

Диагностика коммуникативной толерантности

Вам предоставляется возможность совершить экскурс в многообразие человеческих отношений. С этой целью нужно оценить себя в девяти предложенных ситуациях взаимодействия с другими людьми. При ответе важна первая реакция. Помните, что нет плохих или хороших ответов. Мету своего согласия с суждением выражайте следующим образом:

0 баллов - совсем неверно,

1 балл - верно в некоторой степени,

2 балла - верно в значительной степени,

3 балла - верно в высшей степени.

1. Индивидуальность другого - это прежде всего то, что составляет особенное в нём: данное от природы, воспитанное, усвоенное в среде обитания. Мера несовпадения личностных подструктур партнёров и составляет различия их индивидуальностей. Проверьте себя: насколько вы способны принимать или не принимать индивидуальность встречающихся вам людей.

Суждения	Баллы
1. Медлительные люди обычно действуют мне на нервы	
2. Меня раздражают суетливые, непоседливые люди	
3. Шумные детские игры переношу с трудом	
4. Оригинальные, нестандартные, яркие личности, чаще всего действуют на меня отрицательно	
5. Безупречный во всех отношениях человек насторожил бы меня	
Всего:	

2. Оценивая поведение, образ мыслей или отдельные характеристики людей, вы рассматриваете в качестве эталона самого себя. В этом случае вы отказываете партнеру в праве на индивидуальность и, словно в прокрустово ложе, втискиваете партнера в ту или иную подструктуру своей личности. Более того, в прямом или завуалированном виде вы считаете себя «истиной в последней инстанции», судите о партнерах, руководствуясь своими привычками, установками и настроениями. Проверьте себя: нет ли у вас тенденции оценивать людей, исходя из собственного Я.

Суждения	Баллы
1. Меня обычно выводит из равновесия несообразительность собеседника.	
2. Меня раздражают любители поговорить.	
3. Я бы тяготился разговором с безразличным для меня попутчиком в поезде, самолете, если он проявит инициативу.	
4. Я бы тяготился разговорами случайного попутчика, который уступает мне по уровню знаний и культуры.	
5. Мне трудно найти общий язык с людьми иного интеллектуального уровня, чем у меня.	
Всего:	

3. Вы категоричны или консервативны в оценках людей. Таким способом вы регламентируете проявление индивидуальности партнеров и требуете от них предпочтительного для себя однообразия, которое соответствует вашему внутреннему миру - сложившимся ценностям и вкусам. Проверьте себя: в какой мере категоричны или консервативны ваши оценки в адрес окружающих.

Суждения	Баллы
1. Некоторые представители молодежи вызывают у меня неприятные чувства своим внешним видом (прически, косметика, наряды).	
2. Так называемые «новые русские» обычно производят неприятное впечатление либо бескультурьем, либо рвачеством (стремлением извлечь как можно больше материальных личных выгод в тех или иных обстоятельствах)	
3. Представители некоторых национальностей мне откровенно не симпатичны.	
4. Есть тип парней (девушек), который я не выношу.	
5. Терпеть не могу специалистов с низким профессиональным уровнем.	
Всего:	

4. Вы не умеете скрывать или хотя бы сглаживать неприятные чувства, возникающие при столкновении с некоммуникабельными качествами у партнеров. Качества личности партнера, которые определяют положительный эмоциональный фон общения с ним, назовем коммуникабельными, а качества партнера, вызывающие негативное отношение к нему - некоммуникабельными. Человек с низким уровнем общей коммуникативной толерантности обычно демонстрирует неуправляемые отрицательные реакции в ответ на некоммуникабельные качества партнера. Неприятие вдругом чаще всего вызывают некоммуникабельные типы лиц, некоммуникабельные черты личности и некоммуникабельные манеры общения. Проверьте себя: в какой степени вы умеете скрывать или сглаживать неприятные впечатления при столкновении с некоммуникабельными качествами людей.

Суждения	Баллы
1. Считаю, что на грубость надо отвечать тем же.	
2. Мне трудно скрыть, если человек мне чем-либо неприятен.	
3. Меня раздражают люди, стремящиеся в споре настоять на своём.	
4. Мне неприятны самоуверенные люди	
5. Обычно мне трудно удержаться от замечания в адрес озлобленного или нервного человека, который толкается в транспорте	
Всего:	

5. Вы стремитесь переделать, перевоспитать своего партнера. В сущности, вы беретесь за непосильную задачу - вознамерились изменить ту или иную подструктуру личности, обновить, переподчинить или заменить ее элементы. Попытки перевоспитать партнера проявляются в жесткой или мягкой форме, но в любом случае, они встречают его сопротивление. Жесткая форма отмечается, например, в привычке читать мораль, поучать, укорять в нарушении правил и этики. Мягкая сводится к требованиям соблюдать правила поведения и сотрудничества, к замечаниям по разным поводам. Проверьте себя: есть ли у вас склонность переделывать и перевоспитывать партнера.

Суждения	Баллы
1. Я имею привычку поучать окружающих.	
2. Невоспитанные люди возмущают меня.	
3. Я часто ловлю себя на том, что пытаюсь воспитывать кого-либо	
4. Я по привычке постоянно делаю кому-либо замечания.	
5. Я люблю командовать родными и друзьями.	
Всего:	

6. Вам хочется подогнать партнера под себя, сделать его удобным. В данном случае вы как бы "обтёсываете" те или иные качества личности партнера, стремясь регламентировать его поступки или добиться схождения с собой, настаиваете на принятии вашей точки зрения, оценивая партнера, исходя из своих обстоятельств и т.д. Проверьте себя: в какой степени вы склонны подгонять партнеров под себя, делать их удобными.

Суждения	Баллы
1. Меня раздражают старики, когда в час пик они оказываются в городском транспорте или в магазинах.	
2. Находиться в одном номере (комнате, купе, палате) с посторонним человеком для меня просто пытка.	
3. Когда собеседник не соглашается в чем-то с моей правильной позицией, то обычно это раздражает меня.	
4. Я проявляю нетерпение, когда мне возражают.	
5. Меня раздражает, если кто-то делает что-то по-своему, не так, как мне того хочется	
Всего:	

7. Вы не умеете прощать другому его ошибки, неловкость, непреднамеренно причиненные вам неприятности. Это означает, что ваше сознание «застревает» на различиях между личностными подструктурами - вашей и партнера. Таков источник взаимных обид, стремления усложнить отношения с партнером, придавать особый неприятный смысл его поступкам и словам. Проверьте себя: свойственна ли вам такая тенденция поведения.

Суждения	Баллы
1. Обычно я надеюсь, что моим обидчикам достанется по заслугам.	
2. Меня часто упрекают в ворчливости.	
3. Я долго помню нанесенные мне обиды теми, кого я ценю или уважаю.	
4. Я считаю, что нельзя прощать одноклассникам бестактные шутки.	
5. Если близкий человек даже непреднамеренно заденет мое самолюбие, я на него обижусь.	
Всего:	

8. Вы нетерпимы к физическому или психическому дискомфорту, в котором оказался партнер. Такое наблюдается в тех случаях, когда партнер недомогает, жалуется, капризничает, нервничает или ищет соучастия и сопереживания. Человек с низким уровнем коммуникативной толерантности - душевно черствый и потому либо не замечает подобных состояний, либо они его раздражают, по крайней мере, вызывают осуждение. При этом он игнорирует то, что сам тоже бывает в дискомфортных состояниях и обычно рассчитывает на понимание и поддержку окружающих. Проверьте себя: в какой степени вы терпимы к дискомфортным состояниям окружающих.

Суждения	Баллы
1. Я осуждаю людей, которые плачутся в чужие жилетки.	
2. Внутренне я не одобряю приятелей, которые при каждом удобном случае рассказывают о своих болезнях.	
3. Я стараюсь уходить от разговора, когда кто-нибудь начинает жаловаться на своих родителей.	
4. Обычно я без особого внимания выслушиваю исповеди друзей (подруг).	
5. Мне иногда нравится позлить кого-нибудь из родных или друзей.	
Всего:	

9. Вы плохо приспосабливаетесь к характерам, привычкам, установкам или притязаниям других. Данное обстоятельство указывает на то, что адаптация к самому себе для вас функционально важнее и достигается проще, чем адаптация к партнерам. Во всяком случае, вы постараетесь менять и переделывать прежде всего партнера, а не себя - для некоторых это непоколебимое кредо. Взаимное существование, однако, предполагает адаптационные умения обеих сторон. Проверьте себя: каковы ваши адаптивные способности во взаимодействии с людьми.

Суждения	Баллы
1. Как правило, я с трудом иду на уступки.	
2. Мне трудно ладить с людьми, у которых плохой характер.	
3. Обычно я с трудом приспосабливаюсь к людям, если приходится выполнять совместную работу.	
4. Я воздерживаюсь поддерживать отношения с несколько странными по моему понятию людьми.	
5. Чаще всего я из принципа настаиваю на своем, даже если понимаю, что собеседник прав.	
Всего:	

Подсчитайте сумму баллов, полученных вами по всем признакам, и сделайте вывод. Чем больше баллов, тем ниже уровень коммуникативной толерантности. Максимальное число баллов, которые можно заработать – **135**, свидетельствует об абсолютной нетерпимости к окружающим, что вряд ли возможно для нормальной личности.

Точно так же невероятно получить ноль баллов – свидетельство терпимости ко всем типам партнеров во всех ситуациях. Обратите внимание на то, по каким из 9 предложенных выше поведенческих признаков у вас высокие суммарные оценки (здесь возможен интервал от 0 до 15 баллов). **Чем больше баллов по конкретному признаку, тем менее вы терпимы к людям в данном аспекте отношений с ними.** Разумеется, полученные данные позволяют подметить лишь основные тенденции, свойственные вашим взаимодействием с людьми. В непосредственном, живом общении личность проявляется ярче и многообразнее.