитель – Берберян Ася Суменовна

Арутюнян Асмик Грачьяевна

Студент (бакалавр)

Российско-Армянский (Славянский) университет, Институт гуманитарных наук,
Кафедра психологии, Ереван, Армения
E-mail: harutyunyan.hasmik@student.rau.am

Стресс - это чувство эмоционального или физического напряжения. Студенты - одна из самых распространенных «жертв» стресса. Основателем теории стресса является Ганс Селье [3]. Одна из ключевых категорий этой теории - общий адаптационный синдром, процесс, который описывает физиологические изменения, происходящие в организме при стрессе, и включает три стадии: стадию тревоги, стадию сопротивления, стадию истощения.

Теория коммуникации - это сложная и многодисциплинарная концепция, и несмотря на то, что данная теория является объектом пристального внимания многих дисциплин, нет единого мнения относительно ключевых понятий. Как заметил Томас Лукман [4]: «Коммуникация стала означать все, что нужно человеку».

Актуальность темы. Поскольку жизнь включает в себя постоянные изменения (смена места жительства, приспособления к серьезным изменениям в жизни, таким, как брак, развод или потеря любимого человека), нет никакого способа избежать стресса. Стресс может повлиять на иммунитет, что может отражаться практически на все сферы здоровья. Стресс также может повлиять на коммуникацию в межличностных взаимодействиях.

Цель исследования: изучение взаимосвязи уровня стресса и коммуникативных особенностей личности студента.

Методологическая база: теории и научные труды Г. Селье, Шнайдера и др.

Методы исследования: тестирование, в том числе - опросник В. Ряховского для определения уровня общительности, тест М. Шнайдера для определения коммуникативного контроля, методика «Шкала психологического стресса PSM-25» для определения уровня стресса [2].

Гипотеза №1: Мы предполагаем, что существует корреляция между уровнем стресса и уровнем общения.

Гипотеза №2: Мы предполагаем, что существует корреляция между уровнем стресса и уровнем коммуникативного контроля.

В нашем исследовании приняли участие 35 студентов, 29 из которых - представители женского пола, а 6 - представители мужского пола, возрастной диапазон - с 19 до 23 лет, студенты 3 и 4 курсов различных курсов [5].

Обработка и интерпретация данных. Согласно результатам проведенного эмпирического исследования, у 25% респондентов наблюдается низкий уровень стресса, у 45% - средний уровень стресса, а у 30% - высокий уровень стресса. У 40% респондентов наблюдается низкий уровень общительности, у 25% - средний уровень общительности, а у 35% - высокий уровень общительности. У 55% испытуемых наблюдается низкий уровень коммуникативного контроля, у 30% - средний уровень коммуникативного контроля, а у 15% - высокий уровень коммуникативного контроля.

У 60% респондентов уровень стресса прямым образом влияет на уровень общительности. То есть при высоком уровне стресса наблюдается низкий уровень коммуникабельности (замкнутость), а при низком уровне стресса - высокий уровень коммуникабельности (открытость).

У 40% респондентов уровень стресса не влияет на уровень общительности. Результаты отображены на диаграмме 1.

У 30% исследуемых уровень стресса влияет на уровень коммуникативного контроля, (при высоком уровне стресса наблюдается высокий уровень коммуникативного контроля), а у 70% - не влияет (при низком уровне стресса наблюдается высокий уровень коммуникативного контроля). Результаты исследования отображены на диаграмме 2.

Выводы:

· На основе анализа научной литературы было показано, что уровень стресса оказывает огромное влияние на жизнедеятельность человека. Эта проблема также важна в учебной деятельности студентов, так как в процессе обучения студенты сталкиваются с разными стрессовыми ситуациями, которые оказывают влияние на их работоспособность.

· Мы провели эмпирическое исследование и выявили по двум методикам и в соответствии с гипотезами следующие результаты:

- первая гипотеза получила подтверждение. Выявлена высокая отрицательная корреляция уровня стресса с уровнем общения (-0,61).

- вторая гипотеза не подтвердилась: выявлена низкая положительная корреляция уровня стресса с уровнем коммуникативного контроля ($\sim 0,33$).

Источники и литература

- 1) Бодалев А.А. Психология общения: Избранные психологические труды. 2-е изд. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2002.
- 2) Куприянов Р.В., Кузьмина Ю.М. Психодиагностика стресса / Казань Издательство КНИТУ 2012
- 3) Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме/ Государственное издательство медицинской литературы/ 1960
- 4) Luckman T. Life-world and social realities/London/Heinemann Educational Books/1983
- 5) https://docs.google.com/spreadsheets/d/1zHBK1_0E3MPyx0-FI7bQVw2c4T6EDqWE8Qer1rmosck/edit#gid=1086097660

Иллюстрации

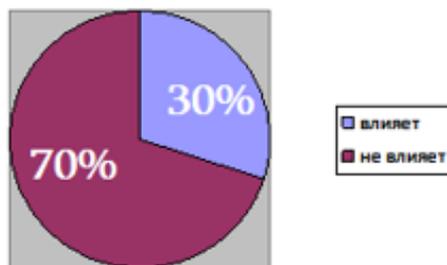


Рис. 1. Диаграмма 1. Результаты влияния уровня стресса на уровень общения

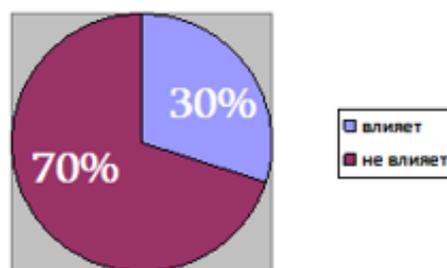


Рис. 2. Диаграмма 2. Результаты влияния уровня стресса на уровень коммуникативного контроля