

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**Эмоциональные переживания учащейся молодежи,
предпочитающей разные формы проведения досуга**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ

4 курса 441 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
профиля «Психология образования»
факультета психолого-педагогического и специального образования

БИКТАСОВОЙ АДИМЫ ОЛЕГОВНЫ

Научный руководитель
канд. психол. наук, доцент _____

А. Р. Вагапова

Зав. кафедрой
доктор психол. наук, профессор _____

Р.М.Шамионов

Саратов

2016

Введение. Актуальность дипломной работы. На сегодняшний день современный город в XXI в., трудно представить, без так называемых «моллов» (англ. mall – торговый центр), «плаз» (от исп. plaza – рыночная площадь) или «сити» (от англ. city – центральная часть города). Это своеобразные целые мини-города, которым население все чаще посвящает свое свободное время.

Для удовлетворения своих потребностей в переживании разнообразных эмоций учащиеся студенты часто используют разные средства, в том числе и посещение торгово-развлекательных центров. Сегодня, говорить о формировании какой-то особой системы ценностей среди отечественных потребителей еще рано, однако уже прослеживаются четкие тенденции.

Существует проблема, связанная с исследованием эмоциональных переживаний, связанных с торгово-развлекательными центрами, посещение которых приходит на смену типовым объектам культурного назначения (театра, музеи, библиотеки и т.д.). И оказывает особенно сильное воздействие на изменение досуговых практик жителей городов и приводящих к переориентации способов проведения досуга в сторону развлечений в ТРК.

Цель исследования: изучить эмоциональные переживания учащейся молодежи, в зависимости от предпочитаемых форм проведения досуга.

Объект исследования: эмоциональные переживания.

Предмет исследования: эмоциональные переживания учащейся молодежи, предпочитающей разные формы проведения досуга.

Гипотеза: существуют различия в эмоциональных переживаниях учащейся молодежи, предпочитающей различные формы проведения досуга, так, лица:

1) стабильно выбирающие ТРЦ, испытывают в них положительные эмоции, при этом уровень комфортности полностью соответствует ожиданиям личности, придерживаться определенного образа жизни;

2) выбирающие другие формы проведения досуга (выехать на природу, посетить кинотеатр и т.д.) чаще рефлексируют свои эмоциональные состояния, важное значение имеет социальное окружение, с которым связана удовлетворенность жизнью.

Задачи исследования.

1. Провести анализ литературных источников по теме эмоциональные состояния и переживания, возрастные особенности в юношеском возрасте.

2. Выявить различия в структуре эмоциональных переживаний учащейся молодежи, в зависимости от предпочтительных форм проведения досуга.

3. Исследовать эмоциональные переживания учащейся молодежи в торгово-развлекательном центре.

Для проверки выдвинутой гипотезы и решения исследовательских задач в работе используется комплекс **методов**, включающий.

1. Методы подготовки исследования (теоретический анализ литературы по изучаемой проблеме).

2. Методы эмпирического исследования, а именно: опрос; тестирование с помощью следующего комплекса психодиагностических методик: авторская анкета, для изучения эмоциональных состояний и переживаний в ТРЦ. «Тест индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ)» (адаптация Н.В. Паниной), «Шкала субъективного благополучия (ШСБ)» (адаптация методики выполнена М. В. Соколовой), «Методика экспресс-диагностики уровня психоэмоционального напряжения (ПЭН) и его источников» (О.С. Копина, Е.А. Сулова, Е.В. Заикин), «Методика оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности» (Н.А. Курганскому и Т.А. Немчину), 16 факторный опросник Р. Б. Кеттелла форма С (105 вопросов).

3. Методы обработки и интерпретации эмпирических данных: количественный и качественный анализ, методы математической статистики (процентное соотношение, группировочные таблицы, вычисление коэффициентов различий

между группами и признаками (t - критерий Стьюдента, критерий Фишера), корреляционный анализ в программе SPSS 11 Windows.

Новизна дипломной работы состоит в изучении эмоциональных переживаний молодежи в торгово-развлекательных центрах, на примере конкретной возрастной группы (юношеский возраст).

Практическая значимость работы состоит в проверке эффективности методик, используемых в нашем исследовании, а так же в возможности применения его результатов для решения задач практики.

База исследования: Участниками нашего исследования стали студенты СГУ им. Н.Г. Чернышевского в возрасте от 18-21 лет. Количество испытуемых 80 человек. 40 – респондентов женского пола (n = 40) и 40 – респондентов мужского пола (n = 40).

Структура дипломной работы: Структура работы обусловлена предметом, целью и задачами исследования. Работа состоит из введения, двух глав, выводов по каждой главе и заключения, 9 приложений, 14 таблиц и 1 диаграмма, а также из списка использованной научной литературы, включающего 46 наименований. Общий объем работы 73 страницы.

Основное содержание работы. Эмоциональные личностные свойства в юности активно развиваются и усложняются. Происходит существенная перестройка эмоциональной и волевой сферы, проявляется самостоятельность, решительность, критичность и самокритичность, выражено неприятие лицемерия, ханжества, грубости. Юношеский возраст характеризуется повышенной эмоциональной возбудимостью (неуравновешенность, резкая смена настроения, тревожность и т.п.). В то же время, чем старше юноша и девушка, тем сильнее выражено у них улучшение общего эмоционального состояния, так как у них прошёл кризис ранней юности. Развитие эмоциональности в юности тесно связано с индивидуально-личностными свойствами человека, с его самосознанием (что было раскрыто выше), с его самооценкой. Все это детерминировано (обусловлено) усилением личностного

контроля, самоуправления, новой стадией развития интеллекта (что так же раскрывалось выше), открытием своего внутреннего мира. Открытие своего внутреннего мира, его эмансипация от взрослых — может быть, главное приобретение юности. Внешний мир начинает восприниматься «через себя». Возрастает волевая регуляция (развивается внутренний локус контроля). Ярко проявляется стремление к самоутверждению. В юности, происходит самооценка (и эмоциональная переоценка, сравнительно с подростковым возрастом) своей внешности (особенно у девушек). Юноши и девушки остро переживают замечаемые ими у себя самих признаки реального или мнимого избыточного веса, а так же слишком большого или слишком маленького, как им кажется, роста, достаточно остро переживаются и другие элементы своей внешности, – в этом так же выражается эмоциональное измерение самооценки.

Одна из самых важных психологических эмоциональных характеристик юности — самоуважение (принятие, одобрение себя или непринятие себя, неудовлетворённость собой). Здесь в юности (студенчестве) наблюдается заметное расхождение между «Идеальным Я» («Желаемым Я») и «Реальным Я» (Социальным Я»).

Копинг-стратегии (стратегии преодоления) являются наиболее актуальными в данный возрастной период поведенческими способами справиться с возникающими трудностями или со специфическими внешними и внутренними требованиями, которые воспринимаются индивидом в качестве психологического напряжения или превышают его психологические возможности.

Взаимосвязь стратегий преодоления, механизмов психологической защиты и личностных особенностей во многом является психической и деятельностной базой для поведенческих, эмоциональных и личностных изменений, что, в свою очередь, существенно определяет развитие личности в период юношеского возраста.

Однако, эмоциональные трудности и несколько психологически болезненное протекание юношеского возраста — побочные и не всеобщие свойства юности. Существует, по-видимому, закономерность, действующая в психофилогенезе и в психоонтогенезе, согласно которой вместе с возрастанием уровня самоорганизации и саморегуляции индивида повышается эмоциональная чувствительность, но одновременно, возрастают и возможности психологической защиты.

Круг факторов, способных вызывать у человека эмоциональное возбуждение (эмоциональную реакцию), в юношеском возрасте расширяется. Разнообразнее становятся способы выражения эмоций, увеличивается продолжительность эмоциональных реакций, вызываемых кратковременным эмоциональным раздражением. Вместе с этим, в юности происходит усложнение и развитие механизмов психологической защиты и форм поведения личности в конфликтных ситуациях.

Эмоциональные изменения в период юности во многом определяются механизмами психологической защиты, которые используют юноши и девушки в качестве способа адаптации к меняющемуся внешним и внутренним условиям. Это: рост социальной ответственности, необходимость следовать социальным нормам, увеличение потребностей на фоне недостатка возможностей их удовлетворения, смена приоритетов в мотивационной сфере и т.д.

Лишь к концу юношеского возраста молодой человек начинает реально овладевать психологическими защитными механизмами, которые не только позволяют ему внешне защищать себя от стороннего вторжения, но и укрепляют его внутренне. Рефлексия (самоанализ) помогает предугадать возможное поведение другого человека и подготовить встречные действия, которые отодвинут безапелляционное вторжение; занять такую внутреннюю позицию, которая может защитить больше, чем физическая сила.

Проведя работу по исследованию эмоциональных переживаний молодежи, в зависимости от предпочтительных форм проведения досуга,

положенных в основу дипломной работы можно сделать следующие выводы:

1. Респонденты, группы 1 более сдержаны в проявлении эмоций, в то время как респонденты группы 2 более эмоционально реагируют на происходящие в жизни события, чаще испытывают физическую усталость и в целом не совсем довольны проведением своего досуга.

2. Респонденты группы 1, имеют более высокий показатель общего индекса жизненной удовлетворенности, чем респонденты группы 2, для них более важным является такой показатель, как значимость социального окружения. Однако, участники группы 2, в большей степени удовлетворены своей повседневной деятельностью, в большей степени испытывают чувство и ощущение комфорта.

3. Основные корреляционные связи были направлены на:

- оценку собственного здоровья, которая в первую очередь оказалась, зависима от: в первой группе – от социального окружения, признаков психиатрической симптоматики, комфортности; во второй группе – психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности;

- интерес к жизни пропорционально зависим от: в первой группе – от социального окружения, самооценки здоровья, степени удовлетворенности повседневной деятельностью, от интереса, эмоционального тонуса; во второй группе – от интереса, эмоционального тонуса и степени напряженности;

- возникновение признаков, сопровождающих основную психиатрическую симптоматику, связаны: в первой группе – с тонусом и комфортностью; во второй группе – с интересом, эмоциональным тонусом, состоянием напряжения и степенью комфортностью;

- показатель значимости социального окружения зависит в первую очередь – в первой группе от тонуса; во второй группе – от психической активации, эмоционального тонуса и комфортности;

- Согласованность в достижении поставленных целей связана с: в первой группе – самооценкой собственного здоровья, удовлетворенностью

повседневной деятельностью, интересом и тонусом; во второй группе – в основной с комфортностью;

- Общий фон настроения от интереса – в первой группе, и значимостью социального окружения во второй группе;
- Последовательность в достижении целей, во второй группе, прежде всего, зависит от настроения, самооценки здоровья, психической активации, интереса и эмоционального тонуса самих респондентов;
- Положительная оценка себя зависит во второй группе от удовлетворенности повседневной деятельностью, эмоционального тонуса и комфортности;
- степень удовлетворенности повседневной деятельностью – в первой группе зависит от признаков, сопровождающих основную психиатрическую симптоматику; во второй группе – от напряжения и комфортности;
- значение по шкале психосоциального стресса в первой группе, зависит от наличия или отсутствия признаков, сопровождающих основную психиатрическую симптоматику и комфортности;
- напряженность и чувствительность респондентов второй группы зависит от состояния комфортности.

Заключение Дипломная работа выполнена в соответствии с поставленными в начале исследования теоретическими и практическими задачами. Первой задачей нашего исследования, стало проведение анализа литературных источников по проблеме исследования.

1. Изучив теоретические аспекты эмоциональных переживаний учащейся молодежи, мы выяснили, что юношеский возраст – один из самых спутанных и противоречивых в психологических и педагогических представлениях и теориях. Юношеский возраст – период индивидуальной жизни, в котором развивается способность деятельно, практически соотносить

цели, ресурсы и условия для решения задач строительства собственной жизни, перспективы, характерной для взрослого человека.

- Проведя полный анализ взаимосвязей эмоциональных переживаний с формами проведения досуга, рассмотрев корреляционные взаимосвязи ответов респондентов двух групп, проанализировав результаты ответов респондентов на вопросы анкеты, нами были сделаны выводы о имеющихся различиях, в двух группах респондентов, зависящих от форм проведения досуга.

- В первой группе респондентов (выбирающие ТРЦ, местом проведения своего досуга) - негативные эмоциональные переживания возникают, в результате несоответствия ожиданиям наших респондентов при выборе места проведения досуга, компании, в которой намеревались провести выходные - когда по какой-то причине, возможно, происходит «срыв» планов. Положительные эмоциональные переживания возникают, когда оценка индивидом своего здоровья – совпадает с реальным состоянием здоровья, когда уровень комфортности полностью устраивает респондентов, а так же при высоком эмоциональном тоне.

- Во второй группе респондентов (выбирающие другие формы проведения досуга – выехать на природу, посетить кинотеатр и т.д) для проявления и возникновения положительных эмоций, необходимо, чтобы присутствовал интерес к жизни, решительность и стойкость, направленные на достижение собственных целей; самооценка здоровья соответствовала адекватной, а такой показатель как положительная оценка себя и собственных поступков – так же должен проявляться в средней степени. Нами было выяснено, что респонденты группы 2 – имея, сниженный фон настроения, больше требований предъявляют окружению. А при повышенной напряженности, больше внимания обращают на комфортность условий, в которых они находятся.

Следовательно, все поставленные задачи в работе нами были выполнены, цель достигнута, гипотеза доказана.

Выполненное нами теоретическое экспериментальное исследование подтвердило нашу гипотезу о том, что существуют различия в эмоциональных переживаниях учащейся молодежи, предпочитающей различные формы проведения досуга.