

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИАЛЬНЫХ НАУК
Кафедра психологии**

МУНТЯН
Анна Сергеевна

**ВЗАИМОСВЯЗЬ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ И
ПРОКРАСТИНАЦИИ У СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ
УВЛЕЧЕННОСТИ УЧЕБОЙ**
Реферат дипломной работы

Научный руководитель:
старший преподаватель
С. И. Хонский

Минск, 2017

РЕФЕРАТ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ

Дипломная работа 73с., 7 рис., 7 прилож., 47 источников.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ; УВЛЕЧЁННОСТЬ УЧЁБОЙ; ПРОКРАСТИНАЦИЯ; АКАДЕМИЧЕСКАЯ ПРОКРАСТИНАЦИЯ; ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОКРАСТИНАЦИИ.

Объект исследования – феномен академической прокрастинации. Предмет исследования – взаимосвязь стрессоустойчивости и прокрастинации у студентов с различным уровнем увлеченности учебой. Цель исследования – определить характеристики взаимосвязи стрессоустойчивости и прокрастинации у студентов с различным уровнем академической увлеченности. Методы: опрос, U-критерий Манна-Уитни.

Современные студенты, обучающиеся в условиях интенсификации образовательного процесса в вузе, подвержены развитию стрессиндуцированных расстройств. В то же время феномен прокрастинации в последнее время демонстрирует все большее распространение среди студентов и может оказывать негативное воздействие как на учебную деятельность студента, так и на состояние его психологического благополучия, самоуважение и самооценку. Вместе с тем в зарубежных исследованиях доказано позитивное влияние на учебную деятельность и личность студента такого явления, как увлеченность учебой. Увлеченность учебой является катализатором ряда факторов, способствующих повышению ответственного отношения студентов к выполнению заданий, благоприятному психологическому климату и т.д. Таким образом, целесообразным является изучение взаимосвязи прокрастинации и стрессоустойчивости у студентов с различным уровнем увлечённости учёбой.

Исследование позволило выявить половые различия проявления стрессоустойчивости и прокрастинации у студентов девушек и юношей. Также при изучении содержательных характеристик стрессоустойчивости и прокрастинации студентов с различным уровнем увлеченности учебой, были найдены значимые различия. В результате исследования была установлена специфика взаимосвязи стрессоустойчивости и прокрастинации у студентов с различным уровнем увлеченности учебой.

Данные, полученные в ходе исследования, могут использоваться психологами и педагогами при разработке рекомендаций по повышению увлеченности учебой студентов посредством учета особенностей стрессоустойчивости студентов, а также для учета особенностей проявления откладывания дел на потом. Изучение половых различий характеристик прокрастинации, стрессоустойчивости и учебной увлеченности позволит определить стратегии разработки мероприятий, направленных на обеспечение

успешной работы обучающихся, эффективные для представителей обоих полов.

Автор работы подтверждает, что приведённый в ней материал правильно и объективно отражает состояние исследуемого объекта, а все заимствованные из литературных и других источников теоретические, методологические и методические положения и концепции сопровождаются ссылками на их авторов.

РЭФЕРАТ ДЫПЛОМНАЙ РАБОТЫ

Дыпломная работа 73с., 7 мал., 7 дадат., 47 крыніц.

КЛЮЧАВЫЯ СЛОВЫ: СТРЭСАЎСТОЙЛІВАСЦЬ; ЗАХОПЛЕНАСЦЬ ВУЧОБАЙ; ПРАКРАСТЫНАЦЫЯ; АКАДЭМІЧНАЯ ПРАКРАСТЫНАЦЫЯ; ХАРАКТАРЫСТЫКІ ПРАКРАСТЫНАЦЫІ.

Аб'ект даследвання – феномен акадэмічнай пракрастынацыі. Прадмет даследвання – узаемасувязь стрэсаўстойлівасці і пракрастынацыі студэнтаў з розным узроўнем захопленнасці вучобай. Мэта даследвання – вызначыць характарыстыкі ўзаемасувязі стрэсаўстойлівасці і пракрастынацыі студэнтаў з розным узроўнем захопленнасці вучобай. Метады: апытанне, U-крытэрыі Мана-Уітні.

Сучасныя студэнты, якія навучаюцца на ўмовах інтэнсіфікацыі адукацыйнага працэсу ў вучэбнай, схільныя развіццю стрэс індукаваных засмучэнняў. У той жа час феномен пракрастынацыі ў апошні час дэманструе ўсе большае шыранне сярод студэнтаў і можа аказваць негатыўны ўплыў як на навучальную дзейнасць студэнта, так і на стан яго псіхалагічнага добрабыту, самапавагу і самаацэнку. Разам з тым у замежных даследаваннях даказана пазітыўны ўплыў на навучальную дзейнасць і асобу студэнта такой з'явы, як захопленасць вучобай. Захопленасць вучобай з'яўляецца каталізатарам шэрага фактараў, што спрыяюць павышэнню адказнасці студэнтаў да выканання заданняў, спрыяльнаму псіхалагічнаму клімату і г.д. Такім чынам, мэтазгодным з'яўляецца вывучэнне ўзаемасувязі пракрастынацыі і стрэсаўстойлівасці ў студэнтаў з розным узроўнем захопленнасці вучобай.

Даследаванне, праведзенае ў рамках дыпломнай работы, дазволіла выявіць палавыя адрозненні праявы стрэсаўстойлівасці і пракрастынацыі ў студэнтаў дзяўчын і юнакоў. Таксама пры вывучэнні змястоўных характарыстык стрэсаўстойлівасці і пракрастынацыі студэнтаў з розным узроўнем захопленнасці вучобай, былі знойдзены значныя адрозненні. У выніку даследвання была ўсталявана спецыфіка ўзаемасувязі стрэсаўстойлівасці і пракрастынацыі ў студэнтаў з розным узроўнем захопленнасці вучобай.

Дадзеныя, атрыманыя падчас даследвання, могуць выкарыстоўвацца псіхалагамі і педагогамі пры распрацоўцы рэкамендацый для павышэння захопленнасці вучобай праз ўлік асаблівасцяў стрэсаўстойлівасці студэнтаў, а таксама праз ўлік асаблівасцяў праяваў адкладвання выканання спраў. Вывучэнне палавых адрозненняў характарыстык пракрастынацыі, стрэсаўстойлівасці і захопленнасці вучобай, дазволіць вызначыць стратэгіі распрацоўкі мерапрыемстваў, накіраваных на забеспячэнне паспяховай працы студэнтаў, эфектыўныя як для юнакоў, так і дзяўчат.

Аўтар даследавання пацвярджае, што прыведзены ў ёй матэрыял правільна і аб'ектыўна адлюстроўвае стан аб'екта даследавання, а ўсе запазычаныя з літаратурных і іншых крыніц тэарэтычныя, метадалагічныя і метадычныя палажэнні і канцэпцыі суправаджаюцца спасылкамі на іх аўтараў.

ABSTRACT OF THE THESIS

Thesis 73 p., 7 fig., 7 apps, 47 sources.

KEYWORDS: STRESS RESISTANCE; ENTHUSIASM FOR LEARNING; PROCRASTINATION; ACADEMIC PROCRASTINATION; FEATURES PROCRASTINATION.

The object of study – the phenomenon of academic procrastination. The subject of study – relationship of stress resistance and procrastination among students with different levels of academic passion. Aim of work – to determine the characteristics of the relationship of stress resistance and procrastination among students with different levels of academic passion. Methods of the research: questionnaire, Mann-Whitney U-test.

The modern students studying in the conditions of an intensification of educational process in higher education institution are subject to development the stressinduced disorders. At the same time, the procrastination phenomenon shows the increasing distribution among students recently and can make negative impact both on educational activity of the student, and on a condition of psychological wellbeing, self-esteem and a self-assessment. At the same time, in foreign researchesproved positive influence on educational activity and identity of the student of such phenomenon as enthusiasm for learning. Enthusiasm for learning is the catalyst of a number of the factors promoting increase in a responsible attitude of the tasks studying to performance, favorable psychological climate, ect. Thus, studying of correlation of a procrastination and stress resistance at students with various level of enthusiasm for learning is expedient.

A study conducted in the framework of the thesis, revealed gender differences demonstration of stress resistance and procrastination onthe girls and the boys. Also in the study of meaningful characteristics of stress resistanceand procrastination of students with different levels of enthusiasm for learning, significant differences were found. The study was established specificity relationship of stress resistance and procrastination among students with different levels of enthusiasm for learning.

Data from the study can be used by psychologists and educators in the development of recommendations to improve the student's enthusiasmfor learning by taking into account the features of stressresistance of students, as well as to account for the peculiarities of demonstrations of procrastination students. The study of gender differences procrastination characteristics, stress resistance and learning enthusiasm will determine the strategy of building a successful work of students, effective for both sexes.

Author confirms that submitted material correctly and objectively reflects the state of the object. All adopted from the literature and other sources theoretical, methodological and methodical aspects and concepts are accompanied by references to their authors.