

## АННОТАЦИЯ

диссертации Казиевой Аиды на соискание степени (PhD) доктора философии по специальности 6D010300 – «Педагогика и психология».

**Тема исследования:** «Психолого-педагогические условия формирования стрессоустойчивости у студентов первого курса».

**Цель исследования:** теоретически обосновать психолого-педагогические условия формирования стрессоустойчивости у студентов, разработать и проверить опытно-экспериментальным путем эффективность структурно-содержательной модели и авторских программ в рамках заявленной проблемы.

**Задачи исследования:**

1. Обосновать теоретические и практические предпосылки формирования стрессоустойчивости студентов первого курса;
2. Уточнить современное понимание термина «стрессоустойчивость» в контексте формирования психологического здоровья студенческой молодежи;
3. Разработать структурно-содержательную модель формирования стрессоустойчивости у студентов первого курса. На основе положений модели определить компоненты, показатели, уровни;
4. Установить взаимосвязь компонентов стрессоустойчивости у студентов (когнитивные, коммуникативные, поведенческие, социальные), выявить возрастные различия показателей стрессоустойчивости студентов первого курса;
5. Опытным-экспериментальным путем апробировать предложенную систему деятельности и определить уровень качественного изменения стрессоустойчивости студентов первого курса на основе разработанной модели и специальных программ.

**Методы исследования:** теоретические: анализ психолого-педагогической литературы; **диагностические:** экспресс-тест разработанный К. Решеке; методика «Прогноз», разработанная в Санкт – Петербургской военно – медицинской академии им. С.М. Кирова; опросник AVEM (Arbeitsbezogenes Verhaltens – und Erlebensmuster), разработана У. Шааршмидт, А. Фишер, адаптирован Т. Ронгинской, опросник проактивного совладающего поведения сокр. PCI (анг. Proactive Coping Inventory), разработанн Greenglas, Schwarzer & Taubert, адаптирована Старченковой Е.С.

Для статистической обработки данных использованы: параметрический критерий различий t критерий Стьюдента, корреляционный анализ ранговый коэффициент корреляции Спирмена и статистический критерий различий критерий знаков G. Для статистической обработки полученных результатов применялся пакет статистических программ «Statistical Package for the Social Science» в версии «SPSS 23.0».

**Основные положения, выносимые на защиту (доказаны научные гипотезы и другие выводы, составляющие новизну):**

1. Стрессоустойчивость – это динамическое, интегративное качество личности, которое характеризуется оптимальным сочетанием поведенческого,

коммуникативного, когнитивного и социальных компонентов, в комплексе создающие оптимальный уровень стрессоустойчивости и сохранности в учебной деятельности. В качестве компонентов стрессоустойчивости выступают содержательные характеристики совокупности показателей: поведенческий, коммуникативный, когнитивный и социальный;

2. Психолого-педагогическими условиями, способствующими успешному формированию стрессоустойчивости у студентов первого курса, являются:

психологические: организация пропедевтических мероприятий, направленные на развитие психологического здоровья студентов; реализация механизмов преодоления стрессовых ситуаций; актуализация и активизация психологических ресурсов личности; внедрение стратегий управления стрессом в образовательный процесс подготовки бакалавров;

педагогические: разработка программ формирования стрессоустойчивости с учетом потребностей, интересов студентов; реализация технологий: СЦО, здоровьесбережения, стрессоустойчивости, мотивации к овладению профессиональными компетенциями выбранной профессии; применение ППС эффективных поведенческих стратегий для повышения уровня стрессоустойчивости обучающихся; создание, ориентированной на здоровый образ жизни, вузовской среды;

3. Структурно-содержательная модель формирования стрессоустойчивости студентов первого курса обеспечивается: целостным функционированием целевого, содержательно-процессуального, организационно-технологического и оценочного блоков; реализацией психолого-педагогических условий, способствующие успешному формированию стрессоустойчивости; с учетом возрастных и индивидуальных особенностей студентов первого курса;

4. Взаимосвязь компонентов стрессоустойчивости у студентов (когнитивные, коммуникативные, поведенческие, социальные) установлена на сравнительном анализе выявленных различий показателей стрессоустойчивости между 17 и 18-ти летними студентами; обнаружена значительная разница в уровнях сформированности показателей стресса, стрессоустойчивости, уровня преодоления, идентификации к академической успеваемости на этапе констатирующего эксперимента;

5. Динамика повышения уровня стрессоустойчивости у студентов первого курса обусловлена эффективностью применения структурно-содержательной модели на основе выявленных психолого-педагогических условий и апробированных авторской и цифровой программ управления их стрессовым состоянием.

#### **Результаты исследования:**

- на основе концептуального анализа теоретических и практических источников дано авторское определение понятия «стрессоустойчивость» в контексте психологического здоровья студенческой молодежи;

- определены и научно обоснованы психолого-педагогические условия формирования стрессоустойчивости у студентов первого курса;

- выявлены принципиально значимые компоненты стрессоустойчивости; определены стресс факторы, влияющие на студентов первого курса в образовательной среде ВУЗа;

- целостным функционированием целевого, содержательно-процессуального, организационно-технологического и оценочного блоков *разработана и доказана* эффективность структурно-содержательной модели формирования стрессоустойчивости студентов первого курса;

- разработаны и внедрены: авторская и цифровая программы «Управление стрессом», комплекс упражнений, психологических тренингов, эффективность которых проверена опытно-экспериментальным путем.

#### **Обоснование новизны и значимости полученных результатов:**

*Обоснованность первого научного результата* определяется тем, что феномен «стрессоустойчивость» относится к фундаментальным категориям личности. На основе сопоставительного анализа зарубежных и отечественных исследований по проблеме «стрессоустойчивость студентов-первокурсников» характеризуется нами как динамическое, интегративное качество личности с оптимальным сочетанием поведенческого, коммуникативного, когнитивного и социальных компонентов, в комплексе создающие оптимальный уровень стрессоустойчивости и сохранности в учебной деятельности.

*Обоснованность второго научного результата* подтверждается определением конкретных педагогических условий (разработка программ формирования стрессоустойчивости с учетом потребностей, интересов студентов; реализация авторской и цифровой программ стрессоустойчивости, мотивации к овладению профессиональными компетенциями профессии); психологических условий (реализация механизмов преодоления стрессовых ситуаций; актуализация психологических ресурсов личности; внедрение стратегий управления стрессом в процессе подготовки бакалавров).

Данная необходимость объясняется и тем фактом, что в образовательном пространстве казахстанских вузов не выявлены, и как следствие, не применяются психолого-педагогические условия формирования стрессоустойчивости у студентов первого курса.

*Обоснованность третьего научного результата* достигается логикой исследования и разработкой структурно-содержательной модели формирования стрессоустойчивости студентов первого курса, которая обеспечивается с учетом возрастных, индивидуальных особенностей и психолого-педагогическими условиями, способствующие успешному формированию их стрессоустойчивости. Разработанная модель реализуется через выявленные факторы стрессоустойчивости (взаимосвязь с уровнем стресса, идентификацией к академической успеваемости, проактивного преодоления).

*Обоснованность четвертого научного результата* доказывается взаимосвязью компонентов стрессоустойчивости у студентов (когнитивные, коммуникативные, поведенческие, социальные), установленная на сравнительном анализе выявленных различий показателей стрессоустойчивости (здоровый образ жизни, активность, поведенческая

эффективная проекция, логическое выражение мысли, согласованность в проявлении невербального и вербальных коммуникаций в стрессовых ситуациях, способность к релаксации, абстрагирование от стрессовой ситуации, высокий уровень идентификации, соответствие между «Я-идеальный» и «Я-реальный», позитивное мышление, позитивная оценка) между студентами 17 и 18-ти лет;

*Обоснованность пятого научного результата* подтверждается разработкой авторской и цифровой программ «Управление стрессом», которые направлены на развитие внутренних и использование внешних ресурсов, для преодоления низкого уровня стрессоустойчивости студентов с апробацией результатов исследования на научно-практических конференциях; получением положительных результатов в процессе верификации структурно-содержательной модели формирования стрессоустойчивости, психолого-педагогических условий формирования стрессоустойчивости с учетом потребностей и интересов студентов.

**Соответствие направлениям развития науки или государственным программам:**

В национальном проекте "Качественное образование "Образованная нация» сказано о повышении конкурентоспособности казахстанских ВУЗов, где стратегическими показателями должны стать здоровьесберегающие компетенции будущих специалистов как ключевых ориентиров современной системы образования.

Целевыми индикаторами Концепции развития здравоохранения Республики Казахстан до 2026 года, является продвижение «Здоровых университетов» для студентов, что в свою очередь, ставит перед вузовским сообществом поиск решения проблем комплексного исследования уровня стрессоустойчивости у современных студентов.

В Концепции развития высшего образования и науки в Республике Казахстан на 2023-2029 годы отмечается, что с целью сохранения эмоционального климата студентов и сотрудников, в университетах необходимо создать благоприятную социально-психологическую среду и для поддержания обучающихся будет усовершенствована психологическая служба. В документе сделан акцент на создании в вузах виртуального пространства с целью удовлетворения потребностей и запросов студентов.

**Описание вклада докторанта в подготовку каждого издания (доля автора диссертации указывается в процентах от общего текста):**

Содержание диссертационной работы отражено в 7 научных трудах: в 4 научных изданиях, рекомендованных Комитетом по контролю в сфере Министерства науки и высшего образования Республики Казахстан; в 1 научном издании, входящем в базу данных «Scopus», индекс хирша – 1; в 1 зарубежной научной конференции; в 1 международной научной конференции:

1. E-learning challenge studying the COVID-19 pandemic//International Journal of Educational Management. - 2021.- Vol.35, № 7, pp. 1492-1503. (Соавторы: Koryakov A., Garnova N., Glushkov S. доля докторанта 80%).  
Описывается опыт проведения опытно-экспериментального исследования

формирования стрессоустойчивости.

2. Theoretical overview of the stress resistnse issue // КазНПУ имени Абая «Педагогика и психология» Научно-методический журнал.- Алматы.-2017.- №4 (33).- С.13-16 ISSN 2077-6861. (доля докторанта 100%). В статье раскрываются теоретические аспекты теорий стрессоустойчивости.

3. Взаимосвязь модели салютогенеза со стрессоустойчивости // КазНПУ имени Абая «Педагогика и психология» Научно-методический журнал.- Алматы.-2017.-№4 (33).- С.96-101 ISSN 2077-6861 (Соавтор: Гарбер А.И. доля докторанта 80%). В данной статье раскрываются особенности взаимосвязи теории салютогенеза со стрессоустойчивостью.

4. Анализ понятий стресса и стрессоустойчивости в современном мире // КазНПУ имени Абая «Педагогика и психология» Научно-методический журнал.-Алматы.-2018.-№1 (34).- С.19-23 ISSN 2077-6861. (доля докторанта 100%). В данной статье представлен анализ понятий стресс и стрессоустойчивости.

5. Теория «диспозиционного оптимизма» и стрессоустойчивость личности // КазНПУ имени Абая СЕРИЯ «Психология».- Алматы.-2017.-№3 (52).- С.178-181 ISSN 1728-7847. (доля докторанта 100%). В данной статье раскрываются особенности взаимосвязи теории диспозиционного оптимизма со стрессоустойчивостью.

6. Relationship of achievement motivation with personality factors in neurotic, stress-related and somatoform disorders // 5<sup>th</sup> International multidisciplinary scientific conference on social sciences and arts. – 2018, Iss.3.2-P.369-376 (O. Tapalova, N. Zhiyenbayeva доля докторанта 80%). В данной статье представлен анализ опытно-экспериментального исследования формирования стрессоустойчивости.

7. Psychological and pedagogical conditions for the development of stress resistance of first-year students // Menschen unter Belastung Wissenschaftliche Tagung 18. Marz 2018 in Leipzig. Editor: Konrad Reschke. – 2022, P. 259-266. (доля докторанта 100%). В данной статье представлен материал по анализу психолого-педагогических условий формирования стрессоустойчивости у студентов первого курса.