

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

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

**ВЗАИМОСВЯЗЬ СТИЛЕЙ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ И ОСТРОТЫ
ПРОТЕКАНИЯ КРИЗИСА ТРЕХ ЛЕТ
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 5 курса 51 группы,
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Меленчук Елены Александровны.

Научный руководитель
доцент кафедры педагогики и психологии,
кандидат педагогических наук,
доцент _____

М. А. Лученкова

(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____

О.В. Карина

(подпись, дата)

Балашов 2021

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПРОКРАСТИНАЦИИ И СТРАТЕГИЙ ВЫХОДА ИЗ КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЙ У ПОДРОСТКОВ.

Актуальность данной проблемы заключается в том, что *Прокрастинация, а именно задержка и промедление, из-за которых человек никак не можем приступить к работе, – вирус нашего времени, вакцину от которого пытаются найти многие ученые.* Явление прокрастинации становится все более распространенным. Это свойство присуще многим людям разных возрастов и категорий, но особенно масштабное распространение прокрастинация имеет среди подростков.

Негативные последствия данного феномена выражаются не только в снижении успешности и продуктивности личности и препятствии ее развития в учебной, но и в острых эмоциональных переживаниях собственного неуспеха, чувства вины, неудовлетворенности результатами своей деятельности. Таким образом, изучение психолого-педагогической литературы показывает, что вопросы, связанные с анализом предпосылок возникновения прокрастинации и стратегии выхода из конфликтных ситуаций у подростков недостаточно изучены, что и определяет актуальность данной темы.

Цель исследования: выявить взаимосвязь прокрастинации и стратегий выхода из конфликтных ситуаций у подростков.

Объект исследования: прокрастинация и стратегии выхода из конфликтных ситуаций.

Предмет исследования: особенности проявления прокрастинации и выбор стратегий выхода из конфликтных ситуаций у подростков

База исследования: В исследовании приняли участие подростки 13-14 лет. Общее количество 30 подростков.

Гипотеза исследования: мы полагаем, что прокрастинации и стратегии выхода из конфликтных ситуаций у подростков взаимосвязаны.

Методы исследования:

I. Метод анализа и синтеза литературных источников.

II. Наблюдение, эксперимент

III. Обобщение и интерпретация полученных результатов.

IV. Метод математической статистики: rs-критерий Ч.Э. Спирмена.

Диагностические методики:

1. Методика К. Томаса «Способы реагирования в конфликтных ситуациях».

2. Шкала академической прокрастинации (С. Н. Lay).

Методологическое и теоретическое обоснование: Реализация исследования осуществлялась с опорой на исследования феномена прокрастинации Альберта

Эллиса, В. Кнауса, П. Рингенбаха, Я. И. Варввичевой и др.

Теоретическая значимость исследования заключается в уточнении и расширении научных представлений об уровне прокрастинации и стратегии выхода из конфликтных ситуаций подростков.

Практическая значимость: полученные результаты вносят дополнительный вклад в решение одной из самых распространенных и актуальных проблем – откладывание дел «на потом». Полученные результаты могут способствовать преодолению этой проблемы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Основное содержание работы включает краткое изложение глав исследования.

В *первой главе* нашего исследования сделан психолого-педагогический анализ понятия прокрастинации, дана характеристика подросткового возраста, и проанализированы особенности выхода из конфликтных ситуаций.

Результаты проведенного нами анализа позволяют сделать некоторые частные выводы, представляющие интерес для нашего исследования.

В данном исследовании нами рассмотрены два психологических конструкта прокрастинация и стратегии выхода из конфликтных ситуаций в подростковом возрасте.

В аспекте возрастной категории рассматриваемой в исследовании Мы придерживаемся позиции М. В. Гамезо и Е. А. Петровой и рассматриваем средний школьный и возраст ранний юности (старший школьный) вместе, объединяя их под общим названием - «подростковый возраст». Совместное их рассмотрение обусловлено тем, что границы их стали сильно размытыми, а типы ведущей деятельности во многом пересекаются.

Анализ существующих определений прокрастинации в трудах зарубежных и отечественных ученых показал, что изучаемый феномен отличается сложностью и неоднозначностью в психологическом плане. Прокрастинация – широко распространенное явление, проявляющееся как постоянное, «хроническое» откладывание «на потом» актуальных и важных для человека

дел, повторяющееся раз за разом (и проходящее определенный цикл субъективных переживаний), вопреки осознанию субъектом негативных последствий и нежеланию переживать снова болезненные эмоциональные состояния. Нами изучен и взят за основу опыт исследований в аспекте проблемы прокрастинации Я. И. Варварычевой, М. А. Киселевой, О. В. Кариной, Н. Е. Шустовой.

Ретроспективный анализ исследований (Н. В. Гришина, А. В. Дмитриев, Н. И. Шевандрин, А. Я. Анцупов, И. Е. Ворожейкин и др.), посвященных разработке проблемы стратегий выхода из конфликтных ситуаций у подростков, позволяет сделать следующие выводы в определении понятия конфликт – это противоречие, воспринимаемое человеком как значимая для него психологическая проблема, требующая своего разрешения и вызывающая активность, нацеленную на его преодоление», межличностный конфликт появляется «между людьми вследствие противоречий в их целях, интересах, представлениях, приемах поведения и др.

Конфликтное поведение широко распространенное явление в подростковом возрасте. Оно выступает способом утверждения своей позиции, как в отношениях с взрослыми, так и в отношениях со сверстниками.

Конкретные способы и методы преодоления конфликтов зависят от объективной ситуации, психического состояния сторон, которые конфликтуют. Вышеизложенный анализ теоретической литературы, позволяет констатировать наличие в *подростковом возрасте повышенной конфликтности, ввиду того, что подростковый кризис имеет особенность вариативности протекания и зависит от внешних средовых условий, таких как, психолого-педагогическое сопровождение, характер идентификации, климат в семье, отношения со сверстниками и учителями и др.*

Важность подросткового периода определяется тем, что в нем закладываются основы и намечается общее направление в формировании моральных и социальных установок личности. Подросток сосредоточен на внутренних переживаниях, что обусловлено психофизиологическими характеристиками

возраста. На него влияют как новые социальные условия, так и конкретные индивидуальные обстоятельства жизни. Разнонаправленностью в развитии взрослости обусловлено выделение трёх основных видов деятельности подростков, к ним относятся - учебная, познавательная и взаимоотношения с окружающими. Потребность в самоутверждении, как одно из новообразований подросткового возраста, объясняет нарушение ими норм и правил поведения, что даёт возможность говорить о трудности данного возраста.

Во второй главе нашего исследования была разработана программа эмпирического исследования проблемы взаимосвязи прокрастинации и выбора стратегий выхода из конфликтных ситуаций у подростков.

Эмпирическое исследование предполагает выявление взаимосвязи прокрастинации и выбора стратегий выхода из конфликтных ситуаций у подростков.

Исследование проводилось в январе 2021 года. В исследовании приняли участие подростки 13-14 лет. Общее количество 30 подростков.

Цель исследования: изучить взаимосвязь прокрастинации и стратегии выхода из конфликтных ситуаций у подростков

Гипотеза исследования: мы полагаем, что прокрастинации и стратегии выхода из конфликтных ситуаций у подростков взаимосвязаны.

Исследование проводилось с применением психолого-диагностических **методик:**

1. Методика К. Томаса «Способы реагирования в конфликтных ситуациях».
2. Шкала академической прокрастинации (С. Н. Lay).

Так что же такое прокрастинация, многие авторы, определяя термин, отмечают две основные характеристики феномена: откладывание реализации того или иного намерения и присутствие чувства психологического дискомфорта, в связи с этим. Так, Пирс Стил определяет прокрастинацию как «добровольное откладывание субъектом запланированных дел, несмотря на ожидаемые негативные последствия из-за задержки» Похожей точки зрения придерживался К. Лэй, который, проведя научный анализ явления

прокрастинации, пришел к выводу, что прокрастинация – это добровольное, иррациональное откладывание намеченных действий в том случае, когда человек понимает всю важность задач, которые перед ним стоят, но предпочитает заниматься чем-то другим.

В научный оборот термин «прокрастинация» ввел в 1977 году П. Рингенбах в книге «Прокрастинация в жизни человека».

Выделяются пять типов прокрастинации:

— прокрастинация как жизненная тактика – отсутствие навыков при выполнении каждодневных, рутинных обязанностей, наблюдающиеся на протяжении всей жизни и связанные с неумением управлять временем;

— прокрастинация в принятии решений – невозможность принимать решения в срок;

— невротическая прокрастинация – невозможность принимать в срок жизненно важные решения;

— компульсивная прокрастинация – хроническое промедление в поведении.

— академическая прокрастинация – трудности в выполнении заданий в нужный срок во время учебы.

Конфликтное поведение широко распространенное явление в подростковом возрасте. Оно выступает способом утверждения своей позиции, как в отношениях со взрослыми, так и в отношениях со сверстниками.

Понятие конфликта принадлежит как обыденному сознанию, так и науке, наделяющей его собственным особым значением.

Слово «конфликт» происходит от латинского *conflictus* – столкновение и фактически в неизменном виде входит в другие языки

Анализ определений конфликта, принятых во всевозможных современных неспециальных энциклопедиях, обнаруживает их единообразие. Как правило, содержание понятия конфликта раскрывается через такие

значения:

1. Состояние открытой, нередко затяжной борьбы; схватка либо война.
2. Состояние дисгармонии в отношениях меж людьми, идеями либо интересами, столкновение противоположностей.
3. Психическая борьба, образующаяся как итог одновременного функционирования взаимно исключаящих импульсов, желаний либо направленностей [3, с. 4].,

В рамках изучения конфликтного поведения в школе можно выделить несколько типов конфликта: конфликты в процессе взаимодействия учителя с учеником, между подростком и родителями, между подростками, между подростком и группой, между группами (классами), внутриличностный конфликт. Поведение подростков в конфликтной ситуации подчиняется общим закономерностям протекания конфликтов. Согласно исследованиям К. Томаса в конфликтной ситуации могут использоваться пять главных стилей поведения: приспособление, компромисс, сотрудничество, избегание, соперничество. Использование каждого из них определяется интересами сторон и желанием каждой из них достигнуть своих целей.

Вышеизложенный анализ теоретической литературы, позволяет констатировать наличие в подростковом возрасте повышенной конфликтности, ввиду того, что подростковый кризис имеет особенность вариативности протекания и зависит от внешних средовых условий, таких как, психолого-педагогическое сопровождение, характер идентификации, климат в семье, отношения со сверстниками и учителями и др.

Во второй главе нашего исследования была разработана программа эмпирического исследования проблемы взаимосвязи прокрастинации и выбора стратегий выхода из конфликтных ситуаций у подростков.

Эмпирическое исследование предполагает выявление взаимосвязи прокрастинации и выбора стратегий выхода из конфликтных ситуаций у подростков.

Исследование проводилось в январе 2021 года. В исследовании приняли участие подростки 13-14 лет. Общее количество 30 подростков.

На первом этапе нашего эмпирического исследования мы выявляли стратегии выхода из конфликтной ситуации у подростков. По методике К. Томаса «Способы реагирования в конфликтных ситуациях».

По результатам исследования способа поведения в конфликтной ситуации у подростков мы делаем выводы:

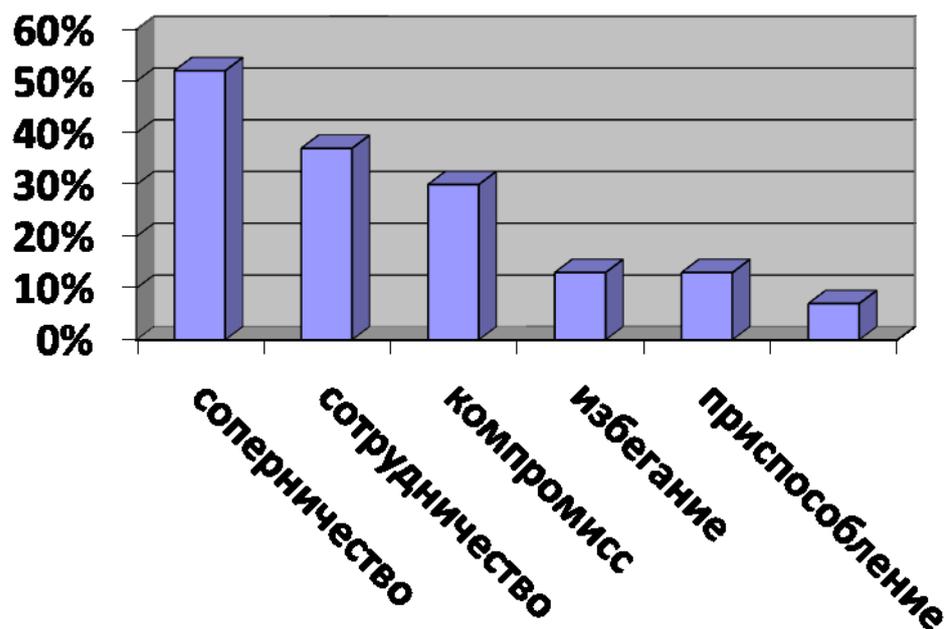
- у 11 подростков (37%) выявлена стратегия выхода из конфликтной ситуации – соперничество: такой вид поведения в конфликте, в котором человек стремится добиться удовлетворения своих интересов в ущерб интересам другого. Человек, который следует этой стратегии, уверен, что выйти победителем из конфликта может только один участник и победа одного участника неизбежно означает поражение второго. Такой человек будет настаивать на своем во, чтобы то ни стало, а позицию другого человека не будет принимать во внимания;

– у 9 подростков (30%) выявлена стратегия выхода из конфликтной ситуации – сотрудничество: участник стремится разрешить конфликт таким образом, чтобы в выигрыше оказались все. Он не просто учитывает позицию другого участника, но и стремится добиться, чтобы другая сторона тоже была бы удовлетворена;

– у 4 подростков (13%) выявлена стратегия выхода из конфликтной ситуации – компромисс: это частичное удовлетворение интересов обеих сторон конфликта;

– у 4 подростков (13%) выявлена стратегия выхода из конфликтной ситуации – избегание: такие люди стараются избежать обсуждения конфликтных вопросов и отложить принятие сложного решения «на потом». В этом случае человек не отстаивает собственные интересы, но при этом не учитывает и интересы других;

– у 2 подростков (7%) выявлена стратегия выхода из конфликтной ситуации – приспособление: такой способ поведения участника конфликта, при котором он готов поступиться своими интересами и уступить другому человеку ради того, чтобы избежать противостояния. Такую позицию могут занимать люди с низкой самооценкой, которые считают, что их цели и интересы не должны приниматься во внимание.



На втором этапе нашего эмпирического исследования мы выявляли уровень прокрастинации у подростков

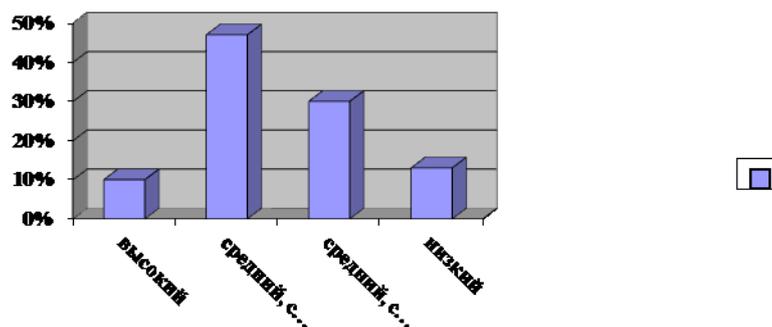
- у 3 подростков (10%) выявлен высокий уровень прокрастинации: любое дело откладывается «на завтра», а когда срок выполнения подходит к концу – они пытаются выполнить все за нереально короткий промежуток времени, в результате получают некачественную, несвоевременную и неоконченную работу;

- у 14 подростков (47%) выявлен средний уровень прокрастинации, с тенденцией к высокому: выполнение не очень важных дел может откладываться людьми на определенный срок, но, в итоге, результат достигается вовремя, а его качество не страдает;

- у 9 подростков (30%) выявлен средний уровень прокрастинации, с тенденцией к низкому: выполнение не очень интересных дел может откладываться людьми на определенный срок, в итоге, результат незначительно задерживается, но его качество не страдает;

- у 4 подростков (13%) выявлен низкий уровень прокрастинации: люди выполняют

поставленные задачи и достигают целей вовремя, следуют намеченному плану, опозданий не допускают.



Для выявления взаимосвязи между уровнем прокрастинации и стратегией выхода из конфликтной ситуации был использован коэффициент ранговой корреляции r_s Спирмена (расчеты см. Приложение А).

- у большинства подростков выявлена стратегия выхода из конфликтной ситуации – соперничество: такой вид поведения в конфликте, в котором человек стремится добиться удовлетворения своих интересов в ущерб интересам другого. Человек, который следует этой стратегии, уверен, что выйти победителем из конфликта может только один участник и победа одного участника неизбежно означает поражение второго. Такой человек будет настаивать на своем во, чтобы то ни стало, а позицию другого человека не будет принимать во внимания;

- у большинства подростков выявлен средний уровень прокрастинации, с тенденцией к высокому: выполнение не очень важных дел может откладываться людьми на определенный срок, но, в итоге, результат достигается вовремя, а его качество не страдает;

Результаты проведенного нами анализа позволяют сделать некоторые частные выводы, представляющие интерес для нашего исследования.

В данном исследовании нами рассмотрены два психологических конструкта прокрастинация и стратегии выхода из конфликтных ситуаций в подростковом возрасте.

В аспекте возрастной категории рассматриваемой в исследовании Мы

придерживаемся позиции М. В. Гамезо и Е. А. Петровой и рассматриваем средний школьный и возраст ранний юности (старший школьный) вместе, объединяя их под общим названием - «подростковый возраст». Совместное их рассмотрение обусловлено тем, что границы их стали сильно размытыми, а типы ведущей деятельности во многом пересекаются.

Анализ существующих определений прокрастинации в трудах зарубежных и отечественных ученых показал, что изучаемый феномен отличается сложностью и неоднозначностью в психологическом плане. Прокрастинация – широко распространенное явление, проявляющееся как постоянное, «хроническое» откладывание «на потом» актуальных и важных для человека дел, повторяющееся раз за разом (и проходящее определенный цикл субъективных переживаний), вопреки осознанию субъектом негативных последствий и нежеланию переживать снова болезненные эмоциональные состояния. Нами изучен и взят за основу опыт исследований в аспекте проблемы прокрастинации Я. И. Варварычевой, М. А. Киселевой, О. В. Кариной, Н. Е. Шустовой.

Ретроспективный анализ исследований (Н. В. Гришина, А. В. Дмитриев, Н. И. Шевандрин, А. Я. Анцупов, И. Е. Ворожейкин и др.), посвященных разработке проблемы стратегий выхода из конфликтных ситуаций у подростков, позволяет сделать следующие выводы в определении понятия конфликт – это противоречие, воспринимаемое человеком как значимая для него психологическая проблема, требующая своего разрешения и вызывающая активность, нацеленную на его преодоление», межличностный конфликт появляется «между людьми вследствие противоречий в их целях, интересах, представлениях, приемах поведения и др.

Конфликтное поведение широко распространенное явление в подростковом возрасте. Оно выступает способом утверждения своей позиции, как в отношениях с взрослыми, так и в отношениях со сверстниками.

Конкретные способы и методы преодоления конфликтов зависят от объективной ситуации, психического состояния сторон, которые конфликтуют.

Вышеизложенный анализ теоретической литературы, позволяет констатировать наличие в *подростковом возрасте повышенной конфликтности, ввиду того, что подростковый кризис имеет особенность вариативности протекания и зависит от внешних средовых условий, таких как, психолого-педагогическое сопровождение, характер идентификации, климат в семье, отношения со сверстниками и учителями и др.*

Важность подросткового периода определяется тем, что в нем закладываются основы и намечается общее направление в формировании моральных и социальных установок личности. Подросток сосредоточен на внутренних переживаниях, что обусловлено психофизиологическими характеристиками возраста. На него влияют как новые социальные условия, так и конкретные индивидуальные обстоятельства жизни. Разнонаправленностью в развитии взрослости обусловлено выделение трёх основных видов деятельности подростков, к ним относятся - учебная, познавательная и взаимоотношения с окружающими. Потребность в самоутверждении, как одно из новообразований подросткового возраста, объясняет нарушение ими норм и правил поведения, что даёт возможность говорить о трудности данного возраста.

Нами было проведено эмпирическое исследование с целью изучить взаимосвязь прокрастинации и стратегии выхода из конфликтных ситуаций у подростков:

- у большинства подростков выявлена стратегия выхода из конфликтной ситуации – соперничество: такой вид поведения в конфликте, в котором человек стремится добиться удовлетворения своих интересов в ущерб интересам другого. Человек, который следует этой стратегии, уверен, что выйти победителем из конфликта может только один участник и победа одного участника неизбежно означает поражение второго. Такой человек будет настаивать на своем во, чтобы то ни стало, а позицию другого человека не будет принимать во внимания;
- у большинства подростков выявлен средний уровень прокрастинации, с тенденцией к высокому: выполнение не очень важных дел может откладываться людьми на определенный срок, но, в итоге, результат достигается вовремя, а его

качество не страдает;

- чем выше показатель способа поведения в конфликтной ситуации «Избегание», тем выше показатель уровня прокрастинации: если подросток предпочитает отказаться от своих интересов, лишь бы избежать какой-либо напряжённости в отношениях, скорее не будет усилия для разрешения проблемы, а будет стараться ее избежать, отстраниться от любых стрессоров, вместо решения конкретной задачи человек начинает заниматься другими, более приятными, но не настолько актуальными делами;

- чем выше показатель стратегии выхода из конфликтной ситуации «Сотрудничество», тем ниже показатель уровня прокрастинации: если подросток, стремится разрешить конфликт таким образом, чтобы в выигрыше оказались все, скорее не будет стремиться откладывать дела на неопределенный срок, а попытается поскорее их закончить.

Гипотеза исследования нашла свое подтверждение: прокрастинации и стратегии выхода из конфликтных ситуаций у подростков взаимосвязаны.