

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://stuservis.ru/otchet-po-praktike/429929>

Тип работы: Отчет по практике

Предмет: Психология личности

ВВЕДЕНИЕ

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Организация исследования

Результаты исследования

Выводы по исследованию

Список литературы

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ОТЗЫВ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Вид практики: преддипломная.

Цель практики – формирование практических умений и навыков, необходимых для профессиональной деятельности психолога; умений и навыков в сборе эмпирических материалов для написания выпускной квалификационной работы.

Место практики – ОмГУ им. Достоевского.

Сроки прохождения практики:

Основные сведения о предприятии (учреждении, организации), являющемся местом прохождения практики

Миссия организации – расширение образовательного пространства, удовлетворение потребностей граждан в получении образования, обеспечении рынка труда конкурентоспособными специалистами.

Задачи функционирования организации:

1. Удовлетворение потребностей общества в квалифицированных специалистах с высшим образованием.
2. Выполнение заказов на научные исследования и разработки.
3. Организация и проведение фундаментальных, прикладных и поисковых научных исследований.
4. Обеспечение системной модернизации высшего образования.
5. Информационное обеспечение структурных подразделений организации, работников и обучающихся.
6. Создание условий для реализации интеллектуального и творческого потенциала сотрудников и обучающихся.
7. Написание, издание и тиражирования учебников, пособий и других произведений.

Объемы и содержание деятельности:

- 1) образовательная деятельность по образовательным программам высшего образования и среднего профессионального образования, основным и дополнительным общеобразовательным программам, дополнительным профессиональным программам, а также основным программам профессионального обучения;
- 2) научная деятельность;
- 3) организация проведения общественно значимых мероприятий в сфере образования и науки.

Структура организации:

1. Ректорат.
2. Ученый совет.
3. Подразделения управления вузом.
4. Учебные подразделения.
5. Подразделения информационно-технического обеспечения.
6. Административно-хозяйственные подразделения.

Функциональные обязанности психолога организации:

1. Диагностическая деятельность – особую значимость представляют тесты и анкеты, как наиболее объективный материал для изучения внутреннего мира юношей и взрослых.
2. Прогностическая деятельность, цель которой – составление прогноза относительно дальнейшего

развития той или иной ситуации. В своей работе данному направлению присвоена и еще одна функция – функция контроля, так как с помощью этого вида деятельности не только осуществляется прогноз, но одновременно контролируется и современное состояние проблемы.

3. Профилактическая и программно-проектная деятельность, которые являются связующим звеном общей воспитательной системы организации и представляют собой комплекс мероприятий, направленных на достижение поставленной цели.

4. Методическая деятельность построена таким образом, что на протяжении всего периода идет обновление базы данных, методической литературы.

5. Консультационная работа, коррекция по проблемам учащихся и преподавателей.

Регулярно проводится психодиагностика учащихся, выявление группы риска (уровень тревожности, агрессивности, отклоняющееся поведение, семейные проблемы, стрессы, профессиональное самоопределение), организовано сопровождение в адаптационные моменты учащихся, помощь в профессиональном саморазвитии, проводится индивидуальное консультирование по проблемам студентов, педагогов и управленцев.

Обоснование целесообразности выбора базы прохождения практики в связи с тематикой дипломного исследования. В университете есть возможность обследовать студентов разных курсов, направлений обучения и форму обучения.

Рабочая концепция исследования

Сессия и экзамены для студентов являются мощными стресс-факторами. Исследование экзаменационного стресса приобретает все большую актуальность в связи с нарастающими проблемами снижения соматического и психического здоровья контингента обучающихся в высших учебных заведениях [10].

Анализ литературы свидетельствует о том, что проблеме академического и экзаменационного стресса посвящено достаточно много научных публикаций, в которых изучаются типичные негативные последствия избыточной учебной нагрузки для здоровья студентов [8].

На протяжении всей жизни человека стресс оказывает влияние на его здоровье, однако наиболее значимые влияние эмоционального стресса на психосоматическое состояние начинает проявляться в период обучения, особенно, в высшей профессиональной школе.

Выделяют три основных компонента экзаменационного стресса, в частности, физический, когнитивный и эмоциональный.

Когнитивный компонент представляет собой ментальную активность, которая включает ситуацию тестирования и ее потенциальное влияние на индивидуальные и окружающие элементы, такие как размышления о последствиях неудачной сдачи, беспокойство относительно обстановки экзамена и потеря уверенности в одной из своих способностей. При этом показана высокая степень зависимости успеваемости студентов с развитием нежелательных когнитивных последствий экзаменационного стресса. Эмоциональный компонент представлен физиологическим состоянием тревожности, ведущим к напряжению, страху, нервозности.

Физический компонент вовлекает типичные телесные реакции тревожности, такие как тяжесть в желудке, сердцебиение, тошноту, пототделение [8].

Влияние экзаменационного стресса на организм студентов неоднозначно. Во время экзаменационной сессии у студентов могут измениться даже предпочтения в питании.

Известно также, что экзаменационный стресс, особенно в сочетании с употреблением кофеина, может приводить в последующем к стойкому повышению артериального давления у молодых людей. В период экзаменационной сессии у студентов, как правило, регистрируются изменения в вегетативной регуляции сердечнососудистой системы.

К неблагоприятным факторам периода подготовки к экзаменам можно отнести интенсивную умственную деятельность, повышенную статическую нагрузку, ограничение двигательной активности, нарушение режима сна, эмоциональные переживания, связанные с возможным изменением социального статуса студентов. Эти факторы приводят к перенапряжению вегетативной нервной, эндокринной и иммунной систем, осуществляющих регуляцию нормальной жизнедеятельности организма [9].

К.В. Краева в своем исследовании показала, что состояние экзаменационного стресса имеет личностную обусловленность, не зависит от возрастных и профессионально-направленных особенностей студентов. В зависимости от степени выраженности субъектных характеристик (осмысленность жизни, самоактуализация, жизнестойкость, самоэффективность, рациональность, рефлексия прошлого опыта, мотивация успеха, адаптационный потенциал, управление эмоциями, саморегуляция, самоуважение, уверенность в себе) наблюдается меньшая степень выраженности стрессового состояния, а при низких

показателях субъектности - более интенсивное проявление физиологических, эмоциональных, интеллектуальных и поведенческих признаков экзаменационного стресса [7].

Однако, многие авторы подчеркивают, что стресс, в том числе, экзаменационный, имеет и позитивный эффект для субъекта, оказывая стимулирующее, мобилизующее, ресурсное влияние [9]. Экзамен – это ситуация, которая может восприниматься и оцениваться субъектом как стрессовая, требующая адаптации и совладания. Именно от особенностей совладания с ситуацией будут зависеть и переживания экзаменационной обстановки.

Объект исследования: психологическое состояние студентов в экзаменационный период.

Предмет исследования: выраженность стратегии проактивного копинга у студентов и их субъективная комфортность в экзаменационный период.

Цель исследования: выявить, насколько связана стратегия проактивного копинга с экзаменационным стрессом и субъективной комфортностью студентов во время сессии.

Задачи исследования:

1. Выявить факторы стресса у студентов во время сессии.
2. Оценить субъективное восприятие стресса студентами.
3. Оценить субъективную комфортность студентов во время экзаменов.
4. Оценить, насколько выражена стратегия проактивного совладания у студентов.
5. Проанализировать результаты, и выяснить, коррелирует ли выраженность проактивного совладания с показателями стресса во время сессии и с субъективной комфортностью студентов в ситуации экзаменационного стресса.

Гипотеза исследования: выраженность стратегии проактивного совладания положительно коррелирует с показателями субъективной комфортности студентов и уменьшает стресс студентов в ситуации экзамена.

Описание и обоснование выборки. В исследовании приняли участие 60 студентов, которые составили 3 группы:

- 1-я группа – студенты первого курса направления психологии очно-заочной формы обучения – 20 человек в возрасте 17 – 19 лет, из них 15 девушек и 5 юношей;
- 2-я группа – студенты четвертого курса направления психологии заочной формы обучения – 20 человек в возрасте 22 – 28 лет, из них 15 девушек и 5 юношей;
- 3-я группа – студенты четвертого курса направления туризма очной формы обучения – 20 человек в возрасте 21 – 28 лет, из них 15 девушек и 5 юношей;

Таким образом, можно оценить разные курсы и разные направления подготовки и возрастные группы.

Обоснование выбранных методик исследования. В исследовании применены 4 методики. Для оценки экзаменационного стресса использовались:

1. Шкала воспринимаемого стресса-10 позволяет оценить уровень перенапряжения и степень противодействия стрессу. Шкала включает 10 вопросов, на которые необходимо дать один из пяти вариантов ответа. По ключу подсчитываются баллы по субшкалам перенапряжения и противодействия стрессу. Общий балл соответствует показателю воспринимаемого стресса.
2. Шкала психологического стресса PSM-25 (в адаптации Н. Е. Водопьяновой) позволяет измерить феноменологическую структуру переживания стресса. Опросник состоит из 25 вопросов. Испытуемый должен оценить каждое утверждение по 8-балльной шкале. При обработке подсчитывается сумма баллов по всем вопросам. Шкала оценок:
 - 99 баллов и менее – низкий уровень стресса;
 - 100-155 баллов – средний уровень стресса;
 - 156 баллов и более – высокий уровень стресса.

1. Алиев Х.М. Укрощение стресса. – М.: Эксмо, 2018. – 284с.

2. Апчел В.Я. Стресс и стрессоустойчивость человека / В.Я. Апчел, В.Н. Цыган. – СПб.: Воен.-мед. акад., 2020. – 260с.

3. Вицко Р. Понятие "стресс", стадии развития стрессового состояния

В сборнике: Образование. Наука. Производство. XIII Международный молодежный форум. – Белгород, 2021. – С. 3208-3210.

4. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2019. – 326 с.

5. Игумнов С.А. Стресс и стресс-зависимые заболевания / С.А. Игумнов, В.А. Жебентяев. – М.: Речь, 2020. – 345с.

6. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2013. – 784 с.

7. Краева К.В. Субъектность как фактор преодоления экзаменационного стресса // Вектор науки тольяттинского государственного университета. – 2011. – №4. – С. 163 - 166.
8. Лавров О.В. Экзаменационный стресс: кластерно - иммунологическая модель / О.В. Лавров, И.П. Балмасова. – М.: Эксмо, 2014. – 255 с.
9. Миронова О.И. Подходы к изучению экзаменационного стресса у студентов // Педагогика и психология образования. – 2021. – №1. – С. 159-170.
10. Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Междунар. науч. конф. Кострома, 22-24 сент. 2016 г.: в 2 т. / отв. ред.: Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2016. – Т. 1. – 407 с.
11. Середина Н.В., Лазарева О.В. Особенности процесса адаптации студентов первого курса к обучению // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2014. – № 12/2. – С. 52-54.
12. Стресс, выгорание, совладение в современном контексте / Под ред. А. Журавлева, Е. Сергеевко. – М.: Институт психологии РАН, 2019. – 512с.
13. Черкашин О.А. Стрессоустойчивость как структурный компонент резильентности / О. А. Черкашин, А. Г. Васюк // Человек. Наука. Социум. – 2022. – № 4-2 (12). – С. 219-241.
14. Швецова В.А. Особенности профессионального самосознания современных студентов // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2012. – № 6 (16). – С. 189 - 194.
15. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. – СПб.: Питер, 2017. – 256с.
16. Щербатых Ю.В. Социально-психологические аспекты профессиональных стрессов / Ю.В. Щербатых, П.И. Ермоленко // Вестник Воронежского института экономики и социального управления. – 2022. – № 2. – С. 53-55.
17. Яковлев Е.В. Психология стресса / Е.В. Яковлев, О.В. Леонтьев, Е.Н. Гневышев. – СПб.: Изд-во Университета при МПА ЕврАзЭС, 2020. – 94 с.
18. Яковлева А.А. Исследование адаптации студентов 1 курса к учебной нагрузке. В сборнике: Студенческая наука - первый шаг к цифровизации сельского хозяйства. Материалы III Всероссийской студенческой научно-практической конференции. В 3-х частях. – Чебоксары, 2023. – С. 530-532.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://stuservis.ru/otchet-po-praktike/429929>