

Парфенова Галина Леонидовна

канд. психол. наук, доцент, доцент

Институт психологии и педагогики

ФГБОУ ВО «Алтайский государственный педагогический университет»

г. Барнаул, Алтайский край

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ ОДАРЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

***Аннотация:** в статье ставится проблема стрессоустойчивости одаренных подростков. Представлена батарея методик для идентификации подростков с общей одаренностью на основе модели Дж. Рензулли; эмпирические факты о стрессоустойчивости одаренных подростков; различиях в стрессоустойчивости у одаренных подростков и подростков, у которых общая одаренность не выявлена.*

***Ключевые слова:** стрессоустойчивость, подросток, одаренность, общая одаренность.*

Подростковый возраст – один из важных этапов в жизни человека. В этот период, познавая себя, подросток открывает и других, устанавливает социальные контакты, активно ищет и находит в себе все больше ресурсов развития и саморегуляции, о которых ранее не догадывался. У подростка формируются жизненные цели и установки [3].

Личностный рост и развитие подростков происходят на фоне перестройки их организма в целом и сопровождаются огромным количеством стрессов; они вызваны как физиологическими изменениями, так и школьными перегрузками, трудностями взаимопонимания со сверстниками и взрослыми и др. [2; 5].

Г. Селье описывает стресс как «общий адаптационный синдром», неспецифический ответ организма на предъявление ему требования [1; 12]. Таких «требований» к подростку со стороны себя самого, мира, социума – очень много. На вызовы подросток должен уметь отвечать, но не всегда это получается у него успешно. Эффективно справиться с состоянием стресса позволяет качество личности – стрессоустойчивость [1; 8; 10].

Анализируя различные психологические позиции по проблемам стресса и стрессоустойчивости (Н.И. Блудов, Б.Х. Варданян, Н.Н. Данилова, Р. Лазарус, В.И. Лебедев, Б.Г. Мещеряков, А.Л. Рудаков, Г. Селье, С.В. Субботин и др.), мы определились с базовым в данной работе понятием, присоединяясь к мнению В.С. Субботина. Он называет стрессоустойчивость индивидуальной психологической особенностью, заключающейся в специфической взаимосвязи разноуровневых свойств интегральной индивидуальности, направленных на обеспечение гомеостаза системы (биологического, физиологического, психологического), ведущего к оптимальному взаимодействию субъекта с окружающей средой в различных условиях жизнедеятельности [8].

Стрессам подвержены и одаренные дети (Ю.Д. Бабаева, Д.Б. Богоявленская, М.Е. Богоявленская, А. Бине, Э. Ландау, Н.С. Лейтес, А.М. Матюшкин, А. Миллер, А.И. Савенков, К.К. Платонов, П. Торренс, Е.И. Щепланова и др.). Многие их психологические качества биполярны и в определенной ситуации сами выступают стрессорами. В то же время, внешним стрессором может являться то, что социум ожидает от одаренного ребенка высоких достижений, иногда – «вопреки» или «любой ценой» [4; 11].

Педагогу, родителю, психологу важно понимать специфику стрессов одаренных детей, их реакции на стресс; изучать и создавать условия для повышения уровня их устойчивости к стрессу. В то же время, исследование проблемы стрессоустойчивости одаренных детей недостаточно представлено в научной литературе. В этом ее противоречивость и *актуальность*.

В «Рабочей концепции одаренности» данный феномен рассматривается как системное, развивающееся в течение всей жизни качество психики, которое определяет возможность достижения человеком более высоких, незаурядных результатов в одном или нескольких видах деятельности по сравнению с другими людьми. Здесь же говорится: «Одаренный ребенок – это ребенок, который выделяется яркими, очевидными, иногда выдающимися достижениями (или имеет внутренние предпосылки для таких достижений) в том или ином виде деятельности» [6, с. 3]. Одаренность проявляется в разных сферах деятельности, что

определяет ее вид (литературная, математическая, моторная, социальная, т. д.), специфику выявления и развития. В то же время, ряд авторов дифференцируют одаренность, в первую очередь, на «общую» и «специальную». Дж. Рензулли предлагает выявлять и развивать как базовую модель человеческого потенциала – общую одаренность, которую представляет в виде трехфакторной структуры («интеллект не ниже среднего уровня», «креативность», «мотивация на дело»), каждый компонент которой равнозначно важен.

Целью нашего исследования было: выявить и проанализировать стрессоустойчивость у подростков с феноменом общей одаренности. Определен был объект исследования – «стрессоустойчивость подростков» и предмет исследования – «стрессоустойчивость подростков с общей одаренностью».

Н.С. Лейтес, А.И. Савенков, А. Миллер, Э. Ландау, В.С. Юркевич отмечают, что одаренные школьники по противостоянию стрессам находятся в группе риска. В то же время, А.Г. Асмолов, Д.Б. Богоявленская, Ю.Д. Бабаева называют одаренных детей эмоционально стойкими и целеустремленными в определенной сфере деятельности. В связи с противоречиями в научных представлениях, была сформулирована гипотеза, включающая два допущения:

1) среди подростков с общей одаренностью доля тех, у кого уровень стрессоустойчивости «высокий» – больше, чем доля тех, у кого уровень стрессоустойчивости – «низкий»;

2) стрессоустойчивость подростков с общей одаренностью и стрессоустойчивость подростков, у которых не выявлен феномен общей одаренности, имеет различия.

Изучив теоретические аспекты проблемы стрессоустойчивости и одаренности личности, психологические возрастные особенности подростков, провели эмпирическую часть исследования. Из общей выборки подростков 14–15 лет (120 человек), обучающихся в 8-х классах гимназии и лицея (г. Барнаул), были выявлены подростки с феноменом общей одаренности. Согласно модели одаренности Дж. Рензулли [7], для идентификации у подростков феномена общей одаренности применили: тест «Прогрессивные матрицы Дж. Равена» (диагностировали

интеллектуальный компонент одаренности); «Креативные тесты Ф. Вильямса» (креативный компонент); «Тест-опросник для измерения мотивации достижения» А. Мехрабиана (модификация М.Ш. Магомед-Эминова) – диагностировали мотивационный компонент. Анализируя результаты методик, придерживались мнения автора модели – Дж. Рензулли о том, что количество одаренных детей гораздо больше, чем при их выявлении с помощью тестов интеллекта, если говорить об одаренности как о потенциале, находящегося на стадии становления и развития. Таким образом, на основе интерпретации методик, выявили 32 подростка (26,6% от первоначальной выборки) с показателями «выше нормы» по диагностируемым параметрам. Именно этих подростков идентифицировали в группу одаренных и далее в работе называем «одаренные подростки».

Далее, с подростками провели «Тест на определение стрессоустойчивости» (Н.В. Киршева, Н.В. Рябчикова) [9].

1. Проверка первого положения гипотезы показала: одаренных подростков с высоким уровнем стрессоустойчивости – 19 чел. (59,4%); со средним уровнем стрессоустойчивости – 9 чел. (28,1%); с низким уровнем – 4 чел. (12,5%). То есть, среди подростков с общей одаренностью доля тех, у кого уровень стрессоустойчивости «высокий» – преобладает (59,4%); это больше, чем доля тех, у кого уровень стрессоустойчивости – и «средний» (28,1%), и «низкий» (12,5%). Первое допущение гипотезы исследования было подтверждено: у большинства подростков с общей одаренностью – высокий уровень стрессоустойчивости; среди подростков с общей одаренностью значительно больше тех, у кого стрессоустойчивость – высокая (59,4%), значительно меньше тех, у кого стрессоустойчивость – низкая (12,5%). Различие составляет – более, чем в 4 раза. Эмпирически выявленные данные позволяют нам присоединиться к мнению А.Г. Асмолова, Д.Б. Богоявленской, Ю.Д. Бабаевой, которые считают, что одаренные подростки в большей своей массе – личности стрессоустойчивые. По полученным нами данным, лишь каждый восьмой подросток с общей одаренностью имеет низкую стрессоустойчивость. Психологи, проводя антистрессовую деятельность с

детьми в образовательных организациях, могут опираться на стрессоустойчивых одаренных подростков.

2. Для проверки второго допущения гипотезы исследования о том, что стрессоустойчивость подростков с общей одаренностью и подростков, у которых не выявлен феномен общей одаренности, имеет различия, был проведен статистический анализ данных. По критерию Колмогорова – Смирнова проверили данные на нормальность распределения показателей. Так как распределение признака отклонялось от нормального (что объективно – работа шла с одаренными детьми), для сравнения показателей в двух группах использовали U-критерий Манна – Уитни. Статистический анализ показал, что у подростков с общей одаренностью ($\Sigma=1229,5$), в отличие от подростков, у которых не был выявлен феномен общей одаренности ($\Sigma=3048,5$), достоверно ниже показатели по шкале «стрессоустойчивость» ($U=716$; при $p \leq 0,04$). Так, доля подростков с низкой стрессоустойчивостью больше среди одаренных подростков, чем доля подростков с низкой стрессоустойчивостью среди испытуемых, у которых не выявлен феномен общей одаренности. Одаренные подростки менее стрессоустойчивы, по сравнению с подростками, у которых феномен общей одаренности не выявлен.

Выводы по результатам эмпирического исследования учтены были нами при разработке тренинга повышения стрессоустойчивости. Он должен быть направлен, по нашему мнению, на развитие у подростков понимания причин и условий возникновения у них стрессов, на совершенствование умения противостоять стрессам, навыков рефлексии, эмоционально-волевой саморегуляции, самоуправления.

Список литературы

1. Апчел В.Я. Исторические аспекты изучения проблемы стресса / В.Я. Апчел, В.М. Лымаренко, Н.В. Павлова [и др.] // Вестник Российской военно-медицинской академии – 2012. – №4 (40) – С. 255–260 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=19066668> (дата обращения: 06.03.2023).

2. Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления / В.Г. Казанская. – М.: Питер, 2008. – 282 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://center->

pomoschy.bur.socinfo.ru/media/2020/02/12/1250878540/Valentina_Kazan-skaya._Podrostok._Trudnosti_vzrosleniya.pdf (дата обращения: 06.03.2023).

3. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: полный жизненный цикл развития человека / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. – М.: Сфера, 2005. – 464 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://studylib.ru/doc/313861/kulagina-i.yu.--vozrastnaya-psihologiya.-polnyj-zhiznennyj-cikl> (дата обращения: 06.03.2023).

4. Носков Н.Н. Психологические и психофизиологические корреляты одарённости / Н.Н. Носков, В.Г. Васильев, В.Н. Кожевников [и др.] // Одарённый ребенок. – 2006. – №1. – С. 35–44.

5. Попова С.И. Развитие способности подростка к саморегуляции в образовательном процессе школы / С.И. Попова // Психологическая наука и образование. – 2017. – Т. 22. №6. – С. 99–108 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30773813> (дата обращения: 06.03.2023).

6. Рабочая концепция одарённости / Д.Б. Богоявленская [и др.]. – 2-е изд., расш. и перераб. – М.: 2003. – 90 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://odarenst.myl.ru/1/rabochaja_konceptija_odarennosti.pdf (дата обращения: 06.03.2023).

7. Психология одаренности детей и подростков / под ред. Н.С. Лейтеса – М.: Академия, 1996. – С. 188–191 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://pedlib.ru/Books/6/0074/6_0074-188.shtml (дата обращения: 06.03.2023).

8. Субботин С.В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристики метаиндивидуальности учителя: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / С.В. Субботин. – Пермь, 1992. – 152 с.

9. Психология личности. Тесты, опросники, методики / авт.-сост. Н.В. Киршева, Н.В. Рябчикова // Библиотека практической психодиагностики. – М.: Геликон, 1995. – 236 с.

10. Церковский А.Л. Современные взгляды на проблему стрессоустойчивости / А.Л. Церковский // Вестник ВГМУ. – 2011. – №1 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-vzglyady-na-problemu-stressoustoychivosti> (дата обращения: 06.01.2023).

11. Щербланова Е.И. Неуспешные одаренные школьники / Е.И. Щербланова. – М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2011. – 245 с.
12. Rizvi N.H. A critique of the models to study stress / N.H Rizvi // J. of Social Science and Humn. – 1985. – Vol. 1.2. – P. 103–123.