

Влияние стрессоустойчивости на агрессивное поведение подростков

В статье обсуждается актуальный вопрос о влиянии способности к стрессоустойчивости на проявление агрессивных реакций подростков. Представлен краткий теоретический обзор по теме, на основе анализа эмпирического исследования учёных показана взаимосвязь определённых аспектов агрессии и стрессоустойчивости. Изложены факторы учебной деятельности, влияющие на агрессивное поведение подростков.

Ключевые слова: подростковый возраст, кризис возрастного развития, новообразования, агрессивное поведение, стресс, стрессоустойчивость, учебная деятельность, образовательная среда

Анализируя научную литературу по теме стресса и его преодоления, можно сделать вывод, что эта проблема изучается исследователями давно, но продолжает оставаться чрезвычайно актуальной, особенно в современной очень напряжённой социально-экономической обстановке. Нами замечено, что присутствует некоторый дефицит психолого-педагогических исследований, направленных на изучение вопроса формирования стрессоустойчивости в подростковом возрасте средствами психотерапии для коррекции агрессивного поведения детей, и отмечается недостаточность соответствующих методических рекомендаций.

В психолого-педагогических исследованиях слово «стресс» используется достаточно часто в различных междисциплинарных исследованиях. Основоположником учения о стрессе принято считать канадского эндокринолога австро-венгерского происхождения Ганса Селье. Он в начале XX века создал целую теорию, посвященную этой реакции организма. Однако Селье не единственный, кто работал в этом направлении; исследования по указанной тематике проводили, например, Эдмунд Якобсон, Стюарт Вульф, Харольд Вульф. Г. Селье и его сотрудники опубликовали по данному вопросу около двух тысяч работ. Если в 1936 году Ганс Селье писал о стрессе как о «неспецифической реакции организма на любое предъявляемое ему требование», то современное понятие стресса звучит так: «стресс – это комплекс физических, химических и психических реакций человека на стимулы или стрессоры в окружающей обстановке».

Изучение вопроса о влиянии образовательной среды на проявление агрессивного поведения позволило выявить следующие стрессовые факторы, которые могут присутствовать в учебной деятельности школьников подросткового возраста:

1) общение – один из главных факторов возникновения стресса в учебной деятельности, вызванных перегрузкой учащихся: завышенные или заниженные требования педагогов, жесткие требования к соблюдению учебных правил, контрольные работы, экзамены, оценочные ситуации, постоянно присутствующие в учебной деятельности;

2) конкретные события, связанные с организацией учебного процесса: низкий уровень мотивации, по мнению педагогов, отсутствие успехов в обучении, быстрая утомляемость, страх перед ошибкой (оценочная ситуация), страх быть осмеянным одноклассниками, межличностные конфликты;

3) специфические факторы, связанные с организацией учебного процесса: несправедливое отношение к детям, в том или ином виде несдержанность в проявлении эмоций, авторитарный стиль преподавания;

4) индивидуальные личностные особенности подростков: интеллектуальная пассивность, неуверенность в себе, застенчивость, неразвитость коммуникативных навыков, импульсивность, конфликтность, скрытность [5].

В контексте изучения влияния факторов школьной образовательной среды на развитие стресса и как результат – проявление агрессивных реакций у подростков, обратимся к пониманию феномена «стрессоустойчивость». Соглашаясь с мнением Ш. Мельник, под стрессоустойчивостью будем понимать обобщенное свойство личности, которое характеризует ее способность противостоять стрессовым факторам учебной деятельности.

Учёные считают, что для диагностики развития стресса и коррекции агрессивного поведения подростков педагогам-психологам необходимо проводить первичное исследование и основное диагностирование с помощью специально подобранных методов. Это позволит подтвердить наличие в учебном процессе общих и конкретных стрессовых факторов, связанных с индивидуальными (личностными) особенностями подростка, а также с педагогической деятельностью учителя и его личностными качествами как педагога.

Диагностировать эмоциональное истощение и предрасположенность к агрессии у школьников можно по следующим группам симптомов [1]:

– физические: головные боли, недостаток сил, общее ухудшение здоровья, утомляемость, проблемы со сном, быстрая утомляемость;

– эмоциональные: исчезает стремление что-либо изучать, появляются апатия, раздражительность, пессимизм, чувство вины; подросток испытывает разочарование в себе и окружающих, начинает винить себя в отсутствии желания учиться;

– поведенческие: импульсивность, агрессивные реакции, раздражение, угрозы, оскорбления, физические потасовки; у подростка снижается познавательная активность, появляется безразличие к учёбе, нестабильное эмоциональное состояние;

– интеллектуальные: рутинность, потеря интереса ко всему новому, угасание креативности; все учебные задания выполняются формально, с трудом, школьник отказывается от участия во внеклассной общественной работе;

– социальные: общение со сверстниками и друзьями носит негативный характер, отсутствует желание заниматься даже хобби.

Формирование стрессоустойчивости у подростков для снижения агрессивного поведения представляет собой важную психолого-педагогическую задачу. Изучая литературу по выбранной теме и обращаясь к выполненным эмпирическим исследованиям, мы обнаружили данные о взаимосвязи между проявлением агрессивности и уровнем стрессоустойчивости. Например, Т. С. Тихомирова в своей диссертационной работе [4] изучала данную взаимосвязь на основе методики «Тест агрессивности» в редакции Л. Почебут и теста на самооценку стрессоустойчивости Н. Киршева и Н. Рябчикова, с применением метода корреляционного анализа. По данным Т. С. Тихомировой, у старшеклассников исследуемой группы выражена зависимость между проявлением эмоциональной и физической агрессивности и низкой способностью к сдерживанию эмоций, стрессоустойчивостью. Исследователь объясняет такую взаимосвязь слабым самоконтролем старшеклассников, высокой эмоциональной мобильностью, незрелостью эмоциональной сферы, а также отсутствием навыков к самоконтролю и саморегуляции, типом нервной системы. Кроме того, выявлена умеренная взаимосвязь между проявлением вербальной агрессии и стрессоустойчивостью. Т. С. Тихомирова объясняет это наличием мобилизационных ресурсов психики для сдерживания и контроля в вербальном выражении своего отношения к партнёру.

В исследовании А. Л. Рудакова обнаружена взаимосвязь в структуре агрессивности: между чувством вины (аутоагрессией) и стрессоустойчивостью. В группе старшеклассников чувство вины положительно коррелирует со всеми поведенческими и эмоциональными параметрами агрессии. Наиболее тесные связи выявлены между чувством вины и раздражительностью, подозрительностью и обидой. Эта связь отражает неоднократно описанный своеобразный «порочный круг подростковой агрессии»: совершение агрессивных действий вызывает чувство вины, угрызения совести влияют на усиление негативности [3].

В исследовании О. В. Гордяковой установлено, что старшие подростки тем менее склонны чувствовать вину перед жертвами своей агрессии, чем в большей степени те вызывали у них раздражение или рассматривались в качестве авторитарных лиц (как, например, родители, педагоги и др.) [2].

Таким образом, выполненная нами теоретическая работа на основе анализа научно-педагогических источников и изучения опыта эмпирических исследований учёных, позволила выявить тенденцию к взаимосвязи между проявлением различных видов агрессии и способностью к стрессоустойчивости старших подростков.

Литература

1. Бреслав, Г. Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: учебное пособие для специалистов и дилетантов. СПб.: Речь, 2018. 144 с.
2. Гордякова О. В. Влияние личностной агрессивности и тревожности подростков на эмоциональное отношение к агрессии в телевизионной рекламе // Психологический журнал. 2018. № 4. С. 96–101.
3. Рудаков А. Л. Стресс, стрессоустойчивость и саногенная рефлексия в спорте: монография. Красноярск, 2011 190 с.
4. Тихомирова Т. С. Формирование стрессоустойчивости школьников подросткового возраста в учебной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Институт повышения квалификации и переподготовки работников народного образования Московской области. М., 2014. 24 с.
5. Брехуненко Л. А., Лазаренко Л. А. Психологические особенности подросткового возраста и их влияние на переживание стресса // На пересечении языков и культур. Актуальные вопросы гуманитарного знания. 2020. № 3(18). С. 493-498.

УДК 159.9

*В. В. Сапункова (Краснодар, Россия)
Кубанский государственный университет*

Развод родителей как фактор нарушения детско-родительских отношений

В статье актуализируется проблема важности и гармонизации детско-родительских отношений. Автор обращается к научным работам, излагает основные теоретические позиции учёных по выбранной теме, на основе анализа научных исследований характеризует основные психологические аспекты в нарушенных детско-родительских отношениях после развода родителей.

Ключевые слова: развод, детство, неполная семья, детско-родительские отношения, психологическая травма, кризис семьи

Проблемы семьи, влияния семейного окружения на формирование личности ребенка относятся к числу важных педагогических и социальных задач. Они не только не теряют актуальности, но и становятся, по мнению многих исследователей, центральными для развития человека и общества. Одной из таких проблем является кризис традиционной семьи, перенос сферы самореализации большинства людей за пределы семьи, изменение места родительства в жизненном пути человека, что побуждает вновь обращаться к вопросу о роли родителей в становлении личности ребенка.

Биологическая и духовная взаимосвязь между родителями и детьми очевидна. Проблема эмоциональной взаимозависимости исследуется в психологии