

## Специфика проявления когнитивного стиля в стрессовой коммуникации

Научный руководитель – Элькинд Григорий Витальевич

*Сорокина Александра Игоревна*

*Абитуриент*

Смоленский государственный университет, Смоленск, Россия

*E-mail: grigoryelkind@yandex.ru*

Стресс является результатом воздействия внешних факторов на организм человека и вызывает определенные реакции. Коммуникативный стресс – сложное психологическое явление, возникающее в результате влияния коммуникативно-информационных процессов на человека. Цель данного исследования состоит в изучении когнитивных стилей в контексте коммуникативного стресса и разработке методов его преодоления [1, 2] .

Методы:

- Опросы и тестирование участников исследования различного возраста и группы
- Визуальный анализ полученных материалов
- Статистический анализ результатов и сравнение показателей

Участники:

- В исследовании приняли участие 25 человек в возрасте от 15 до 32 лет

Используемые инструменты:

- Опросник "Способы совладающего поведения" (WCQ) для определения копинг-механизмов
- Опросник "Стили мышления" (InQ) для определения предпочитаемого способа мышления
- Опросник Шмишека для диагностики типа акцентуации личности

Результаты:

- Данные находятся на математической обработке и находятся на стадии реализации
- Итоговым продуктом будет являться когнитивно-поведенческая терапия, направленная на преодоление коммуникативного стресса

Ключевые аспекты исследования:

- Исследование направлено на изучение влияния когнитивных стилей на преодоление коммуникативного стресса
- Методы опросов и анализа данных позволили получить релевантные результаты
- Полученные данные будут использованы для разработки когнитивно-поведенческой терапии, способствующей преодолению коммуникативного стресса.

### Источники и литература

- 1) Кабрин В. И. Психология коммуникативного развития человека как личности: Автореф. дис. . . д-ра психол. Наук. – М., 1993.
- 2) Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции. – СПб: Питер, 2006. – 256 с.: ил. – (Серия «Учебное пособие»).