

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

Кафедра социальной работы и реабилитологии

ВАЛЕНТО Валерия Дмитриевна

**ВЗАИМОСВЯЗЬ УРОВНЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
АДАПТАЦИИ И УРОВНЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У ЛЮДЕЙ
ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА**

Аннотация к дипломной работе

Научный руководитель:
Макеева Екатерина Сергеевна,
кандидат психологических наук,
доцент

Минск, 2024

Аннотация

Структура и объем дипломной работы: дипломная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений; включает 66 страниц. Работа содержит 6 рисунков, 8 таблиц, 7 приложений. Список литературных источников включает в себя 50 наименований.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, стрессоустойчивость, люди пожилого возраста.

Объект исследования – люди пожилого возраста.

Предмет исследования – взаимосвязь уровня социально-психологической адаптации и уровня стрессоустойчивости у людей пожилого возраста.

Цель исследования – теоретически уточнить и практически выявить взаимосвязь уровня социально-психологической адаптации и уровня стрессоустойчивости у людей пожилого возраста.

Методы исследования: теоретический анализ психологической литературы по проблеме исследования, психодиагностический метод (Многоуровневый личностный опросник (МЛО-АМ) «Адаптивность» А. Г. Маклакова, С. В. Чермянина; Оценочная шкала стрессовых событий Холмса-Раге, SRRS (Т. Холмс, Р. Раге), статистический метод (критерий Колмогорова-Смирнова с поправкой Лиллиефорса, корреляционный анализ Спирмена).

В результате проведенного исследования были изучены понятия «социально-психологическая адаптация», «стрессоустойчивость», «пожилой возраст», определены уровни социально-психологической адаптации и стрессоустойчивости у людей пожилого возраста, выявлен характер взаимосвязи уровня социально-психологической адаптации и уровня стрессоустойчивости у людей пожилого возраста.

Полученные теоретические и практические результаты могут служить основой для разработки программ и мероприятий, направленных на повышение качества жизни пожилых людей и улучшение их социальной адаптации.

Анотація

Структура і об'єм дипломної роботи: дипломна праця складається з вступу, двох розділів, висновку, списку використаних джерел і додатків; включає 66 сторінок. Праця містить 6 малюнків, 8 таблиць, 7 додатків. Список літературних джерел включає у себе 50 найменувань.

Ключавыя словы: сацыяльна-псіхалагічная адаптацыя, стрэсаўстойлівасць, людзі сталага ўзросту.

Аб'ект даследавання – людзі сталага ўзросту.

Прадмет даследавання – ўзаемасувязь ўзроўню сацыяльна-псіхалагічнай адаптацыі і ўзроўню стрэсаўстойлівасці ў людзей сталага ўзросту.

Мэта даследавання – тэарэтычна ўдакладніць і практычна выявіць ўзаемасувязь ўзроўню сацыяльна-псіхалагічнай адаптацыі і ўзроўню стрэсаўстойлівасці ў людзей сталага ўзросту.

Метады даследавання: тэарэтычны аналіз псіхалагічнай літаратуры па праблеме даследавання, псіхадыягнастычнага метада (шматузроўневы асобны апытальнік (мла-АМ) «адаптыўнасць» А.Г. Маклакова, С. В. Чермянина; ацэначны шкала стрэсавых падзей Холмса-Рэге, SRRS (Т. Холмс, Р. Рэге), статыстычны метада (крытэрыі Колмогорова-Смірнова з папраўкай Лільефорса, карэляцыйны аналіз Спірмена).

У выніку праведзенага даследавання былі вывучаны паняцці «сацыяльна-псіхалагічная адаптацыя», «стрэсаўстойлівасць», «пажылы ўзрост», вызначаны ўзроўні сацыяльна-псіхалагічнай адаптацыі і стрэсаўстойлівасці ў людзей сталага ўзросту, выяўлены характар ўзаемасувязі ўзроўню сацыяльна-псіхалагічнай адаптацыі

Annotation

Structure and scope of the thesis: the thesis consists of an introduction, two chapters, a conclusion, a list of sources used and applications; includes 66 pages. The work contains 6 figures, 8 tables, 7 appendices. The list of literary sources includes 50 titles.

Key words: socio-psychological adaptation, stress resistance, elderly people.

The object of the study is elderly people.

The subject of the study is the relationship between the level of socio-psychological adaptation and the level of stress resistance in elderly people.

The purpose of the study is to theoretically clarify and practically identify the relationship between the level of socio-psychological adaptation and the level of stress resistance in elderly people.

Research methods: theoretical analysis of psychological literature on the research problem, psychodiagnostic method (Multilevel Personality Inventory (MLO-AM) “Adaptability” by A. G. Maklakov, S. V. Chermyanin; Holmes-Rage Stressful Events Rating Scale, SRRS (T. Holmes, R. Rage), statistical method (Kolmogorov-Smirnov test with Liljefors correction, Spearman correlation analysis).

As a result of the study, the concepts of “socio-psychological adaptation”, “stress resistance”, “old age” were studied, the levels of socio-psychological adaptation and stress resistance in elderly people were determined, the nature of the relationship between the level of socio-psychological adaptation and the level of stress resistance in elderly people was revealed age.

The theoretical and practical results obtained can serve as the basis for the development of programs and activities aimed at improving the quality of life of older people and improving their social adaptation.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аболин, Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л. М. Аболин. – Казань: изд-во КазГУ, 1987. – 264 с.
2. Авербух, Е.С. Расстройства психической деятельности в позднем возрасте: Психиатрический аспект геронтологии и гериатрии / Е.С. Авербух. – Ленинград Медицина. – 1969. – 286 с.
3. Анцыферова, Л.И. Поздний период жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. – М., 1996. – С.60-71.
4. Аракелов, Г. Г. Медленная составляющая потенциала, связанного с событием, в стрессовой реакции / Г. Г. Аракелов, Е. А. Федоровская, И. В. Соколов, Г. Е. Жданова // Вестник Моск. ун-та., сер. 14, Психология. – 2002. – № 1. – С. 41-52.
5. Балл, Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г.А. Балл // Вопросы психологии. – 1989. – №1. – С. 92–100.
6. Бережная, Н.И. Стрессоустойчивость оперативных сотрудников таможенных органов / Н.И. Бережная // Ежегодник Российского психологического общества: Материалы 3-го Всероссийского съезда психологов. 25-28 июня 2003 г. в 8 т. – СПб., 2003. – Т. 1. – С. 452-459.
7. Березин, Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л., 1988. – 270 с.
8. Бодров, В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В. А. Бодров. – М.: Изд-во «ПЕР СЭ», 2006. – 528 с.
9. Бороздина, Л. В. Самооценка в старости. Из книги: Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых / Л.В. Бороздина, О.Н. Молчанова. – М: ООО Проект-Ф, 2001. – 203 с.
10. Бохан, Т.Г. Культурно-исторический подход к стрессу и стрессоустойчивости : автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Т.Г. Бохан. – Томск, 2008. – 24 с.
11. Варданян, Б.Х. Механизмы саморегуляции эмоциональной устойчивости / Б.Х. Варданян. – М.: Наука, 2008. – 380 с.
12. Воложин, А.И. Адаптация и компенсация – универсальный биологический механизм приспособления: учебник для студентов мед. вузов / А.И. Воложин, Ю.К. Субботин. – М.: Медицина, 1987. – 176 с.
13. Глоточкин, А.Д. Социально-психологические аспекты самоутверждения личности в коллективе / А. Д. Глоточки, В. П. Каширин // психолог. журн. – 1982. – № 3 – С. 67-77

14. Гулиева, Х.Б. Стрессоустойчивость личности: к вопросу о диагностической информативности методики Т. Холмса и Р. Рэя / Х.Б. Гулиева, О.А. Белобрыкина // РЕМ: Psychology. Educology. Medicine. – 2015. – №3-4. – С. 25-29.
15. Дерманова, А.П. Типы социально-психологической адаптации и комплекс неполноценности / А.П. Дерманова // Вестник СПб университета. – 1996. – Сер.6. – вып.1. – С. 59-68.
16. Елисеева, Ю.А. Возраст в культурном сознании: опыт системного моделирования / Ю.А. Елисеева / науч. ред. Н.И. Воронина. Саранск, 2008. – 116 с.
17. Ермак, Н. А. Личность человека пожилого возраста / Н. А. Ермак // Известия высших учебных заведений. СевероКавказский регион. Общественные науки. – 2007. – № 2. – С. 103–106
18. Завалишина, Д.Н. Детерминация и развитие психики / Д.Н. Завалишина // Принцип системности в психологических исследованиях. – М. : Наука, 1990. – С. 3-6.
19. Зильберман, П.Б. Эмоциональная устойчивость оператора / П.Б. Зильберман // Очерки психологии труда оператора. – М.: Наука, 2013. – С.15.
20. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин.- СПб: Питер, 2001. – 752 с.
21. Карпова, Е. А. Стрессоустойчивость, копинг-стратегии и управление изменениями в ситуациях неопределенности / Е.А. Карпова, Т.И. Дрынкина // Ученые записки Санкт-Петербургского университета технологий управления и экономики. – 2022. – №3. – С. 245-254.
22. Катунин, А. П. Стрессоустойчивость как психологический феномен / А. П. Катунин // Молодой ученый. – 2012. – № 9(44). – С. 243–246.
23. Китаев-Смык, Л.А. Психология стресса : психологическая антропология стресса / Л. А. Китаев-Смык. – Москва : Акад. проект, 2009. – 943 с.
24. Конопкин, О. А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект)/ О. А. Конопкин. – Москва, 2018. – 320 с.
25. Ксенда, О. Г. Старение через призму социальных, психологических и биологических изменений / О. Г. Ксенда. – Текст: непосредственный // Психолог. – 2018. – № 2. – С. 55–65
26. Куликов, Л.В. Психология настроения / Л.В. Куликов. – СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 1997. – 225 с.
27. Лебедев, В.И. Психологическая адаптация и дезадаптация в измененных условиях существования: учебное пособие / В.И. Лебедев - М.: Наука, 1979. – 213с.

28. Либина, А.С. Деадаптивное поведение / А. С. Либина // Психологическая газета (Мы и мир). – 2001. – №6. – С. 4-5
29. Лозгачева, О. В. Особенности формирования устойчивости к стрессу в процессе профессионального развития личности / О.В. Лозгачева // Педагогическое образование в России. – 2012. – №2. – С.20.
30. Ломов, Б.Ф. Системный подход и системная детерминизма в психологии / Б.Ф. Ломов // Психологический журнал. 1989. – № 4. – С.19-33.
31. Маклаков, А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А.Г. Маклаков // Психологический журнал. – 2001. – т. 22. – № 1. – С. 16
32. Мандель, Б. Р. Психология стресса / Б. Р. Мандель. – Москва : Флинта, 2014. – 280 с.
33. Марищук, В.Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В.Л. Марищук, В.И. Евдокимов. – СПб.: Питер, 2011. – 248 с.
34. Мясищев, В.Н. Адаптация человека. / В.Н. Мясищев - М.: Наука, 1968. – 219с.
35. Налчаджян, А.А. Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы, стратегии) / А.А. Налчаджян. – Изд. АН Арм ССР, 1988. – 262 с.
36. Николаев, Д.И. Взаимосвязь стрессоустойчивости и копинг стратегий у медицинских работников / Д.И. Николаев, В.В. Мухотина // ELS. 2023. – №6. – С.182-186.
37. Платонов, К.К. О системе психологии / К.К. Платонов. – М.: Мысль, 2012. – 216 с.
38. Психология индивидуальных различий / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. – М.: ЧеРо, 2000. – 776 с.
39. Психология. Педагогика. Этика.: Адаптация к экстремальным условиям: Учебник для вузов / под ред. Ю. В. Наумкина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Закон и право; ЮНИТИ, 2002. – 55 с.
40. Рэй, Р.Х. Опросник по стрессоустойчивости: образовательный и исследовательский инструмент / Р.Х. Рэй // Стресс-медицина. – 2000. – №16. – С. 199-208.
41. Сарджвеладзе, Н.И. Личность и ее социальное взаимодействие со средой / Н.И. Сарджвеладзе - М.: изд. «Мецниереба». – 1989. – 204 с.
42. Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – Москва : Прогресс, 1982. – 127 с.
43. Смирнова, С.В. Психофизиологические аспекты адаптации студентов к учебной деятельности / С.В. Смирнова // Вестник Амурского государственного университета. – 2001. – №12. – С. 16-17.

44. Фрейд, А. Психология «Я» и защитные механизмы / А. Фрейд.-Сост. и авт. вступ. Ст. В.М. Лейбин. – М.: Республика, 1994. – 384 с.
45. Хрисанфова, Е.Н. Основы геронтологии: Учебник для вузов / Е.Н. Хрисанова. – М.: Владос. – 1999. – 151 с.
46. Шихи, Г. Возрастные кризисы. Ступени личностного роста: пер. с англ. / Г.Шихи.-СПб.: «Ювента», 1999. – 436 с.
47. Шнейдер, Л.Б. Семейная психология: учебное пособие для вузов / Л.Б. Шнейдер. - М.: Академический Проект, Екатеринбург. Деловая книга. – 2005. – 768 с.
48. Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции / Ю. В. Щербатых. – СПб.: Питер, 2012. – 256 с.
49. Boudarene, M. Study of the stress response: role of anxiety, cortisol and DHEAs / M. Boudarene, J.J. Legros, M. Timsit-Berthier // *Encephale*. – 2002. – №28(2). – P.139-46
50. Edel, M.K. Treating Stress Response in the Elderly / M.K. Edel // *Endocrine Function and Aging*. Springer, New York, NY. – 1990.