

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Балашовский институт (филиал)

Кафедра педагогики и психологии

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ
СТАРШЕКЛАССНИКОВ С РАЗНЫМИ «МОДЕЛЯМИ МИРА»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 344 группы

направления подготовки 44.03.02. «Психолого-педагогическое образование»

профиля «Практическая психология образования»

факультета естественно - научного и педагогического образования

Шишкиной Анастасии Вячеславовны

Научный руководитель

доцент кафедры педагогики и психологии,

кандидат педагогических наук,

доцент _____ Е.М. Кравцова

(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии

кандидат психологических наук,

доцент _____ О.В. Карина

(подпись, дата)

Балашов 2019

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования

Нестабильная политическая, экономическая, социальная обстановка в России создаёт условия как для дестабилизации эмоционального состояния подрастающего поколения, так и влияет на формирование их представлений о мире, на выбор жизненного пути.

Целостные представления о мире или «модели мира» обуславливают личностное профессиональное самоопределение старшеклассников. Необходимость сдачи ЕГЭ и выбор будущей профессии и способов её освоения вызывает эмоциональную напряжённость, повышает необходимость в таких личностных качествах, как: высокая саморегуляция, мобильность, ответственность, организованность, стрессоустойчивость.

Проблема стрессоустойчивости старшеклассников в настоящее время достаточно актуальна, так как именно в юности происходят существенные изменения в личности. Основой успешного личностного и профессионального самоопределения юношей и девушек, является эмоциональная стабильность, низкий уровень тревожности и высокий уровень саморегуляции – стрессоустойчивость. На сегодняшний день проблема развития стрессоустойчивости старшеклассников в процессе обучения вызывает беспокойство, потому как страх неудачи в экзаменационной ситуации является стрессовым фактором, который негативно влияет как на его здоровье, так и на учебную деятельность, а профилактика стрессовых ситуаций осуществляется не полноценно или не проводится вовсе.

Над проблемой юношеской психологии и стрессоустойчивости работали такие ученые, как: Г. Селье, Т. Лазарус, О.В. Лозгачёва, А.А. Баранов и другие.

Изучению структуры и содержания целостных представлений о мире посвящены исследования как отечественных (Г.Н. Малюченко, В.М. Смирнов, А.В. Каминский, и др.), так и зарубежных (С. Московичи и др.)

авторов. Г.Н. Малюченко и В.М. Смирновым выделено четыре модели мира: хаотическая, антагонистическая, механистическая, организмическая. Вместе с тем не исследовались такие показатели личности как стрессоустойчивость, тревожность в контексте развития целостных представлений о мире в юношеском возрасте.

Поэтому, данная проблема остаётся актуальной, особенно в современных условиях жизни общества.

Цель исследования: проанализировать стрессоустойчивость старшеклассников с разными «моделями мира».

Объект исследования: целостные представления о мире старшеклассников.

Предмет исследования: сравнительный анализ стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира».

Гипотеза исследования: предположим, существуют значимые различия в специфике стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира».

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ психологической проблемы развития стрессоустойчивости старшеклассников и «моделей мира».
2. Разработать и реализовать программу эмпирического исследования стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира».
3. Обобщить и проанализировать полученные результаты.
4. Спроектировать программу повышения стрессоустойчивости и коррекции целостных представлений о мире старшеклассников.

Методологической и теоретической основой данного исследования служат принципы и подходы, изложенные в трудах отечественных и зарубежных психологов:

- теории возрастного развития Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, И.С. Кона, Д.И. Фельдштейна и др.

- теории стресса Г. Селье, Б.Х. Варданян, М.И. Дьяченко и другие.
- работы, посвящённые изучению целостных представлений о мире Г.Н. Малюченко, В.М. Смирнова и др.

Методы и методики исследования. В качестве основных методов исследования использовался метод теоретического анализа научной литературы, диагностические методы, метод обобщения и интерпретация экспериментальных данных, методы математической статистики (U-критерий Манна – Уитни и корреляционный анализ по критерию Спирмена). В работе использовался тест - опросник «Социально-психологический анализ индивидуальной модели мира» (Г.Н. Малюченко, В.М. Смирнов) и методика «Прогноз» А.А. Баранова.

Экспериментальная база исследования. В исследовании принимало участие 49 юношей и девушек в возрасте 16-17 лет.

Новизна исследования заключается в проведении сравнительного анализа стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира».

Практическая значимость работы. Данные теоретического анализа и эмпирического исследования могут быть использованы практическими психологами при работе со старшеклассниками.

Структура и объём работы. Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников (40 наименований), 6 рисунков (гистограмм), 11 таблиц, двух приложений. Объём работы без приложения 49 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе «Теоретический анализ проблемы стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира» предоставлен анализ исследований, посвященных проблеме стресса (С. Вожнер, Р. Розенфельд, Г. Селье, Т. Лазарус, Д. Фонтана и др.), позволяющие сделать вывод о том, что до настоящего времени не выработано единого, общепринятого определения данного понятия, так как с одной стороны,

стресс обозначает собой фактор, воздействующий на организм, с другой – результат воздействия этого фактора.

Но стрессоустойчивость характеризует содержание понятия «стресс». Стрессоустойчивость - это совокупность качеств личности, способствующих преодолению интеллектуальных, эмоциональных, волевых нагрузок, обусловленных особенностью профессиональной деятельности человека, без серьёзных вредоносных последствий для своего здоровья, самой деятельности, а так же окружающих людей.

Юность является периодом завершения физического созревания. В этом возрасте происходит расширение представлений о личных и социальных перспективах на будущее. На основании работ О.М. Сергеевой можно прийти к выводу о том, что стрессовая ситуация для старшеклассника может являться следствием как объективно заданных параметров (изменчивость ситуации и ее высокая динамика), так и его субъективной интерпретацией, которая связана с личностными особенностями человека, отсутствием жизненного опыта или навыков решения проблем данного типа.

Экзаменационный стресс является одним из главных причин, вызывающих психическое напряжение старшеклассников.

Согласно исследованиям И.С. Кона, главное психологическое приобретение ранней юности – это утверждение своего внутреннего мира, то есть, имея способность погружаться в себя, в свои переживания, старшеклассники открывают целый мир новых эмоций.

Опираясь на работы Д.И. Фельдштейна, определение позиции «я и общество», осуществляемое в деятельности взаимоотношений, дает импульс к развитию возможностей ребенка, его потенций, которые реализуются через предметно-практическую деятельность, через присвоение «мира вещей».

Анализ психологических исследований, посвящённых проблеме целостного представления о мире, позволяет сделать следующий вывод: к настоящему времени и в отечественной и в зарубежной психологии сложилось несколько независимых подходов к исследованию таких

психологических феноменов, как модель мира, образ мира, картина мира. В рамках каждого из этих подходов существуют как важные, так и малозначительные концептуальные отличия.

Также можно заметить, что всё чаще исследования индивидуальных и коллективных представлений о мире имеют междисциплинарный характер, соединяя терминологию и подходы, применяемые в физике, математике, лингвистике, философии, психологии.

В отечественной психологии большинство исследований образа мира осуществлялось в рамках деятельностного подхода, основателем которого является А.Н. Леонтьев и в котором рассматриваются: понятие образа мира как социального и деятельностного феномена; структура образа мира; соотношение образа мира с реальностью; взаимная детерминация образа мира и реального мира через деятельность и общение. В зарубежной психологии в русле когнитивно - ориентированных исследований рассматривается проблема влияния самого субъекта на процесс переработки информации, то есть проблема образа мира как личностного феномена; в работах представителей социального конструкционизма образ мира рассматривается как продукт социального взаимодействия.

В индивидуальной модели мира В.М. Смирнов и Г.Н. Малюченко выделяют наиболее часто встречающиеся критерии оценки субъективного отношения к миру и миропонимания, на основе которых личность строит свое взаимодействие с миром, которые образуют четыре обобщающих категории миропонимания: хаотичность, антагонистичность, механистичность, организмичность.

Во второй главе «Эмпирическое исследование стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира» выявлены показатели стрессоустойчивости с разными «моделями мира».

Результаты диагностики по методике «Прогноз» А.А. Баранова показали, что только 12 % исследуемых старшеклассников являются устойчивыми перед нервно – психическими срывами, то есть они являются

стрессоустойчивыми. У 49 % юношей и девушек выявлен средний уровень стрессоустойчивости. Это значит, что нервно – психические срывы вероятны, особенно в экстремальных ситуациях. Высокая вероятность нервно – психических срывов наблюдается у 39 % испытуемых, то есть они обладают низким уровнем стрессоустойчивости.

Согласно методике «СПАИММ» Г.Н. Малюченко и В.М. Смирнова, сформированность целостного представления о мире была обнаружена у 65% испытуемых. Не сформированность образа мира у остальных 35 % может быть объяснена тем, что ранний юношеский возраст испытуемых является началом для становления целостного представления о мире, которое будет продолжать формироваться в течение всего юношеского возраста. Однако, из числа испытуемых, у которых не выявлено сформированности образа мира, 31% имеет тенденцию к формированию целостного представления о мире.

Из числа респондентов, обладающих сформированными целостными представлениями о мире было выявлено, что: у 29% испытуемых доминирует хаотическая модель мира, у 20% доминирует антагонистическая модель, у 18% механистическая модель, у 22 % испытуемых доминирует организмическая модель мира.

При проведении корреляционного анализа по критерию Спирмена, была обнаружена связь организмической, хаотической, механистической, антагонистической «моделей мира» со стрессоустойчивостью старшеклассников. Это означает, что при изменении уровня стрессоустойчивости будет меняться модальность мировосприятия по данным «моделям мира».

При проведении сравнительного анализа стрессоустойчивости юношей и девушек, обладающие сформированными целостными представлениями о мире, по критерию Манна - Уитни, не было выявлено статистически значимых результатов ни в одном случае по данному критерию. Это означает, что не существует количественных значимых различий в уровне

стрессоустойчивости исследуемых старшеклассников с разными целостными представлениями о мире.

Однако, проведя качественный сравнительный анализ характеристик «моделей мира», были выявлены значимые различия.

Если сравнивать хаотическую модель мира с организмической моделью, то можно обнаружить, что у представителей организмической модели мира отсутствует практичность, наблюдается излишняя доверчивость, что исключает их адаптацию в реальном современном мире, чего нельзя сказать о юношах и девушках с хаотической моделью мира.

Также представители организмической «модели мира» считают весьма важным делом при решении проблем, вызывающих стресс – поддержание гармонии в социуме, в отношениях человека с окружающим миром, но представители хаотической модели мира не способны поддерживать гармонию в социуме.

Если сравнивать антагонистическую модель мира с механистической, то можно заметить, что у представителей механистической модели мира внутренний контроль находится на более высоком уровне, чем у антагонистической модели.

Также эти модели отличает друг от друга то, что у представителей с механистической моделью мира высокая общая осмысленность жизни, четкое понимание своих целей и вера в свои силы, т. е. проактивная позиция.

Можно найти общие черты у представителей данных моделей мира, которые помогают бороться со стрессом. Юноши и девушки пассивны в принятии действующего порядка, беспрекословно подчиняются авторитетам, что помогает избавиться от конфликтных ситуаций между членами конформной группы и это способствует снижению вероятности возникновения стресса.

Также во второй главе была спроектирована программа повышения стрессоустойчивости и коррекции целостных представлений о мире старшеклассников.

Коррекционная программа рассчитана на 10 часов с условием проведения 2 раза по 1- 1,5 часа в неделю. Форма работы – групповая, так как у старшеклассников актуальной остаётся такая ведущая деятельность подросткового возраста, как общение со сверстниками.

Цель программы: обучение навыкам саморегуляции и самоконтроля; преодоление барьеров тревоги и страха, повышение уверенности в себе и своих силах и возможностях.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Единый государственный экзамен является одной из наиболее стрессовых ситуаций в жизни современного школьника. Многие родители и учителя считают, что если их ребенок не сдаст экзамен, то многие двери перед ним закрыты, и требуется много времени, чтобы получить новый шанс. Школьник, осознавая это, начинает сильно переживать, находится в напряжении, а это пагубно влияет на учебный процесс и на психическое здоровье.

Анализ теоретических разработок по этой проблеме личности определил основу для методологического и теоретического исследования. Такой возрастной период как ранний юношеский характеризуется кризисным изменением мироощущения. Поэтому целью настоящего исследования стал анализ стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира».

Содержание и структура стрессоустойчивости включает в себя совокупность личностных качеств, способствующих преодолению интеллектуальных, эмоциональных, волевых нагрузок, обусловленных особенностью профессиональной деятельности человека, без серьезных вредоносных последствий для своего здоровья, самой деятельности, а так же окружающих людей.

В ходе эмпирического исследования решались задачи, связанные с установлением контакта между исследуемой группой подростков и исследователем, разработкой и реализацией программы эмпирического

исследования стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира», проведением диагностики стрессоустойчивости и сформированности целостных представлений о мире, проведением сравнительного анализа стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира».

Как свидетельствуют результаты диагностики стрессоустойчивости по методике «Прогноз» А.А. Баранова только 12 % исследуемых старшеклассников являются стрессоустойчивыми. У 49 % юношей и девушек выявлен средний уровень стрессоустойчивости. У 39 % испытуемых наблюдается низкий уровень стрессоустойчивости.

Согласно методике «СПАИММ» Г.Н. Малюченко и В.М. Смирнова, сформированность целостного представления о мире была обнаружена у 65% испытуемых. Однако, у 31 % испытуемых наблюдается тенденция к формированию целостного представления о мире. Из числа респондентов, было выявлено, что: у 29% испытуемых доминирует хаотическая модель мира, у 20% доминирует антагонистическая модель, у 18% механистическая модель, у 22 % испытуемых доминирует организмическая модель мира.

Благодаря выявленной связи между стрессоустойчивостью и антагонистической, механистической, хаотической, организмической «моделями мира», был проведён сравнительный анализ по критерию Манна – Уитни, который не показал значимых результатов ни в одном случае. Это означает, что не существует значимых количественных различий в уровне стрессоустойчивости исследуемых старшеклассников с разными целостными представлениями о мире.

Но качественный сравнительный анализ показал значимые различия, а именно: у юношей и девушек с организмической «моделью мира» отсутствует практичность, наблюдается излишняя доверчивость, что исключает их адаптацию в реальном современном мире, чего нельзя сказать о юношах и девушках с хаотической моделью мира.

Также представители организмической «модели мира» считают весьма важным делом при решении проблем, вызывающих стресс – поддержание

гармонии в социуме, в отношениях человека с окружающим миром, но представители хаотической модели мира не способны поддерживать гармонию в социуме.

Если сравнивать антагонистическую модель мира с механистической, то можно заметить, что у представителей механистической модели мира внутренний контроль находится на более высоком уровне, чем у антагонистической модели. Высокий уровень внутреннего контроля помогает поддерживать юношам и девушкам с механистической моделью мира их восприятие мира как некоего механизма. Построение механизма в устройстве жизни помогает избавиться от стрессовых ситуаций, непредсказуемости и непредвидимых обстоятельств, что в значительной степени повышает стрессоустойчивость.

Также эти модели отличает друг от друга то, что у представителей с механистической моделью мира высокая общая осмысленность жизни, четкое понимание своих целей и вера в свои силы, т. е. проактивная позиция.

Можно найти общие черты у представителей данных моделей мира, которые помогают бороться со стрессом. Юноши и девушки пассивны в принятии господствующего порядка, беспрекословно подчиняются авторитетам, что помогает избавиться от конфликтных ситуаций между членами конформной группы и это способствует снижению вероятности возникновения стресса.

Таким образом, поставленные в ходе исследования задачи решены, выдвинутая гипотеза подтвердилась, цель работы достигнута. Полученные результаты позволяют говорить о наличии значимых различий в специфике стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира».

Для коррекции стресса и укрепления психологического здоровья старшеклассника рекомендуется дать собственной системе здоровья включить механизмы саморегуляции – отвлечься от проблем, хорошо выспаться и отдыхать. Также важно стремиться оптимизировать всю

систему отношений с людьми – родственниками, друзьями, учителями. Необходимо научиться вводить себя в состояние релаксации, расслабления.

Содержание выпускной квалификационной работы может быть использовано при организации подготовительной работы выпускников к Единому государственному экзамену учителями и педагогами - психологами.

Продолжением работы в рамках темы исследования может стать дальнейший сравнительный анализ стрессоустойчивости старшеклассников с разными «моделями мира»

