

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 СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ
СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 51 группы
направления подготовки 44.03.02—«Психолого-педагогическое образование»,
профиля подготовки «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Сусловой Виолетты Сергеевны

Научный руководитель
доцент кафедры педагогики и психологии,
кандидат психологических наук,
доцент _____
(подпись, дата)

П.В. Андреев

Зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____
(подпись, дата)

О.В. Карина

Балашов 2021

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Важным условием психофизиологического здоровья и гармоничного развития личности подрастающего поколения выступает способность к стрессоустойчивости. Данная способность является необходимым компонентом развития психологической готовности старшеклассников к ЕГЭ (М. Ю. Чибисова). А также важным фактором преодоления таких негативных проявлений личности, как агрессивность (В. Б. Маклакова).

Проблема стрессоустойчивости начала свое развитие с теории стресса (Г. Селье). В зарубежных исследованиях стрессоустойчивость понимают: как защитную реакцию организма человека, зависящую от копинг-стратегий личности (Р. Лазарус), от локус-контроля (Д. Роттер); как эмоциональную реакцию, связанную с тревогой и нервным напряжением (Ч. Д. Спилбергер). В отечественной психологии также нет единой точки зрения в определении понятия и природы стрессоустойчивости. Разные авторы отождествляют стрессоустойчивость с эмоциональной и нервно-психологической устойчивостью (К. К. Платонов, А. М. Столяренко), рассматривают стрессоустойчивость как интегральное психологическое свойство человека (В. А. Бодров).

В большинстве современных психологических исследований проблема проявления агрессивности рассматривается преимущественно в рамках подросткового возраста. Так как данный возраст является самым кризисным в онтогенезе и характеризуется наибольшим проявлением негативных свойств личности, таких как агрессивность. При этом старший школьный возраст, в отличие от подросткового, исследователи характеризуют как эмоционально устойчивый период развития личности (И. Ю. Кулагина, В. Н. Коллюцкий, И. С. Кон). Однако современные психологические исследования (А. А. Реан, Ф. Райс, К. Долджин и др.) указывают на то, что старший школьный возраст является не менее кризисным, по сравнению с подростковым. Данная кризисность связана с профессиональным

самоопределением и подготовкой к сдаче ЕГЭ. Все это актуализирует проблему развития стрессоустойчивости и проявления агрессивности у старшекласников.

Цель исследования: изучить взаимосвязь стрессоустойчивости и агрессивности старшекласников.

Объект исследования: стрессоустойчивость и агрессивность старшекласников.

Предмет исследования: взаимосвязь уровней развития стрессоустойчивости и уровней проявления агрессивности у старшекласников.

Гипотеза исследования: предполагается, что существует определенная взаимосвязь уровней развития стрессоустойчивости и уровней проявления агрессивности в старшем школьном возрасте: старшекласники с высоким уровнем развития стрессоустойчивости проявляют низкий уровень агрессивности; старшекласники с низким уровнем развития стрессоустойчивости проявляют высокий уровень агрессивности.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ понятий «стрессоустойчивость» и «агрессивность».
2. Экспериментально выявить уровни развития стрессоустойчивости и уровни проявления агрессивности у старшекласников.
3. Определить взаимосвязь уровней развития стрессоустойчивости и уровней проявления агрессивности у старшекласников.
4. Разработать программу развития стрессоустойчивости и коррекции агрессивности у старшекласников.

Теоретико-методологическая основа работы:

- отечественные и зарубежные теории стресса и исследования стрессоустойчивости личности (В. А. Бодров, А. П. Катунин, К. К. Платонов, Д. Роттер, Г. Селье, Ч. Д. Спилбергер и др.).

- отечественные и зарубежные концепции агрессии и агрессивности (А. А. Реан, Т. Г. Румянцева, К. В. Сельченко, И. А. Фурманов, Л. Берковиц, Р. Бэрон, К. Лоренц и др.).

Методы исследования: 1) Теоретический анализ литературных источников. 2) Диагностические методики: тест на самооценку стрессоустойчивости личности Н. В. Киршевой и Н. В. Рябчиковой и тест агрессивности (опросник Л. Г. Почебут). 3) Метод математикой обработки данных (метод ранговой корреляции r_s Спирмена).

Экспериментальная база исследования: исследование проводилось на базе МОУ СОШ № 15 г. Балашова Саратовской области. В эксперименте принимали участие 39 старшеклассников, учащихся 10 классов.

Теоретическая значимость исследования состоит в уточнении понятий «стрессоустойчивость» и «агрессивность»; в изучении теоретических подходов к проблеме развития стрессоустойчивости и проявления агрессивности в старшем школьном возрасте.

Практическая значимость исследования заключается в качественном и количественном анализе взаимосвязи стрессоустойчивости и агрессивности старшеклассниками; в разработке программы развития стрессоустойчивости и коррекции агрессивности у старшеклассников. Результаты исследования могут использоваться педагогами и психологами в практике психолого-педагогического сопровождения подготовки старшеклассников к ЕГЭ.

Структура работы: введение, две главы, заключение, список используемых источников, приложения.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе «Теоретический анализ подходов к проблеме взаимосвязи стрессоустойчивости и агрессивности в старшем школьном возрасте» проводится теоретический анализ понятий «стрессоустойчивость» и «агрессивность» в современной психологии. Раскрываются подходы, относительно проблемы развития стрессоустойчивости и проявления

агрессивности в старшем школьном возрасте. Теоретически обосновывается взаимосвязь стрессоустойчивости и агрессивности у старшеклассников.

В результате анализ литературных источников мы пришли к следующим выводам:

1. Стессоустойчивость в современной психологии рассматривается как интегральное психологическое свойство человека, позволяющие ему переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки без особых вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья (В. А. Бодров, А. П. Катунин, В. В. Суворова, Л. Н. Кубашичева и др.). Вслед за вышеуказанными авторами, мы понимаем стрессоустойчивость старшеклассников как способность переносить значительные физиологические и психологические нагрузки без особого вреда для их психофизиологического здоровья.

2. В современной психологической науке намечается тенденция к разведению понятий «агрессия» и «агрессивность». Агрессия рассматриваются как деструктивная форма поведения, связанная с причинением физического и психологического вреда другим людям (В. П. Зинченко, Б. Г. Мещеряков и др.). А агрессивность рассматривается как свойство (качество) личности, выражающееся в готовности человека к определенной форме агрессивного поведения (Б. Г. Мещеряков, А. А. Реан, И. А. Фурманов и др.). Обобщая данные подходы, мы понимаем агрессивность старшеклассников как свойство личности, выражающее в их готовности к проявлению агрессивного поведения.

3. Исследователи выделяют различные факторы, влияющие на проявление агрессивности личности: генетические и гормональные (М. В. Алфимова, В. И. Трубников и др.); половозрастные и социально-психологические (П. Ковалев, П. М. Ларионов и др.); личностно-психологические (Р. Вельдера, О. Ф. Кернберга, А. А. Реана К. В. Сельченко). К личностно-психологическим факторам, определяющим

проявление агрессивности, может относиться стрессоустойчивость (В. Б. Маклакова и др.).

Во второй главе «Эмпирическое исследование специфики взаимосвязи стрессоустойчивости и агрессивности старшеклассников», описываются этапы проведения экспериментального исследования по изучению взаимосвязи стрессоустойчивости и агрессивности в старшем школьном возрасте. Выявляются особенности уровней развития стрессоустойчивости и уровней проявления агрессивности у старшеклассников. Изучается специфика взаимосвязи уровней проявления стрессоустойчивости и уровней проявления агрессивности у старших школьников. Представляется программа развития стрессоустойчивости и коррекции агрессивности у старшеклассников.

В результате эмпирического исследования мы пришли к следующим выводам:

1. Результаты проведения теста на самооценку стрессоустойчивости личности Н. В. Киршевой и Н. В. Рябчиковой показали, что наибольший процент испытуемых (43%) обладает средним уровнем развития стрессоустойчивости. У таких старшеклассников нормальный уровень стресса, который соответствует в меру напряженной жизни активного человека. Стрессовые ситуации вызывают у них активизацию физиологических и психологических резервов, но без вреда для психофизиологического здоровья.

2. В результате исследования уровня проявления агрессивности у старшеклассников с помощью теста агрессивности (опросник Л. Г. Почебут) было установлено, что у большинства испытуемых преобладает средний уровень проявления агрессивности (41%). Такие старшеклассники в редких ситуациях используют словесные оскорбления, проявляют физическую силу по отношению к другим людям и вымещают свою агрессию на окружающих предметах; иногда испытывают эмоциональное отчуждение при общении с

другими людьми и переживают внутриличностные конфликты; у них ослаблены механизмы психологической защиты.

3. В результате расчета коэффициента ранговой корреляции r_s Спирмена была вывалена значимая отрицательная корреляция уровней развития стрессоустойчивости и уровней проявления большинства форм агрессивности: вербальной агрессии, физической агрессии, эмоциональной агрессии и самоагрессии. Лишь между уровнями развития стрессоустойчивости и уровнями проявления предметной корреляция не значима. Возможно это связано с тем, что для агрессия чаще проявляется людьми по отношению к себе и другим людям, нежели по отношению к предметами или вещам. Так же установлена значимая отрицательная корреляция уровней развития стрессоустойчивости и уровней проявления общей агрессивности. Все это указывает на то, что уровни развития стрессоустойчивости взаимосвязаны с уровнями проявления агрессивности старшеклассников: высокий уровень развития стрессоустойчивости взаимосвязан с низким уровнем проявления агрессивности; низкий уровень развития стрессоустойчивости взаимосвязан с высоким уровнем проявления агрессивности старшеклассников.

4. Так же в результате исследования диагностированы старшеклассники с низким уровнем развития стрессоустойчивости и высоким уровнем проявления агрессивности. Для данной категории старшеклассников нами разработана программа, включающая упражнения по развитию стрессоустойчивости и коррекции чрезмерной агрессивности у старшеклассников. Упражнения направлены на развитие уверенности в себе, на развитие способности к быстрому и осознанному принятию решения, на снятие психологического и эмоционального напряжения, на развитие способности управлять гневом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научной литературы по проблеме исследования позволил прийти к следующим выводам. Стрессоустойчивость в современной психологии рассматривается как интегральное психологическое свойство человека, позволяющие ему переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки без особых вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья. Вслед за вышеуказанными авторами, мы понимаем стрессоустойчивость старшеклассников как способность переносить значительные физиологические и психологические нагрузки без особого вреда для их психофизиологического здоровья.

В современной психологической науке намечается тенденция к разведению понятий «агрессия» и «агрессивность». Агрессия рассматриваются как деструктивная форма поведения, связанная с причинением физического и психологического вреда другим людям. А агрессивность рассматривается как свойство (качество) личности, выражающееся в готовности человека к определенной форме агрессивного поведения. Обобщая данные подходы, мы понимаем агрессивность старшеклассников как свойство личности, выражающее в их готовности к проявлению агрессивного поведения. Исследователи выделяют различные факторы, влияющие на проявление агрессивности личности: генетические, гормональные, половозрастные, социально-психологические и личностно-психологические. К личностно-психологическим факторам, определяющим проявление человеком агрессивности, может относиться стрессоустойчивость личности.

Для выявления специфики взаимосвязи стрессоустойчивости в проявлении агрессивности старшеклассниками нами было проведено экспериментальное исследование. Эксперимент осуществлялся в три этапа. На первом этапе мы изучали уровни развития стрессоустойчивости у старшеклассников. В результате проведения теста было установлено что, у

старшеклассников преимущественно преобладает средний уровень развития стрессоустойчивости. У таких старшеклассников нормальный уровень стресса, который соответствует в меру напряженной жизни активного человека. Стрессовые ситуации вызывают у них активизацию физиологических и психологических резервов, но без вреда для психофизиологического здоровья. Меньший процент испытуемых проявили низкий уровень развития стрессоустойчивости. Таким учащимся необходимо задуматься о том, что стрессовые ситуации оказывают значительное влияние на их жизнедеятельность, они не очень сильно сопротивляются стрессовым факторам. У таких людей стресс переходит в дистресс, что негативно отражается на их психофизиологическом здоровье. И наименьший процент испытуемых показал высокий уровень развития стрессоустойчивости. У таких старших школьников прекрасная устойчивость к стрессовым ситуациям, их психологическому здоровью ничто не угрожает.

На втором этапе мы изучали уровни проявления агрессивности у старшеклассников. В результате было установлено, что у большинства испытуемых преобладает средний уровень проявления агрессивности. Такие люди в редких ситуациях используют словесные оскорбления, проявляют физическую силу по отношению к другим людям и вымещают свою агрессию на окружающих предметах; иногда испытывают эмоциональное отчуждение при общении с другими людьми и переживают внутриличностные конфликты; у них ослаблены механизмы психологической защиты. Меньший процент испытуемых проявили низкий уровень агрессивности. Такие люди только в крайних случаях используют словесные оскорбления, проявляют физическую агрессию по отношению к другим людям и срывают свою агрессию на окружающих предметах; очень редко испытывают эмоциональное отчуждение при общении с другими людьми и переживают внутриличностные конфликты; у них развиты механизмы психологической защиты. И наименьший процент испытуемых проявили высокий уровень агрессивности. Такие люди практически в каждой ситуации используют

словесные оскорбления, применяют физическую силу по отношению к другим людям и проявляют агрессию по отношению к окружающим предметам; постоянно испытывают эмоциональное отчуждение при общении с другими людьми, не находятся в мире и согласии с собой; у них отсутствуют механизмы психологической защиты.

На третьем этапе эксперимента мы выявляли специфику взаимосвязи уровней развития стрессоустойчивости и уровней проявления агрессивности у старшеклассников, которая показала наличие значимой отрицательной корреляции данных уровней. Следовательно, гипотеза нашего исследования нашла свое подтверждение. Мы можем утверждать, что существует определенная взаимосвязь уровней развития стрессоустойчивости и уровней проявления агрессивности у старшеклассников: старшеклассники с высоким уровнем развития стрессоустойчивости проявляют низкий уровень агрессивности; старшеклассники с низким уровнем развития стрессоустойчивости проявляют высокий уровень агрессивности.

Так же в результате исследования были выявлены старшеклассники с низким уровнем развития стрессоустойчивости и высоким уровнем проявления агрессивности. Для таких старшеклассников нами разработана программа упражнений по развитию стрессоустойчивости и коррекции чрезмерной агрессивности. Данная программа может использоваться педагогами и психологами в образовательном процессе школы для подготовки старшеклассников к сдаче ЕГЭ. Апробация и подтверждение эффективности программы предположительно выступит целью последующих исследований в рамках данной проблематики.