

Таблица 1 – Результаты исследования локус контроля у лиц с химической зависимостью с различными сроками ремиссии (средние значения)

Показатели	Группа 1	Группа 2
Уровень экстернальности	9,35	9,05
Уровень интернальности	13,65	13,85

В результате проведенного сравнительного анализа была получена следующая оценка различий между двумя независимыми выборками по уровню локус контроля: по шкале «Уровень экстернальности» t-критерий Стьюдента составил 0,31; по шкале «Уровень интернальности» – 0,21. Это говорит о том, что достоверно значимых различий обнаружено не было. На наш взгляд, такой результат можно объяснить недостаточным объемом выборки, что не дало возможности полностью отразить характеристики генеральной совокупности. Поэтому в перспективе представляется вполне возможным более широко исследовать локус контроля данной категории лиц, увеличив число респондентов.

Список использованных источников

- 1 Грицанов, А. А. Социология: Энциклопедия / Сост. А. А. Грицанов [и др.]. - Мн. : Книжный дом, 2003. – 1312 с.
- 2 Ерышев, О. Ф. Алкогольная зависимость: формирование, течение, противорецидивная терапия / О. Ф. Ерышев. – СПб. : Изд-во «ЭЛБИ - СПб», 2012. – 192 с.
- 3 Игумен Мефодий (Кондратьев). Методология социальной реабилитации в церковной общине / Игумен Мефодий (Кондратьев), Р. И. Прищенко, Е. Е. Рыдлевская. – М. : ООО «Авансед Солюшнз», 2013. – 88 с.
- 4 Капуччи, Д. Психологическое консультирование зависимых клиентов / Д. Капуччи, М. Страуффер. Пер. с англ. – СПб: ООО «Диалектика», 2021. – 832 с.
- 5 Коробкина, З. В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи / З. В. Коробкина, В. А. Попов. – М. : Академия, 2002. – 192 с.
- 6 Крылов, А. А. Психология: учебник / А. А. Крылов. - М. : Проспект, 2005. – 474 с.
- 7 Москаленко, В. Д. Возвращение к жизни. Как спасти семью: конфликты, ссоры, алкоголизм, наркомания / В. Д. Москаленко ; под ред. А. А. Симкина. – Москва, Никеа, 2017. – 448 с.
- 8 Плаксин, А. А. Особенности жизненных ориентаций наркозависимых с различными сроками трезвости [Электронный ресурс] / Научная электронная библиотека открытого доступа. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-zhiznennyh-orientatsiy-narkozavisimyh-s-razlichnymi-srokami-trezvosti-1>. – Дата доступа: 03.01.2022.
- 9 Савина, Е. А. Я люблю его... / Е. А. Савина. – М. : Адру, 2008. – 352 с.
- 10 Фрейдджер, Р. Личность. Теории, упражнения, эксперименты / Р. Фрейдджер, Д. Фейдимен. Пер. с англ. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 607 с.

М. О. Романович

Научный руководитель: Е. А. Лупекина, канд. психол. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь

ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ФЕНОМЕНА СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ НА УРОВЕНЬ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ПОДРОСТКОВ

В статье рассматриваются актуальные для современного общества феномены «жизнестойкости» и «социальной поддержки» в жизни детей подросткового возраста.

Автором приводятся данные эмпирического исследования психологических особенностей жизнестойкости подростков в контексте влияния на ее развитие феномена социальной поддержки.

Ключевые слова: жизнестойкость, социальная поддержка, подростковый возраст.

Понятие «жизнестойкость» характеризует психологическую живучесть человека и служит показателем его психического здоровья. Мощное воздействие стрессовых факторов современной жизни требует от человека развития таких качеств личности, как выносливость, решительность, гибкость, мобильность. Именно эти качества являются главной составляющей такого понятия как «жизнестойкость».

Из всех возрастов именно старший школьный возраст является одним из наиболее благоприятных периодов для развития жизнестойких черт личности у подростков, что может способствовать повышению уровня их физического и психического здоровья и, следовательно, помочь в различных жизненных ситуациях. Подростковый возраст в среднем по мнению разных авторов начинается в 11–12 лет и заканчивается в 14–15.

В настоящее время актуальным представляется изучение связи компонентов жизнестойкости старших школьников с их личностными особенностями, а также с феноменом «социальной поддержки».

Согласно С. Богомазу, «Жизнестойкость – системное психологическое свойство, возникающее у человека вследствие особого сочетания установок и навыков, позволяющих ему превращать проблемные ситуации в новые возможности» [1, с. 25].

Основными компонентами жизнестойкости являются *вовлеченность, контроль и принятие риска*, которые поддерживают активность, счастье, оправданность риска в жизни человека и помогают использовать полученный опыт [4, с. 876].

Наиболее продуктивными периодами для формирования жизнестойкости являются детский и подростковый возраста, а «взрастать» это свойство помогают детско-родительские отношения.

Социальная поддержка описывается авторами как:

– поведенческое, межличностное действие (так как она требует активизации межличностных отношений);

– воспринимаемый, когнитивный компонент самого процесса социальной поддержки [2, с. 65].

Целью данной работы было теоретическое рассмотрение феноменов жизнестойкости и социальной поддержки, а также эмпирическое исследование, в котором выявится основной «ресурс» получения социальной поддержки подростков. Параллельной целью также стало сравнение полученных результатов по гендерному различию.

База исследования: ГУО «Средняя школа № 21» и ГУО «Гимназия № 58 им. Ф. П. Гааза» г. Гомеля.

Характеристика выборки исследования: выборочную совокупность составили 100 респондентов в возрасте 14–15 лет, из них 50 девочек и 50 мальчиков.

Цель эмпирического исследования: изучить жизнестойкость подростков при различном восприятии социальной поддержки.

Для выявления восприятия социальной поддержки у подростков была использована «Шкала социальной поддержки» (многомерная шкала восприятия социальной поддержки – MSPSS; Д. Зимет; адаптация В. М. Ялтонский, Н. А. Сирота).

Результаты исследования восприятия социальной поддержки у респондентов подросткового возраста представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Восприятие социальной поддержки у респондентов подросткового возраста

Поддержка	Уровни	Количество человек		Проценты	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки
семьи	низкий	10	7	20	14
	средний	33	30	66	60
	высокий	7	13	14	28
друзей	низкий	6	9	12	18
	средний	16	26	32	52
	высокий	28	15	56	30
«значимые другие»	низкий	7	9	14	18
	средний	36	22	72	44
	высокий	7	19	14	38

Анализ данных, отраженных в таблице 1, позволяет сделать следующие выводы:

– по шкале «поддержка от семьи» у респондентов мужского и женского пола преобладает средний уровень 66 % и 60 %. В сравнении выявленных низких и высоких уровней было выявлено, что у девочек восприятие социальной поддержки со стороны семьи выше, чем у мальчиков, соответственно – 28 % и 14 %. При социальной поддержке семьи родители реже обращают внимание на ошибки и плохое поведение ребенка, чаще они заостряют внимание на успехах. В связи с этим, маме следует стремиться поддержать взрослеющего ребенка не только когда ему плохо, но и когда все у него хорошо;

– по шкале «поддержка от друзей» у мальчиков преобладает высокий уровень – 56 %, у девочек же по данной шкале преобладает средний уровень – 52 %. Подростки с высоким уровнем по данной шкале чувствуют, что получают эмоциональную поддержку, в которой так нуждаются, от друзей. Это является свойственным для исследуемого возраста в связи с тем, что на данном возрастном этапе на передний план выходит интимно-личностное общение, вследствие чего одноклассники и друзья становятся референтной группой для подростков;

– по шкале «значимые другие» у респондентов мужского и женского пола преобладает средний уровень – 72 % и 44 %. В сравнении выявленных низких и высоких уровней было выявлено, что у девочек восприятие социальной поддержки со стороны «значимых других» выше, чем у мальчиков, соответственно – 38 % и 14 %.

Далее для выявления особенностей по половому признаку у подростков по полученным показателям восприятия социальной поддержки, был использован U-критерий Манна-Уитни.

Рассмотрим результаты статистической обработки показателей у мальчиков и девочек (таблица 2)

Таблица 2 – Статистическая обработка результатов

Поддержка	Среднее значение		U-критерий Манна-Уитни	Критическая точка при = 0,05	Значимость различия
	мальчики	девочки			
семьи	2,76	4,11	94	90	значимы
друзей	4,16	3,23	101		значимы
«значимые другие»	2,34	3,91	98		значимы

При помощи U-критерия Манна-Уитни были выявлены статистически значимые различия по половому признаку между группами по шкалам восприятия социальной поддержки, таким образом: «поддержка со стороны семьи» ($U_{\text{мп}} = 94 > U_{\text{кр}} = 90$ при $p = 0,05$); «поддерж-

ка со стороны друзей» ($U_{\text{эмп}} = 101 > U_{\text{кр}} = 90$ при $p = 0,05$); «поддержка со стороны значимых других» ($U_{\text{эмп}} = 98 > U_{\text{кр}} = 90$ при $p = 0,05$).

Интерпретируя полученные результаты, можно утверждать, что девочки воспринимают в большей степени поддержку со стороны родителей и значимых других. Таким образом девочки делятся происходящим в их жизни с родителями и получают слова поддержки. Мальчики в большей степени получают эмоциональную поддержку, в которой так нуждается, от друзей.

Для выявления уровня жизнестойкости была использована методика диагностики жизнестойкости (С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева). Результаты исследования уровня жизнестойкости у респондентов подросткового возраста представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты исследования уровня жизнестойкости у подростков

Компонент	Уровни	количество человек		проценты	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки
Вовлеченность	низкий	15	10	30	20
	средний	20	18	40	36
	высокий	15	22	30	44
Контроль	низкий	27	10	54	20
	средний	17	25	34	50
	высокий	6	15	12	30
Принятие риска	низкий	13	13	26	26
	средний	28	30	56	60
	высокий	9	7	18	14
Жизнестойкость	низкий	12	3	24	6
	средний	28	29	56	58
	высокий	10	18	20	36

Отообразим полученные результаты в виде диаграммы (рисунок 1).

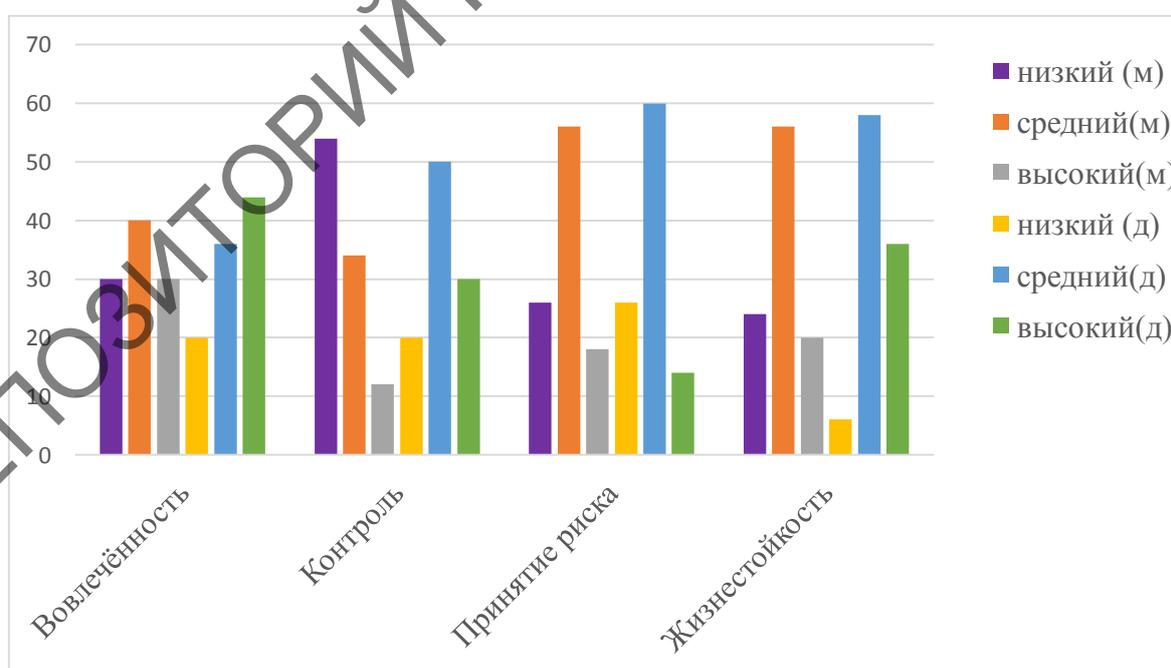


Рисунок 1 – Результаты исследования жизнестойкости у подростков

Анализ данных, отраженных в таблице 3 и на рисунке 1 позволяет сделать выводы:

– по исследуемым шкалам составляющих жизнестойкости и общему уровню ее сформированности у респондентов преобладает средний уровень, соответственно: вовлеченность – 38 %; контроль – 42 %; принятие риска – 58 %; жизнестойкость – 57 %.

– преобладающий средний уровень вовлеченности позволяет охарактеризовать респондентов: эти люди обычно получают удовольствие от всего, что делают, находят то, что им интересно, даже в рутинной работе.

– средний уровень контроля описывает подростков уверенными в том, что только борясь и преодолевая трудности, можно изменить происходящее и быть хозяином своей судьбы. Люди с сильно развитым компонентом контроля в ситуации стресса продолжают борьбу, не сдаются, ищут новые пути решения проблем. Обычно такие люди ощущают, что сами выбирают собственную деятельность, свой путь.

– средний уровень склонности к принятию риска характеризует убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, – неважно, позитивного или негативного.

Интерпретируя общий уровень жизнестойкости, были получены следующие результаты:

– высокий уровень жизнестойкости и ее компонентов выявлен у 20 % мальчиков и 36 % девочек – они характеризуются повышенным стремлением к жизни, они более уверены в себе, в своей значимости, принимая события как испытания, дающие возможность приобрести новый опыт без гарантии на положительный результат.

– средний уровень выявлен у 56 % мальчиков и 58 % девочек. Эти люди обычно получают удовольствие от всего, что делают, находят то, что им интересно, даже в рутинной работе.

– низкий уровень жизнестойкости и ее компонентов в большей мере выявлен у 24 % мальчиков и 6 % девочек – они характеризуются низкой общительностью, часто высокой тревожностью, они живут сегодняшним или вчерашним днем, часто испытывают неудовлетворенность своей жизнью, неверие в свои силы контролировать события собственной жизни. Они предпочитают не задумываться о своем будущем, цели выдвигают ситуативно и обычно несамостоятельно. Они более зависимы от ситуации и мнения окружающих людей, часто подвержены «самокопанию» и самобичеванию, не умеют ценить себя и принимать себя такими, каковы они есть.

Таким образом, можно сделать вывод, что среди исследуемой выборки преобладает средний уровень жизнестойкости. Индивиды с таким уровнем характеризуются средним стремлением к жизни, они более уверены в себе, в своей значимости, принимая события как испытания, дающие возможность приобрести новый опыт без гарантии на положительный результат. Молодые люди не испытывают затруднений в сложных жизненных ситуациях.

Далее для выявления особенностей по половому признаку у подростков по полученным показателям жизнестойкости, был использован U-критерий Манна-Уитни.

Рассмотрим результаты статистической обработки показателей у мальчиков и девочек (таблица 4).

Таблица 4 – Статистическая обработка результатов

Уровень жизнестойкости	Среднее значение		U-критерий Манна-Уитни	Критическая точка при = 0,05	Значимость различия
	мальчики	девочки			
низкий	46,43	42,65	16	24	не значимы
средний	74,9	75,9	35	56	не значимы
высокий	92,34	93,91	11	18	не значимы

При помощи U-критерия Манна-Уитни не были выявлены статистически значимые различия по половому признаку между группами по уровням жизнестойкости. Интерпретируя полученные результаты, можно утверждать, что не существует значимых различий по половому признаку и уровню жизнестойкости у исследуемой выборки респондентов.

Таким образом интерпретируя полученные результаты, можно утверждать, что для подростков с высоким уровнем жизнестойкости свойственна ориентация на восприятие поддержки со стороны друзей и семьи, и «значимых других» людей. Подростки с низким уровнем жизнестойкости – испытывают трудности с восприятием социальной поддержки со стороны окружающих, что сигнализирует о необходимости разработки рекомендаций.

Список использованных источников

1 Богомаз, С. А. Жизнестойкость человека как личностный ресурс совладания со стрессами и достижения высокого уровня здоровья / С. А. Богомаз // Материалы научно-практических конгрессов 4 Всероссийского форума «Здоровье нации – основа процветания России». – 2008. – Т. 2. – С. 24 – 27.

2 Вассерман, Л. И. Социальная поддержка как личностный ресурс в процессе адаптации больного / Л. И. Вассерман, Е. А. Трифонова // Актуальные проблемы психосоматики в общемедицинской практике. – 2013. – Вып. XII. – С. 64–68.

3 Кулагина, И. Ю. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека. / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий // Учебное пособие – М. : Изд-во Академический проект, 2015. – 432 с.

4 Наливайко, Т. В. К вопросу осмысления концепции жизнестойкости С. Мадди / Т. В. Наливайко // Вестник интегративной психологии: журнал для психологов. – 2006. – № 4. – С. 211 – 216.

Е. Р. Юртаева

Научный руководитель: В. Н. Дворак, канд. пед. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь

АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА У СПОРТСМЕНОВ-ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

В статье мы рассмотрим понятие мотивация достижения успеха у спортсменов-подростков, также рассмотрим результаты эмпирического исследования до проведения разработанной и опробованной программы коррекции мотивации достижения успеха у спортсменов-подростков и после проведения. В статье также будет представлен анализ эффективности программы коррекции уровня мотивации достижения успеха у волейболистов подростков.

Ключевые слова: мотивация; мотивация достижения успеха; программа коррекции мотивации достижения успеха.

Р.А. Пилюян определяет мотивацию деятельности в спорте как состояние спортсмена, которое несет в себе основу для постановки и выполнения целей, которые направлены на достижение хорошего результата. Стоит отметить, что для функционирования мотивации необходимо положительное отношение к спортивной деятельности. Туда входят такие компоненты как: преодоление трудностей, чувство коллективизма и его проявление, высокий уровень эмоционально-волевой сферы, а также уверенности в себе и т. д.) [5].

В любом виде спорта игроки – публичные личности. Приятные этические нормы в спортивной игре предполагают наличие определенной физической подготовки и воспитанности, которая проявляется во внешнем виде, поведении, а также личностных качествах спортсмена. Высокая самооценка позволяет спортсмену обрести уверенность в себе и проявить целеустремленность в спортивной деятельности [1].