

## ИССЛЕДОВАНИЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ СРЕДИ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

Исаев Владислав, студент 2 курса

магистрант Рогалева Л.Н., к.пс.н., доцент

Уральский федеральный университет

Екатеринбург, Россия

## RESEARCH OF VITAL RESISTANCE AMONG STUDENTS OF SENIOR CLASSES

Isaev Vladislav, 2<sup>nd</sup> year student

Rogaleva L.N., Ph.D., Associate Professor

Ural Federal University

Ekaterinburg, Russia

Проблема жизнестойкости учащихся является актуальной в связи с тем, что от неё зависят спортивные, учебные, профессиональные результаты деятельности.

Можно выделить несколько аспектов изучения жизнестойкости в литературе:

- 1) Психологический
- 2) Экологический
- 3) Физическое

Несмотря на наличие достаточного количества статей, исследований по данной теме нет.

Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром. Это диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Выраженность этих компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания со стрессами и восприятия их как менее значимых.

Своё исследование я решил провести с помощью учащихся старших классов школ, с целью определения уровня жизнестойкости среди них и его влияния на их учебу и качество жизни.

В исследовании приняло участие 13 человек (мужчины и женщины в возрасте от 16 до 18 лет)

По данным исследования можно сказать, что у испытуемых существуют сходства и расхождения в определенных аспектах мировосприятия, что естественно для их поколения.

Но отклонение в результатах несущественное. Я считаю, что это связано с тем, что школьники находятся в одном коллективе и еще не совсем расходятся в мнениях и мировоззрениях.

Позже, при учебе и работе по своим специальностям, результаты теста могут существенно отличаться от нынешних.

Школьники получают удовольствие от их деятельности и большинство верит, что упорство и труд позволят добиться желаемых результатов. Они практически всегда открыты новому опыту и готовы активно развиваться, получая новые знания.

Компоненты жизнестойкости развиваются в детстве и отчасти в подростковом возрасте, хотя их можно развивать и позднее.

Их развитие решающим образом зависит от отношений родителей с ребенком. В частности, для развития компонента вовлечения участия принципиально важно принятие и поддержка, любовь и одобрение со стороны родителей.

Для развития компонента контроля важна поддержка инициативы ребенка, его стремления справляться с задачами все возрастающей сложности на грани своих возможностей. Для развития принятия риска важно богатство впечатлений, изменчивость и неоднородность среды.

Таким образом, в ходе исследования, я выяснил, что тест жизнестойкости помогает выявить некоторые проблемы в ходе развития и обучения школьников старших классов на ранних стадиях и способствует их своевременному устранению.

Тест также помогает определить некоторые способности человека и предрасположение к конкретному виду деятельности. Это способствует эффективности обучения и дальнейшей деятельности школьников.

Но я считаю, что данный способ исследования не гарантирует 100% правдивость и справедливость суждений, а поэтому следует проводить дополнительные беседы и исследования в индивидуальном порядке.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бурлачук Л. Ф., Коржова Е. Ю. Психология жизненных ситуаций / Л. Ф. Бурлачук, Е. Ю. Коржова. - М.: ЭКСМО-Пресс.
2. Липкина А. И. Самооценка школьника / А. И. Липкина. - М.: «Знание».
3. Сова Ю. И. Смысловая саморегуляция жизнестойкого отношения студента к кризисным ситуациям: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / Ю. И. Сова; Тамбовский гос. ун-т. — Тамбов.
4. Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту: ред. И. В. Дубровина. - М.: Педагогика.
5. Compas B. E. Coping With Stress During Childhood and Adolescence / B. E. Compas // Psychol. Bull. – 1987 (на английском).
6. Maddi S., Khoshaba D. Early Antecedents of Hardiness / S. Maddi, D. Khoshaba // Consulting Psychology Journal. - Spring 1999 (на английском).