

ФОРМИРОВАНИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У ВОСПИТАННИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ПАНСИОННОГО ТИПА

Гревцева О.В.

Северо-Кавказский социальный институт; ул. 50 лет ВЛКСМ, д. 95, кв. 164, г. Ставрополь, Россия, 355000; e-mail: oksana.grevceva@rambler.ru

В статье обоснована актуальность исследования стрессоустойчивости у воспитанников образовательной среды учреждений пансионного типа. Рассмотрены содержательные характеристики стрессоустойчивости и сформулированы условия ее формирования у воспитанников образовательной среды учреждений пансионного типа. Представлены: диагностические методики, отражающие критериальные показатели стрессоустойчивости у воспитанников; результаты анкетирования, направленного на выявление стрессогенных факторов образовательной среды пансионного учебного заведения, негативно влияющих на развитие личности обучающихся; программа психолого-педагогического сопровождения воспитанников, направленная на формирование у них стрессоустойчивости; результаты констатирующего и формирующего экспериментов; статистический анализ исследования стрессоустойчивости у воспитанников образовательной среды учреждений пансионного типа.

Ключевые слова: адаптация; пансион; стрессоустойчивость; стрессогенные факторы; условия.

BOARDING SCHOOLS PUPILS' STRESS TOLERANCE FORMATION

Grevtseva O.V.

North-Caucasus social Institute, Social and Humanitarian discipline department; address: 355000, Russian Federation, Stavropol, #95 50 years of VLKSM Street, 164Flat; e-mail: oksana.grevceva@rambler.ru

The article substantiates the relevance of boarding schools pupils' stress tolerance examination. The substantial characteristics of stress tolerance are examined in this article and the conditions of its formation among pupils of boarding type institutions are represented. The results of the questionnaire aimed at identifying stress factors of boarding schools' educational environment, which affect negatively on the pupil personal development; diagnostic techniques, reflecting criteria indicators of pupils stress tolerance; the syllabus of psychological and educational support for pupils, aimed at the stress tolerance formation; the results of summative and formative experiments; statistical analysis of the stress tolerance examination among pupils boarding schools type are represented.

Keywords: adaptation, boarding school, stress tolerance; stressors, terms.

Современное общество все больше нуждается в подготовке такой личности, которая будет способна не только воспроизводить уже существующие нормы и традиции, но и самостоятельно ставить цели, анализировать, оценивать, делать выводы, принимать адекватные, объективные решения [2]. Все это находит отражение в ФГОС «Закон об образовании», вступившем в силу с 01 сентября 2013 года. Его основой является концепция духовно-нравственного развития и воспитания образованной, нравственной, предприимчивой личности гражданина России, которая сможет действовать, исходя из четко поставленных целей, прогнозируя при этом все возможные последствия своих действий. Исходя из поставленных целей, государство определяет для современной школы новые задачи, решение которых связано с созданием различных типов и моделей образовательных учреждений, обеспечивающих для субъектов учебной деятельности возможность для творческой самореализации. Такое представление о современном образовании делает

необходимым проведение в нем коренных преобразований в соответствии с новыми запросами общества как потребителя образовательных услуг.

В процессе модернизации российской системы образования, при разработке различных типов и моделей образовательных учреждений, сегодня все большую популярность приобретает пансионный тип обучения детей и подростков. Иначе говоря, сегодня происходит возрождение пансионного образования. Наиболее ярко и широко образовательные учреждения пансионного типа представлены Министерством обороны РФ, к ним относятся: президентские кадетские, суворовские военные, Нахимовское военно-морское, Московское военно-музыкальное училища и кадетские корпуса. Достоинством пансионных образовательных учреждений является систематический контроль детей со стороны взрослых, непосредственно участвующих в их школьной жизни, отсутствие риска попасть под влияние плохой компании, что очень актуально в современных реалиях жизни. Практически каждое пансионное образовательное учреждение отличается только ему присущими особенностями: патриотическое воспитание, углубленное изучение каких-либо школьных предметов, спортивный уклон и т.д. [1]. Данные преимущества пансионного образования актуализируют потребность в учреждениях такого типа, что подтверждается увеличением количества школ-пансионов как в государственной, так и негосударственной сфере образования. Так, в период с 2010 по 2014 г. только довузовских образовательных учреждений пансионного типа в Министерстве обороны РФ увеличилось на 32%, и планируется дальнейшее увеличение их количества.

Но, как показывает практика, пансионное учебное заведение как особый тип образовательной организации имеет не только плюсы, но и факторы риска. В частности, сама образовательная среда, представленная в виде совокупности условий, обеспечивающих качество воспитания учащихся, является, в первую очередь, источником множества стрессогенных факторов, с которыми сталкиваются поступившие дети. И если учесть тот факт, что основной контингент обучаемых учреждений пансионного типа это дети 10-11 лет, закончившие четвертый класс, то воздействие стрессогенных факторов приобретает свою особую значимость. Стрессогенными факторами для подростков могут стать:

- условия пансионного учебного заведения (проживание на территории учебного заведения);
- отсутствие личного пространства;
- нахождение под постоянным контролем;
- изолированность от близких и родных людей и отсутствие материнской ласки и др.

К этому следует добавить возрастные и внутриличностные особенности воспитанников, которые также могут быть источником факторов риска для

психоэмоционального развития. Среди внутриличностных особенностей ведущее место занимают особенности коммуникативной, эмоционально-волевой и интеллектуальной сфер, которые оказывают влияние на формирование и проявление тревожности, учебной мотивации, самооценки и т.д.

Среди факторов риска, связанных с возрастом, по мнению И.А. Зимней, можно выделить следующее: потребность в самоутверждении в среде сверстников; стремление обзавестись верным другом; стремление избежать изоляции как в классе, так и в образовательном учреждении; повышенный интерес к вопросу о «соотношении сил» в классе; отсутствие адаптации к неудачам; ярко выраженная эмоциональность; требовательность к соответствию слова делу; повышенная утомляемость и агрессивность и др. [3].

Перечисленные особенности в совокупности с образовательной средой пансионного учебного заведения, которая является стрессогенной в силу своей специфики, оказывают наиболее сильное негативное воздействие на воспитанников в период их адаптации к новым условиям жизнедеятельности.

В связи с этим правомерно обратиться к исследованию О.А. Круглова, в котором он отмечает, что систематическое негативное воздействие стрессогенных факторов вызывает психическое травмирование личности, нарастание личностной дисгармонии и может привести к дезадаптации и даже спровоцировать патологическое состояние центральной нервной системы [4]. Несмотря на сложность рассматриваемой проблемы, обусловленную стрессогенностью образовательной среды, необходимо ставить и решать задачи, связанные с духовным и социально-психологическим развитием каждого воспитанника, его всесторонним образованием и воспитанием таких качеств, как социальная активность, патриотизм, готовность к трудовой деятельности на военном и гражданском поприще.

А это делает необходимым поиск условий, способов, методов минимизации факторов риска для обучаемых, повышения их стрессоустойчивости, т.к. именно стрессоустойчивость охраняет личность от дезинтеграции и личностных расстройств, создает основу внутренней гармонии, полноценного психического здоровья, высокой работоспособности.

С целью решения данной проблемы мы в качестве наиболее значимых выделили следующие условия формирования стрессоустойчивости у воспитанников к специфике образовательной среды учреждений пансионного типа: организационно-деятельностные, педагогические и психологические.

В рамках реализации организационно-деятельностных условий был проведен ряд исследований, направленных на выявление стрессоустойчивости воспитанников. В частности, была разработана анкета определения наиболее значимых стрессогенных

факторов в образовательном процессе пансионного учреждения. Воспитанникам предлагалось выделить и отметить для себя наиболее стрессогенные факторы (перечислены ниже) в первые месяцы пребывания в образовательном учреждении пансионного типа. По результатам анкетирования воспитанников (в качестве респондентов выступили 207 воспитанников) были получены следующие результаты.

Отсутствие родных, близких (82%), желание вернуться домой (73%), закрытость (невозможность выйти из училища свободно) учебного заведения (63%), отсутствие среди одноклассников девочек (60%), чувство ответственности за класс (60%), подчинение правилам (53%), нахождение под постоянным контролем (53%), необходимость подчинять свои интересы под интересы класса (52%), сложности в общении, своя собственная застенчивость или наоборот смелость, активность (50%), сложные уроки, задания (49%), непривычное расписание (49%), необходимость уступать в пользу других (48%), необходимость соблюдать режим дня, все делать строго по времени (47%), сложность контролировать свои эмоции, когда нет возможности выплакаться, нельзя драться и т.д. (46%), множество кабинетов (44%), переоценка своих сил при поступлении в училище (44%), единообразие в одежде, форма (41%), разнообразие педагогического состава (40%), сильное волнение, тревога, страх (40%), отсутствие своего личного пространства, своей личной комнаты (38%), сложности в общении с педагогами (31%), слабое желание обучаться в СПКУ (19%).

Полученные результаты показали, что специфика образовательной среды пансионного учебного заведения действительно является стрессогенной для воспитанников, особенно на этапе их адаптации к новым условиям жизнедеятельности. Все факторы риска можно распределить в несколько групп: индивидуально-личностные, межличностные, межгрупповые и дисциплинарные факторы, а также факторы социальной среды.

Исходя из специфики образовательной среды пансионного учебного заведения, мы выделили основные компоненты стрессоустойчивости у воспитанников: интеллектуальный, эмоциональный, волевой, мотивационный и коммуникативно-оценочный, которые могут иметь трехуровневое измерение: низкий, средний и высокий и конкретные содержательные характеристики.

В качестве возможных механизмов формирования стрессоустойчивости у воспитанников к стрессогенным факторам образовательной среды пансионного учебного заведения мы рассматриваем следующие.

1. Компенсаторный, психологический механизм превращения внешних требований во внутренние требования личности к самой себе. Этот механизм обеспечивает психологическую стрессоустойчивость личности, ее сознания в усвоении нравственного

опыта общества, моральных норм и формировании собственной моральности. Объективную основу для этого представляет включение воспитанника в моральную деятельность.

2. Адаптационный механизм, который связан с выработкой новых навыков, привычек, качеств, что приводит в соответствие организм, личность со средой. Регуляторами адаптации воспитанника выступают мотивы, мышление, воля, способности, знания, опыт. В процессе адаптации не столько приобретаются новые свойства, качества, сколько перестраиваются уже имеющиеся, а сохранение эффективности деятельности происходит главным образом благодаря готовности, привыканию к новым условиям и их освоению. Адаптация выражается не только в приспособлении организма к новым условиям, но главным образом в выработке фиксированных способов поведения, позволяющих справляться с трудностями.

При реализации педагогических условий с целью выявления индивидуально-личностных особенностей стрессоустойчивости у воспитанников к воздействию стрессогенных факторов и установления особенностей межличностных дисциплинарных процессов в классных коллективах пансионного учебного заведения был подобран и систематизирован в циклограмму следующий диагностический инструментарий [5].

Для изучения критериальных показателей компонентов стрессоустойчивости у воспитанников были использованы следующие методики: многофакторное исследование личности Р. Кеттела (105) (16PF – опросник), исследование уровня воспитанности Н.П. Капустина, М.И. Шиловой, опросник Басса-Дарки, методика «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М.В. Матюхиной, диагностика личностной креативности (Е.Е. Туник), методика «САН» Н.А. Лаврентьевой, методика А.Ф. Фидпера «Оценка психологической атмосферы в коллективе», тест школьной тревожности Филлипса, методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (в адаптации Снегирева), методика диагностики межличностных и межгрупповых отношений «Социометрия» Дж. Морено.

Анализ полученных результатов позволил выявить не только общий уровень сформированности стрессоустойчивости у воспитанников пансионного учебного заведения, но и охарактеризовать системообразующие составляющие её структурных компонентов. Полученные результаты и выделенные в ходе констатирующего исследования компоненты и уровни стрессоустойчивости воспитанников позволили определить 3 уровня компонентов стрессоустойчивости (рис. 1).

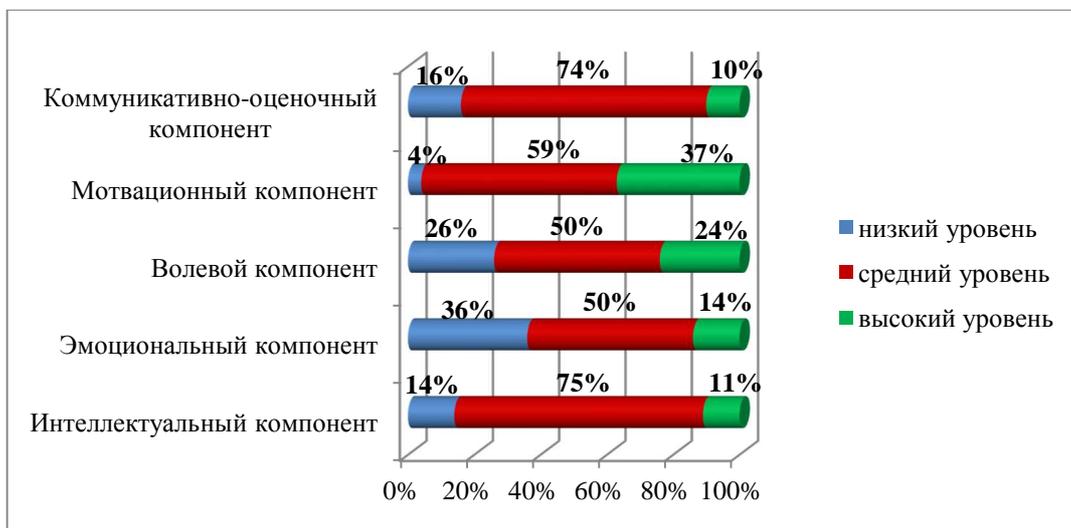


Рис. 1. Уровни компонентов стрессоустойчивости у воспитанников

По результатам констатирующего исследования, на основании выделенных критериев, воспитанники экспериментальной и контрольной групп были распределены по уровням выраженности стрессоустойчивости (рис. 2).

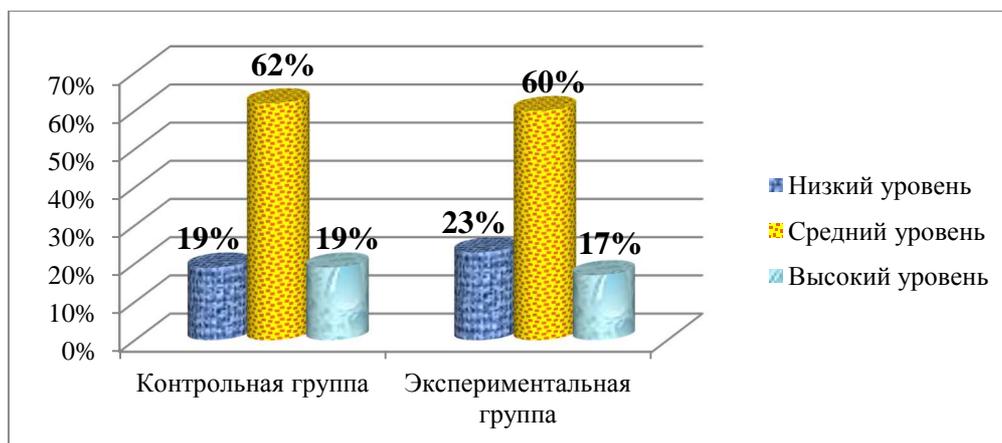


Рис. 2. Распределение воспитанников по уровням выраженности стрессоустойчивости на этапе констатирующего исследования

Комплексное исследование компонентов стрессоустойчивости у воспитанников образовательных учреждений пансионного типа на констатирующем этапе исследования позволило выявить доминирование среднего уровня сформированности стрессоустойчивости.

Для последующего решения поставленной задачи нами была выделена группа воспитанников с низким уровнем сформированности стрессоустойчивости (группа повышенного психолого-педагогического внимания). Для этой группы воспитанников были разработаны образовательные коррекционно-развивающие программы, направленные на формирование коммуникативных навыков, развитие когнитивных процессов и коррекцию эмоционально-волевых процессов. В рамках программы были разработаны семинары-практикумы для педагогических работников. Цель практических занятий - коррекция особенностей взаимодействия педагогов с воспитанниками и оптимизация организации

учебно-воспитательной работы в учреждениях пансионного типа.

В контексте реализации совокупности психологических условий осуществлялись следующие мероприятия: как групповые, так и индивидуальные консультации, тренинги, имитационные и ролевые игры, разминки, дискуссии, игры – активаторы и пр., которые были разработаны в рамках программы формирования стрессоустойчивости у воспитанников образовательных учреждений пансионного типа.

Программа была реализована поэтапно: адаптационный, формирующий и заключительный этапы.

Целью программы являлось формирование стрессоустойчивости через обеспечение продуктивных изменений в интеллектуальных, эмоциональных, волевых, мотивационных и коммуникативно-оценочных структурах личности воспитанников, обуславливающих позитивное развитие личностных ресурсов воспитанников в интеллектуальной, коммуникативной и эмоционально-волевой сферах.

Деятельность специалистов, осуществляющих реализацию цели и задач разработанной программы, основывалась на личностно ориентированном и системном подходах, а также с учетом таких принципов, как научная обоснованность, реалистичность, активный характер, гибкость и адаптивность.

Все занятия, включенные в программу, имели свою структуру и были представлены в виде трех блоков:

- организационный, включающий в себя диагностику, активизацию и формирование настроения группы на продуктивное взаимодействие во время занятий, эмоциональное подключение;
- практический – направлен на актуализацию и развитие имеющихся конструктивных навыков поведения и приобретение личностно-значимого нового опыта в межличностных отношениях, групповом общении, расширение информационно-речевого поля;
- заключительный - включал в себя анализ, обобщение и диагностику.

Основой групповых коррекционно-развивающих занятий стали традиционные принципы работы с тренинговой группой: диалогизация взаимодействия, постоянная обратная связь, самодиагностика, оптимизация развития, гармонизация интеллектуальной и эмоциональной сфер, добровольное участие, постоянный состав группы, изолированность и свободное пространство и т.д.

В ходе индивидуальных коррекционно-развивающих занятий использовались теоретические концепции гештальт-психологии и транзактного анализа.

В разных блоках программы психолого-педагогического сопровождения были реализованы авторские подпрограммы: «Учимся общаться. Развитие навыков общения»,

«Мои чувства и эмоции», «Учусь быть внимательным», «Развиваем мышление», «Развиваем моторику», «Учимся запоминать», «Давайте поиграем», сценарий занятия с использованием психотерапевтических методов и приемов «Волшебный горшочек»; семинаров-практикумов «Основные проблемы, возникающие в период адаптации к условиям обучения в пансионном учебном заведении», «Гендерный подход в обучении и воспитании»; методические рекомендации педагогическим работникам (преподавателям, воспитателям, классным руководителям), законным представителям воспитанников по возрастным, гендерным особенностям, особенностям взаимодействия и построения учебной и воспитательной деятельности с учетом возрастных и гендерных особенностей воспитанников в условиях пансионного учебного заведения.

В процессе реализации программы использовалась широкая совокупность методов: мини-тренинг, имитационные и ролевые игры, разминки, диагностические методы, дискуссии, игры-активаторы, семинары-практикумы, арт-терапия, сказкотерапия. Акцент был сделан на создание психологического климата, который обеспечивал воспитанникам возможность успешно функционировать и развиваться в образовательной среде пансионного учебного заведения.

Созданные в образовательном учреждении пансионного типа организационно-деятельностные, педагогические и психологические условия позволили добиться существенных положительных изменений в личностном развитии воспитанников. Так, если на констатирующем этапе уровень выраженности стрессоустойчивости у воспитанников в контрольной группе был выше, чем в экспериментальной группе на 2%, то после проведенных занятий уровень выраженности стрессоустойчивости у испытуемых в экспериментальной группе повысился в сравнении с контрольной группой на 26% (рис. 2, 3, табл. 1).

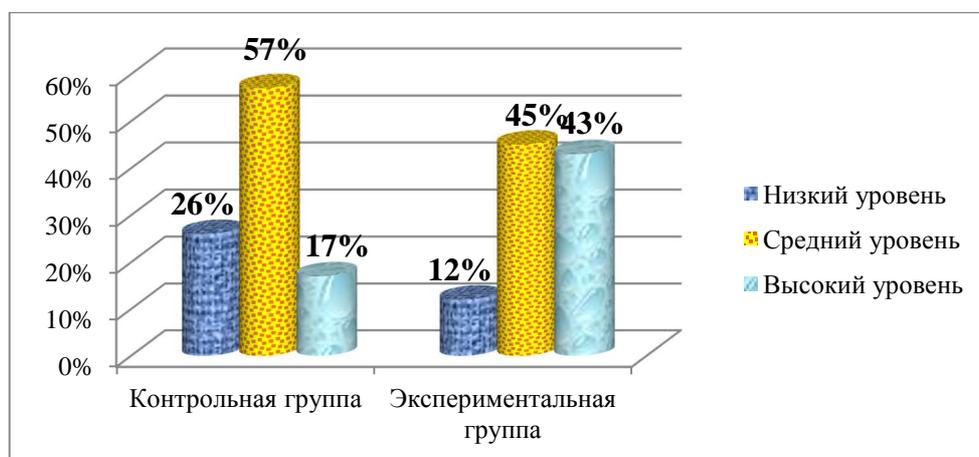


Рис. 3. Распределение воспитанников по уровням выраженности стрессоустойчивости на этапе формирующего исследования

Таблица 1

Сравнительный анализ уровней выраженности стрессоустойчивости воспитанников

Уровни выраженности стрессоустойчивости у воспитанников	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	До эксперимента	После эксперимента	До эксперимента	После эксперимента
Низкий	23%	12%	19%	26%
Средний	60%	45%	62%	57%
Высокий	17%	43%	19%	17%

Как видно, наблюдается позитивная динамика по исследуемым параметрам при переходе от начального среза к контрольному замеру. В этом смысле статистическая гипотеза состояла в том, что существуют значимые различия в измеренных значениях признака между первым и вторым замером.

Для доказательства этой гипотезы мы применили Т-критерий Вилкоксона (использована программа SPSS, v 22.0), который предназначен для выявления различий между начальным и контрольным срезами. Результаты анализа приведены в таблице 2. Полученные данные показывают, что незначительные изменения произошли лишь по нескольким параметрам: «М» практичность – развитое воображение, «С», «познавательные мотивы», «мотивы саморазвития», «позиция школьника», «мотив достижения», «внешние мотивы», Q2. По всем остальным параметрам произошли существенные изменения при переходе от начального среза к контрольному. Из 56 факторов в процентном отношении это выглядит следующим образом: 86% - значимые изменения; 13% - незначимыми изменения.

Таблица 2

Результаты статистического анализа, Т-критерий Вилкоксона
(использована программа SPSS, v 22.0)

№ п/п	Параметр / Статистика	Значение показателя	Уровень значимости
1.	Любознательность	-7.449	.000
2.	Воображение	-4.607	.000
3.	Сложность	-8.090	.000
4.	Склонность к риску	-8.086	.000
5.	«В» интеллект	-7.354	.000
6.	«М» практичность – развитое воображение	-1.465	.143
7.	«Q1» консерватизм – радикализм	-3.084	.002
8.	Академическая успеваемость	-8.106	.000
9.	«MD» адекватность	-3.989	.000
10.	«С» эмоциональная устойчивость	-1.739	.082
11.	«I» жестокость – чувствительность	-5.708	.000
12.	«Q4» расслабленность – напряженность	-3.108	.002
13.	Физическая агрессия, косвенная агрессия	-4.174	.000
14.	Раздражение	-4.738	.000
15.	Негативизм	-4.789	.000
16.	Обида	-6.049	.000
17.	Подозрительность	-5.360	.000
18.	Вербальная агрессия	-1.651	.099

19.	Общая школьная тревожность	-6.120	.000
20.	Переживание социального стресса	-7.288	.000
21.	Фрустрация потребности в достижении успеха	-7.642	.000
22.	Страх самовыражения	-3.808	.000
23.	Страх ситуации проверки знаний	-2.817	.005
24.	Страх несоответствия ожиданиям окружающих	-5.012	.000
25.	Низкая физиологическая сопротивляемость	-4.271	.000
26.	Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-6.773	.000
27.	Простота и скромность	-5.657	.000
28.	«О» уверенность в себе – тревожность	-2.535	.011
29.	«Q3» низкий самоконтроль – высокий самоконтроль	-4.911	.000
30.	«F» сдержанность – экспрессивность	-6.764	.000
31.	Самочувствие	-6.485	.000
32.	Активность	-8.364	.000
33.	Настроение	-5.783	.000
34.	Отношение к знанию	-7.542	.000
35.	Отношение к труду	-6.395	.000
36.	Долг и ответственность	-7.633	.000
37.	Дисциплинированность	-6.428	.000
38.	Честность и правдивость	-7.839	.000
39.	Бережливость	-7.229	.000
40.	Познавательные мотивы	-.744	.457
41.	Коммуникативные мотивы	-6.261	.000
42.	Эмоциональные мотивы	-7.659	.000
43.	Мотивы саморазвития	-1.715	.086
44.	Позиция школьника	-1.218	.223
45.	Мотив достижения	-1.467	.142
46.	Внешние мотивы	-.975	.330
47.	«G» подверженность чувствам – высокая нормативность поведения	-7.406	.000
48.	«N» прямолинейность – дипломатичность	-8.114	.000
49.	«A» открытость - замкнутость	-2.790	.005
50.	«H» робость – смелость	-5.506	.000
51.	«L» доверчивость – подозрительность	-6.846	.000
52.	«E» степень доминирования - подчиненности	-6.951	.000
53.	«Q2» конформизм – нонконформизм	-.813	.416
54.	Коллективизм и товарищество	-7.148	.000
55.	Доброта и отзывчивость	-6.117	.000
56.	Адаптация	-6.095	.000

Наблюдаемые позитивные изменения в параметрах стрессоустойчивости правомерно связать с экспериментальным воздействием. И это позволяет утверждать, что выдвинутая гипотеза исследования о возможности формирования стрессоустойчивости у

воспитанников образовательных учреждений пансионного типа под воздействием специально созданных условий нашла свое практическое подтверждение.

Полученные результаты и выводы позволяют наметить следующие направления дальнейших исследований по рассматриваемой проблеме: детальный анализ факторов, обуславливающих уровень выраженности стрессоустойчивости у воспитанников образовательных учреждений пансионного типа; работа по повышению эффективности авторской программы; разработка рекомендаций по совершенствованию системы психолого-педагогического сопровождения воспитанников в условиях пансионного учебного заведения в контексте повышения стрессоустойчивости у воспитанников к специфике образовательной среды.

Список литературы

1. Быстрицкая Я. Школа – пансион: невозможное возможно // Образование для детей. – URL: <http://www.edukids.ru> (дата обращения: 20.04.2015).
2. Деркач А.А. Модернизация образования как условие опережающего социально-экономического развития страны (продолжение) // Акмеология. - 2011. - № 4. - С. 8-21.
3. Зимняя И.А. Педагогическая психология : учебник для вузов. – Изд. 2-е, доп., испр. и перераб. – М. : Университетская книга, Логос, 2007. – С. 384.
4. Круглов О.А. Предпосылки регуляции аутопсихологических акме-функций преодоления реакций в стрессовых ситуациях // Акмеология. - 2013. - № 1. - С. 113-118.
5. Райгородский Д.Я. (редактор-составитель). Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учебное пособие. – Самара : Издательский Дом «БАХРАХ», 1998. - С. 672.

Рецензенты:

Соловьёва О.В., д.псих.н., профессор ФГАОУ ВПО «СКФУ»; г. Ставрополь;

Плугина М.И., д.псих.н., профессор кафедры педагогики, психологии и специальных дисциплин ГБОУ ВПО «СтГМУ»; г. Ставрополь.